

**Leandro Vieira**

DIRETOR KOHLER/REQUINTE ACABAMENTOS

**Raphael Vieira**

DIRETOR KOHLER/REQUINTE ACABAMENTOS

Revista

**Stilo**

**& SAÚDE**



Leia e compartilhe esta e outras edições em nossa banca online, acessando o QR-code.

# 220K

ENERGIA SOLAR

QUE TAL ECONOMIZAR ATÉ

# 95%

NA SUA CONTA  
DE ENERGIA  
E AINDA  
AJUDAR O  
PLANETA?

FINANCIAMENTOS  
**100%**  
SEM ENTRADA

**COMECE A  
ECONOMIZAR  
HOJE!**

**PARECE BOM DEMAIS  
PARA SER VERDADE?**

**A 220K TE AJUDA!**

**220k.com.br**

f @energia220k

☎ 0800 567 2000

📍 Av. Minas Gerais, nº 1427, Centro,  
CEP 75.600-000, Goiatuba-GO

**220K**  
ENERGIA SOLAR



# opyt

É Opyt, é fibra é a melhor, se liga!  
sempre conecta

[opyt.net.br](http://opyt.net.br)

4013 3030  
0800 737 3030

18 de Outubro  
**Dia do Médico**



# A Unimed Regional Sul Goiás celebrou o Dia do Médico em grande estilo

Durante o mês de outubro a Unimed Regional Sul Goiás comemorou o Dia do Médico com diversos eventos e ações. Um deles foi a festa exclusiva para os médicos cooperados e plantonistas do Hospital Unimed, que comemoraram ao som da melhor banda cover dos Beatles no Brasil, The Beatles One.

Uma noite memorável, que entrou para a história da Unimed Regional Sul Goiás.





# Guia Médico

Novembro – 2022



**Dra. Andressa Borges de Faria**  
Médica  
CRM/GO: 22.022

**Qualiclin**  
Rua Guimarães Natal, 168.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara-GO.  
(64) 99666-6907



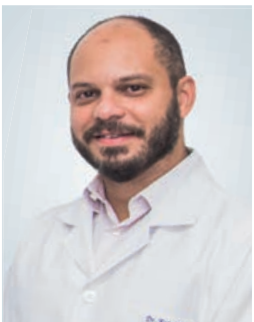
**Dr. Caio Mário da Costa Vidica**  
Ginecologia e Obstetrícia  
CRM/GO: 10.607

**CMO**  
R. Mato Grosso, 1333.  
Bairro: Centro.  
Goiatuba-GO.  
(64) 3495-7555 | (64) 3495-1609



**Dr. Cláudio R. Carneiro**  
Neurologia  
CRM/DF: 11.999 | RQE: 7229 |  
RQE: 9369 | RQE: 7228

**Clínica Jacob e Paresoto**  
R. Franklin Xavier, 434.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3432-3636



**Dr. Eric Maia**  
Urologista  
CRM/GO: 15.684 | RQE: 7.776

**C.A.U.I**  
**Centro de Atendimento Urológico de Itumbiara**  
Praça Homero Orlando, 10  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



**Dr. André Marinho**  
Urologista  
CRM/GO: 5.335 | RQE: 3063

**C.A.U.I**  
**Centro de Atendimento Urológico de Itumbiara**  
Praça Homero Orlando, 10  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



**Dr. Augusto Treme**  
Oftalmologista  
CRM/GO: 15.698

**Hospital Frei Anacleto**  
Rua Tietê, 534.  
Bairro: Centro. Goiatuba - GO.  
(64) 3495-1220 | (64) 3495-1040

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



**Dra. Cláudia Araujo**  
Médica  
CRM/GO: 20.389  
CRM/RJ: 105.867-3

**Hospital Frei Anacleto**  
Rua Tietê, 534.  
Bairro: Centro. Goiatuba - GO.  
(64) 3495-1040 (21) 99261-7618



**Dr. Elton Ferreira Franco**  
Médico do Trabalho  
CRM/GO: 19.608 | RQE: 13.027

**Clínica FERRANCO**  
Praça Sebastião Xavier 443.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3404-4365



**Dr. Flávio Fonseca Damascena Braga**  
Cardiologia, Pediatria e  
Medicina Integrativa  
CRM/GO: 18.284

**CMO**  
R. Mato Grosso, 1333.  
Bairro: Centro.  
Goiatuba-GO.  
(64) 3495-7555 | (64) 3495-1609



**Dr. Francisco Otavio Maia Santos**  
Anestesiologista e Clínica de Dor  
CRM/GO: 12.368 | RQE: 8.771  
RQE: 8.846

**Clínica FERRANCO**  
Praça Sebastião Xavier 443.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3404-4365



**Dr. Franco Schneider**  
Ortopedista  
CRM/GO:13.434 | TEOT: 13215  
**Clínica COTI**  
Rua Paranaíba, 710.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3404-7370

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



**Dr. Gleisson Pantaleão**  
Oftalmologista  
CRM/GO: 13.493

**Hospital Frei Anacleto**  
Rua Tietê, 534.  
Bairro: Centro. Goiatuba - GO.  
(64) 3495-1220 | (64) 3495-1040

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



**Dra. Ieda de Melo Pereira Borges**  
Médica  
CRM/GO: 23.196

**Alfa Saúde**  
Rua João Manoel de Souza, 881.  
Bairro: Centro .  
Itumbiara - GO.  
(64) 9 9303-1313  
(64) 99666-0133 | (64) 3430-1515



**Dr. João Alves de Moura Neto**  
Psiquiatria  
CRM/GO: 25.650

**CMO**  
R. Mato Grosso, 1333.  
Bairro: Centro.  
Goiatuba-GO.  
(64) 3495-7555 | (64) 3495-1609



**Dra. Joyce Paresoto**  
Nefrologia  
CRM/DF: 19.413 | RQE: 16308

**Clínica Jacob e Paresoto**  
R. Franklin Xavier, 434.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3432-3636



**Dra Lynea Honorato**  
Médica  
CRM/GO:19929

**Clin Center**  
Rua Jacinto Brandão, 538.  
Bairro: Centro. Itumbiara - GO  
(64) 3433-2828 (64) 99663-1300

**Prosper Espaço Terapêutico**  
Av. Tancredo de Almeida Neves, 43.  
Bairro: Alvorada - Araporã-MG  
(64) 99663-1300



**Dr. Marcelo Oliveira Lamberti**  
Neurocirurgião  
CRM/GO: 28.236 | RQE: 15222

**Alfa Saúde**  
Rua João Manoel de Souza, 881.  
Bairro: Centro .  
Itumbiara - GO.  
Instagram: @neuro\_lamberti\_marcelo  
(64) 98100-6691 | (64) 3430 1515



**Dra. Mariana Araujo Vilela**  
Radiologia e diagnóstico por imagem  
CRM/GO: 27.266 | RQE: 14551

**Ultra MedCenter**  
Rua Flauzino Domingos Silva, 20.  
Bairro: Centro .  
Itumbiara - GO.  
(64) 3431-3111

**OR7**

Editora e Marketing

# Guia Médico

Novembro – 2022



**Dra. Natália Pacheco**  
Médica do esporte | Nutrologia  
CRM/GO 16.253 | RQE 12182

**Alfa Saúde**  
Rua João Manoel de Souza, 881.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 99207-0500 | (64) 3430 1515



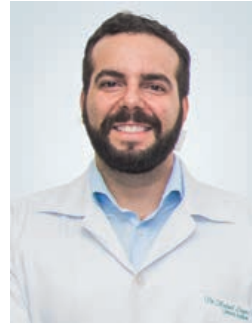
**Dra. Nathália Abdo Zuliani**  
Cardiologista  
CRM/GO: 21.176 | RQE: 15023

**Alfa Saúde**  
Rua João Manoel de Souza, 881.  
Bairro: Centro .  
Itumbiara - GO.  
(64) 99287-8239 | (64) 3430-1515



**Dr. Pedro Maurício Sant'Anna**  
Médico  
CRM/GO: 23.896

**Alfa Saúde**  
Rua João Manoel de Souza, 881.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3430 1515



**Dr. Rafael Rocha**  
Urologista  
CRM/GO: 12.023 | RQE: 7986

**C.A.U.I**  
Centro de Atendimento Urológico de Itumbiara  
Praça Homero Orlando, 10  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



**Dr. Roberto Borges de Oliveira Alves**  
Urologia  
CRM/GO: 3.923 | RQE: 893

**CMO**  
R. Mato Grosso, 1333.  
Bairro: Centro.  
Goiatuba-GO.  
(64) 3495-7555 | (64) 3495-1609



**Dra. Thainá Portilho Martins Ricioli**  
Ginecologia e Obstetrícia  
CRM/GO: 24.120

**CMO**  
R. Mato Grosso, 1333.  
Bairro: Centro.  
Goiatuba-GO.  
(64) 3495-7555 | (64) 3495-1609



**Dr. Valdemiro Fukuhara**  
Oftalmologista  
CRM/GO: 2.975

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



**Dr. William Zolcsak**  
Urologista  
CRM/GO: 16.444 | RQE: 8125

**C.A.U.I**  
Centro de Atendimento Urológico de Itumbiara  
Praça Homero Orlando, 10  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



# CÂNCER DE PRÓSTATA

**O que é?** É uma doença na qual as células prostáticas podem sofrer modificações moleculares e se multiplicarem de forma descontrolada, podendo avançar e atingir outros órgãos, localmente ou à distância.

**Sintomas:** Em geral, apresenta crescimento muito lento, podendo levar anos para causar algum problema mais sério. Nas fases iniciais, se apresenta silencioso, não causando nenhum sintoma específico.

Com seu crescimento pode causar sintomas urinários obstructivos (diminuição do jato urinário, gotejamento após a micção, sensação de esvaziamento incompleto da bexiga, micção em dois tempos, retenção urinária) e/ou irritativos (aumento da frequência urinária, urgência, incontinência, aumento da frequência urinária noturna).

Ao crescer o câncer de próstata pode acometer órgãos vizinhos, como a bexiga, ureteres ou reto, o que pode causar sintomas inespecíficos como dor pélvica, sangue na urina, inchaço escrotal, dor lombar e inchaço das pernas, quando os linfonodos da pelve e abdômen estão bastante comprometidos.

A maioria das metástases ocorre nos ossos, principalmente na coluna, quadril e costelas, o que pode ocasionar dor localizada nestas áreas. Nos casos mais avançados pode haver presença de fraqueza, falta de energia e de apetite, e mesmo anemia. Entretanto, esses sintomas são inespecíficos, podendo em muitas vezes estar relacionados a outras causas.

**Causas:** As reais causas do câncer de próstata ainda são desconhecidas. Entretanto, já se sabe que ele é originado de desequilíbrios genéticos que causam alterações moleculares responsáveis pelo seu desenvolvimento. Fatores ambientais podem estar também envolvidos, desencadeando ou acelerando esse processo.

**Fatores de risco:** Todos os homens apresentam risco potencial de desenvolver câncer de próstata, quanto mais se vive, ou seja, quanto mais idoso, maior o risco. Muitas vezes, entretanto, a doença segue um curso indolente, não sendo diagnosticada. Alguns grupos apresentam maior risco para desenvolvimento da doença: aqueles com parentes de primeiro grau que tiveram a doença e os indivíduos da raça negra.

Apesar de muitos fatores, como comportamento sexual, infecções por vírus ou bactérias e situação socioeconômica desfavorável, terem sido associados com o desenvolvimento da doença, não existem evidências sólidas que confirmem esta



relação. Existe uma suspeita, ainda não confirmada, da associação de dietas ricas em gordura animal e obesidade com câncer de próstata mais agressivos.

**Diagnóstico:** Como inicialmente não há sintomas, é sugerido que todos os homens a partir dos 50 anos sejam avaliados anualmente através do toque retal e de dosagens sanguíneas de PSA, para o diagnóstico da doença. Aqueles com história de câncer de próstata na família (pai, irmãos, tios) e da raça negra devem iniciar essa avaliação aos 45 anos, devido ao maior risco associado.

Nas fases mais avançadas da doença o diagnóstico pode ser suspeitado pela presença dos sintomas já descritos.

**Prevenção:** O termo “prevenir a doença”, quando utilizado, refere-se a uma série de medidas que visam na verdade a fazer um diagnóstico precoce da doença, detectá-la em estágios iniciais, o que aumenta muito as chances de cura – já que não há prevenção propriamente dita.

**Tratamento:** Dependerá do estágio da doença (localizado, localmente avançado ou avançado), da idade e das condições clínicas do paciente.

Naqueles com doença inicial, localizada na próstata, incluem-se como opções a vigilância ativa (apenas acompanhar a evolução do quadro), a cirurgia (prostatectomia radical, ou seja, a retirada da próstata) e a radioterapia (externa ou braquiterapia). Nos casos de doença localmente avançada, cirurgia e radioterapia são as opções objetivando a cura do paciente.

Nos casos avançados, o tratamento tem intenção paliativa, podendo-se optar por terapia de ablação hormonal e quimioterapia, associadas ou não a procedimentos cirúrgicos para aliviar o fluxo urinário e medicações para proteção óssea.

Fonte: <https://portaldaurologia.org.br/publico/doencas/cancer-de-prostata/>



**C.A.U.I.**

CENTRO DE ATENDIMENTO UROLÓGICO DE ITUMBIARA

## Dr. Eric Maia

Urologia  
CRM/GO: 15.684 | RQE: 7776

## Dr. William Zolcsak

Urologia  
CRM/GO: 16.444 | RQE: 8125

## Dr. André Marinho

Urologia  
CRM/GO: 5.335 | RQE: 3063

## Dr. Rafael Rocha

Urologia  
CRM/GO: 12.023 | RQE: 7986



# OR7

Editora e Marketing

7 ANOS

## MÊS DE NOVEMBRO

Chegamos nesse mês de novembro de 2021 a mais uma edição mensal, sempre trazendo em todas as publicações informações com credibilidade em diversos temas voltados para a saúde e bem-estar de sua família. Seguimos um alto

padrão editorial e atendemos as exigências de nossos leitores, focando em informação, entretenimento e qualidade.

Neste mês é celebrada a campanha Novembro Azul, um movimento mundial que acontece durante o mês de novembro para reforçar a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do Câncer de Próstata, que é um dos tumores mais comuns entre os homens acima de 50 anos.

Você é nosso convidado especial para folhear nossas páginas e ficar informado através do nosso conteúdo, selecionado e assinado pelos melhores profissionais da Região Sul de Goiás.

Os diretores!

## Expediente

Diretor Administrativo: Renato Martins

Diretor Comercial: Onofre Neto

Fotos: Bruno Cardoso, Roower Almeida e Náthia Fathielly

Jornalista: Anderson Tissa

Aux. Administrativo: Aparecida Martins

Designer Gráfico: Genial Marketing

Tiragem: 8.500 revistas

## Contato Comercial

64. 99202 4160 | 64. 99275-5299

Rua Floriano Peixoto, 212, sala 3

Centro | Itumbiara | GO | 75526-070

Revista Mais Saúde:

contato@rmaissaude.com

or7empresarial@gmail.com

www.rmaissaude.com

📷 📱 rmaissaude

Revista Stilo:

revistastilogoiatuba@gmail.com

www.revistastilo.com.br

📷 📱 stilo\_revista



10,

Os artigos, anúncios e informes publicitários assinados são de responsabilidade dos seus autores e não refletem necessariamente a opinião da Revista.

# Sumário

09	CÂNCER DE PRÓSTATA	87	INFECÇÃO URINÁRIA
10	ENTREVISTA	88	TROFÉU IMPRENSA 2022
20	TRISTEZA X DEPRESSÃO VOCÊ SABE A DIFERENÇA?	100	MULHERES DO CAMPO: COOPERCITRUS REALIZA ENCONTROS SOBRE
23	UM POUCO SOBRE MIM...		PROTAGONISMO FEMININO EM
24	ENTREVISTA		ITUMBIAR -GO
28	NOVEMBRO AZUL HOMEM - OFEREÇA UMA OPORTUNIDADE PARA SUA SAÚDE	103	CÂNCER DE PRÓSTATA EM CACHORRO: CAMPANHA NOVEMBRO AZUL PET.
33	DOENÇA DE ALZHEIMER	105	REMOÇÃO DE TATUAGENS
37	PORQUE DEVO PROCURAR UM CARDIOLOGISTA SE JÁ PRATICO ESPORTE E NÃO SINTO NADA	108	ENTREVISTA MULHERES QUE INSPIRAM
41	GASTRITE	113	DOENÇAS DO QUADRIL DA CRIANÇA: DISPLASIA DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRIL, SINOVITE, LEG-CALVE-PERTHES E EPIFISIOLISE.
42	O QUE LEVAR NA PRIMEIRA CONSULTA MÉDICA?	123	RECUPERAÇÃO PÓS-CORRIDA: TÉCNICAS E CUIDADOS RELEVANTES
44	MAS AFINAL, QUAL É A IMPORTÂNCIA DO COACHING?	129	FOTOBIMODULAÇÃO
49	NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS E A LEGISLAÇÃO TEMAS DE ALTO IMPACTO PARA QUEM COMPRA E QUEM INVESTE EM IMÓVEIS	130	POSITIVIDADE TÓXICA
51	COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA	132	LANÇAMENTO REVISTA MAIS SAÚDE
53	QUAL A IMPORTÂNCIA DA PROFILAXIA DENTAL PARA O SEU SORRISO?	143	NOVO EXAME GASOMETRIA ARTERIAL E VENOSA
61	HOSPITAL DA UNIMED AGORA REALIZA NEUROCIRURGIAS AVANÇADAS	151	MITOS E FATOS SOBRE A BUSCA DO TRATAMENTO PSIQUIÁTRICO. VOCÊ TEM MEDO?
66	DIVÓRCIO "EXPRESS" É POSSÍVEL ESTAR DIVORCIADO(A) EM POUCAS HORAS, AINDA QUE NÃO HAJA A CONCORDÂNCIA DA OUTRA PARTE E EXISTAM BENS A SEREM PARTILHADOS!	153	SÍNDROME DE BURNOUT: VOCÊ SABE O QUE SIGNIFICA ISSO?
77	POR QUE DEVO CLAREAR MEUS DENTES?	156	CIRURGIA REFRACTIVA

# ENTREVISTA



**JULIANA VIEIRA**

CREFITO 11/131068-F  
Fisioterapeuta

Nessa edição trouxemos uma entrevista com uma profissional que vem realizando um brilhante trabalho com reabilitação em várias patologias através do Pilates. Juliana Vieira é fisioterapeuta, com formação em Pilates no tratamento das Patologias da coluna vertebral, lombar e cervical.

Conte-nos um pouco da sua história dentro da fisioterapia, e o motivo pelo qual escolheu o pilates para se especializar.

Juliana Vieira - *Finalizei minha graduação em fisioterapia no ano de 2007, pela faculdade UNIFUNEC em Santa fé do Sul-SP. Logo em seguida, comecei minha carreira em Uberlândia-MG, em uma clínica, onde meu trabalho era mais centrado na parte cardiorrespiratória e ortopedia, permaneci nesta área até no final de 2008, até que tive que voltar para Itumbiara-GO e procurar outras áreas com as quais me identificasse, até que conheci o Pilates.*

*Em 2009 realizei meu primeiro curso de formação em Pilates, através dele descobri minha paixão e consegui enxergar no curso um potencial enorme para alavancar minha carreira. Logo em seguida comecei a trabalhar na área e fui buscando novos cursos e especializações que agregassem neste meu novo caminho. Ao longo do tempo fui participando de Congressos e realizando novos cursos, me fazendo hoje especialista em: Pilates avançado para patologias da coluna, patologias do quadril e dores crônicas e estou em formação no Pilates Clássico e em uma MBA em Pilates.*

Como o Pilates pode ajudar com o pré e pós-cirúrgico?

Juliana Vieira - *O Pilates tem sido um aliado muito importante na reabilitação, pois seus exercícios são bem completos e trabalham com pouco impacto. Os mesmos são realizados de maneira segura, sempre dentro da amplitude permitida.*

*Os exercícios do método são feitos de acordo com o ritmo do paciente e a progressão é realizada de maneira proporcional ao desempenho do mesmo, além disso dentro do ambiente do Pilates podem ser realizadas adaptações para que o paciente realize os*

*exercícios com segurança.*

*Quando o Pilates é realizado no período pré-operatório, os exercícios irão ajudar a manter a elasticidade dos tecidos, o tônus dos músculos e a mobilidade articular, facilitando muito o trabalho cirúrgico e pós-cirúrgico.*

*Já no pós-operatório o Pilates é extremamente importante, trazendo benefícios como alívio de dor, processo inflamatório e edema, manutenção do tônus muscular, e reabilitação da parte operada e retorno do paciente às suas atividades diárias.*

Quais patologias hoje são as mais tratadas com o Pilates no seu Studio?

Juliana Vieira - *As patologias relacionadas à coluna, lesões de ombro, quadril e joelhos são as principais áreas atendidas por nós aqui no estúdio.*

#### **Na coluna vertebral:**

- *Hernia de disco (cervical e lombar, a torácica quase não aparece);*
- *Artrose na coluna, que é o desgaste na coluna ou degeneração do disco;*
- *Ciatalgia que é a inflamação do nervo ciático (que é um sintoma e não uma patologia na verdade);*
- *Lombalgia (dor na região lombar, sintoma) e Cervicalgia (dor na região cervical, sintoma), geralmente por má postura e desvios posturais.*

#### **Lesões no ombro:**

- *Tendinite ou tendinopatia;*
- *Capsulite adesiva ou mais conhecida como ombro congelado;*
- *Bursite;*
- *Síndrome do impacto.*

#### **No quadril:**

- *Artrose;*
- *Síndrome do piriforme;*
- *Artrite Reumatoide,*
- *Bursite.*

#### **No joelho:**

- *Lesão no ligamento cruzado anterior (LCA);*



- Lesão no menisco;
- Tendinite patelar;
- Condromálacia patelar.

*Mas com certeza a patologia que é mais procurada para fazer é as que estão relacionadas à COLUNA VERTEBRAL.*

Como surgiu o Pilates?

*Juliana Vieira - O Pilates surgiu em 1914 quando Joseph Humberts Pilates foi enviado a um campo de concentração por ter sido considerado inimigo estrangeiro da coroa britânica. Foi aí que ele passou a experimentar técnicas de exercícios em outras pessoas, além de si mesmo, e contava com a ajuda das molas dos colchões para trabalhar a resistência dos músculos. Na época, o alemão estava em território inglês como professor de autodefesa da famosa Scotland-Yard e lutador profissional de boxe, mas quando eclodiu a Primeira Guerra Mundial foi enviado ao isolamento por conta de sua nacionalidade.*



*Após o início dos exercícios no campo de concentração, Joseph teve seu trabalho posto à prova e o resultado foi surpreendente: após uma epidemia de influenza que matou muitos internos em Lancaster, aqueles companheiros que se submeteram aos seus treinamentos não foram contaminados.*

*Com o fim da guerra Joseph Pilates retornou à Alemanha onde passou a interagir com pioneiros das técnicas de movimentos como Rudolf von Laban e Hanya Holm, e também trabalhava como treinador para a força policial de Hamburgo. Em 1923, junto com sua esposa Clara, Joseph embarca para Nova York para montar seu primeiro estúdio. Clara, auxiliou Joseph a incorporar seus exercícios de forma que auxiliassem pacientes enfermos.*

O Pilates ajuda no condicionamento físico? Tem uma idade ideal para iniciar no Pilates?

Juliana Vieira - *Primeiramente vamos definir o que é condicionamento físico:*

*É uma condição de capacidade física alcançada pelo indivíduo, que permite que ele responda com eficiência aos desafios físicos impostos pela sua rotina.*

*Assim, uma pessoa fisicamente condicionada consegue ter uma performance melhor em suas tarefas, otimizando todos os ramos de sua vida.*

*Quando uma pessoa é submetida a um programa adequado de condicionamento físico, esse trabalho produz significativas mudanças, especialmente, nos sistemas cardiovascular, respiratório e neurológico. Portanto, auxilia na promoção da saúde, na prevenção, estabilização, regressão e reabilitação de lesões e doenças diversas.*

*Nesse sentido, o método Pilates consegue resultados significativos no desenvolvimento de diversas capacidades físicas essenciais no nosso corpo, como, por exemplo, flexibilidade, força, coordenação, resistência e mobilidade.*

*O Pilates pode ser praticado por todas as pessoas a partir dos 7 anos de idade.*

**CONDIÇÕES  
ESPECIAIS** para  
você ficar com  
seus exames em  
dia! **CONSULTE  
SEU MÉDICO!**

Juntos somos  
mais fortes!

*Novembro*  
**AZUL**  
e Ressonância  
Multiparamétrica  
de Próstata



**CRI**  
CLÍNICA RADIOLÓGICA  
DE ITUMBIARA





## RESSONÂNCIA MULTIPARAMÉTRICA CONTRA O CÂNCER DE PRÓSTATA

O exame surgiu para por fim a uma limitação apresentada pelos métodos de imagem, usualmente utilizados na investigação de câncer de próstata. Nesse processo era fundamental um método que permitisse a alta precisão no diagnóstico de neoplasia.

A ressonância magnética pode estadiar a lesão, ou seja, determinar sua extensão e avaliar o quanto a lesão é restrita à próstata ou se ela vai além, invadindo outras estruturas, como os vasos ou nervos locais, a vesícula seminal e bexiga.

O método também é muito eficaz no diagnóstico de recidiva neoplásica, ou seja, pacientes já tratados e que evoluem com aumento dos valores de PSA.

O câncer de próstata ocorre principalmente em homens mais velhos. Cerca de 6 em cada 10 casos são diagnosticados em homens com mais de 65 anos, sendo raro antes dos 40 anos.

## COM RECOMENDAÇÃO MÉDICA

O exame surgiu para por fim a uma limitação apresentada pelos métodos de imagem, usualmente utilizados na investigação de câncer de próstata. Nesse processo era fundamental um método que permitisse a alta precisão no diagnóstico de neoplasia.

A ressonância magnética pode estadiar a lesão, ou seja, determinar sua extensão e avaliar o quanto a lesão é restrita à próstata ou se ela vai além, invadindo outras estruturas, como os vasos ou nervos locais, a vesícula seminal e bexiga.

O método também é muito eficaz no diagnóstico de recidiva neoplásica, ou seja, pacientes já tratados e que evoluem com aumento dos valores de PSA.

A idade média no momento do diagnóstico é de 66 anos.

## RESSONÂNCIA MAGNÉTICA MULTIPARAMÉTRICA NA CLÍNICA RADIOLÓGICA DE ITUMBIARA:

O paciente com suspeita de câncer de próstata que procura a **CRI** encontra os mais modernos equipamentos que existem na atualidade e, conseqüentemente, tem à sua disposição imagens com qualidade muito superior para realizar o seu diagnóstico e tratamento de câncer.

Nos protocolos utilizados, são obtidas as imagens direcionadas para a avaliação da próstata, com o objetivo de tirar o máximo de informações de uma eventual lesão na região. Soma-se a isso uma excelente equipe de profissionais médicos radiologistas especialistas, que tem larga experiência na interpretação desses exames, o que é fundamental para um bom diagnóstico.

O câncer de próstata é a segunda principal causa de morte por câncer em homens, seguido apenas pelo câncer de pulmão.

## O EXAME É INDICADO PARA:

- Paciente que tem suspeita de câncer de próstata pelo exame clínico
- Paciente que tem um parente próximo que já teve câncer de próstata
- Paciente que já tem um diagnóstico de câncer prévio e quer “mapear” a lesão
- Paciente que já fez cirurgia e que exista a suspeita de recidiva local da lesão

## O QUE O EXAME PERMITE:

- Localizar a lesão e direcionar a biópsia para a região suspeita, garantindo melhores resultados na biópsia
- Detectar tumores mais agressivos, de forma não invasiva.
- Estadiar a lesão, ou seja, definir se é restrita à próstata ou se existe algum linfonodo regional acometido, se existe lesão óssea na região pélvica, o que impacta na escolha e no planejamento terapêutico do paciente.



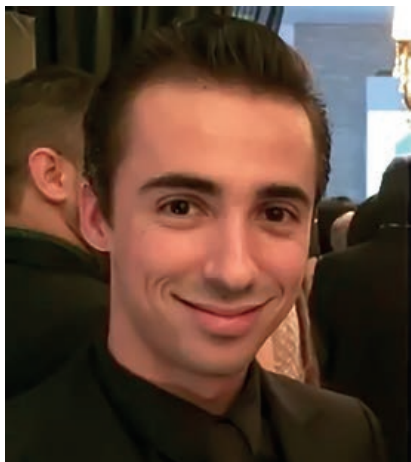
**A CADA 41 HOMENS, PELO MENOS 1 MORRERÁ DE CÂNCER DE PRÓSTATA.**

Cerca de 1 em 9 homens será diagnosticado com câncer de próstata durante a vida.



## Uberlandense investe em veneno de cobra e 'resgata' juventude de clientes

'Mago das fórmulas' fala dos benefícios da mistura 'milagrosa'. Clientes aprovam resultados e dermatologista faz comparativo com botox.



Especialista fala de fórmula que o levou para o empreendedorismo em Uberlândia (Foto: Diego Melo/Arquivo Pessoal)

Veneno de cobra com pó de ouro. Essa é uma mistura "milagrosa" e que vem ganhando adeptos por onde passa. Em Uberlândia, o farmacêutico e especialista em cosmetologia, Diego Melo Borges, investiu na fórmula e há anos vem "resgatando" a juventude de clientes e empreendendo. O resultado agrada quem usa e não desagrade a medicina. Ele é conhecido pelos clientes como o "mago das fórmulas".

Diego Melo contou que sempre foi apaixonado pelo universo da beleza. Segundo ele, o Brasil é um dos maiores produtores e consumidores de produtos cosméticos do mundo e, em Uberlândia, o mercado é bem amplo, dando muitas opções aos profissionais. "Ele pode atuar tanto na cosmetologia reparadora quanto na preventiva. A cosmetologia, a estética e a moda estão intimamente ligadas entre si e isso ajuda muito. Eu tinha a base que era o veneno de cobra e juntei outros ingredientes - como o pó de ouro - e consegui essa fórmula milagrosa", disse.

O especialista relatou que o veneno de cobra leva o nome comercial de "Syn-ake" e foi conhecido depois que a atriz norte-americana Gwyneth Paltrow apareceu em uma premiação com a pele mais lisa e declarou que estava usando o concentrado. "O cosmético atenua as contrações dos músculos da face e diminui rugas, deixando a pele lisinha. Já o pó de ouro, que é outro ingrediente que uso na fórmula, age como um antioxidante e evita o envelhecimento precoce da célula e confere a pele uma textura radiante e mais luminosa. É algo incrível", afirmou.

Além de Uberlândia, o empresário manda o produto para cidades como Itumbiara, Franca, São Paulo e Rio de Janeiro. O valor varia de R\$ 100 a R\$ 150 dependendo da quantidade manipulada. "Esse é um fator interessante na linha de medicamentos manipulados. Você pode ajustar o cosmético ao bolso do cliente, podendo assim atender todas as classes sociais", explicou.

Os primeiros resultados podem ser percebidos, segundo o criador da fórmula, no primeiro dia de uso. O indicado é aplicar o produto antes de ir dormir.

O empreendedor disse ainda que o veneno de cobra está hoje entre os mais procurados no mercado. "Vejo o mercado em Uberlândia em ascensão e expansão, pois todos os dias o que mais temos são homens e mulheres querendo ficar ainda mais belos, jovens e com a aparência estética sempre mais nova. A aceitação dos novos "milagres" da cosmetologia são recebidas com grande euforia e entusiasmo", ressaltou.

### Uso e aprovado

A empresária Renata Sologuren, de 42 anos, também faz uso do produto. Ela conta que há um ano descobriu o veneno de cobra e aplica a noite alternando com um ácido. "Alguns segundos depois que passo o produto, já sinto a pele puxar.

O rosto fica literalmente dourado por causa do pó de ouro. Durmo brilhando. No outro dia já é possível ver que a pele está mais clara e com vida. Indico muito a combinação dos dois produtos para aquelas pessoas assim como eu que não querem ficar toda hora fazendo botox, pois o veneno de cobra ajuda a prevenir muito", afirmou.

A farmacêutica Katiuce Menezes da Silva acrescentou que viu os resultados no primeiro mês de uso.

### Comprovação

De acordo com a dermatologista Cíntia Cunha, a mistura realmente funciona. Ela explicou que alguns cremes cosméticos têm um ativo que ajuda a paralisar ou relaxar a musculatura da pele. "Se associados com ácido hialurônico, ajudam a reduzir as rugas da testa e "pés de galinha", pois promovem um relaxamento da musculatura e também preenchimento das rugas", disse.

Mesmo com pontos positivos, a dermatologista acrescentou que esses cosméticos jamais trarão o efeito que um botox (toxina botulínica) consegue dar, mas são bons coadjuvantes. "Tenho pacientes que já fazem uso do veneno de cobra há um ano e notam que as rugas, após a aplicação de botox, demoram mais a voltar", contou.

Cíntia Cunha lembrou que um bom cosmético melhora a pele até 30%, e para conseguir melhoras mais significativas contra as rugas, outros procedimentos podem ser necessários como laser, botox ou preenchimentos. "A melhora geralmente aparece em torno de 12 semanas de uso, por isso, há que se ter persistência e disciplina", ressaltou.

Em média, a médica explicou que um procedimento como o botox varia em torno de R\$ 900 a R\$ 1200 em cidades do interior. A durabilidade média é de 4 a 6 meses dependendo de cada organismo.

Fonte: [g1.globo.com/minas-gerais/triangulo-mineiro/noticia/2014/09/uberlandense-investe-em-veneno-de-cobra-e-resgata-juventude-de-clientes.html](http://g1.globo.com/minas-gerais/triangulo-mineiro/noticia/2014/09/uberlandense-investe-em-veneno-de-cobra-e-resgata-juventude-de-clientes.html)



CRF 26.694

FARMACÊUTICO ESPECIALISTA EM SAÚDE ESTÉTICA AVANÇADA

REFERÊNCIA NACIONAL EM TERAPIA CAPILAR AVANÇADA.

*idades de atendimento:*

UBERLÂNDIA • UBERABA • SACRAMENTO • SÃO PAULO • ITUMBIARA

*agendamento de consultas:*

(34) 9 9160-1078

siga:   magodasformulas



# CAMPANHA NOVEMBRO AZUL

## Laboratório São Judas Tadeu

*Esta campanha visa orientar os HOMENS, para ATENÇÃO e PREVENÇÃO da saúde, em especial câncer de próstata. .*

*O LABORATÓRIO SÃO JUDAS TADEU participa ativamente desta campanha com PREÇOS ESPECIAIS nos exames relacionados à saúde do homem.*

*\* Exame COVID-19 para HOMENS com preços DIFERENCIADOS somente neste mês.*

*\*Coleta domiciliar gratuita para a campanha 2 e 3.*

### ▶ **Campanha I**

<u>Exame</u>	<u>Indicação</u>	<u>Valor</u>
PSA Total e Livre	Câncer de Próstata	R\$ 20,00

### ▶ **Campanha II**

<u>Exame</u>	<u>Indicação</u>	<u>Valor</u>
PSA Total e Livre	Câncer de Próstata	R\$ 55,00
Hemograma	Avaliação Geral	
Ácido úrico	Gota	
Glicemia	Diabetes	
Gama GT	Fígado	

### ▶ **Campanha III**

<u>Exame</u>	<u>Indicação</u>	<u>Valor</u>
PSA Total	Câncer de Próstata	R\$ 99,00
Testosterona Total	Hormônio Masculino	
Hemograma	Avaliação Geral	
Ácido Úrico	Gota	
Glicemia	Diabetes	
Triglicerídeo	Gordura no Sangue	
Colesterol Total	Gordura no Sangue	
Gama GT	Avaliação do Fígado	

**Fone: (64) 3431-3178 /  99992-6393**

**Rua Jacinto Brandão, 528 - Itumbiara - GO**



# TRISTEZA X DEPRESSÃO

## Você sabe a diferença?

É muito comum as pessoas usarem a expressão: “deprê” sugerindo que a pessoa esteja com depressão. Mas em muitos casos a pessoa está “somente” triste.

A tristeza e a depressão apresentam muitos pontos em comum, mas ao mesmo tempo são dois conceitos completamente diferentes. Estes dois costumam ser confundidos, o que às vezes leva a interpretações errôneas ou mal-entendidos.

Parar tentar evitar essa confusão destacamos logo abaixo algumas diferenças importantes entre tristeza e depressão.

Desta maneira poderemos utilizar os termos da maneira correta e também entendê-los.

A depressão é um transtorno, e como tal, provoca sintomas específicos de alteração do humor e do interesse.

Enquanto a tristeza, por ser uma emoção, pode ser causada por situações de perda ou mágoa.

É verdade que a depressão apresenta a tristeza como um dos seus componentes, mas outros sintomas precisam estar presentes como apatia, angústia, ansiedade, sentimentos de desesperança, etc.

Cedo ou tarde a tristeza é solucionada, é entendida, justamente por ser um estado circunstancial. Porém a depressão tende a ser mais duradoura, tornando-se crônica e causando prejuízos pessoais, fa-

miliares, profissionais e financeiros ao seu portador.

Para o diagnóstico da depressão, alguns critérios precisam ser avaliados e observados, sendo que os sintomas necessitam estar presentes por pelo menos 2 semanas.

A tristeza é um estado emocional passageiro e que geralmente tem uma causa definida e conhecida, a depressão nem sempre segue o mesmo percurso.

Podemos ressaltar que se sentir triste é normal quando perdemos um familiar, quando uma relação acaba, quando temos que deixar nossa casa. A tristeza indica que algo que era importante se foi ou mudou de certa forma e esta emoção surge sem que se possa evitar. Mas, com o tempo, todos nós somos capazes de superar e seguir com nossos afazeres, objetivos e conquistas.

Por tudo isso, a tristeza não deve nos preocupar em excesso.

A apatia é sensação de falta de energia e vontade para fazermos algo que antes era realizado sem dificuldade, caracterizando outro sintoma presente na depressão.

Uma pessoa com depressão pode justificar não ir ao trabalho porque simplesmente sente-se incapaz de se levantar da cama. A pessoa se sente incapacitada, diariamente, para realizar suas tarefas, desde as mais simples e corriqueiras.

Isso não acontece quando estamos tristes. Mesmo com esta emoção sobre nossos ombros podemos seguir realizando as tarefas e responsabilidades habituais, mesmo que com um pouco menos de vontade e/ou com mau humor.

Se a tristeza vai muito longe...

Se sentir triste por algum acontecimento doloroso, uma perda, pode provocar, choro, desesperança, diminuição ou aumento do sono, diminuição ou aumento do apetite, dificuldade de raciocínio, com duração de um a três dias, em média.

Com a manutenção, a permanência desse estado de tristeza profunda, onde a dificuldade em retomar os afazeres diários se perpetua, o que antes poderia ser visto como uma emoção comum a todos ser humano, precisa ser investigado e avaliado por um pro-

fissional capacitado.

Como você pode ver, as diferenças são notáveis entre a tristeza e a depressão, mesmo que uma seja um sintoma da outra. Devemos saber que enquanto a tristeza não necessita de tratamento nem de terapia, a depressão sim deve ser tratada de forma adequada.

Em um quadro de tristeza, o apoio dos familiares e uma mudança de ares pode ser suficiente. Na depressão, as coisas funcionam de outra maneira.

Caso você se identifique com algumas dessas situações acima relacionadas, ou tenha algum amigo ou parente apresentando esses sinais ou sintomas, marque assim que possível uma consulta com um médico que possa avaliar, indicar e orientar sobre o assunto.

Fonte: <https://docctormed.com.br/tristeza-x-depressao-voce-sabe-diferenca/>



## DRA. CLÁUDIA ARAUJO

Médica

CRM/GO: 20.389 | CRM/RJ: 105.867-3

Medicina na Universidade Iguazu/RJ;

Pós Graduação Lato Sensu em Pediatria pela Faculdade Global do Rio Grande do Sul;

Pós Graduação Lato Sensu em Psiquiatria pela PUC -

Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro;

Especialização em Psiquiatria da Infância e

Adolescência pela Santa Casa de Misericórdia do Rio de

Janeiro/PUC - Pontifícia Universidade Católica do

Rio de Janeiro.

 @draclaudia.araujo

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO  
GUIA NAS PÁGINAS 06, 07 e 08





# É FÁCIL COM A VAZOLI

Venha nos visitar e encontrar a melhor solução para suas finanças.

Praça da República, 348 - Centro  
64 3301-6264



Empresa mais premiada no segmento.



# Um pouco sobre mim...



Olá leitores, tudo bem com vocês?

Me chamo Ieda, tenho 29 anos, sou médica, me formei há 5 anos e cursei pós-graduação em psiquiatria pelo Instituto de Pesquisa e Ensino Médico do Distrito Federal.

Atualmente moro em Itumbiara-GO e estou preparando boas novidades com muito esforço e dedicação para todos do município e região.

É fato que ainda enfrentamos muitas barreiras no que se diz respeito à saúde mental.

É muito comum ver as pessoas perguntando: - “Afiml, quando devo procurar um psiquiatra? Ou qualquer outro profissional que atue nessa área?”.

Parece ser uma pergunta simples, mas, que ainda gera muitas dúvidas. Medos. Receios. Até mesmo preconceitos.

E é por isso, que a partir deste mês, teremos um encontro marcado aqui na revista para falarmos sobre temas diversos referentes a esta máquina tão perfeita e complexa que é a nossa mente.

Vamos tentar desmistificar e mergulhar no que vai

além do físico e do que os nossos olhos podem enxergar.

Juntos vamos quebrar tabus, orientar, trazer conhecimento, sanar dúvidas e descomplicar de uma vez por todas tudo que envolve a nossa saúde mental.

Ahh, e não se esqueçam que em breve teremos outras novidades por ai, hein?!

Já estou ansiosa para os nossos próximos encontros!!

Com carinho,



## Dra. Ieda de Melo Pereira Borges

CRM/GO: 23.196

Pós graduação em Psiquiatria pelo Instituto de Pesquisa e Ensino Médico de Brasília-DF.





# ENTREVISTA

*Raphael Vieira*  
Diretor Kohler/Requinte acabamentos

*Leandro Vieira*  
Diretor Kohler/Requinte acabamentos



# Kohler/Requinte acabamentos

*Nessa edição trouxemos uma entrevista com os irmãos jovens empreendedores Raphael Vieira e Leandro Vieira, proprietários e diretores da empresas Kohler Itumbiara e Requinte Acabamentos que vem tendo destaque e distribuindo para todo sul de Goiás, acaba-*

*mentos para quem está construindo ou reformando suas casas em nossa região. Raphael é noivo de Karoline Silva Gomides. Leandro é casado com Barbara Sena e pai dos pequenos, Gabriel e Júlia.*

Conte-nos um pouco da trajetória de vocês até aqui, e como surgiu a ideia de trazer as empresas Requinte e Kohler.

***Raphael e Leandro - A ideia de abrir uma loja de acabamentos de qualidade superior partiu de um dos sócios, quando***





*o mesmo precisou de produtos diferenciados para construção de sua casa e não encontrou muita variedade em Itumbiara e região. A Requite foi a precursora, nascendo com a mentalidade de ser uma loja multimarcas de pisos, revestimentos, louças, metais e eletros para cozinha. Já a Kohler, veio em decorrência do sucesso da Requite, sendo uma loja assinada pela marca líder mundial em louças e metais.*

26,

Como vocês dividem o trabalho na gestão das duas empresas?

*Raphael e Leandro - As tarefas são divididas de acordo com a demanda, em que um dos sócios é responsável pelo financeiro e contábil, e a operacional é dirigida pelo outro. Vendas e demais atividades são feitas em conjunto. Entretanto, todas as decisões são tomadas em comum acordo, e devido ao ótimo relacionamento, nunca tivemos problema algum.*

Como é trabalhar ao lado do irmão no comando das empresas?

*Raphael e Leandro - É muito gratificante termos as nossas mesas lado a lado e construirmos estes sonhos juntos do zero, e hoje termos duas lojas tão lindas, que já estão se tornando referência em Itumbiara e região. Temos perfis de gerenciamento muito parecidos, e raramente divergimos em algum assunto. As vitórias são sempre comemoradas e os tropeços são rapidamente superados.*

Quais são as características essenciais para a formação ideal de um empreendedor?

*Raphael e Leandro - Um empreendedor deve estar sempre atento às inovações e novas oportunidades. Persistência é outra característica fundamental. Desistir não é uma opção se existe uma boa gestão e capacidade de*

*performar em alto nível.*

E quais seus planos para o futuro?

*Raphael e Leandro - Nossos planos são divididos em consolidar as lojas em Itumbiara e Região, e num segundo momento, expandir nossas unidades para novas cidades.*



# NOVEMBRO AZUL

## Homem - ofereça uma oportunidade para sua saúde

Há vários anos a Sociedade Brasileira de Urologia (SBU), associada ao Instituto Nacional de Câncer (INCA), órgãos municipais, estaduais e federais da área de saúde, tais como as secretarias municipais e estaduais de saúde e Ministério da Saúde, promovem durante o mês de novembro campanhas para prevenção do câncer de próstata e de outras doenças graves que podem acometer a saúde dos cidadãos do gênero masculino. É o denominado NOVEMBRO AZUL - período em que os homens são estimulados a cuidar melhor do principal instrumento de que dispõem para exercer suas funções perante suas próprias necessidades e as demandas da sociedade – o seu corpo.

É de conhecimento geral que o gênero feminino é muito mais cuidadoso com sua saúde do que o gênero masculino. As mulheres começam a se cuidar logo no início da adolescência ou mesmo na infância, estimuladas por suas mães, e continuam a cuidar de si próprias e dos seus familiares durante toda a vida, ao passo que a grande maioria dos homens resiste em adotar tais medidas tornando-se, muito frequentemente, vítimas do descaso em cuidar da própria saúde.

O câncer de próstata é a neoplasia maligna mais frequente no homem, representando 29,2% de todos os tipos de câncer que acometem o sexo masculino. É maior mesmo que o câncer de pele não melanoma que tem incidência de 27,1% entre os homens. Estima-se que sejam diagnosticados aproximadamente 66.000 novos casos de câncer de próstata a cada ano no Brasil. Um grande número desses casos recebe diagnóstico tardio, o que dificulta sobremaneira a cura da doença, que é potencialmente curável em suas fases iniciais e acaba por sobrecarregar o sistema de saúde, em vista do custo elevado do tratamento da doença avançada. Além disso, a doença na sua forma tardia gera dor e enorme sofrimento para seus portadores, além de angústias incontáveis para seus familiares. Daí, a importância da prevenção que, frequentemente, não impede o aparecimento da doença, mas favorece o diagnóstico e o tratamento precoces e, conseqüentemente, a cura de até 90 a 95% dos casos precocemente detectados.

Estimativa para novos casos de câncer, em homens, para 2020/2022

### INCIDÊNCIA DE CÂNCER NO BRASIL

INCA 2020

Localização Primária	Casos	%
Próstata	65.840	29,2
Cólon e reto	20.520	9,1
Traqueia, brônquio e pulmão	17.760	7,9
Estômago	13.360	5,9
Cavidade oral	11.180	5,0
Esôfago	8.690	3,9
Bexiga	7.590	3,4
Linfoma não Hodgkin	6.580	2,9
Laringe	6.470	2,9
Leucemias	5.920	2,6



O NOVEMBRO AZUL oferece, portanto, através da divulgação de várias matérias na mídia, a oportunidade de estimular o homem a tomar uma atitude mais corajosa e sensata e, assim, procurar um especialista (urologista) ou mesmo o seu médico de confiança para a realização dos exames necessários para a detecção precoce, não só do câncer de próstata, mas também de outros tipos de câncer, além de várias outras doenças que podem surgir a partir dos quarenta ou cinquenta anos de idade (dentre elas, diabetes mellitus, hipertensão arterial, doenças degenerativas, além de muitas outras).

É necessário esclarecer que o urologista é o profissional melhor capacitado para fazer o diagnóstico do câncer de próstata, assim como está melhor preparado para reconhecer outras doenças próprias do gênero masculino, tais como as doenças sexualmente transmissíveis, doenças dos rins e vias urinárias e do aparelho reprodutor masculino. O urologista também está capacitado para reconhecer e tratar as alterações hormonais e distúrbios sexuais que acometem os homens, tais como: distúrbios androgênicos do envelhecimento masculino (DAEM), impotência sexual (disfunção erétil), distúrbios ejaculatórios (ejaculação precoce/rápida), etc. Em virtude disso, o urologista pode, nos dias atuais, ser considerado o “médico do homem”.

O “famigerado” exame de toque retal ainda hoje afugenta muitos pacientes dos consultórios urológicos. Devemos esclarecer que a colheita de uma boa história clínica, um criterioso exame físico geral do paciente, além de exames laboratoriais e de imagem são importantes para a maioria dos diagnósticos em

medicina. Porém, o toque retal realizado por um experiente urologista pode ser decisivo em relação ao diagnóstico, tanto do câncer de próstata, como de outras doenças do mesmo órgão. O exame na maioria dos casos é indolor e muito rápido. Está claro que causa algum constrangimento, porém, o que mais existe é folclore e muitas anedotas relacionadas ao procedimento.

O relato de caso de um paciente recentemente diagnosticado por mim pode ajudar muitos homens com idade maior que quarenta anos a entenderem a real situação.

Paciente de 65 anos com dor na região lombar baixa à direita, sem queixas de sintomas urinários (miccionais), procurou meu consultório para fazer uma avaliação de rotina. Nunca havia se submetido a um exame de toque retal. Trazia consigo um resultado de dosagem de PSA total = 1,75 ng/ml (considerado normal para a idade). A ressonância magnética multiparamétrica da próstata mostrou enorme tumor invasivo com extensão local e regional além de metástases ganglionares e ósseas. A biópsia foi indicada e o exame histopatológico mostrou que se tratava de um tumor de alto grau de malignidade (Gleason 10). Mau prognóstico para o paciente.

Tomando conhecimento do que acima foi relatado, o homem verdadeiramente inteligente deixará de lado os preconceitos e tomará a firme decisão de procurar o profissional médico de sua confiança para submeter-se aos exames necessários para a manutenção de sua saúde.



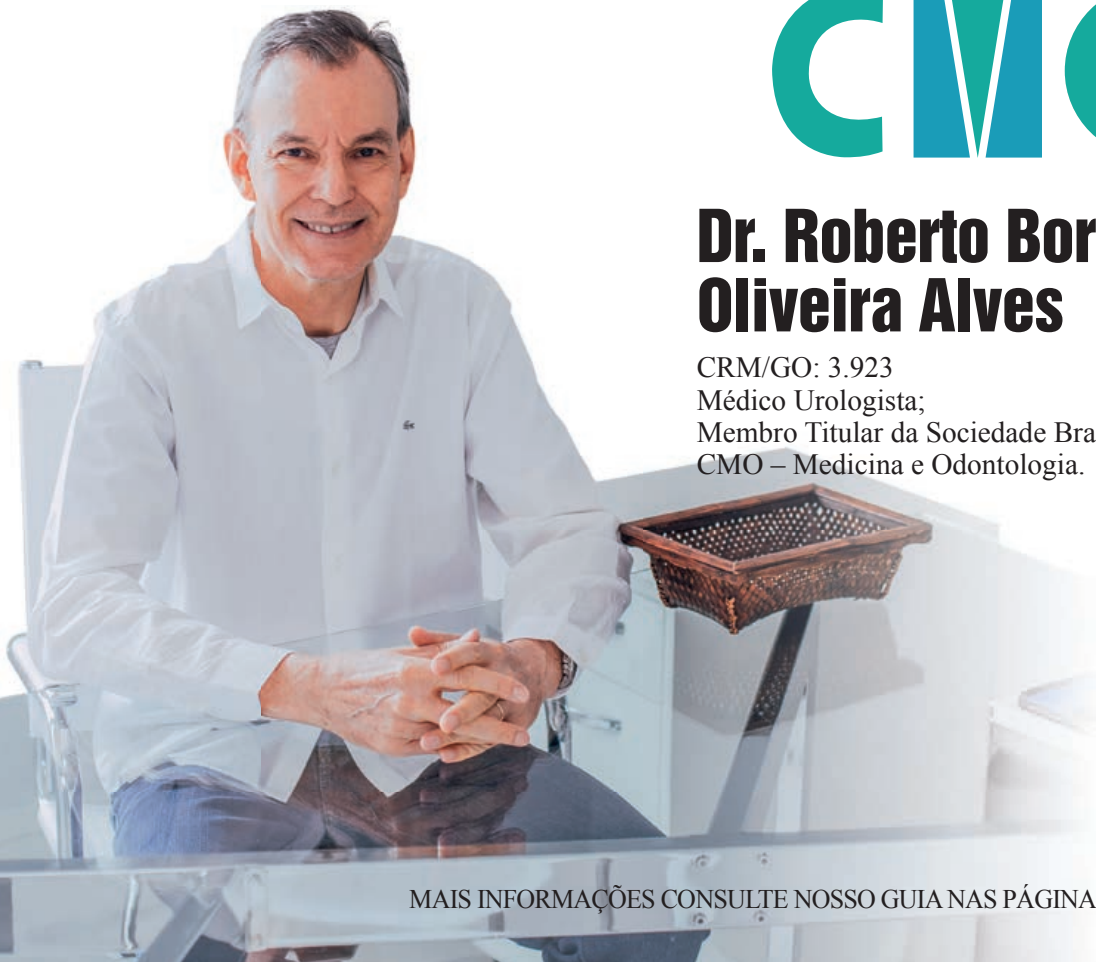
## Dr. Roberto Borges de Oliveira Alves

CRM/GO: 3.923

Médico Urologista;

Membro Titular da Sociedade Brasileira de Urologia;

CMO – Medicina e Odontologia.



# UMA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR PRONTA PARA CUIDAR DE VOCÊ!



**ROBERTO BORGES  
DE OLIVEIRA ALVES**

CRM-GO 3923  
UROLOGIA



**TELMA MAMEDE  
DE MENEZES BORGES**

CR0-GO 2352  
ODONTOLOGIA/PREVENÇÃO  
E ESTÉTICA



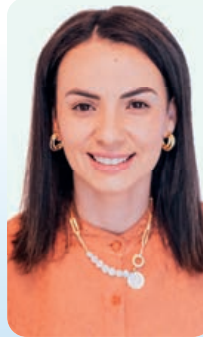
**CAIO MÁRIO DA  
COSTA VIDICA**

CRM-GO 10607  
GINECOLOGIA E  
OBSTETRICIA/  
ULTRASSONOGRAFIA



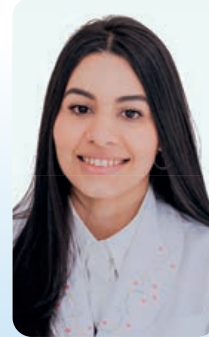
**FLÁVIO FONSECA  
DAMASCENA BRAGA**

CRM-GO 18284  
CARDIOLOGIA/ PEDIATRIA/  
MEDICINA INTEGRATIVA



**FRANCINE MEDEIROS**

CRP 09/11249  
PSICOLOGIA



**UITAIRANY DO  
PRADO**

CREFITO 236711-F  
FISIOTERAPIA



**THAINÁ PORTILHO  
MARTINS RICOLI**

CRM-GO 24120  
GINECOLOGIA E  
OBSTETRICIA/  
ULTRASSONOGRAFIA



**MARIA CLARA  
VANDERLEI  
FONSECA**

CR0-GO 17848  
ODONTOLOGIA/  
HARMONIZAÇÃO



**JOÃO ALVES  
DE MOURA  
NETO**

CRM-GO 25650  
PSIQUIATRIA



R. MATO GROSSO, 1333 - CENTRO, GOIATUBA-GO.

64 3495-7555

64 3495-1609



**MATRIZ**



**RUA RUI DE ALMEIDA, 180 - CENTRO - ITUMBIARA/GO**



**FILIAL 1**  
AV. FRANCISCO ABDON MARQUES,  
Q52 L11 S06 - SETOR SULESTE  
CACHOEIRA DOURADA/GO



**FILIAL 2**  
AV JOSE MESSIAS FERREIRA,  
2186 - SALA 03 - SETOR CENTRAL  
BURITI ALEGRE/GO



**FILIAL 3**  
AV PRESIDENTE VARGAS,  
788 - CENTRO  
GOIATUBA/GO

- ✓ **MEI**
- ✓ **SIMPLES NACIONAL**
- ✓ **HOLDING**
- ✓ **LUCRO REAL**

- ✓ **LUCRO PRESUMIDO**
- ✓ **CONTABILIDADE RURAL**
- ✓ **CONTABILIDADE CONDOMÍNIO**
- ✓ **IMPOSTO DE RENDA**

**(64) 3431-6397** 📞

**@contabilempresarial\_** 📷

**JOSINEY MATEUS** (64) 99247-6331 📞  
DIRETOR CONTABIL EMPRESARIAL

**OLAVO JUNIOR** (64) 98100-0843 📞  
DIRETOR CONTABIL EMPRESARIAL

DESDE 1984  
**CONTÁBIL**  
**EMPRESARIAL**  
Contabilidade & Consultoria

**PENSOU EM CONTABILIDADE, PENSOU CONTÁBIL EMPRESARIAL**

CNPJ: 44.769.929/0001-55

CRC: GO-003839/O-7



# Doença de Alzheimer



A doença de Alzheimer consiste numa doença neurodegenerativa mais frequente atualmente e acomete em geral a população mais idosa. Os sintomas mais frequentes são: perda da memória recente, desorientação no tempo e espaço, falas repetitivas, dentre outros.

Os sintomas evoluem de forma lenta e progressiva, chegando a atrapalhar a rotina do paciente e de seus familiares. Em casos mais avançados apresentam até mesmo dificuldade para se alimentar e realizar suas atividades pessoais, mantendo-se acamados e com necessidade de cuidados permanentes da família. A doença pode ser silenciosa nos seus estágios iniciais e atravessará por várias fases bastante características.

A necessidade de investigação precoce já nos primeiros sintomas faz-se bastante pertinente, para que seja feito um diagnóstico diferencial de outras doenças que possam simular a Doença de Alzheimer. Sabemos que algumas deficiências vitamínicas, alterações hormonais, senilidade e algumas infecções (como pós-Covid por exemplo) podem gerar também déficits de memória. Por isso, é importante que seja feita uma avaliação especializada para definir os critérios diagnósticos e iniciar os cuidados o quanto antes.

A doença de Alzheimer possui tratamentos, medicamentosos específicos e o início terapêutico precoce leva a uma melhor evolução do quadro e, consequentemente, melhor prognóstico, embora a doença ainda não tenha cura.

O neurologista é o profissional mais indicado para avaliação e seguimento. Ele realizará um exame clínico para confirmar ou excluir a doença e, se necessário, solicitará os exames complementares adequados.

Se você vive esta realidade de alguma forma, venha fazer uma avaliação neurológica.



JACOB & PARESOTO  
CLÍNICA

## Dr. Cláudio R. Carneiro

CRM/DF: 11.999

Neurologia – RQE: 7229

Neurofisiologia clínica – RQE: 9369

Clínica Médica – RQE: 7228

Médico Neurologista / Neurofisiologista;

Graduação pela Universidade de Brasília – UnB;

Residência em Clínica Médica pelo Hospital

Universitário de Brasília – HUB/UnB;

Residência em Neurologia e Neurofisiologia no Hospital de Base do Distrito Federal;

Membro Titular da Academia Brasileira de Neurologia.



Heading

VESTIR-SE BEM TAMBÉM  
É UM DIFERENCIAL

**BURDZ**  
FOR MEN



# BURDZ

FOR MEN

Rua Minas Gerais, 411  
Centro | Goiatuba | Goiás



64. 99903 2124



@burdzoficial

KING&JOE

FORUM

**TOMMY**  
JEANS

ELLUS



Sua saúde precisa de carinho

e somos especialistas

no assunto

 (64) 99254-3567

 alfasaude\_\_

 Rua João Manoel de Souza, 881 - Centro, Itumbiara - GO



Dra. Galdina  
Ferreira Gomes

**CREFITO: 364385-F**

**Fisioterapeuta;**

**Pós graduanda em fisioterapia esportiva;**

**Graduanda em Educação Física.**

 @galdinaa

## Porque devo procurar um cardiologista se já pratico esporte e não sinto nada



A consulta em cardiologista para quem já pratica esporte se caracteriza pela avaliação do desempenho, do risco cardíaco e da função do coração durante o exercício. A prática contínua de atividade física diminui a taxa de morte, protege contra inúmeras doenças, além de melhorar os níveis de pressão arterial, diabetes, colesterol, entre outros.

Mesmo assim, todos já ouvimos falar sobre algum atleta que faleceu praticando algum tipo de esporte. Na realidade, a maioria absoluta de mortes durante o esporte são totalmente preveníveis através de uma consulta antes de se iniciar ou de se intensificar um treinamento.

A maioria dos atletas que faleceram praticando esporte já apresentavam alguma doença, muitas vezes desconhecida por ele, que não estava sendo tratada e nem acompanhada e então apresentou o problema durante a atividade física e não devido ao exercício.

Através da avaliação cardiológica podemos orientar sobre quais as melhores práticas para controle de fatores de risco, além de orientar como devem ser feitos os exercícios em pessoas portadoras de algum tipo de doença como arritmias, insuficiência cardíaca, entre outras.

Além disso, a cardiologia esportiva oferece a possibilidade de se conhecer a faixa ideal dos batimentos

cardíacos durante o exercício e, com isso, determinar qual a melhor faixa de treinamento tanto para fortalecer o coração, aumentar o desempenho e a faixa ideal para a queima de gordura corporal.

Portanto, a avaliação de um cardiologista, que conheça as adaptações cardiológicas do exercício, é muito importante para se atingir os objetivos de performance, saúde, controle de doenças de forma segura e com maiores resultados.



## Dra. Nathália Abdo Zuliani

CRM/GO: 21.176 | RQE: 15.023

Cardiologista;

Clínica Médica - Universidade Federal do Triângulo Mineiro;


Cardiologia- Universidade Federal de Uberlândia.



A festive Christmas scene featuring a decorated tree, stockings, and gifts. The tree is adorned with gold, silver, and red ornaments, and warm white lights. To the right, a fireplace mantel is decorated with garlands, candles, and stockings. A wooden wagon filled with wrapped gifts sits at the base of the tree. The floor is covered in a layer of white, snow-like material.

*Feliz Natal!*

happy day  
festas



**VÁRIAS OPÇÕES PARA O SEU NATAL  
E SUAS FESTAS DE FINAL DE ANO.  
DECORAÇÃO, BALÕES, LEMBRANCINHAS,  
DESCARTÁVEIS E PERSONALIZADOS.**

**happyday**  
festas

 (64) 3495-7911

 (64) 98132-1006

RUA JURUÁ Nº 605-A, ESQUINA COM RUA MINAS GERAIS - CENTRO - GOIATUBA GO

## É DESTAQUE NO TROFÉU IMPRENSA 2022 NA CATEGORIA MODA FEMININA, MASCULINA E INFANTIL



A Versatto Modas é um exemplo de superação.

Começou em 1995, funcionando em um cômodo adaptado da casa da família da empresária Vera.

Mesmo com muitas limitações, o negócio foi dando certo.

No ano de 2000, Vera inaugurou a primeira Loja

Versatto na Avenida Osvaldo Cruz.

A partir do sucesso da primeira loja, Vera expandiu o negócio com lojas na Avenida Modesto de Carvalho e na Rua Paranaíba, no centro de Itumbiara.

Com 24 anos de mercado, a Versatto modas é uma empresa líder de mercado no segmento moda masculina e feminina.



LOJA 1 - AV. OSWALDO CRUZ, 100 - ST. RODOVIÁRIO | (64) 3430-4320

LOJA 2 - AV. MODESTO DE CARVALHO, 13 - VILA VITÓRIA | (64) 3404-1535

LOJA 3 - PRAÇA DA REPUBLICA, 365 (B) | (64) 3404-5158

64 9.9677-4920

@VERSATTOMODASIUB

VERSATTO MODAS II

VERSATTO IUB



# Gastrite

A gastrite é uma inflamação do revestimento interno do estômago. Pode ser aguda, quando aparece de repente e dura pouco, ou crônica, quando se instala aos poucos e leva muito tempo para ser controlada.

## Causas:

- Uso prolongado de medicamentos como aspirina ou anti-inflamatórios;
- Consumo de álcool;
- Hábito de fumar;
- Infecção pela bactéria *Helicobacter pylori*;
- Gastrite autoimune – ocorre quando o sistema imune produz anticorpos que agridem e destroem as células gástricas do próprio organismo.

## Sintomas:

- Dor de estômago intensa;
- Azia;
- Indigestão;
- Sensação de estufamento;
- Perda de apetite;
- Náusea e vômito;
- Presença de sangue nas fezes e no vômito.

**Diagnóstico:** Baseia-se no exame físico e na aná- lise da história clínica do paciente. O médico poderá solicitar exames, como: raios-X, endoscopia e biópsia.

**Tratamento:** O tratamento da gastrite tem de levar em conta a sua causa e, além dos medicamentos pres- critos pelo médico, é possível contornar o problema mudando a alimentação e melhorando o estilo de vida.

## Prevenção:

- Respeite os horários das refeições. Separar algum tempo para café da manhã, almoço e jantar tranquilos não é luxo, é necessidade;

## Dr. Pedro Maurício Sant'Anna

CRM/GO:23.896

Médico Pós-Graduado em Cardiologia.



– Prefira fazer pequenas refeições ao longo do dia a fazer uma grande refeição depois de muitas horas em jejum;

- Mastigue bem os alimentos, pois a digestão co- meça na boca;
- Dê preferência a frutas menos ácidas, verduras e carnes magras.

## Evite:

- Tomar analgésicos;
- Café;
- Chá mate;
- Chocolate;
- Refrigerantes;
- Sal em excesso;
- Enlatados;
- Embutidos;
- Bebidas alcoólicas;
- Pimenta-do-reino;
- Leite e derivados;
- Frituras;
- Gorduras em excesso.

*Procure um médico e siga suas recomendações se tiver azia, má digestão e sensação de estômago cheio depois de ingerir pequenas porções de alimentos.*

Fonte: <https://bvsmms.saude.gov.br/gastrite/>





GERIATRIA



## O que levar na primeira consulta médica?

Uma dúvida sempre presente quando o paciente vai consultar é o que levar na primeira consulta. Vale lembrar que na primeira consulta, o médico irá conhecer o paciente e todo o seu histórico de saúde, assim a presença de um familiar ou alguém que conviva com ele pode ser importante para que o médico conheça todo o histórico de saúde do paciente, ajudando com perguntas e dúvidas que possam surgir durante o atendimento.

É sempre importante levar os exames já realizados anteriormente que sejam de grande relevância, mesmo que antigos, como ressonâncias, tomografias, cateterismo e exames de sangue recentes. Isso evita a realização de novos exames iguais, desgaste do paciente e gastos desnecessários.

Além disso é primordial não esquecer das receitas médicas anteriores ou até mesmo as caixas das medicações que o paciente faz uso atualmente. Quando possível levar anotados as medicações que o paciente tem alergia ou aquelas que não fizeram bem quando foram usadas. Com isso, podemos evitar a prescrição de medicamentos que possam gerar efeitos colaterais

comuns, principalmente no idoso – que costuma utilizar diversos remédios em conjunto.

Por último e não menos importante, leve anotado todas as queixas do paciente e não tenha medo ou vergonha de falar absolutamente nada, pois o que pode parecer bobo para a família ou o paciente, para nós pode ter grande importância na realização do diagnóstico.



42,



### Dra Lynea Honorato

CRM/GO:19929  
Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06, 07 e 08



**Pax Santa Rita**  
ASSISTÊNCIA FAMILIAR

**COMO GARANTIR  
DESCONTOS  
NA REDE DE  
CONVÊNIOS?  
BASTA ENTRAR  
EM CONTATO**



 (64) 3433-7077  
 (64) 98403-0511

 RUA MANOEL ANTÔNIO  
DE SOUZA, 112 - ITUMBIARA, GO

## MAS AFINAL, QUAL É A IMPORTÂNCIA DO COACHING?

Para alguns é de fácil compreensão, para outros nem tanto e na verdade a compreensão do que é **Coaching** terá valor somente para as pessoas que buscam um estágio de vida bem diferente daquele que ela está vivendo.

Caso a situação seja diferente disso, ou seja, você tem clareza do que busca e de qual é a sua missão nessa existência, você é um ser abençoado e pode ajudar muitas pessoas a descobrirem seus caminhos.

Há também, e uma quantidade bem maior de pessoas que lutam diariamente contra dúvidas, incertezas, inseguranças e uma boa parte do tempo vivem para agradar o outro (ou os outros). Para essas pessoas, chega um momento que ela até duvida da existência dela mesma, porque sente uma sensação de “**anulação**” tão forte que todas as respostas para toda e qualquer escolha ou decisão, sempre dependerá de terceiros.

As pessoas quando entram em contato com um bom **Processo de Coaching**, com um profissional habilitado, buscam entender que a mudança precisa acontecer em seu interior, estão em busca de entender como suas crenças, seus valores, seus significados podem ser alterados para o lado positivo resultando em clareza de propósito e clareza para tomada de decisões.

Descobrir que todas as respostas estão dentro de você,

que nada acontece de fora para dentro, que você tem um poder infinito e não reconhecido, te “**empodera**”, te torna “**imparável**”. Um bom **Processo de Coaching** te tira de sua zona de conforto, te faz olhar para dentro de você com um olhar sem julgamentos, faz você reconhecer seus talentos, suas habilidades, entender seus comportamentos e o porquê de suas escolhas, sejam elas quais forem.

Você quer saber o que acontece com você ao encarar um bom **Processo de Coaching**?

- Você toma a decisão de mudar por você;
- Você assume a mudança;
- Você cria novos hábitos;
- Você decide mudar seus pensamentos;
- Você desenvolve um novo “**mindset**”.

**RESULTADO:** Mudanças positivas e permanentes, além de conquistas em diferentes áreas de sua vida: pessoal, social, profissional, familiar, amorosa, financeira e espiritual.



### IZABEL TONETTO C O A C H

Professional & Self Coach com formação pelo IBC  
Instituto Brasileiro de Coaching;

Leader Coach;

Analista comportamental;

Life Coach;

Hipnose conversacional com Tomas Corrêa;

Atuando no Business Coaching e Life Coaching  
(transformando a vida das pessoas através do Coaching).

 [izabeltonetto.lifecoach](https://www.instagram.com/izabeltonetto.lifecoach)

 (64)98115.5211






COLEÇÃO VERÃO 23

**SCHUTZ**

*La Donna*

 (64) 3431-8001

 64 9663-9717

 ladonnaitumbiara

R. PADRE FLORENTINO, 65 - ST. CENTRAL, ITUMBIARA - GO

# ACADEMIA **CLUBE UM**

**VOCÊ É ÚNICO.**

## **MUSCULAÇÃO**

**VOCÊ VAI ESPERAR  
MUDAR O ANO PARA COMEÇAR A  
CUIDAR DE VOCÊ?**

**SE ENCANTE COM UMA EXPERIÊNCIA DE  
3 AULAS  
POR NOSSA CONTA**

NESSA ACADEMIA PERSONALIZADA QUE TE OFERECE:

- » 9 alunos por horário na musculação;
- » Avaliação Física;
- » Treinos individuais elaborados de acordo com anamnese e testes da avaliação;
- » 3 professores registrados no CREF (Conselho profissional);
- » Horário exclusivo para adolescentes na musculação;
- » Ambiente higienizado com bactericida diariamente;
- » Toalhas;
- » Copos individuais personalizados;
- » Música ambiente da sua preferência.

**VENHA FAZER PARTE DESSE CLUBE. AQUI, VOCÊ É ÚNICO.**

**15% DE DESCONTO NO PLANO SEMESTRAL ATÉ 30 DE NOVEMBRO.  
GARANTA SUA VAGA.**

**Daniessa Arantes**

CREF: 2053-G/GO

Professora de Educação Física | Sócia Proprietária Clube Um

 clube\_um  (64) 3431 6900  (64) 99203 0607

 Av. Beira Rio s/n, Vila de Furnas (Clube de Furnas)

# Precisando vender seu imóvel?

Quero te ajudar! Coloque seu imóvel em evidência comigo e aumente suas chances de fazer um bom negócio.

**Cuido de tudo para fechar um bom negócio com rapidez e segurança.**



Cadastro do seu imóvel



Fotos e vídeos do imóvel



Anúncios nos portais imobiliários



Assessoria nas propostas e contratos



Segurança na negociação

**Pronto: Negócio Fechado!**



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



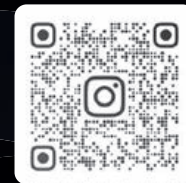
(64) 99236-1134



[rosbergclaro.corretor@gmail.com](mailto:rosbergclaro.corretor@gmail.com)



Rua Floriano Peixoto, nº 212, Galeria Villa Cerrado, Sala 09, Centro, Itumbiara-GO



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



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

# MEGA JOIAS A MAIS LEMBRADA NO SEGMENTO DE JÓIAS.



Valdir Ribeiro da Silva (presidente da FCDL), Crysthofer, Dione Araújo (prefeito de Itumbiara). Nilson (Mega Jóias) e Orlando Luiz Ferreira (presidente CDL)

MAIS UMA VEZ A MEGA JÓIAS FOI ELEITA A MELHOR JOALHERIA DE ITUMBIARA.

PARA NÓS ESTE PRÊMIO É MAIS DO QUE UM RECONHECIMENTO, É A CERTEZA DE QUE NOSSA DEDICAÇÃO EM SATISFAZER NOSSOS CLIENTES E A CREDIBILIDADE DE NOSSOS PRODUTOS E SERVIÇOS FAZEM A DIFERENÇA.

A TODOS OS NOSSOS AGRADECIMENTOS...



64. 99661 1316 | 3431 5535

Rua Marechal Deodoro, 279 | Centro | Itumbiara-GO



# NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS E A LEGISLAÇÃO

## Temas de alto impacto para quem compra e quem investe em imóveis

### *Multipropriedade Imobiliária*

A Multipropriedade é definida pelo Código Civil como “o regime de condomínio em que cada um dos proprietários de um mesmo imóvel é titular de uma fração de tempo, à qual corresponde a faculdade de uso e gozo, com exclusividade, da totalidade do imóvel, a ser exercida pelos proprietários de forma alternada”.

Dessa forma, a Multipropriedade Imobiliária trata-se da possibilidade de múltiplos proprietários possuírem, conjuntamente, um único bem imóvel, sendo que, ao invés de serem donos de uma fração ideal do bem, comum nos condomínios edilícios, irão dividir o imóvel por frações de tempo, onde cada proprietário terá o direito de usufruí-lo, utilizando-o de forma exclusiva por determinados dias e meses do ano.

Com a finalidade de resguardar todos os direitos e obrigações dos multiproprietários, a Lei 13.777/2018 disciplina que cada unidade periódica terá sua própria matrícula devidamente registrada em cartório, devendo constar a duração dos períodos correspondentes a cada fração de tempo de seus proprietários. Não obstante, o imóvel objeto da multipropriedade, em si, é indivisível, não se sujeitando a ação de divisão ou de extinção de condomínio.

A Lei 13.777/2018 dispõe que o período correspondente a cada fração de tempo será de, no mínimo, 7 (sete) dias, seguidos ou intercalados, ou seja, o imóvel poderá ter até 52 (cinquenta e dois) proprietários. A fração de tempo poderá ser: (a) – fixa e determinada, correspondente ao mesmo período de cada ano; (b)

flutuante, caso em que a determinação do período será realizada de forma periódica; ou (c) mista, isto é, combinando características do sistema fixo e do sistema flutuante.

Destaca-se que, nesse tipo de propriedade, o multiproprietário pode alienar e onerar sua fração de tempo de forma livre, devendo, contudo, informar tal fato ao administrador do condomínio em multipropriedade. A alienação da fração de tempo não depende da anuência dos demais coproprietários e, tampouco, garante-se aos demais condôminos o direito de preferência, salvo disposição expressa no instrumento de instituição da multipropriedade imobiliária.

O instituto da Multipropriedade é realmente uma interessante forma de aquisição de bem, no entanto, por possuir muitas peculiaridades em cada caso concreto, para a maior proteção do negócio, o pretense comprador deve priorizar a contratação de advogado especializado para auxiliá-lo na formalização do negócio.



**SAMARA CARVALHO**  
Advocacia & Assessoria Jurídica

**SAMARA CARVALHO SILVA FRANCESCHI**

OAB/GO 27479

Pós-Graduada em Direito Público;

Pós-Graduada em Direito do Trabalho e Processo do Trabalho.

✉ samaracarvalhoadv@gmail.com

  @samaracarvalho.adv



# Glow Cachos



Aconteceu no dia 29 de setembro o Coquetel de Confraternização com as participantes do Projeto Glow Cachos. O Projeto foi criado pela Blogueira de Cachos Júlia Nascimento (juhcosta) e pela cabeleireira Josy (josyessenciahair).

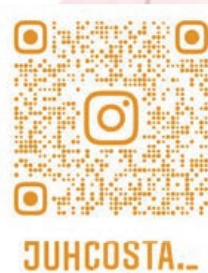
O Projeto Glow Cachos teve como objetivo ajudar as cacheadas com dicas sobre produtos, procedimentos e cuidados com os cabelos.

Com mais de 12 anos de experiência o Salão Essência Hair inova com o atendimento as cacheadas oferecendo:

- ✓ Tratamento com produto especial para soltura de cachos. Essa soltura é feita para a diminuição do fator encolhimento e redução do volume.
- ✓ Consultoria para acompanhamento de transição capilar.
- ✓ Finalização (Definição dos cachos).
- ✓ Cronograma capilar (Nutrição, hidratação e reconstrução).
- ✓ Ozonioterapia capilar.

Também, toda a experiência com progressiva, selagem, botox capilar, mechas e coloração.

E se você quiser sair ainda mais produzida, oferecemos também sobrancelhas, maquiagem e penteados.



APOIO:



Rosa de Açúcar  
CONFEITARIA



(64) 99228-7027

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

RUA TEREZINHA CANDIDA DA COSTA  
185 JARDIM LEONORA 2 - ITUMBIARA-GO





A comunicação não violenta ajuda a transformar a energia contra em energia a favor. Com efeito, criticar, ruminar, resmungar ou insultar é algo que desperdiça uma energia considerável e que não é muito produtivo.

A comunicação não violenta é uma maneira de pensar e de falar que pretende incluir a compreensão e o respeito mútuo nas trocas e de se fazer ouvir sem agredir.

A comunicação não violenta é vivida em dois planos:

O primeiro, é uma intenção de benevolência e a busca de uma qualidade de conexão.

O segundo é uma maneira de comunicar visando servir o primeiro; ele consiste em 4 etapas: a observação dos fatos, a expressão (facultativa) de sentimentos, a expressão das necessidades (na origem dos sentimentos) e a formulação de um pedido e em 2 subdivisão: a expressão honesta de si (ou assertividade) e a escuta respeitosa do outro (ou empatia).

*"A violência é a expressão trágica de necessidades não satisfeitas. É a manifestação da impotência e/ou do desespero de alguém que está tão desamparado que acha que suas palavras não bastam mais para se fazer ouvir. Então ele ataca, grita, agride..."*  
(Marshall B. Rosenberg)



**PLENITUDE**

consultório de psicologia

## Karyna Santos Almeida Brito

Psicóloga CRP 09/012471

Ensino Superior Instituição: ILES/ULBRA – ITUMBIARA

Psicologia;

Especialista em Terapia Cognitivo-Comportamental

Instituição: Capacitar Centro Educacional–Uberlândia;

Pós-graduação: Estresse e estratégia de enfrentamento;

Pós-graduação: Psicologia Positiva Status: em andamento;

Pós-graduação: Neuropsicologia Instituição:

Capacitar Centro Educacional – Uberlândia-MG

Status: em andamento.

☎ 64 992164060

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

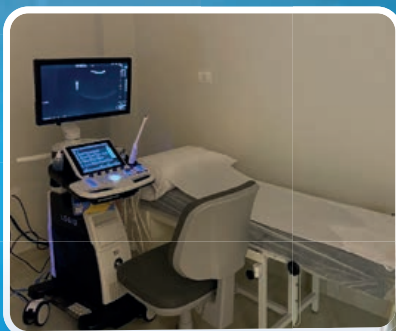


# ultra

MEDCENTER

EXCELÊNCIA EM DIAGNÓSTICO

MONITORE TODO O  
DESENVOLVIMENTO DO SEU  
BEM MAIOR.



VENHA REALIZAR SEUS EXAMES DE  
ULTRASSOM COM A GENTE!

- Ultrassom Geral
- Ultrassom Medicina Interna
- Ultrassom Ginecológico
- Ultrassom Obstétrico
- Ultrassom Musculoesquelético
- Ultrassom com Doppler Colorido
- Ultrassom Obstétrico Morfológico

**AGENDE SEU EXAME**  
SEM FILA E SEM ESPERA



(64) 3431-3111

[WWW.ULTRAMEDCENTER.COM.BR](http://WWW.ULTRAMEDCENTER.COM.BR)

Rua: Flauzino Domingos Silva, 20 | ST. Central | Itumbiara/GO

**RESPONSÁVEL TÉCNICO:**

Dra. Mariana Araujo Vilela  
Médica Radiologista Titular do CBR  
CRM-GO 27266  
RQE 14551



## Qual a importância da profilaxia dental para o seu sorriso?

A saúde bucal reflete diretamente a nossa saúde geral. Por esse motivo, a profilaxia dental se torna tão importante, assim como os cuidados diários relacionados à higiene bucal.

A profilaxia, também conhecida como a limpeza dental, tem um papel importante na prevenção de doenças e outros desconfortos. Afinal, mais do que ter um sorriso bonito, é fundamental que ele seja saudável.

### • O que é a profilaxia dental e como é feita?

Como falamos, a profilaxia é a limpeza realizada no consultório odontológico, por um profissional. Por esse motivo, aqui vamos além dos cuidados com a higiene bucal que devemos seguir – escovação ao menos três vezes ao dia, além do uso diário do fio dental.

Sendo assim, a profilaxia é uma limpeza especializada, que remove acúmulos de biofilme (formada pela placa bacteriana) que não são possíveis de serem retirados durante a nossa higiene bucal diária.

Para isso, usa-se materiais e produtos diferenciados do nosso uso diário. Durante a profilaxia, o dentista limpa e higieniza cada dente individualmente, seja por raspagem ou com jatos de bicarbonato de sódio.

### • Quais as principais vantagens da profilaxia?

As vantagens da profilaxia dental são inúmeras, afinal, ter um sorriso saudável é importante, além da prevenção de doenças e um hálito mais fresco. Ainda assim, vamos conversar sobre cada um dos seus benefícios.

É difícil notar a cárie, principalmente no seu início. Isso porque não causa desconfortos e nem dores, muitas vezes não sendo nem visível. Entretanto, a falta do tratamento pode causar grandes lesões no dente, muitas vezes sendo necessário realizar o tratamento de canal.

E se a prevenção é tão simples, então por que não fazê-la, não é mesmo? Isso porque o surgimento das cáries se dá através do alto consumo de açúcares e carboidratos, associado à falta de higiene bucal adequada.

Uma vez que você realiza a profilaxia periodicamente, as cáries não vão se instalar e progredir, já que o profissional consegue realizar os procedimentos indicados para isso.

### • Combater o mau hálito

O mau hálito ocorre por conta do excesso de micro-organismos e bactérias na boca. Como a profilaxia se dá pela limpeza profunda

de todos os dentes e língua, esse acúmulo que antes tinha diminuí, assim como o mau hálito.

Outra dica importante em relação ao mau hálito é, além de realizar a higiene bucal, consumir também bastante água. Isso porque as bactérias se proliferam em maior quantidade na boca seca.

### • Remoção do tártaro

Um dos pontos mais importantes da profilaxia dental é a remoção do tártaro. Isso porque não pode ser feito em nenhum outro local além do consultório odontológico.

O tártaro ocorre quando há a calcificação do biofilme. Enquanto a placa bacteriana pode ser removida com o uso do fio dental em sua maior parte, uma vez que essa placa endurece, formando o tártaro, não é mais possível retirá-lo em casa, apenas no consultório.

Ou seja, o tártaro é o acúmulo de bactérias e micro-organismos, endurecido, tanto na superfície dos dentes quanto sob a gengiva. Caso não seja retirado, pode influenciar no aparecimento de doenças gengivais, como veremos a seguir.

### • Evitar o aparecimento de doenças gengivais

As doenças gengivais são uma das mais comuns em relação à saúde bucal, podendo inclusive ser responsável pela perda do elemento dentário, caso não tenha o tratamento adequado.

A Gengivite, no primeiro estágio da doença, ocorre por conta do acúmulo do biofilme, causando a inflamação da gengiva. Os sintomas incluem:

- \* Vermelhidão;
- \* Sangramento gengival;
- \* Gengiva retraída;
- \* Sensibilidade.

Caso a gengivite não seja tratada, ela pode evoluir para a Periodontite, um estágio mais avançado da doença. Nesse caso, a doença é infecciosa e bacteriana, atingindo os tecidos de suporte do dente, podendo levar à perda do elemento dentário.

### • Quando preciso fazer a profilaxia dental?

O ideal é que as consultas periódicas ao dentista, quando é feita a profilaxia, ocorra uma vez a cada seis meses ou pelo menos uma vez ao ano. Entretanto, o importante é sempre seguir a recomendação do profissional.

É importante lembrar que essa limpeza especializada no dentista a cada seis meses não substitui os cuidados diários com a higiene bucal, mas serve como um complemento para evitar que as doenças progridam.



**FREIRE & BAZAGA**  
ODONTOLOGIA

## Dr. Marcelo Bazaga

CRO/GO: 14561

Formada pela universidade de Uberaba (UNIUBE).

## Dra. Jessika Freire Bazaga

CRO/GO: 14562

Formada pela universidade de Uberaba (UNIUBE).

☎ 64 98125-1909

📍 Avenida Santos Dumont 1190A,  
Praça da Bandeira, 148.  
Av. Osvaldo Cruz, 120 (Paranaíba Shopping)  
Itumbiara - GO





A gente pode  
**fazer mais**  
pelo seu negócio.

Conte com as nossas soluções para facilitar a gestão do fluxo de caixa da sua empresa.

- **Cobrança**
- **Folha de pagamento**
- **Máquina de cartões**
- **Cartão empresarial**
- **Pix para pagar ou receber**
- **E muito mais**

Aqui você encontra parceria e atendimento próximo para fazer mais com os recursos financeiros do seu negócio.

## ***Vamos trocar uma ideia?***

*Av. Presidente Vargas, nº 440,  
Centro, Goiatuba/GO*

***Acesse [sicredi.com.br](https://sicredi.com.br) e saiba mais.***



**SAC - 0800 724 7220**

**Deficientes Auditivos ou de Fala - 0800 724 0525**

**Ouvidoria - 0800 646 2519**



As sementes  
criam  
futuros.

**CRESCER  
RECEBENDO  
ATENÇÃO, PARA  
GERMINAR SONHOS  
DO AGORA E  
COLHEITAS DO  
AMANHÃ.**

**ASSIM É A EDUCAÇÃO INFANTIL NO COLÉGIO ZÊNITE!**

**O aprendizado se fortalece na medida em que se internaliza, em que se aprofunda, em que cresce para dentro.**

**E porque se enraíza, graças à atenção com que é feito o ensinar e o aprender, a profundidade gera a altura, seu par complementar.**

**Assim, as raízes permitem muito crescimento, permitem galhos, folhas, flores, frutos. Permitem alcançar metas diversas, porque tiveram todo o cuidado necessário para se fortalecerem e avançarem.**

**O resultado disso é visível, é palpável, já que se projeta sobre a vida, sobre o mundo: é aprendizagem feita com conexão, com força e com propósito. **É ZÊNITE!****

**NOSSOS PARCEIROS:**







O encontro  
frutifica  
o entender!

**EDUCAR É  
ESTAR JUNTO.  
É REGAR A  
PAIXÃO PELO  
SABER.  
É TRANSFORMAR  
IDEIAS EM  
REALIZAÇÕES.**

**ASSIM É O ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS NO COLÉGIO ZÊNITE!**

**O aprendizado se fortalece na medida em que se internaliza, em que se aprofunda, em que cresce para dentro.**

**E porque se enraíza, graças à atenção com que é feito o ensinar e o aprender, a profundidade gera a altura, seu par complementar. Assim, as raízes permitem muito crescimento, permitem galhos, folhas, flores, frutos.**

**Permitem alcançar metas diversas, porque tiveram todo o cuidado necessário para se fortalecerem e avançarem.**

**O resultado disso é visível, é palpável, já que se projeta sobre a vida, sobre o mundo: é aprendizagem feita com conexão, com força e com propósito. **É ZÊNITE!****

**AGENDE UMA VISITA!**

**Unidade 1** • (64) 3431-8286  
Rua XV de Novembro, 128  
Itumbiaria-GO Cep: 75503-030

**Unidade 2** • (64) 3404-5324  
Av. Rogelina Maria de Jesus, 259  
Itumbiara-GO, Cep: 75524-345



Colégio  
**Zênite**  
Seriedade em Educação.



A estrutura  
faz  
expandir.

**A APRENDIZAGEM  
É UM TRONCO  
FORTE QUE SE  
PROJETA EM UM  
UNIVERSO DE  
POSSIBILIDADES.**

**ASSIM É O ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS NO COLÉGIO ZÊNITE!**

Se sobre ela caírem as águas da atenção, o calor do cuidado e a nutrição dos afetos, a beleza do germinar acontece. A isso se segue todo um crescimento que necessita de extrema paciência e cautela.

E, com o passar preciso do tempo, o ser que estava adormecido na semente vai manifestando toda a sua grandeza, toda a sua beleza, em uma colheita que modifica a vida daqueles que estão ao seu redor.

Esse é um resultado visível, palpável, já que se projeta sobre a vida, sobre o mundo: é aprendizagem feita com conexão, com força e com propósito. **É ZÊNITE!**

**NOSSOS PARCEIROS:**





As  
raízes fortes  
fazem alcançar.

**O MELHOR DE CADA UM É  
CONSTRUÍDO, PORQUE A  
PROFUNDIDADE DO  
APRENDIZADO SUSTENTA  
O CRESCER.**

**ASSIM É O ENSINO MÉDIO NO COLÉGIO ZÊNITE!**

**A expansão completa e firme só acontece quando a estrutura é construída aos poucos e com cuidado. A cada parte dessa estrutura corresponde um esforço diferente e um alcance de um estado diverso. Porque se estruturar é também se modificar. É ganhar níveis mais altos, espaços mais ampliados, perspectivas diferentes. E, por isso, novas totalidades vão se completando ao mesmo momento em que convidam a um novo ampliar, a um ir mais longe ainda. Surge assim, um horizonte de possibilidades, que ganham expressão, que ganham corpo, que acontecem. Esse é um resultado visível, palpável, já que se projeta sobre a vida, sobre o mundo: é aprendizagem feita com conexão, com força e com propósito.. **É ZÊNITE!****

**AGENDE UMA VISITA!**

**Unidade 1** • (64) 3431-8286  
Rua XV de Novembro, 128  
Itumbiaria-GO Cep: 75503-030

**Unidade 2** • (64) 3404-5324  
Av. Rogelina Maria de Jesus, 259  
Itumbiara-GO, Cep: 75524-345



Colégio  
**Zênite**  
Seriedade em Educação.



---

A loja que inspira e traduz a essência da mulher moderna.

---

Você mulher atendida e conectada que gosta de novidades e busca por praticidade em seu dia a dia, vai encontrar na Ecochik peças de moda validadas que encaixam em sua rotina sem deixar de valorizar a sua imagem.

INFORMAÇÃO DE MODA: TENDÊNCIA BRASIL CORE



**Dica da Lorena Genes**

Coach e consultora de imagem formada pela Ecole Supérieure de Relooking

Para uma maior valorização da imagem, invista em peças de qualidade! Sem dúvidas um material diferenciado, com um bom corte e acabamento, fazem toda a diferença.

Obs; lembrando que os acessórios fazem parte da produção e para um bom resultado devemos seguir a mesma recomendação.

---

(64) 3431-3130

(64) 9 8150-2444

Rua Tiradentes, R. Dr. Mario Guedes, 247 - Centro, Itumbiara - GO

# HOSPITAL DA UNIMED AGORA REALIZA NEUROCIRURGIAS AVANÇADAS



Hospital da Unimed, em Itumbiara, agora realiza cirurgias extremamente avançadas, tais como tumores cerebrais e aneurismas cerebrais.

Com tecnologia de ponta, contamos também com setor de UTI e Hemodinâmica no auxílio aos procedimentos.

Realizamos também cirurgias minimamente invasivas endoscópicas de cérebro e coluna, não necessitando mais de deslocar nenhum paciente para fora de nossa cidade para o tratamento de coluna e doenças do cérebro.

Venha marcar sua avaliação com Dr. Marcelo Lamberti, Neurocirurgião, na Clínica Alfa Saúde.

O Neurocirurgião é o médico responsável por tratar as patologias do cérebro e da coluna vertebral.

E Deus vai guiando nossas mãos!

## Dr. Marcelo Oliveira Lamberti

CRM/GO: 28.236 | RQE: 15222

Neurocirurgião;

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

 @neuro\_lamberti\_marcelo



**ALFA** saúde 

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06, 07 e 08



Além de consultoria em moda íntima, produtos e acessórios sensuais, a loja oferece o serviço de entretenimento "Chá de Lingerie".

O chá de lingerie é uma festa intimista que conta somente com um grupo de 10 a 20 amigas da noiva que é realizado dias antes do casamento.

O objetivo da festa, por exemplo, é a renovação do armário de lingerie da noiva e produtos sensuais incríveis para deixá-la ainda mais bonita e atraente na Lua de Mel com o marido!

O chá de lingerie oferecido pela loja Innamorata é conduzido por Cairo Para Maiores, especialista em eventos para mulheres, que além da diversão garantida através das brincadeiras ele leva informações relevantes sobre sexualidade e dicas de sensualidade e sedução, tudo de forma bem humorada e sem constrangimento.

- LINGERIES SENSUAIS;
- LINGERIES BÁSICAS;
- MODA ÍNTIMA MASCULINA;
- PIJAMAS;
- LINHA MATERNIDADE;
- LINHA PÓS CIRÚRGICO;
- MODA PRAIA;
- PRODUTOS ERÓTICOS E SENSUAIS.



**INNAMORATA**  
MODA ÍNTIMA E SEX SHOP

☎ (64)99254-1020

📍 Avenida Modesto de Carvalho 1350,  
Vila Vitória I, Sala 02 - Itumbiara-GO

# DÊ ASAS À SUA IMAGINAÇÃO

TEMOS SOLUÇÕES VISUAIS PARA SUA EMPRESA!

ADESIVOS - LONAS - MDF - ACM - ACRÍLICOS - GRÁFICA - FACHADAS - CARTÃO DE VISITA



## WORLD IMPRESSÕES E CORTES

Lorenzo Campos de Castilho

(64) 3433-9850

(64) 99668-0083

Worldimpressoesiub

Rua Marechal Floriano Peixoto - 191 - Centro - Itumbiara-GO - CEP: 75503-060

 **RAVENNA**  
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

FARMÁCIA ESPECIALIZADA EM MEDICINA ESPORTIVA

RUA PADRE FÉLIX, 200 - CENTRO - ITUMBIARA-GO

| (64) 3431-5566

| (64) 99665-5566

| [www.ravenna.ind.br](http://www.ravenna.ind.br)



# Dra. Cherie

REVENDA AUTORIZADA

## QUAL A IMPORTÂNCIA DA UNIFORMIZAÇÃO DE PROFISSIONAIS?

O USO DE UM UNIFORME DENTRO DO TRABALHO TRANSMITE SEGURANÇA, ORGANIZAÇÃO, HIGIENE, PADRONIZAÇÃO. ALÉM DE QUE FACILITA A IDENTIFICAÇÃO DO FUNCIONÁRIO E GERA UM SENTIMENTO DE PERTENCIMENTO À EQUIPE, PROMOVENDO UMA MAIOR INTEGRAÇÃO E IGUALDADE.



 64 99342-8931.  @dra.cherieitumbiara\_oficial

 Rua Padre Florentino, 25, Itumbiara-GO



# Exercício físico e hipertensão arterial



Desde a década de 60-70 diversos avanços na área da saúde têm sido realizados com o objetivo de tratar/controlar o desenvolvimento das doenças cardiovasculares (DCV). Porém, apesar de tantos esforços, a hipertensão arterial (HA) continua sendo um grande problema para os brasileiros, acometendo em média 32% da população adulta e mais de 60% da população idosa, além do que, a HA pode comprometer vários órgãos corporais, dentre eles o cérebro, rim, coração, dentre outros, sendo então uma doença bastante agressiva, de alta prevalência e responsável de forma direta e indireta por 50% das mortes ocasionadas por DCV.

Existem diversas condutas recomendadas para o controle/tratamento da HA, dentre elas a mais importante é a prática do exercício físico, entretanto, para isso é necessário que os profissionais responsáveis pela prescrição dos exercícios desse aluno estejam aptos para lidar com as especificidades dessa doença.

Quando falamos nos melhores exercícios para esses indivíduos praticarem, logo pensamos no aeróbico (dançar, correr, andar, nadar, dentre outros), devido aos seus comprovados efeitos hipotensivos crônicos, sendo observada uma redução média entre 6,9 mmHG para a pressão arterial sistólica (PAS) e 4,9 mmHG para a pressão arterial diastólica (PAD), porém não podemos descartar os exercícios resistidos (musculação) pois já foram observadas reduções em 5 a 6 mmHG na PAS, mas os exercícios resistidos

entram como forma de complementar os exercícios aeróbicos, sendo então necessário que esses exercícios sejam prescritos por um profissional capacitado, para não ocorrer o agravamento do quadro de saúde do aluno.

Na Academia Ritmo contamos com toda a estrutura necessária para receber alunos portadores de hipertensão arterial, desde a avaliação física até as aulas de dança, trabalhando em conjunto no objetivo de prescrever exercícios específicos, prezando sempre pela saúde dos alunos. A preocupação com a saúde cardiovascular é de extrema importância, busque uma vida fisicamente ativa e cheia de Ritmo e minimize as chances de desenvolver doenças cardiovasculares. Cuide-se !!!!

## Referências Bibliográficas

CONTERATO, Igor. Avaliação e prescrição clínica de exercício físico para grupos especiais. 1. ed. São Paulo: Lura Editorial, 2021. p. 184-207.



## Felipe Gabriel Ferreira de Souza

Graduando Educação Física

Professor Academia Ritmo

Instagram: @fegabriel\_2



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

☎ (64) 3431-1199

📷 ACADEMIARITMO

📱 RITMOACADEMIAOFICIAL

# DIVÓRCIO “EXPRESS”

**É possível estar divorciado(a) em poucas horas, ainda que não haja a concordância da outra parte e existam bens a serem partilhados!**

Quando uma relação chega ao fim, muitos desejam o rompimento imediato do vínculo, seja para que se sintam verdadeiramente “livres”, seja para que não dependam mais do ex-cônjuge para fazer negócios, ou ainda para que possam contrair um novo matrimônio.

Desde a nova redação do artigo 226, §6º, da Constituição Federal, alterado pela Emenda Constitucional 66/2010, o pedido de divórcio pode ser feito de forma direta, sem observância de qualquer prazo, nem mesmo sendo necessária a prévia decretação de separação judicial, concordância do outro cônjuge e, ainda que existam bens a serem partilhados.

Portanto, não há mais que se falar em culpa, separação de fato há pelo menos dois anos, ou qualquer outro requisito, bastando, para que haja o divórcio, a existência de um casamento válido e a vontade de um dos cônjuges em dissolver a sociedade conjugal.

Isso porque, o divórcio passou a ser considerado um “direito potestativo”, ou seja, um direito sobre o qual não recai qualquer discussão, restando à outra parte apenas a aceitação.

Contudo, nos casos em que o casal possui patrimônio a ser partilhado e não existe consenso na partilha, não basta que se dirijam ao cartório mais próximo para que o divórcio seja realizado, sendo necessário ingressar com o pedido judicialmente.

A boa notícia é que, não há mais que se falar em meses ou até mesmo anos de espera do Judiciário para se divorciar, já que esse pedido pode ser feito liminarmente e, nesses casos, as decisões têm apresentado uma celeridade até incomum, sendo muitas vezes, publicadas poucas horas após o protocolo da petição inicial que requer a decretação do divórcio, e por isso utilizamos o termo “Divórcio *Express*”.

Isso se dá pelo fato de que, o direito ao divórcio deve ser assegurado com efetividade e rapidez, em prevalência ao estado integral da dignidade dos cônjuges que estejam sob rompimento da união conjugal passível de desentendimentos ou de litígios. E, ainda, não se mostra razoável fazer a parte aguardar o tempo até o contraditório ou a realização de audiência de mediação/conciliação, se uma das partes já manifestou a sua inequívoca vontade de se divorciar.

Mas, e quanto aos bens eventualmente existentes e que devem ser partilhados?

O Superior Tribunal de Justiça, através da Súmula 197, entende que “o divórcio direto pode ser concedido sem que haja prévia partilha dos bens”. Isto quer dizer que, a decretação do divórcio através de decisão liminar não representa qualquer prejuízo às partes quanto à partilha de bens, já que independente da dissolução do vínculo, o patrimônio permanece igualmente passível

vel de partilha em momento posterior, levando sempre em consideração o regime de bens escolhido.

Ocorre que, enquanto não existem problemas no casamento, os cônjuges intensificam os laços afetivos e vivem em total harmonia. Mas, quando há rupturas na sociedade matrimonial, normalmente, surgem entre os consortes sentimentos de mágoa, ressentimento e discórdia, além de um possível desejo de prejudicar o(a) parceiro(a) e de lesá-lo(a) economicamente, resultando, muitas vezes, em fraudes na partilha de bens no momento do divórcio.

Portanto, as partes precisam estar atentas à administração dos bens por aquele que estiver na posse, e ainda, orienta-se que não demorem no requerimento da partilha. Pois, ainda que, em

caso de eventual fraude, seja possível se discutir e comprovar judicialmente, o caminho pode se tornar mais longo e oneroso, e, uma vez deteriorado o patrimônio, os prejuízos à parte lesada podem ser dificilmente reparáveis.

*“O amor termina sem alarde, sem sinais claros, sem simultaneidade. De repente, o cônjuge se torna personagem de cordel, sendo caçado por quem ama e julga ser amado. Enquanto um se dedica ao tecido dos dias, na ilusão da normalidade, o outro já trama um futuro diverso e arma o bote. Quem outrora mereceu juras de amor, torna-se vítima, sem que perceba.”*  
(Gladston Mamede)

**TM** **THAÍS**  
**MARTINS**  
ADVOCACIA & CONSULTORIA JURÍDICA

**Advogada especialista em Direito de Família & Sucessões;**  
**Expertise em Inventários e Planejamento Sucessório;**  
**Membro do Instituto Brasileiro de Direito de Família - IBDFAM.**

64 99999-7227

thaismartinsadv





## Nós somos bem-estar, saúde e inovação

A Provanza foi inspirada na região francesa de Provence, conhecida pelos seus campos de lavanda floridos, unindo sofisticação com o que há de mais avançado no mercado de cosméticos. Especialmente pensada para você que aprecia produtos de qualidade a marca desenvolveu itens para casa, corpo, aromaterapia e também criou a casa de chás.

Toda a linha Provanza carrega uma proposta única de cosméticos para o corpo e para o lar, que trabalham em conjunto com os benefícios dos chás para envolver todos os cinco

sentidos dos nossos clientes.

Agora sob a direção de Ana Clara Melo e Moura, o que já era bom ficou ainda melhor, venha nos fazer uma visita e conhecer um pouco mais da Provanza, empresa que une produtos de alta tecnologia com conhecimentos milenares da arte dos chás.

Aqui você encontra inúmeras opções de itens para cuidados para casa, corpo e cabelo, perfumes e maquiagens e uma grande variedade de deliciosos chás!



# PROVANZA

☎ 64 9 8103 1111

Rua Padre Felix, nº129, Sala 06 c/Paranaíba - Centro, Itumbiara-GO

📷provanzaitumbiara 📘provanza.itumbiara



SOB NOVA DIREÇÃO

ANA CLARA MELO E MOURA

# ENCONTRE O TIME PARA A SUA EMPRESA



## VANTAGENS DO RECRUTAMENTO POR COMPETÊNCIAS

- ✓ Equipes de alta performance
- ✓ Menor rotatividade
- ✓ Avaliação imparciais e éticas
- ✓ Processo de seleção é mais objetivo, focado e seguro.
- ✓ Identificação do perfil mais compatível com a cultura da empresa

# 03 tipos de receitas que empresários deveriam pensar em ter

Em geral, as empresas utilizam somente receitas ativas, mas será que há formas do seu negócio também ganhar dinheiro de forma passiva e, principalmente, recorrente? Confira o quadro abaixo:



## Receita ativa

A venda depende de um esforço contínuo da empresa. É a forma típica utilizada. Ex.: venda de produtos e serviços.



## Receita passiva

A venda não depende do esforço contínuo da empresa. Pode ser um esforço único. Ex.: venda de curso online (já gravado uma única vez).



## Receita recorrente

Modelo de assinatura em que há pagamentos frequentes e periódicos. Ex.: clube de assinatura com produtos do seu nicho.

Uma dica para **rendas passivas** é encontrar parceiros que possam vender por você, investimentos em outros negócios que gerem renda extra, novos canais de venda, etc. Ideias de **receita recorrente** incluem programas de assinatura e vantagens a clientes, algum produto que possa ser renovado mensalmente, etc.

Para todas essas receitas extras é exigido criatividade e não é tarefa fácil. Mas pode ser recompensador!



### Edvanio Junio

Contador perito, especialista em Gestão Tributária e Benefícios Fiscais, Consultor Empresarial, Palestrante e Diretor do Grupo Contar.

### Gisele Félix

Contadora, Pós-graduada em auditoria e Perícia; Diretora do Grupo Contar.

**CONTAR**  
Contabilidade e Consultoria

Rua Valdivino Vaz, 353, Itumbiara-GO / (64) 3431-3153

contarcontabilidade.com |   @contar.contabilidade

O PLANEJADO PERFEITO,  
DO JEITO QUE VOCÊ  
SONHOU.







# Linear

Planejados

 (64) 9.8167-5180

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



**TEMOS UMA FLORICULTURA COMPLETA PARA SEU PAISAGISMO, DECORAÇÃO OU PRESENTEAR!**



*Venha conhecer!!!*

  
**Itumbiara Gramas**  
**Viveiro e Floricultura**

  ITUMBIARAGRAMAS

 (64) 99667-9002

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

**AVALIAÇÃO COMPLETA COM BIOIMPEDÂNCIA, MEDIDAS, EXAMES LABORATORIAIS (SE NECESSÁRIO);**

**PARA CAPILAR: TRICOSCOPIA (EXAME DE IMAGEM DO COURO CABELUDO E HASTE CAPILAR), EXAMES FÍSICOS PARA IDENTIFICAR QUEBRA E COMO ESTÁ A QUEDA, EXAMES LABORATORIAIS (SE NECESSÁRIO);**

**O PACIENTE VAI PARA CASA COM PRESCRIÇÃO DE USO ORAL E, SE NECESSÁRIO, DE USO TÓPICO TAMBÉM.**

**SAÚDE CAPILAR - TRICOLOGIA (QUEDA E QUEBRA CAPILAR, BARBA E SOBRANCELHA COM FALHAS)**

**ENZIMAS, ATIVOS INTRAMUSCULARES PARA**

Emagrecimento,  
Gordura Localizada;  
Papada;  
Celulite;  
Estrias;  
Flacidez;  
Ganho de massa muscular;  
Definição Abdominal;  
Aumento e enrijecimento dos glúteos;

Melhora Performance Física e Mental;  
Aumento da imunidade;  
Detox Hepático;  
Aumento da Produção de colágeno;  
Aminoácidos Essenciais;  
Pool de Aminoácidos;  
Vitaminas.



**DRA. RAISA CONRADO VIEIRA**

**FARMACÊUTICA ESTETA**

**☎ (62) 981482789**

Farmacêutica Pós Graduada em  
Saúde Estética;  
Saúde Capilar-Tricologia;  
Intradermoterapia;  
Intramuscular (ortomolecular).



**MÉRIAH**  
ESTÉTICA E MEDICINA INTEGRADA

☎ (64) 3404-4433

☎ (64) 9.9999-3078

📍 Av. Adoniro Martins de Andrade,  
66, Centro - Itumbiara-GO



**Vença essa  
luta, antes  
de começar.**  
*novembro  
azul*



**Seu  
Verduraão**

Acompanhem nossas  
ofertas diárias pelo insta



@oseuverduraao



64.3404 2413

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



## Por que devo clarear meus dentes?

Talvez você sempre quis ter um lindo sorriso branco. Ou seus dentes amarelaram com o passar do tempo. Ou talvez você não esteja feliz com as manchas provenientes do café, chá ou refrigerantes de cola. Qualquer que seja sua razão de querer dentes mais brancos, você não está sozinho.

Assim como todos nós temos cores diferentes de cabelo e pele, as pessoas também têm coloração diferente dos dentes. Alguns dentes são mais amarelos que outros, enquanto outros amarelam com a idade. A cor natural de seus dentes também pode ser alterada por muitos fatores.

As manchas superficiais e descoloração interna podem ser causadas por:

- O processo natural de envelhecimento.
- Tabaco (fumar ou mascar), beber café, chá ou vinho tinto, e ingerir alimentos pigmentados como frutas vermelhas.
- Acúmulo de placa ou depósitos de tártaro.
- Ingestão excessiva de flúor (mais de duas partes de flúor por milhão de partes de água) quando os den-

tes estão se formando, o que confere ao dente uma aparência mosqueada.

- Tratamento com antibióticos a base de tetraciclina durante a infância.
- Trauma nos dentes pode causar coloração ou marrom, ou cinza ou preta.

Há muitas razões para clarear seus dentes, incluindo:

- Maior segurança e autoestima como resultado de um sorriso incrível.
- Aparência mais jovem.
- Um evento especial como um casamento, entrevista para emprego ou encontro de ex-alunos.
- Causar uma primeira impressão positiva.
- Simplesmente para reverter os anos de manchamento e amarelamento diários.

Sempre consulte seu dentista antes de iniciar qualquer processo de clareamento. Apenas ele poderá melhor avaliar se você está apto para se submeter a um tratamento em particular.



CRO/GO: 13.116

Especialista em Odontologia Estética;

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

☎ (64) 99344-1066

✉ drasamararesende@yahoo.com

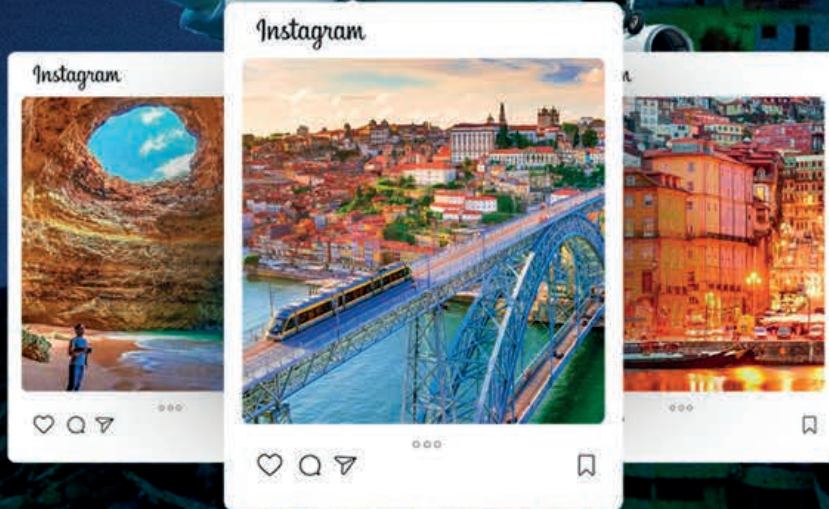
🏠 Ed. Flamboyant, 34 Sl. 01 - Pça. Sebastião Xavier - Centro - Itumbiara-GO

Convênio:  UNIODONTO



Grupo Exclusivo

# PORTUGAL SET / 2023



(64) 9 9309-0808

R. Padre Florentino, 65, Centro | Itumbiara-GO



PXTRAVEL

FAÇA SUA  
**RE  
MATRÍ  
CULA**

**2023**

Unidade  
Itumbiara-GO  
Contato: (64) 99246-7909



Condições  
especiais  
até 03/12



**II SARAU LITERÁRIO  
ED. INFANTIL  
E ENS. FUNDAMENTAL I**














CLOSET  
*D' Maria*

**ALUGUEL - VENDA - SOB MEDIDA**  
**CONFEÇÃO PRÓPRIA, RIÊNIA ALMEIDA**

 **64| 99999-3016**

 **contato@closetdmaria.com.br**

 **Rua Adoniro Martins Andrade,**  
**nº 66 - Centro - Itumbiara-GO**

 **@closet\_dmaria**  **Closetdmariahyrienia**

**Novidade**  
**Hemodinâmica**  
**Itumbiara**

# Lunawave FDI



Um novo aparelho com sistema de captação de imagem de frequência óptica (OFDI) para ser usado com um cateter coronário FastView dedicado para geração de imagens e visualização do lúmen da artéria coronária e da camada superficial do vaso.

**Lunawave é um sistema de imagem avançado, inteligente, que permite imagens precisas, agilizando o diagnóstico e evitando riscos irreversíveis.**



**Entre em contato nossa equipe e  
envie o pedido do seu médico.**



**Hemodinâmica  
Itumbiara**

Médicos e colaboradores participam  
da primeira edição do evento

# » Hemodinâmica « no INTERIOR



O evento reuniu médicos especialistas em modalidades de **Cardiologia intervencionista, Cardiologia intervencionista congênita, Neurologia intervencionista, Cirurgia vascular, Angiorradiologia, Cirurgia endovascular, Eletrofisiologia e marca passo.**

Aconteceu quarta-feira,  
**19 de outubro** em um  
local único, inovador e  
com uma infraestrutura  
diferenciada, o La Vista  
Rooftop.





Fechando o evento foi realizada uma premiação parabenizando médicos e colaboradores pelo excelente serviço prestado pela população de Itumbiara e região.



**Nosso agradecimento especial a todos que estiveram presentes.**



### **Conheça os diagnósticos e tratamentos oferecidos pela Hemodinâmica Itumbiara:**

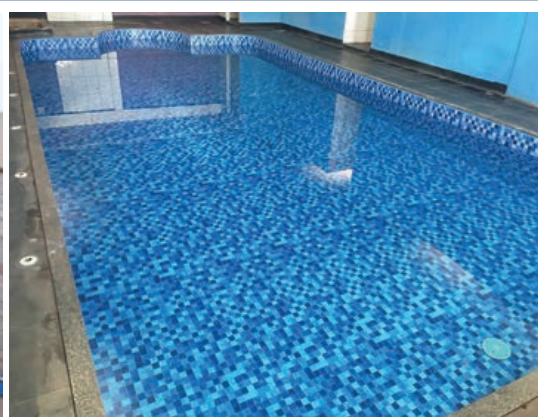
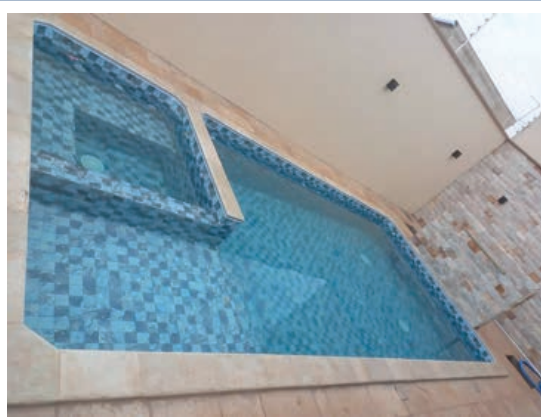
- Angioplastia Coronária com implante de Stents de última geração
- Fechamento de defeitos Septais
- Tratamento de outras Doenças Congênitas
- Implante percutâneo de Valva Aórtica
- Angioplastia de Carótidas e Periféricas
- Embolização de Aneurismas
- Tratamento de aneurismas de aorta com implante de Endopróteses
- Cateterismo Cardíaco
- Cateterismo Para Estudo De Doenças Congênitas
- Angiografia Cerebral Com Reconstrução 3d
- Angiografia Medular
- Angiografia De Visceras
- Angiografia Periférica
- Aortografia
- Eletrofisiologia



**Hemodinâmica  
Itumbiara**



## UM NOVO CONCEITO EM PISCINAS








  
**CRISTTAL**  
**PISCINAS**  
*Point das Piscinas*

Distribuidor  
Exclusivo



**Sua piscina com mão  
de obra especializada.**

 Av. Presidente Vargas, 1441- Goiatuba/GO  
 64 | 3495 - 4567  
 totallimpecrystalpiscina  
 Av. Afonso Pena, 1127 - Itumbiara/GO  
 64 | 3404 - 1404

# INFECÇÃO URINÁRIA

A infecção do trato urinário (ITU) é uma das infecções mais comuns na população em geral, principalmente nas mulheres que, devido a sua anatomia pélvica, tem maiores chances de apresentarem o quadro. A ITU pode causar sintomas muito típicos como ardência ao urinar, cheiro forte na urina, dor em baixo ventre, como pode também ser completamente assintomática. Quando há presença de sintomas é importante que seja realizado diagnóstico e tratamento para que não evolua com complicações, como uma Pielonefrite, por exemplo.

O diagnóstico é simples e é preciso de sinais e sintomas clínicos e/ou exame de urina de rotina, associado com uma cultura urinária .

Existem muitas mulheres que se queixam de Infecção Urinária de repetição - que é caracterizada quando há 3 ou mais infecções ao ano ou quando 2 ou mais episódios se apresentam em apenas 6 meses. É uma condição frequente, principalmente em mulheres pós-menopausa. Todavia, existem estratégias para aliviar este quadro que tanto limita a qualidade de vida de pacientes portadoras desta patologia.

Os tratamentos são individualizados e dependentes das etiologias. É importante que haja um consumo adequado de água, alimentação saudável com menos açúcares e carboidratos e atividade física.

Caso você pertença a este grupo ou conhece alguém que sofra de Infecções Urinárias, procure um Nefrologista para uma avaliação e orientações pertinentes.



JACOB & PARESOTO  
CLÍNICA

## Dra. Joyce Paresoto

CRM/DF: 19.413

RQE N°: 16308

Formações acadêmicas: Formada pela Universidade de Uberaba 2012;

Residência em Clínica Médica pelo Hospital Santa Casa de Misericórdia de Ribeirão Preto- SP;

Residência Médica em Nefrologia pelo Hospital Santa Casa de Misericórdia de Ribeirão Preto- SP;

Membro da Sociedade Brasileira de Nefrologia.

187



## TROFÉU IMPRENSA 2022 DESTACA AS GRANDES MARCAS E PROFISSIONAIS LIBERAIS DE ITUMBIARA

Uma noite de gala, que não poupou elegância, glamour e requinte marcou a edição do Troféu Imprensa de 2022. A cidade se movimentou para prestigiar o evento que homenageou membros da imprensa, empresários, comerciantes, profissionais liberais e políticos.

O Troféu Imprensa premia todos os anos as grandes marcas e profissionais liberais por meio de pesquisa de opinião pública.

Nesta edição, 70 empresas, profissionais liberais, políticos e membros da imprensa foram homenageados.

Neste ano, a mesa de autoridades para entrega de premiações foi composta pelo Governador Distrital 2016-17 - Distrito 4770 de Rotary International, Cleiber Rogério Rodrigues; Gerente do Sicoob UniCentro Br, João Carlos Avanci; socialite Joana D'arc, Diretora da ATS Contabilidade; Advogado e contador, Dr. Aleilimar Teixeira, Presidente da ATS Contabilidade; Organizador do TROFÉU IMPRENSA, jornalista Carlos Alberto; Deputado Federal eleito Daniel Vieira Ramos, (Daniel da AGROBOM), Deputado Estadual eleito Rubens Augusto Nader (Gugu Nader) e o Diretor Geral do SENAI de Itumbiara, Rodrigo Gonçalves.

O organizador do TROFÉU IMPRENSA, jornalista Carlos Alberto, agradeceu a todos pela participação e disse que "As maiores marcas de Itumbiara marcaram presença no evento, garantindo o sucesso da festa. O Troféu Imprensa é um reconhecimento social as pessoas e empresários que todos os dias se reinventam elaborando novas estratégias para obtenção do sucesso", concluiu.

Ao final da festa, se apresentaram os cantores Neuza Raulino (ex-banda Classe A) e Cristiano Faria que animaram o seletor grupo de autoridades, empresários e profissionais liberais que participaram do evento.



Fotos: Fontes Produções e Walter Barra





# TROFÉU IMPRENSA 2022



**CATEGORIA - REVELAÇÃO DO RÁDIO  
ITUMBIARENSE - SERAPIÃO JÚNIOR**



**PRODUTOS DE BELEZA E PERFUMARIA  
ENILSA PERFUMARIA**



**LOCUTOR DE PORTA DE LOJAS  
SÍLVIO SANTOS COVER**



**ESTRUTURA METÁLICA  
ESTRUTURA METÁLICA SÃO JOSÉ**



**VENDA E MANUTENÇÃO DE PISCINAS  
A ORIGINAL SPLASH PISCINAS - IGUI**



**MELHOR CONTADOR  
ALEILIMAR TEIXEIRA SILVA**



**PET SHOP  
BELAS RAÇAS PET SHOP**



**PLANO DE ASSISTÊNCIA FAMILIAR  
PAX SANTA RITA**



**VIDRAÇARIA  
RICAR VIDROS**



**ESCRITÓRIO DE ADVOCACIA  
SUBLIME ADVOCACIA E CONSULTORIA JURÍDICA**

# TROFÉU IMPRENSA 2022



**ESCRITÓRIO DE AGRONOMIA  
PLANTEC CONSULTORIA AGRONÔMICA**



**ESCRITÓRIO DE CONTABILIDADE  
ATS CONTABILIDADE**



**OFICINA DE MOTOS  
MEGA MOTOS**



**MODA FEMININA E MASCULINA  
VERSATTO MODAS**



**SUPERMERCADO  
REDE LUCAS DE SUPERMERCADOS**



**FARMÁCIA  
FARMÁCIA SÃO JOÃO**



**PROVEDOR DE INTERNET  
IUB TELECOM**



**CLÍNICA DE MEDICINA DO TRABALHO  
CLÍNICA RESGATE**



**VEREADORA MAIS ATUANTE  
LILIANE COSTA**



**ACESSÓRIOS PARA CELULARES  
CARLOTA ELETRÔNICOS**

# TROFÉU IMPRENSA 2022



**MONITORAMENTO ELETRÔNICO  
ALERTA SERVIÇOS**



**AGÊNCIA DE PUBLICIDADE  
PLANET PROMO**



**MÉDICA DERMATOLOGISTA  
DRA. ISABELA PACHECO**



**MÉDICA PSIQUIATRA  
DRA. ANDRESSA BORGES DE FARIA**



**MÉDICO ORTOPEDISTA  
DR. ALEILIMAR TEIXEIRA JÚNIOR**



**LOCUTOR COMERCIAL  
ANTÔNIO CARLOS**



**ESCOLA DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL  
SENAI**



**CASA DE NOIVAS E TRAJES SOCIAIS  
A NOIVA MODERNA**



**COOPERATIVA ODONTOLÓGICA  
UNIODONTO SUL GOIANA**



**SINDICATO  
SINTEGO**

# TROFÉU IMPRENSA 2022



**CLÍNICA OFTALMOLÓGICA  
CENTRO DA VISÃO**



**COLÉGIO PARTICULAR  
COLÉGIO ZÊNITE**



**MANUTENÇÃO EM AR CONDICIONADO  
PONTO FRIO**



**COOPERATIVA DE CRÉDITO  
SICOOB UNICENTRO BR**



**ÓTICA EM ITUMBIARA  
UNIÓTICA**



**LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS  
LABORATÓRIO MODELO**



**LOJA DE SAPATOS  
CALCE CERTO**



**MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO  
TIJOLO MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO**



**JÓIAS E RELÓGIOS  
MEGA JOIÁS**



**PESCA E CAMPING  
BOM DE PESCA**

# TROFÉU IMPRENSA 2022



**FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO VETERINÁRIA  
FARMÁCIA RAVENNA**



**BUFFET E LOCAÇÃO PARA FESTAS  
GUIDOS BUFFET**



**CÍLIOS E SOMBRANCELHAS  
ALÉM DO OLHAR**



**FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO  
FARMÁCIA VEGETON**



**EMISSORA DE RÁDIO:  
MÓDULO FM**



**PROGRAMA DE RÁDIO: PROGRAMA SHOW DA  
MÓDULO FM COM WANDERSON FERNANDES**



**MANUTENÇÃO E PEÇAS AGRÍCOLAS  
JJ IMPLEMENTOS AGRÍCOLAS**



**VEREADOR MAIS ATUARNTE  
VAGNER MARTINS**



**ARTE FINALISTA  
TIAGO CHAVES**



**LOJA DE PNEUS  
PNEUS VISA TOTAL**

# TROFÉU IMPRENSA 2022



**DECORAÇÕES ARTIFICIAIS PARA EVENTOS E CASAMENTOS: JULIANA OLIVEIRA DECORAÇÕES**



**PRODUTOS DE LIMPEZA HIGIPAPER**



**PORTAL DE NOTÍCIAS NA INTERNET TV CARAMURU**



**SALÃO DE CABELEIREIRA STUDIO EVA**



**ESTETICISTA MARLENE ESTETICISTA**



**METALÚRGICA EVOLUÇÃO METALÚRGICA**



**ESTÉTICA E SAÚDE APRIMORI ESTÉTICA E SAÚDE**



**PEÇAS E FERRAMENTAS UNIÃO DAS FERRAMENTAS**



**GERADORES DE ENERGIA GÊNESIS GERADORES**



**CAFETERIA PAPARAZZI CAFÉ**

# TROFÉU IMPRENSA 2022



**MÓVEIS DECORATIVOS  
ATELIÊ DOS MÓVEIS**



**MODA INFANTIL  
PATOTINHA MODA INFANTIL**



**ANIMADOR E APRESENTADOR DE RÁDIO  
GILMAR VASCONCELOS**



**REPÓRTER DE TV  
OSVAÍR SANTOS**



**SOM E ILUMINAÇÃO  
EXCELSIOR MIX**



**PROGRAMA SERTANEJO  
SÍLVIO DE ASSIS**



**PROGRAMA DA TARDE  
DANY ALEXANDRE**



**DESIGNER GRÁFICO  
CRISTIANO PRICINOTE**



**EMPRESA DE GRANDE PORTE  
CARAMURU ALIMENTOS**



**MELHOR REPÓRTER ENTREVISTADOR  
RODRIGO LIMA**



**BEACH SPORTS**



**SE VOCÊ QUER JOGAR**

**BEACH TENNIS | VOLEI DE PRAIA | FUTVÔLEI**

**AQUI É O LUGAR CERTO!**

**UMA ESTRUTURA COMPLETA:  
5 QUADRAS; BAR/LANCHONETE; PLAYGROUND.**

**VENHA FAZER PARTE DESSE TIME!**

(64) 99666-7005

e-mail: [gerlubeachsports@hotmail.com](mailto:gerlubeachsports@hotmail.com)

Site: [www.gerlubeachsports.com.br](http://www.gerlubeachsports.com.br)

Av. Porto Nacional, 2092 - Alto Trindade - Itumbiara-GO



REVESTIMENTO

*Ripado*

SOFISTICAÇÃO E ZERO MANUTENÇÃO

FAMÓVEIS  
INTERIORES



**REY DO VIDRO**

64 3431-9288 | 64 3431-9488

AVENIDA JK, 840, BAIRRO ALTO DA BOA VISTA- ITUMBIARA - GO



CHEGOU A HORA DE COMPRAR O

# SEU CARRO NOVO

NÃO PERCA MAIS TEMPO, VENHA AGORA MESMO  
COMPRAR O CARRO DOS SEUS SONHOS.

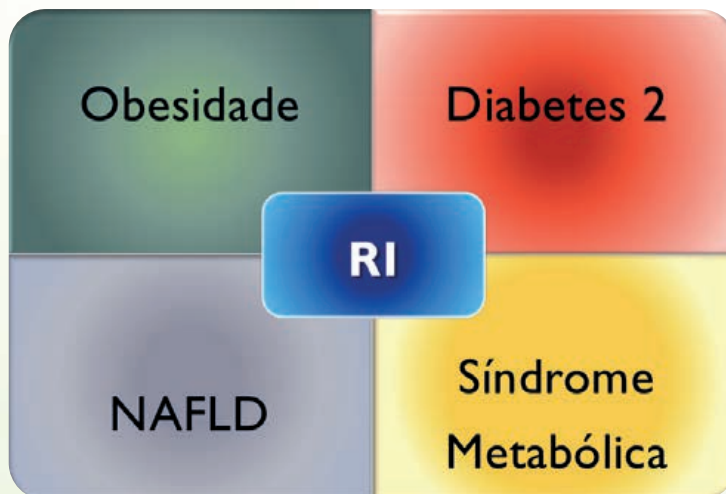


**SELVO**  
**VEÍCULOS**

☎ 64 3495-6952   selvoveiculos

🏠 Av. Brasília, Km 09, St. Imperial, Goiatuba-GO

# RESISTÊNCIA À INSULINA: O ELO ENTRE TODAS



## O PODER DA NUTRIÇÃO NA PREVENÇÃO E REMISSÃO DE DOENÇAS

A resistência à insulina é o Elo entre a obesidade, diabetes 2, esteatose hepática e hipertensão, que chamamos de síndrome cardiometabólica.

Você sabe como todas essas doenças se iniciam?

Todas elas se iniciam através de um único processo, que é o excesso diário de ingestão de alimentos açucarados, industrializados e refinados.

Esses alimentos em excesso e diariamente causam inflamação que levam a resistência à insulina, alterando o funcionamento do organismo.

Ao persistir com o hábito desfavorável, ocasionará

lesão dos órgãos alvos, instalando-se a doença e sendo necessário o uso de medicamentos que causam vários efeitos colaterais e também outras doenças.

A nutrição tem o poder de prevenção e remissão dessas doenças quando elas ainda estão no grau de pré-hipertenso, pré-diabético e esteatose hepática graus 1 a 3 sem fibrose. Nessas fases torna-se necessária e urgente a mudança nos hábitos alimentares e do estilo de vida para que não haja a progressão da doença.

Procure um nutricionista especializado em doenças crônicas para prevenir, tratar ou paralisar a doença.



Uma boa SAÚDE  
começa por

uma boa Alimentação

AGENDE SUA  
CONSULTA



SIGA-NOS



Especialista por Instituto  
Albert Einstein Doenças Crônicas  
| Nutrição Esportiva  
| Estética | Clínica

64 99666-0081

Clínica São BLAISE | Rua Damaso Marques, 187 - Centro - Itumbiara-GO

## MULHERES DO CAMPO: COOPERCITRUS REALIZA ENCONTROS SOBRE PROTAGONISMO FEMININO EM ITUMBIAR -GO

*Encontro reuniu produtoras rurais, cooperadas, influenciadoras e colaboradoras em uma rede de fortalecimento.*

Após seu lançamento durante a CooperCitrus Expo 2022, o projeto “Mulheres do Campo – O Agro é Delas” dá início a um ciclo de encontros para conectar produtoras rurais, cooperadas e influenciadoras em uma rede de fortalecimento no agronegócio, em toda área de atendimento da cooperativa.

Itumbiara, GO, recebeu o encontro no dia 18 de outubro, no Espaço La Vista Rooftop, na avenida Adoniro Martins Andrade. Com a presença de mais de 90 participantes, o evento contou com palestra e dinâmicas de autoconhecimento com Vanessa Sabioni, executiva em ESG e criadora da AgroMulher – a maior comunidade voltada para capacitação, valorização e integração de mulheres do agro.

Posteriormente, aconteceu um debate sobre “Os desafios da mulher do campo”, com a participação de produtoras rurais e cooperadas da CooperCitrus. Apresentaram suas jornadas no agronegócio, Nelcy e Carol Palhares, Assucena Maria Fernandes e Alessandra Miranda.

O objetivo da ação, de acordo com a Diretora Financeira e embaixadora do projeto, Simonia Sabadin, é engajar, reconhecer e promover a integração entre as mulheres do campo. “Representa que estamos juntas neste momento de mudanças no agronegócio. Que somos aptas e preparadas para o trabalho rural, tanto na gerência de propriedades quanto no manejo das mais diversas culturas ou direção de empresas agrícolas”, finaliza Simonia, reforçando que o projeto não busca privilégios, foca na igualdade entre gêneros.

### ► Programação

O Programa Mulheres do Campo terá 10 encontros, passando por cidades dos Estados de São Paulo, Minas Gerais e Goiás. A programação terá palestras, mentorias com dinâmicas de autoconhecimento e apresentação de cases de sucesso. Confira:

- Marília, SP - 04/10
- Araçatuba, SP - 05/10
- Araraquara, SP – 06/10
- Bebedouro, SP – 11/10
- Franca, SP – 13/10
- Itumbiara, GO – 18/10
- Cristalina, GO – 19/10
- Araxá, MG – 20/10

- Uberaba, MG – 31/10
- Alfenas, MG – 08/11

Ao fim do ciclo, o “Mulheres do Campo” terá espaço permanente na CooperCitrus, com encontros periódicos nos cinco polos regionais da cooperativa. Os núcleos contarão com reuniões periódicas, lives mensais com palestras e depoimentos, grupos por aplicativo de mensagens para trocas interpessoais, além de workshops de capacitação com temas relevantes, conteúdo amplo e edificante para as mulheres do agro.

A CooperCitrus está sempre ao lado de suas cooperadas, fortalecendo-as, orientando, incentivando as melhores práticas, oferecendo os melhores produtos, serviços e tecnologias para fazer a diferença e apoiando eventos que promovam o conhecimento e o fortalecimento da atividade agrícola.

### ► Sobre a CooperCitrus

A CooperCitrus – Cooperativa de Produtores Rurais, com sede em Bebedouro (SP), é a maior cooperativa paulista e uma das maiores do Brasil em fornecimento de insumos, máquinas, implementos e suporte técnico. Com mais de 38 mil cooperados e unidades de negócios em 65 municípios, nos estados de São Paulo, Goiás e Minas Gerais, a CooperCitrus tem como propósito oferecer soluções integradas para que seus cooperados cresçam como um todo.





☎ 64 3433-6900

📷 @coopercitrusoficial

🏠 Via expressa Júlio Borges de Souza, 450, Nossa Senhora da Saúde



NOVEMBRO  
**Azul**  
Pet

**Os Pets também precisam de prevenção!**

**CIRURGIAS | VACINAS | EXAMES | INTERNAÇÃO**

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

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

# Câncer de Próstata em cachorro: Campanha Novembro Azul Pet.



Na onda de conscientização do Novembro Azul, a Faro Animal Pet Center aproveita para alertar os tutores sobre o risco do câncer de próstata em cachorros.

A boa notícia é que, assim como para seres humanos, tomar medidas preventivas, como exames de rotina, ajuda a obter um **diagnóstico precoce**.

Final, novembro é o mês em que ocorre a conscientização da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de próstata nos homens. É por que não se preocupar também com a saúde do seu amigo de quatro patas?

Conhecida como **Novembro Azul**, a campanha chama a atenção para a importância dos exames de rotina – em especial do exame de toque – no combate a essa doença. Isso porque, se diagnosticada a tempo, tem alta possibilidade de sucesso terapêutico.

### ► O que é o câncer de próstata em cachorros?

Assim como os homens, cães machos também possuem a glândula sexual próstata.

O **câncer de próstata em cães** ocorre quando há uma multiplicação anormal e desordenada de células na região, o que causa o edema (inchaço) dessa glândula e o comprometimento da saúde do pet.

### ► Principais sintomas do câncer em cães

Como com diversas outras doenças graves, os **sintomas de câncer de próstata em cães** costumam não aparecer em seus estágios iniciais. Conforme o quadro se complica, é possível notar os seguintes indícios:

- Dificuldade em urinar;
- Gotejamento de sangue pelo pênis;
- Urina com sangue;
- Infecções urinárias que não respondem ao tratamento;
- Dificuldade ao defecar e/ou com fezes em formato de fita;
- Espasmos musculares (ao tentar urinar).

### ► A importância do diagnóstico precoce

O tratamento do **câncer de próstata de cachorro**, tem maiores chances de sucesso quando diagnosticado precocemente. Em cães, há um descuido em realizar exames de rotina para check-up.

Isso, por sua vez, leva ao diagnóstico tardio, culminando em maior incidência de óbito. Afinal, chances de cura são bastante reduzidas, uma vez que o animal estará em fase final da doença.

Sabe-se que após o aparecimento do tumor a castração não é

mais funcional. Apenas a castração precoce previne, e, infelizmente, esse é um tumor muito metastático e sem cura.

Existem estudos com parte genética que mostram que, mesmo castrado o cachorro tem chances de desenvolver a doença, só que felizmente a porcentagem de afetados é baixa em relação aos outros tumores. Porém, é difícil dizer que o **câncer de próstata em cachorro tem cura certa!**

Como os sintomas mais perceptíveis só costumam aparecer conforme o avanço da doença, a maneira mais eficaz de identificar o **câncer em cachorro** logo no início é levando o pet para check-ups regulares ao médico-veterinário.

Durante a consulta, o veterinário poderá fazer o toque retal e solicitar exames, como:

- raio-X;
- ultrassom abdominal;
- exame de sangue;
- exames de urina.

Tais exames devem ser realizados anualmente em cães machos adultos e idosos não castrados. Eles são os que correspondem ao principal grupo de risco da doença.

### ► Como prevenir o câncer de próstata em cachorro?

Além de fazer o acompanhamento no médico-veterinário, a principal forma de prevenção do câncer de próstata em cachorros é a castração. Isso porque, embora cães castrados possam desenvolver a afecção por algum fator genético, estudos mostram que o procedimento é capaz de reduzir a ocorrência da doença.

E então, já levou seu filho de quatro patas para um check-up no veterinário este ano? Aproveite o novembro Azul e traga seu pet a Faro Animal, temos uma equipe pronta para atender vocês!



☎ 64 3404-1586

📞 Plantão: 64 99290-4500

📞 64 98148-7015

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

## Dra. Daphine Azevedo Magalhães

CRMV/GO: 9.321

Graduação em Medicina Veterinária em 2018 pela UNIUBE/MG

## Dr. Celso Borges de Almeida Junior

CRMV/GO: 5.355

Graduação em Medicina Veterinária em 2010 pela UNIP/GO;

Pós-graduando em Clínica Médica e Cirúrgica de Pequenos Animais;

Especialização em Dermatologia de Cães e Gatos;

Especialização em Clínica Médica e Cirúrgica de Felinos;

Membro da Anlivepa Goiás (Associação de Clínicos Veterinários de Pequenos Animais).

## Dra. Cristhellem Mayara de Souza Pinto

CRMV/GO: 10.024

Graduação em medicina veterinária em 2014;

Saúde pública e clínica médica de cães e gatos.



**FIQUE TRANQUILO, AQUI TEM!**

C O N V Ê N I O



*Saúde e bem-estar para você e sua Família!*

443



**DR. FRANCISCO OTAVIO MAIA SANTOS**

CRM/GO: 12.368 | RQE: 8.771 | RQE: 8.846  
Medicina UFMG;  
Residência médica em Anestesiologia na  
USP de Ribeirão Preto;  
Residência médica em Clínica de Dor na  
USP de Ribeirão Preto.

**DR. ELTON FERREIRA FRANCO**

CRM/GO: 19.608 | RQE: 13.027  
Graduação em Medicina pela Universidade  
de Uberaba em 2014;  
Especialista em Medicina do Trabalho  
pela PUC-GO;  
Título de Especialista em Medicina do  
Trabalho pela AMBANAMT.

**FΣRRANCO**

SERVIÇOS MÉDICOS LTDA

UM NOVO CONCEITO DE CLÍNICA ESPECIALIZADA

(64) 9.9645-7228 9.9999-6474 3404-4365 - Praça Sebastião Xavier 443



# Remoção de tatuagens



A remoção de tatuagens consiste em apagar uma tatuagem ou micropigmentação que não agrada mais, por vários motivos: tatuagens antigas, mal feitas, em local visível e que atrapalhe no mercado de trabalho, etc.

A remoção de tatuagens à laser é um procedimento minimamente invasivo, que vai quebrar as moléculas de pigmento e expulsá-las através do sistema linfático. É feita em várias sessões que vão clareando a tatuagem aos poucos até não restar mais pigmento sob a pele.

Não fazemos o procedimento em grávidas ou lactantes e caso haja algum problema de pele ou doença que dificulte a cicatrização.

Algumas tatuagens muito grandes são complicadas de remover e o resultado pode demorar muito. Nesses casos, indicamos apenas um clareamento na tatuagem para fazer uma cobertura com outra tattoo ou até uma reforma.

Até pouco tempo a remoção de tatuagens não era indicada em peles negras, isso por conta da alta pigmentação da pele.

Devido a quantidade de melanina era comum formar quelóides e cicatrizes, hoje já usamos uma tecnologia que é totalmente segura para todos os fototipos de pele.

Geralmente em pele mais escura o resultado tende a ser um pouco mais lento.

## A remoção de tatuagens demora?!

O intervalo entre as sessões é de 40 a 60 dias, e a média de sessões fica entre 8 a 12 sessões. Mas cada tatuagem

apresenta uma resposta muito diferente, por isso fazemos uma avaliação para cada caso.

O resultado vai depender de: fototipo, profundidade da tinta, e as cores aplicadas.

É um tanto dolorido. Cada disparo dá uma fisgadinha bem forte, parece um pequeno choque. É difícil medir o quanto cada um vai sentir, depende também do local onde a tattoo está localizada e do tamanho.

Mas é suportável tendo em vista que a sessão dura cerca de 10 a 20 minutos.

E se você aí tem uma tattoo que acha impossível remover... Calma! Tudo tem um jeito e tem jeito até pra você que acabou de fazer a sua tattoo, novinha em folha, e se arrependeu.

Hoje em dia, já está muito mais acessível, mas o valor é proporcional ao tamanho da tatuagem e precisa um número grande de sessões, então é sempre mais caro do que o valor pago para fazer a tatuagem, por exemplo.

O laser Nd Yag Q Switched é a tecnologia mais usada na remoção, atinge uma maior variedade de cores e é um tratamento seguro para a pele, não causando lesões no tecido.

Mas não é qualquer laser que tem essas características, existem muitos modelos no mercado e o protocolo usado pelo profissional também conta muito para conseguir um resultado eficaz e seguro.

O técnico que aplica o laser deve ser uma pessoa especializada.

**STANGE**  
CENTRO DE ESTÉTICA



**JUCELIA STANGE**

MICROPIGMENTAÇÃO  
E ESTÉTICA

Especializada em laserterapia;  
Peeling químico; Preenchimento; Botox  
Fios de PDO;  
Micropigmentação de sobrancelhas, olhos e lábios;  
Depilação a laser; Jato de plasma; Skin Booster;  
Radiofrequência; Microagulhamento;  
Remoção a laser de micropigmentação e tatuagens.

☎ 64 98134-6979 | 64 3404-1737

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





Wrangler



GOYAZES  
A bola do campeão



DUDALINA

*A mais completa da região*

Rua Leopoldo de Bulhões, 140, Centro - Itumbiara-GO

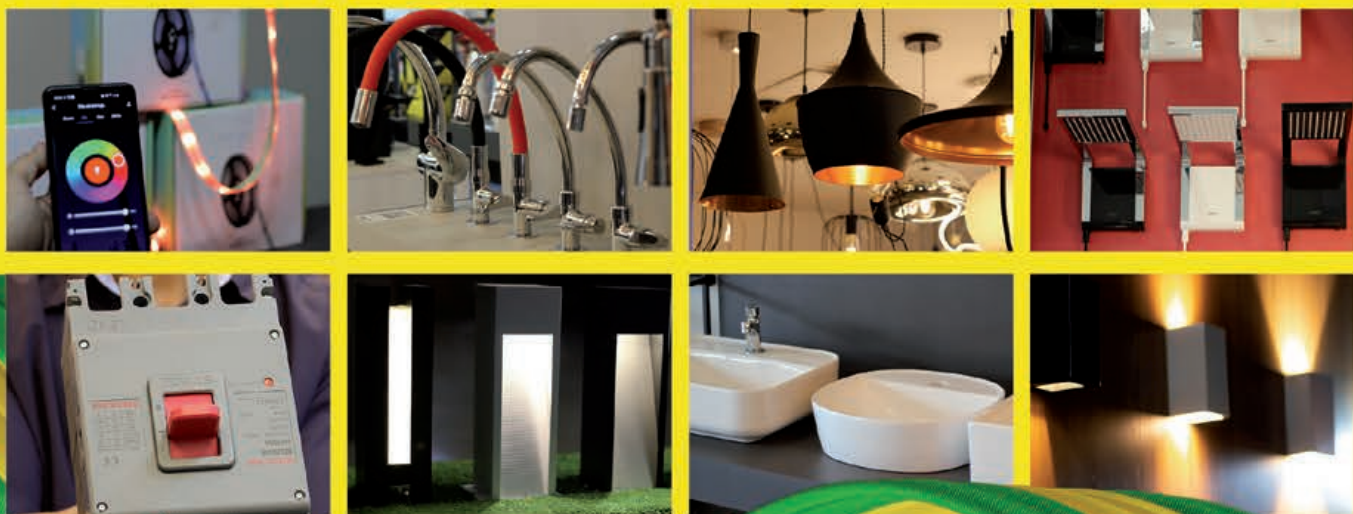
64.99211-8501



Uma seleção 06 estrelas:  
QUANDO SE FALA EM  
PREÇO, ATENDIMENTO  
E QUALIDADE SOMOS  
IMBATÍVEIS!

Estamos juntos na torcida pelo Hexa, por isso durante o período de Copa do Mundo entraremos em campo com uma seleção de ofertas especiais.

Visite a nossa loja que estará no clima de mais uma taça e aproveite!



(64) 3431-0200  
(64) 9.9999-3456

Av. Anhanguera, nº 455,  
Setor Oeste Itumbiara-GO

@seeletricosenhidraulicos

**ELÉTRICOS  
E HIDRÁULICOS®**

Faz a diferença na sua vida.

# Mulheres que Inspiram!



EMPREENDEDORISMO



## Entrevista Mulheres que Inspiram

A coluna Mulheres que inspiram do mês de Novembro traz a arquiteta e empresaria Daniela Campos Martins Carvalho. Graduada em Arquitetura e Urbanismo pela UNIUBE, com Pós Graduação em Designer de Interiores, Pós Graduação em Lighting Design e Especialista em Arquitetura Hospitalar. Daniela está há 23 anos atuando e encantando o mercado da construção. Ela também administra junto com seu Marido Múcio Tadeu de Almeida Carvalho a loja de materiais para construção e acabamentos Só Britas, que é um sucesso a 15 anos, quase a mesma idade de seus filhos Luiz Felipe tem 17 anos e João Pedro 14 anos. Daniela nos concedeu uma entrevista exclusiva e nos contou um pouco de sua história de sucesso!

108,

Como surgiu a paixão pela arquitetura?

Daniela Campos - *A minha paixão pela*

*Arquitetura vem desde pequena, sempre gostei de matemática e geometria. Fazia desenhos de armários no apartamento da minha Mãe. Inicialmente queria cursar Engenharia Civil por influência de um Irmão Engenheiro e Pai proprietário de uma construtora, mas me encantei pela arquitetura bem no dia do vestibular. Também sempre confiei muito nas orações da minha Mãe Euzabeth, rezava pra que Deus colocasse a melhor profissão na minha vida. E assim foi feito, uma profissão que me faz feliz, me realizou profissionalmente e traz alegria e harmonia nos lares.*

Qual foi o maior desafio que você encontrou ao longo dos anos dentro da sua profissão?

Daniela Campos - *Ser reconhecida e respeitada em um universo masculino como uma profissional competente e capaz. Hoje tenho orgu-*

*lho da minha trajetória acompanhada de grandes parceiros e com muita sintonia nos campos de trabalho.*

Você além de arquiteta também é empresária e junto com o múcio administram a só britas. Como você concilia ambas as profissões?

Daniela Campos - *Na verdade, administro três profissões.*

*Arquitetura minha Paixão! Tenho uma equipe com 6 talentosos profissionais entre Arquitetos e Designers de Interiores onde me ajudam a alcançar os melhores resultados.*

*Na Só Britas Acabamentos tenho meu Esposo Múcio Tadeu que fica à frente da empresa, sem ele nada seria possível.*

*No meu lar tenho duas criaturinhas que são a razão da minha vida, meus Filhos Luiz Felipe e João Pedro.*

Como você enxerga o cenário atual, onde a mulher vem empreendendo muito e cada vez se destacando no mercado empresarial?

Daniela Campos - *Enxergo com naturalidade, desde pequena fui estimulada a ser independente. Algo que me faz ter alegria, vontade de viver!!!*

*Não me vejo sem trabalho.*

Qual conselho você deixa para as mulheres que buscam a realização profissional?

Sempre em busca de novos conhecimentos, inovações.

Daniela Campos - *Saber conciliar a vida profissional com a pessoal. Nunca se deixar abater pelas dificuldades.*

*Ter Fé e acreditar que sempre no final tudo dará certo.*







AMBIENTES COM DETALHES  
E TOQUES DE ELEGÂNCIA!



**ESSENCIAL**  
DECORAÇÕES & INTERIORES

R. Leopoldo de Bulhões com a Natal Vasconcelos, 96 Setor Central - Itumbiara-GO  
**64 99321-6179**

Av. Professor José do Nascimento, 375 Setor Oeste - Morrinhos-GO  
**64 99344-6190**

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

**DEIXE O SOL TE AJUDAR COM AS CONTAS**

**E DIGA ADEUS AS ALTAS FATURAS DE ENERGIA.  
FAÇA JÁ SEU ORÇAMENTO CONOSCO!**



*Energia Solar de Confiança!*



☎ (64) 3433-7003

✉ eletroengempresa@gmail.com

🏠 Rua General Rondon, 38 - Jardim Primavera, Itumbiara-GO

☎ (64) 99663-7585

📷📱 eletroengsolar

SCANEIE NOSSO QR CODE OU ACESSE:

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



## Doenças do Quadril da criança:

Displasia do desenvolvimento do quadril, Sinovite, Leg-Calve-Perthes e Epifisiólise.



Sabe-se que muitas patologias do quadril começam a se desenvolver na infância, sendo de extrema importância o diagnóstico precoce destas alterações. Em algumas situações um diagnóstico precoce poderá - talvez - evitar uma seqüela futura. É muito importante que você procure por um ortopedista para uma avaliação de rotina de seus filhos ou sempre que suspeitar de alguma alteração.

As principais doenças do quadril da criança são:

### DISPLASIA DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRIL

A teoria mais aceita para esta patologia está na má posição intra-uterina do feto, que dificultaria o desenvolvimento adequado do acetábulo ("encaixe da bacia"), tornando a cobertura da cabeça do fêmur insuficiente. Possui vários graus de gravidade, desde alterações muito discretas até quadris completamente luxados (desencalhados) ao nascimento.

O tratamento deve ser precoce para estimular o crescimento do formato adequado do acetábulo, é importante muita atenção pois a Displasia pode ser inicialmente assintomática!

Todas as crianças recém-nascidas devem ser submetidas a exames clínicos para detecção precoce. Na idade adulta pode causar artrose precoce e limitações para marcha.

### SINOVITE TRANSITÓRIA

A Sinovite Transitória do Quadril é um problema inflamatório, autolimitado e não específico, que envolve a articulação do quadril - localizada entre a bacia e a coxa. Como o próprio nome diz, é transitório e se cura espontaneamente.

Sinais:

- A criança está mancando ou não consegue apoiar o membro inferior no solo.
- Sente dor localizada na face anterior (na parte da frente) do quadril e da coxa, podendo atingir o joelho.
- Frequentemente a doença ocorre durante ou após um quadro viral. Porém, algumas vezes, a dor no quadril aparece antes.
- Algumas doenças alérgicas também podem desencadear um processo inflamatório nas articulações, semelhantes à Sinovite Transitória.
- Geralmente a movimentação do quadril é acompanhada de dor.

Recomendações:

Mantenha a criança em repouso, na posição mais confortável, evitando ao máximo que ela sustente o peso do próprio corpo com

os pés no solo. É possível que o médico solicite exames complementares para identificar a doença e descartar outros diagnósticos. A radiografia simples não identifica a Sinovite, porém pode afastar outras causas de dor no quadril da criança. Medicamentos podem ser prescritos - como analgésicos e anti-inflamatórios -, que devem ser utilizados conforme orientação médica. Para melhor acompanhamento, deve-se agendar retorno com seu ortopedista, levar os exames solicitados e realizar o acompanhamento.

### DOENÇA DE LEGG-PERTHES

Pode ocorrer dos 2 aos 16 anos aproximadamente.

Ocorre a perda da circulação de parte da cabeça femoral, chamada de epífise, levando à necrose óssea e a deformidade gradual. Inicialmente pode se manifestar com dor insidiosa ou crises de dor após exercícios.

Em alguns casos a dor pode ser irradiada ou referida no joelho. Causa limitação de mobilidade na evolução. Possui graus variados de gravidade.

Na vida adulta pode evoluir para artrose e dificuldade para marcha devido às alterações do formato do quadril.

### EPIFISIÓLISE

É o escorregamento da cartilagem de crescimento da parte superior da cabeça femoral, chamada de epífise. Ocorre exatamente ao nível da cartilagem de crescimento.

Geralmente acomete adolescentes obesos e altos. Pode ser assintomática ou apresentar-se como dor insidiosa, crônica. Eventualmente pode haver crise de dor aguda, quando o escorregamento é brusco.

Normalmente necessita de tratamento cirúrgico para fixação. Acredita-se que a Epifisiólise é a causa mais comum do que chamamos de Impacto Fêmoro-Acetabular, neste caso, a dor pode aparecer apenas na idade adulta, e também pode evoluir para Artrose.



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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 05, 06 E 07





Laboratório

**IDESG**

**INSTITUTO DE DIAGNÓSTICO ESPECIALIZADO DE GOIATUBA**

FAÇA UMA ROTINA DE EXAMES  
**MANTENHA A SAÚDE EM DIA**

— Bioquímica  
— Hematologia  
— Uroanálise  
— Microbiologia  
— Sorologia  
— Teste de Paternidade

— Bacteriologia  
— Hormônios  
— Micologia  
— Parasitologia  
— Citopatologia  
— Toxicológico

**SINÔNIMO DE QUALIDADE, COMPETÊNCIA  
E CONFIABILIDADE.**

**PLANTÃO  
24 HORAS**



**64. 98454 8581**

Laboratório

**IDESG**

**CREDIBILIDADE, TRADIÇÃO E QUALIDADE COMPROVADA!!**

**RODRIGO FREITAS CUNHA**  
Diretor administrativo

**ISADORA DE FREITAS CALDEIRA**  
CRBM - 11059

64. 3495 3600 | 64. 98407 1010 | Rua Tapajós | 627 | Centro | Goiatuba | Goiás  
64. 99321 0153 | Av. 7 de Setembro | 689 | Centro | Joviânia | Goiás

# Coloração pessoal (colorimetria)

Sabe aquela roupa que parecia linda na loja, mas não ficou muito boa em você? Sem que você entendesse o porquê?

Lembra daquele vestido rosa que ficou ótimo na vizinha, mas parece ter deixado outra pálida? Isso tudo não é coisa da sua cabeça.

As cores fazem toda a diferença na aparência de uma pessoa, e entender como elas se comportam em você pode transformar sua vida e criar oportunidades incríveis tanto pessoal quanto profissional

Como funciona?




É feito um teste com os tecidos, onde são analisadas as cores de sua pele, cabelos, pelos e olhos, de modo a entender como alcançar mais harmonia e valorização da sua imagem pessoal.

E nessa análise dos tons são estudados a temperatura se é (quente ou fria), a profundidade se é (clara ou escura), a intensidade se é (brilhante ou opaca) e o nível do contraste se é (baixo, médio ou alto).

Ficou curiosa para saber como funciona a coloração pessoal? Agende o seu horário!



*Elcyone Vieira*  
CONSULTORA DE IMAGEM & PERSONAL STYLIST

 @elcyonevieira / @elcyonevieira\_condultoria  
 (64) 9 9238-2503 (veja os pacotes de consultoria)  
 Goiatuba-Goiás - Atendo todas regiões de Goiás

Acredite, você pode tudo! Invista na sua imagem!

Obs: Todos os pacotes de consultoria são adaptados conforme a sua necessidade no momento!



*Belas Raças*

Centro de estética canina

## É DESTAQUE NO TROPFÉU IMPRENSA 2022 NA CATEGORIA PET SHOP



A empresa Belas Raças, do casal João Paulo e Catrina Miranda é uma referência no mercado de pet shop.

A sócia-proprietária, Catrina Miranda é Master Grooming – ela é especialista em tosa na tesoura. Sempre buscando melhorias,

Catrina já fez quatro especializações no mercado de pet, sendo duas em Portugal e duas na Espanha.

Catrina e o marido, João Paulo estão em constante qualificação para atender o mercado pet cada vez mais exigente.

Av. Washington Luís, 1403, Itumbiara - GO

64 3433-4662

| 64 99663-1179

| 64 99999-1296

 /belasracas.catrina

 @belas.racas

Vem aí em novembro:

PROMO  
WEEK

CONSÓRCIO DO  
**SICOOB**

**A PROMOÇÃO MAIS ESPERADA DO ANO!**

Procure seu gerente da **Sicoob Unidades**.

*segue lá*



**sicoobunidades**

[sicoob.com.br/sicoobunidades](http://sicoob.com.br/sicoobunidades)

**Agência Goiatuba**

Av. Amazonas esq. Rua Minas Gerais

Nº 527, Qd. 61, Lt. 04

Centro - Goiatuba/GO

**Telefone:** 64. 3495-6278

# Consórcios com TAXAS IMBATÍVEIS!



somos  
coop»

#Somos feitos de  
VALORES

 **SICOOB**  
Unidades



NOVA COLEÇÃO CELLEBRADRESS - PARA VOCÊ BRILHAR EM SEUS EVENTOS NO FINAL DE ANO



VENDA E ALUGUEL DE VESTIDO DE FESTA

*Cellebra*  
Dress



64 99666-1113



cellebradress

R. Boa Vista, 78 - St. Bela Vista, Itumbiara-GO



# TROFÉU *Imprensa*

**N**osso agradecimento ao Carlos Alberto, Troféu Imprensa pela gloriosa noite onde mais uma vez fomos premiados como melhor escritório de Contabilidade e melhor contador. Receber mais uma vez o troféu imprensa como o **melhor escritório contábil** e o **melhor contador**, representa dizer que somos uma empresa que está na mente da população itumbiareense, nosso muito obrigado aos nossos clientes pois eles são o motivo do nosso sucesso compartilhamos também com todos os nossos colaboradores e a população em geral. Muito obrigado!



Aleilmar Teixeira da Silva - ATS CONTABILIDADE  
Prêmio de melhor contador e melhor escritório Contábil



# NOVEMBRO AZUL



Algumas lutas podem ser vencidas antes mesmo de serem iniciadas. **Previna-se!**

O **LABORATÓRIO MODELO** apoia esta causa!



**MODELO**  
LABORATÓRIO

LABORATÓRIO MODELO QUALIDADE COMPROVADA E APROVADA.



# Recuperação Pós-Corrída: Técnicas e Cuidados Relevantes



Logo após um treino ou competição é fundamental o corredor respeitar seu tempo de recuperação muscular. Quando falo deste tempo de descanso eu me refiro não só aos músculos das pernas, coxa e glúteo, mas também do músculo cardíaco, sem contar na recuperação de outros órgãos e sistemas como é o caso do rim (importante adequada hidratação).

O adequado descanso pós-treino é importante para que o atleta mantenha seu bom desempenho esportivo pois neste período haverá restauração das funções do músculo, reparo de possíveis danos ósseos (microtraumas), diminuição do risco de dor e, também, recuperação do desgaste psíquico.

Para selecionar a melhor forma de se otimizar o “recovery”, o médico do esporte deve individualizar a técnica e as recomendações a depender, por exemplo, do tipo de treino, modalidade esportiva, condicionamento físico e limiar de tolerância ao esforço.

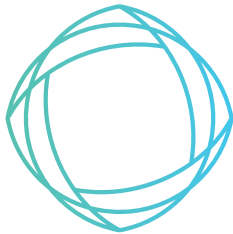
A técnica atualmente mais utilizada pós-corrída é a denominada “crioterapia” (imersão em banheira com gelo). Neste protocolo, o atleta faz imersão do corpo, abaixo da cintura, a uma temperatura entre 2°C e 10°C, por um minuto, três vezes consecutivas e com intervalos de 1 a 2 minutos fora dela. O banho em água fria de 12 a 15°C, com imersão de todo o corpo, de 10 a 20 minutos, após treino intenso, é uma alternativa. Cuidado, pois esse choque térmico pode aumentar frequência cardíaca e pressão arterial, sendo contraindicado em alguns pacientes com problemas cardíacos.

Outro fator importante é a nutrição. Deve-se reabastecer os estoques de glicogênio (reserva de glicose) no músculo e no fígado, consumidos pelo exercício. A glicose também é combustível para as células de defesa, as quais protegem o sistema imunológico do atleta.

A ingestão proteica também ajuda a reparar o músculo danificado, os aminoácidos ingeridos rapidamente, duas horas após a corrida, favorecem a maior síntese proteica. Alimentos antioxidantes, como frutas cítricas, cereja, blueberry, cranberry, suco de tomate, legumes, nozes, grãos e sementes podem ajudar na recuperação muscular, diminuindo a inflamação e o estresse oxidativo.

A reidratação completa pode demorar até seis horas após exercício, para repor o líquido perdido, principalmente pelo suor. A recomendação é ingerir uma solução com 150 a 200% da perda de líquido, junto ao eletrólito mais perdido, o sódio. Para quantificar a perda de líquido pelo exercício, o ideal é pesar-se antes dele. As bebidas esportivas, com quantidades adequadas de eletrólitos, juntamente à refeição com carboidratos e com proteínas são importantes para evitar maior perda de urina e desidratação. Outra orientação é preferir água de coco e leite de soja, visto que aumentam a reidratação em relação à água.

Noites bem dormidas podem melhorar performance, tempo de reação e capacidade cognitiva do corredor. Fontes dietéticas de triptofano (ervilha, amendoim, leite, carne, peixe, aves, ovos, feijão, folhas verdes) e de melatonina (cerejas, aveia, gengibre, abacaxi, nozes, sementes, aspargos, cebola) podem facilitar o início do sono. O álcool e a cafeína devem ser evitados, pois contribuem para desidratação, para atraso da recuperação muscular, para menor eficiência do sono.



## DRA. NATÁLIA PACHECO

MEDICINA ESPORTIVA E NUTROLOGIA

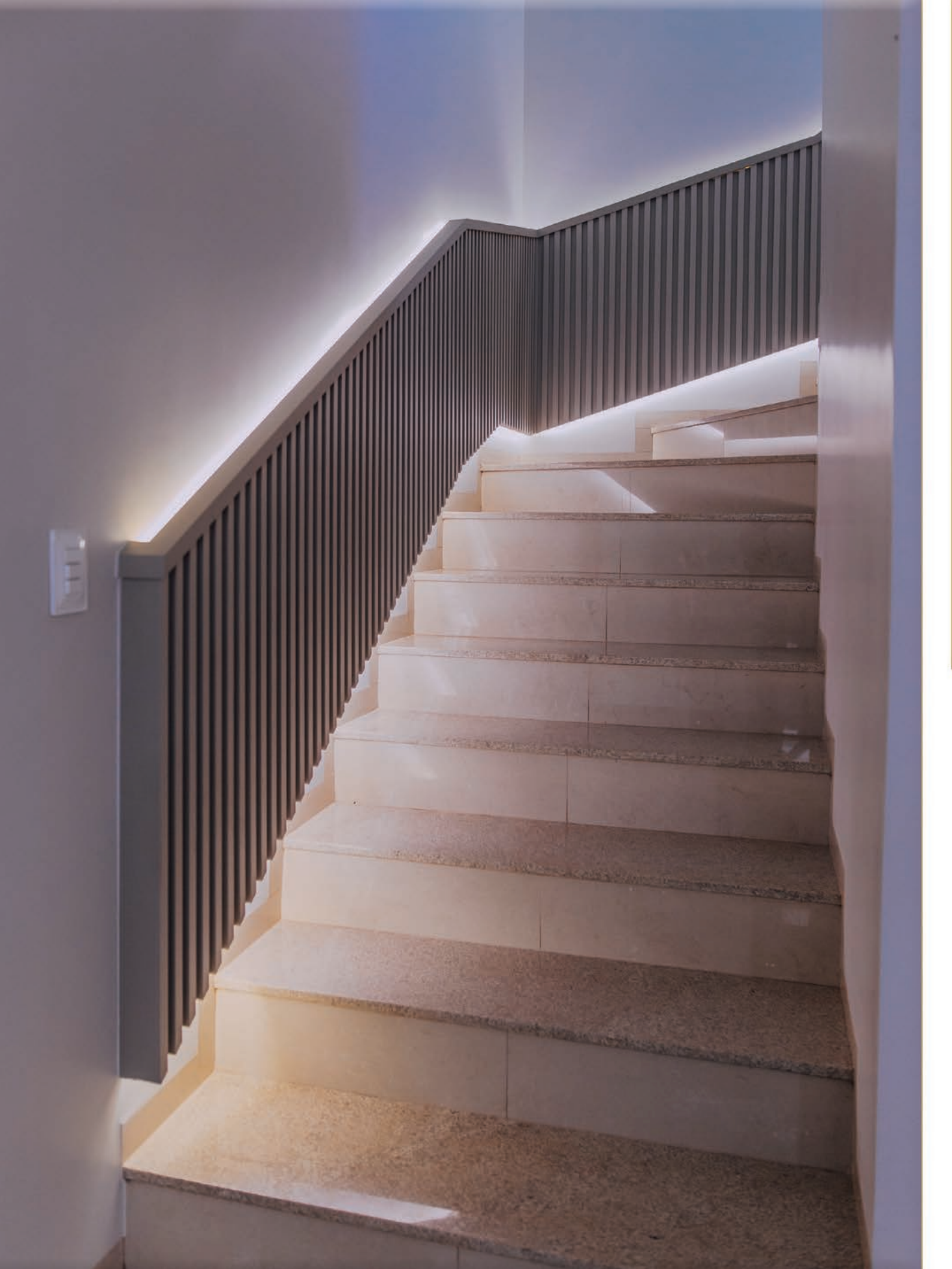
CRM/GO 16.253 / RQE 12182

Médica do Esporte / Nutrologia Clínica e Esportiva;  
Residência Médica em Medicina do Exercício e do Esporte pela Unifesp;  
Pós-Graduação em Nutrologia pela Associação Brasileira de Nutrologia;  
Doutoranda em Ciências da Saúde, Unifesp;  
Atuação em Campeonatos Mundiais pelo Comitê Paralímpico Brasileiro e também avaliação pré participação dos atletas da Federação Paulista de Futebol.



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06, 07 e 08







Os móveis planejados dos seus sonhos  
com conforto e estilo que você merece.

  
**ALIANÇA MÓVEIS PLANEJADOS**  
Uma aliança de qualidade e compromisso

  /alianca\_moveis  
64 3495 2087  
 64 98402 1516  
**Rua Tietê, 934** | Centro  
Goiatuba | Goiás

QUEM FAZ  
CULTURA INGLESA  
FALA.

**MATRICULE-SE E GARANTA UMA  
OFERTA ESPECIAL**

Para aprender o que realmente importa e estar ao lado dos melhores professores, só na Cultura. Nossos alunos aprendem com muita tecnologia, inovação, conexão global e benefícios exclusivos.

## ITUMBIARA

Rua Doutor Antonio  
Marques Silva, 184 - Centro  
(64) 3432-0035 / (64) 99677-0035

INGLÊS CULTURA INGLESA,  
SÓ NA CULTURA INGLESA.



VESTIMOS O SEU LADO FÃ

Piticas



## PITICAS ITUMBIARA



(64) 9 9668-2003



Rua Padre Félix, 412 B -  
Centro



@piticas.itumbiara



NETFLIX

STAR  
WARS



MARVEL

VESTUÁRIO | ACESSÓRIOS | COLECIONÁVEIS | HOMEDECOR | E MUITO MAIS...

CONHEÇA OS FINANCIAMENTOS OFERECIDOS PELA CAIXA

## ATRAVÉS DA PH



IMÓVEL NOVO OU USADO;



CONSTRUÇÃO;



IMÓVEL COMERCIAL;



LOTE RESIDENCIAL;



IMÓVEL MISTO.



CAIXA  
aqui



INVISTA NO SEU SONHO!

📍 Unidade 1 - Goiânia | Rua 11, nº 163, Qd 75 Lt 3E, Sala 3 - Setor Central  
☎ 62 3088-6404 📞 62 9.8118-3394

📍 Unidade 2 - Itumbiara | Rua Tiradentes, 112 - Centro  
☎ 64 3404-3249 📞 62 3088-6404 📞 64 9.9294-3506

📷 phconsultoria

📘 phconsultoriafinanceira

✉ contato@consultoriaph.com.br



# FOTOBIO MODULAÇÃO

Terapia de ILIB (Intravascular Laser Irradiation of Blood)

Significa a irradiação do sangue intravascular com laser de baixa intensidade. Isto é uma terapia de aplicação contínua direta de laser terapêutico sobre a artéria radial.

Este por sua vez age no combate aos radicais livres, produzindo assim o efeito antioxidante e a ação anti-inflamatória que resulta na prevenção e tratamento de diversas doenças:

ILIB e os benefícios para a saúde:

As pesquisas científicas evidenciam a eficácia do ILIB para tratamentos:

- Asma;
- Diabetes;
- Doenças inflamatórias;
- Doenças cardiovasculares;
- Insônia;
- Prevenção de envelhecimento;
- Ansiedade;
- Fibromialgia.

O número de sessões depende da necessidade de cada paciente. Portanto o ILIB é mais uma terapia que faz parte da medicina integrativa oferecida na Clínica Up.



NA PODOLOGIA é usado em diversos tratamentos de cicatrização e inflamações:

- Verruga plantar;
- Feridas e úlceras plantar;
- Metatarsalgia;
- Calos;
- Neuroma de Morton;

O equipamento tem sido muito usado no tratamento de micoses de unhas, eliminando a necessidade de ingerir medicamentos fortes que causam efeitos colaterais, principalmente no fígado.

Tratamento indolor, pois não causa ardência e não esquenta.



## Cláudia Rodrigues Aguiar

Técnica Responsável;  
Técnica em podologia -  
formada SENAC  
Araçatuba-SP 2007-2009;  
13 anos de formação;  
Especialização em  
onicoterapia - Instituto  
IMAP Brasil / Chile /  
Espanha / Argentina .

Instagram: @upesteticapodologia

WhatsApp: 64 98152-0954

# POSITIVIDADE TÓXICA



É a excessiva e ineficaz supergeneralização do estado de felicidade e otimismo em qualquer situação - na negação, minimização e invalidação da experiência emocional genuína humana.

## Quando a positividade é tóxica?

- Esconder o que realmente sentimos;
- Ignorar nossas emoções;
- Sentir-nos culpados pelas emoções negativas que temos;
  - Minimizar as experiências dos outros dizendo "deixa isso pra lá";
  - Mostrar aos outros perspectivas diferentes (ou seja, "isto não é assim tão ruim");

- Culpar as outras pessoas por sentirem as emoções negativas;

É preciso trocar reclamação por gratidão. Reclamar vibra baixo e quando você vibra baixo essa energia volta. Cada reclamação cria uma reação igual. Experimente focar a atenção no que de bom já está em sua vida.

**Tudo o que você foca expande!**

*Bem-Estar*  
centro da saúde

## DRA. MOAB GOBES

Psicóloga Clínica Adulto e Infantil;  
Hipnoterapeuta;  
Terapeuta integrativa (Barras de Access);  
Tutora em Emagrecimento Comportamental.

130,

☎ (64) 99666-7707

☎ (64) 3404-8464

🏠 Rua Tiradentes, 203 - St. Central, Itumbiara - GO



CHOCOLATES  
**BRASIL** CACAU

Apresenta

UM NATAL DE  
SENSAÇÕES

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

☎️ (64) 3404-1100 📷 [brasilcacau\\_itumbiara](#)



No último dia 20 de outubro foi celebrada a 63 edição da revista Mais saúde juntamente com a reinauguração da Requite Acabamentos, onde amigos, clientes e parceiros prestigiaram essa empresa, quem vem se destacando na região sul de Goiás.





# ULTRASSOM Microfocado




A mais alta tecnologia em lifting instantâneo. Sua pele mais firme, contorno da face mais definido, diminui a flacidez de toda a face, papada, pescoço e colo.

## *Julienne* ESTÉTICA

### Julienne Cardoso

Graduada em estética e cosmetologia;  
Pós graduanda em estética avançada  
com ênfase em injetáveis;  
Graduanda em biomedicina.

 [julienestetica](#)

 (64) 98121-2787

 R. Mato Grosso, 1323 - Centro, Goiatuba-GO



# BLACK FRIDAY UNIÓTICA



**Lentes e armações com a  
melhor oferta do Ano!**

**UNIÓTICA**  
*Uma nova visão do mundo!*

 **64 3404.8103**  
Praça da República, 365  
Centro - Itumbiara/GO  
 [uniotica.visaodomundo](https://www.facebook.com/uniotica.visaodomundo)

 **64 3433.8900**  
Av. Santa Cecília, 149  
Alto Boa Vista - Itumbiara/GO  
 [@oficauniotica](https://www.instagram.com/oficauniotica)



Antecipe suas compras de Natal!  
Presenteie quem você

*Ana!*



**CORDEIRO 24K**

*Sofisticação em Jóias*

IMPÉRIO DAS ALIANÇAS

🏠 Rua Prefeito Antônio Joaquim Silva, 149 - Centro

☎ (64) 3404-1888

📷 @cordeiro24k

📘 @cordeirofolheados24k



# MARKETING OLFATIVO

MULTIPLIQUE O PODER DE ATRAÇÃO DA SUA MARCA!

Criar uma *Identidade Olfativa* para a sua marca é criar uma fragrância exclusiva para representá-la, é dar a ela um cheiro que comunique sua personalidade ao mundo!

**1º Passo - Briefing:** Imersão do profissional no universo da marca, público-alvo e espaço físico. Nesta fase define-se a mensagem que se quer transmitir e a tecnologia a ser utilizada.

**2º Passo - Desenvolvimento:** O processo criativo começa, a fim de chegar à fragrância perfeita, diferentes composições são criadas a partir do briefing.

**3º Passo - Amostras:** Dessas, três diferentes composições são enviadas ao cliente.

**4º Passo - Aprovação:** o cliente recebe nosso direcionamento seguindo o procedimento de avaliação olfativa, para que consiga escolher a fragrância mais adequada para representar sua marca.

**5º Passo - Implementação:** Inicia-se, então, a implementação do Projeto Olfativo, de acordo com o objetivo do cliente e com o espaço físico.



Além de poder perfumar o ambiente com máquinas tecnológicas, o cliente Ana Teodoro pode ainda optar por incluir em seu projeto: **Perfume para Sacola; Perfume para Roupas; Perfume para Papel; Decoração Perfumada; Brindes Corporativos;** entre várias outras possibilidades de aplicação.



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

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



ANA TEODORO

# Uniodonto Sul Goiano recebe Troféu Imprensa pela excelência do atendimento prestado à saúde bucal



Em uma noite marcada pelo reconhecimento, a Uniodonto Sul Goiano recebeu o Troféu Imprensa 2022 na categoria planos odontológicos. A cooperativa, líder no segmento planos odontológicos no sul do Estado de Goiás, atua há mais de 30 anos, atendendo a empresas e clientes pessoa física.

O troféu foi entregue ao Diretor Presidente da Uniodonto Sul Goiano, Dr. João Batista Pereira Machado, que há mais de 22 anos está na liderança da cooperativa e é um dos responsáveis pela expansão desta organização.

Atualmente, a Uniodonto Sul Goiano está presente com unidades físicas em Itumbiara, Morrinhos, Goiatuba, Caldas Novas, Joviânia, Vicentinópolis, Catalão e Bom Jesus, atendendo a empresas de todos os portes e todos os segmentos produtivos.

"Estamos próximos. E isso demonstra nosso compromisso com cada cliente e com as empresas parceiras. A qualidade no atendimento à saúde de nossos beneficiários é o reflexo do trabalho de cada cirurgião-dentista que atua na Uniodonto Sul Goiano, construindo uma marca da qual todos nos orgulhamos", afirmou Dr. João Batista, cumprimentado pelo prefeito municipal de Itumbiara, Dione José de Araujo.



## Presidente da Uniodonto Sul Goiano é laureado com Comenda



O mês de outubro, no qual é comemorado o Dia do Cirurgião-Dentista foi histórico para a Uniodonto Sul Goiano. No dia 20 de outubro, Dr. João Batista Pereira Machado foi laureado com a medalha Dr. Dalton Nunes da Silva, a mais alta honraria conferida pelo Sistema Uniodonto a pessoas e instituições com relevante contribuição ao cooperativismo odontológico no país.

Durante a premiação, o Sistema Uniodonto externou sua gratidão à força transformadora do presidente da Uniodonto Sul Goiano que gerou para centenas de pessoas oportunidades de trabalho e realização, se ausentando de seu convívio familiar para dedicar tempo e energia à construção do primeiro e maior Sistema de Cooperativas Odontológicas do mundo.

Na cerimônia da entrega da Comenda, realizada em São Paulo, capital, Dr. João Batista destacou o trabalho dedicado dos cirurgiões-dentistas como o elemento fundamental para o sucesso e o reconhecimento da Uniodonto Sul Goiano.

O registro da Comenda está publicado no livro histórico que conta a trajetória de 50 anos do Sistema Uniodonto, intitulado "Uma Marca para Celebrar – a Trajetória Inspiradora da Maior Cooperativa Odontológica do Mundo", disponível também em plataforma digital pelo link: <https://online.fliphtml5.com/qxkda/ppof/>

# Uniodonto Sul Goiano recebe autoridades na festa em homenagem ao Dia do Cirurgião-Dentista



A Uniodonto Sul Goiano celebrou o Dia dos Cirurgiões-Dentistas em grande estilo, com uma festa dedicada aos seus cooperados na noite de 21 de outubro, no Espaço Évora. A comemoração já é uma tradição da cooperativa, que recebe profissionais de todos os municípios nos quais mantém operações. O encontro deste ano foi marcado pela alegria dos bons resultados compartilhados.

A festa contou com a participação de autoridades como o prefeito de Itumbiara, Dione Araújo, a prefeita de Araporã, MG, Renata Borges, e de lideranças do cooperativismo, como o presidente do Sicoop Unicentro Brasileiro, Dr. Raimundo Nonato Leite Pinto; o Diretor Presidente da Uniodonto do Brasil, Dr. José Alves de Souza Neto e o presidente da Complem, Dr. Sérgio Penido, que enaltecem o papel fundamental da Uniodonto Sul Goiano para o avanço dos indicadores de saúde do estado e do país.

Todos os detalhes da festa foram cuidados pessoalmente pelo Diretor Presidente da Uniodonto Sul Goiano, Dr. João Batista Pereira Machado. Os convidados atenderam ao tema Noite em Preto e Branco. A música ao vivo foi comandada pela Banda Gênese.

O evento contou com a presença das autoridades, da esquerda para a direita na foto: o presidente da Complem, Sérgio Penido, o diretor presidente da Uniodonto do Brasil, Dr. José Alves de Souza Neto, a prefeita do município mineiro de Araporã, Renata Borges, o presidente da Sicoop Unicentro-BR, Dr. Raimundo Nonato, o prefeito de Itumbiara, Dione Araújo que foram recebidos pelo presidente da Dr. João Batista Pereira Machado.



Dr. João Batista Pereira Machado dá as boas-vindas aos presentes.



# Black Friday Óticas Diniz.

Descontos arrasadores  
para você aproveitar.





ATÉ **70%**



Para ver o mundo como você sempre quis.

**30**  
anos



RUA PARANAIBA, 422 A  
CENTRO - ITUMBIARA - GO  
(64) 3432-0708 |  (64) 99665-2126  
 @dinizitumbiara

RUA 20 C/13 E 15, 1.025  
CENTRO - ITUIUTABA - MG  
(34) 3261-2126 |  (64) 99894-1373  
 @dinizituiutaba.

Promoção válida de 1º a 30 de novembro de 2022, ou enquanto durarem os estoques. Armações para óculos de grau e óculos solares com até 70% de desconto. Os descontos variam entre 10% e 70%, não aplicáveis para lentes oftálmicas e lentes de contato, e estarão sinalizados nas peças ou nos balcões. Descontos não aplicáveis para peças não sinalizadas. Formas de pagamento: dinheiro ou nos cartões de débito/crédito. Para compras nos cartões de crédito, consulte as bandeiras disponíveis antecipadamente e as possibilidades de parcelamento. Algumas lojas Óticas Diniz, por razões burocráticas, podem não oferecer todas as bandeiras de cartão de crédito. Consulte as lojas participantes. Promoção exclusiva para compras realizadas nas lojas físicas das Óticas Diniz, para atendimento DiniZap e para peças selecionadas e destacadas em nosso site por meio do e-commerce das Óticas Diniz. Eventuais erros têm preservado o direito de retificação. Imagens meramente ilustrativas. Promoção não cumulativa com outras promoções da rede Óticas Diniz.



**Agroseeds**  
QUALIDADE EM ANÁLISES

ESCOLHA A SEMENTE CERTA PARA SUA COLHEITA.

**APERFEIÇOAMENTO COM  
EXATIDÃO E AGILIDADE NA CLASSIFICAÇÃO E  
ANÁLISE DE GRÃOS E SEMENTES.**



64. 98447 5966 | 64. 3495 6461



@agroseeds

Av. Amazonas, 320 | Centro | Goiatuba | Goiás

# LABORATÓRIO SÃO FRANCISCO

## Compromisso com você e com a sua saúde!

### NOVO EXAME GASOMETRIA ARTERIAL E VENOSA

O Laboratório São Francisco na busca de estar sempre em evolução, com novos métodos e avanços tecnológicos, disponibiliza um novo exame para Goiatuba e região: a gasometria, que pode ser arterial ou venosa.

A gasometria arterial avalia os gases presentes no sangue, como: o oxigênio, o gás carbônico, assim como a distribuição do pH e do equilíbrio ácido-básico, o que ajuda no diagnóstico de doenças pulmonares, renais e infecções. Também é solicitada quando há distúrbios metabólicos, pacientes em ventilação mecânica, oxigenoterapia ou em alguns tipos de cirurgia.

Nosso equipamento, i15 da Labtest, realiza até 34 parâmetros por amostra.

Os cartuchos são individuais e de uso único. Possuem microsensores para determinação dos parâmetros por potenciometria, amperometria e condutimetria.



Extrema garantia de exatidão e precisão nos resultados: calibração automática a cada amostra e três níveis de controle de qualidade.

Laboratório São Francisco, sempre com a segurança e credibilidade de um laboratório que é referência em atendimento e qualidade!

NOSSAS AMOSTRAS BIOLÓGICAS SÃO IDENTIFICADAS POR CÓDIGO DE BARRAS,  
GARANTINDO MAIOR SEGURANÇA, RAPIDEZ E CONFIANÇA.

## EXAMES & TECNOLOGIA

- Dosagens hormonais;
- Sexagem fetal;
- Biópsias e citologias;
- Análises e pesquisas clínicas;
- Exames toxicológicos;
- Teste do pezinho;
- Coleta para exame de DNA;
- Microbiologia.

Rua Tietê, 465 | Goiatuba | Goiás  
64. 3495 2904 

e-mail: [labsfran@hotmail.com](mailto:labsfran@hotmail.com)  
[www.labsaofrancisco.sytes.net](http://www.labsaofrancisco.sytes.net)

Dra. Paullyana Pereira e Oliveira Santos  
Biomédica | Responsável Técnica CRBM-1054  
Especialista em Análises Clínicas e Toxicológicas.

Darly Inocência de Oliveira  
Diretor Administrativo

FLOCOS DE MILHO  
COM AÇÚCAR

+ BOLINHAS DE MILHO  
SABOR CHOCOLATE

CAMPEÃO  
DE VENDAS

**GRÁTIS**

**2 EM 1**

Leve grátis 1 fim de semana

**Corn Sugar**

**Choco Boll**

**AlcaFoods** CEREAIS MATINAIS

**AlcaFoods** CEREAIS MATINAIS

Peso Líquido **300g**

Peso Líquido **200g**

Cada porção de 20g contém	
energia	100 kcal
carboidrato	26 g
proteína	0,8 g
gordura	0,1 g
fibra	0,1 g
ácido fólico	10 mg


Cada porção de 20g contém	
energia	100 kcal
carboidrato	26 g
proteína	0,8 g
gordura	0,1 g
fibra	0,1 g
ácido fólico	10 mg

**AlcaFoods** CEREAIS MATINAIS

Cereal de milho sabor chocolate. Celereado naturalmente. Contém a essência de chocolate e adoçante natural. Cereal natural livre de transgênicos.

**AlcaFoods**<sup>®</sup>  
Cereais Matinais





Há **33** anos  
o nosso plano é dedicar  
**OS NOSSOS ESFORÇOS**  
PARA LEVAR SAÚDE E BEM-ESTAR  
**PARA VOCÊ**



AMS - Nº 305472

somos  
**COOP**

**Unimed**   
Regional Sul Goiás

**33**  
ANOS

08 de Novembro - Aniversário Unimed RSG



PRODUTOS AGROPECUÁRIOS

PARCEIRO  
**ALA**  
GENETICS



**RAÇÕES, MEDICAMENTOS, EQUIPAMENTOS E INSUMOS AGRÍCOLAS  
MÉDICO VETERINÁRIO NA LOJA DE SEGUNDA A SÁBADO HORÁRIO COMERCIAL**



**AQUI VOCÊ ENCONTRA TUDO PARA**

*Equinos, Bovinos, Aves, Suínos,  
Caninos e Felinos.*

**VENDEMOS PARA TODO BRASIL  
PRODUTOS AGROPECUÁRIOS E PET SHOP**

**Magnus**  
Do Cuidado com o Cabelado

**Organnact**  
Cuidado com a Saúde

**JA Saúde Animal**

**MSD**

**Cereal**  
NUTRIÇÃO ANIMAL

**Special Dog**

**Chanin**  
TÉCNICA ANTI-PRURITO

**Guabi**

**CALBOS**  
Saúde Animal

**VETNIL**


**SUPRA**

**ourofino**  
saúde animal

☎ (64) 99300-6848 (64) 3404-4775  
✉ necagropecuaria@gmail.com

📍 Rua João Ribeiro Filho, 490  
Santos Dumont - Itumbiara-GO

**VOCÊ SABE COMO A  
TESTOSTERONA AGE NA  
HIPERTROFIA  
MUSCULAR?**



A testosterona é considerada o hormônio mais importante para o ganho de massa muscular. Através de reações químicas, estimula o aumento da força física e diminui o índice de gordura no corpo. Além de melhorar a contração muscular, este hormônio determina o quanto de massa muscular você pode desenvolver.

Como atua sobre o metabolismo energético, a testosterona atenua a sensação de cansaço e fadiga. Sendo assim, garante energia para a prática de exercícios e melhora a qualidade de vida.

O sintoma mais comum da baixa produção de testosterona é a falta de disposição e foco nas atividades do dia a dia. Esse hormônio atua diretamente no sistema nervoso central, em áreas relacionadas à atenção e à cognição.

Por isso, em concentrações ideais, a testosterona pode facilitar a concentração, aumentar a capacidade de aprendizado e aprimorar a memória. Além disso, melhores níveis de testosterona reduzem estresse, preocupação, depressão e ansiedade, aspectos diretamente ligados à capacidade de concentração.

**MEDICINA ESPORTIVA AVANÇADA**  
**NÓS MANIPULAMOS SEU OBJETIVO**

 **RAVENNA**  
**FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO**

**FARMÁCIA ESPECIALIZADA EM MEDICINA ESPORTIVA**

RUA PADRE FÉLIX, 200 - CENTRO- ITUMBIARA-GO

(64) 3431-5566

| (64) 99665-5566

| [www.ravenna.ind.br](http://www.ravenna.ind.br)

**O CAMPO É  
A ENERGIA  
QUE MOVE  
A NAÇÃO.**



# A CONAFER É A FORÇA QUE MOVE O CAMPO.

A CONAFER promove o desenvolvimento socioeconômico de camponeses, pecuaristas, pescadores, ribeirinhos, extrativistas, indígenas, quilombolas, posseiros, assentados e acampados de todo o território brasileiro. Uma força para dar voz e autonomia aos milhões de agricultores familiares, responsáveis pela produção de mais de 70% dos alimentos consumidos no Brasil.



A MARCA  
AGROFAMILIAR  
BRASILEIRA

[www.conafer.org.br](http://www.conafer.org.br)



**BioCEL**  
LABORATÓRIO CLÍNICO



# NOVEMBRO AZUL

## Check-up III (15 exames)

PSA (Câncer de Próstata)  
HEMOGRAMA (Avaliação Geral)  
GLICEMIA (Diabetes)  
COLESTEROL TOTAL (Gordura no sangue)  
TRIGLICERIDES (Gordura no sangue)  
ÁCIDO ÚRICO (Gota)  
GAMA GT (Fígado)  
TESTOSTERONA (Hormônio)  
SÍFILIS (Doença Sexualmente Transmissível)  
HIV (Doença Sexualmente Transmissível)  
HEPATITE B (Doença Sexualmente T.)  
HEPATITE C (Doença Sexualmente T.)  
EAS (Urina)

**R\$ 150,00**

## Check-up I (1 exame)

PSA (Câncer de Próstata)

**R\$ 20,00**

## Check-up II (4 exames)

PSA (Câncer de Próstata)  
HEMOGRAMA (Avaliação Geral)  
GLICEMIA (Diabetes)  
GAMA GT (Fígado)

**R\$ 55,00**

**\*Adicional: ELETROCARDIOGRAMA por R\$ 45,00**



**COLETA DOMICILIAR  
DO EXAME PREVENTIVO!**



**(64) 3404-1833**



**(64) 9.8436-0079**

**Endereço:** Av. Rio Verde, nº 97, Centro  
(Em frente ao colégio Felix de Almeida)

# Mitos e fatos sobre a busca do tratamento psiquiátrico. Você tem medo?



Como anda sua vida?

Provavelmente e raramente é sem desafios.

E em alguns casos esses desafios são tão grandes que pode parecer impossível seguir em frente?

Se identifica?

Provavelmente você não deixaria problemas de saúde, como dores nas articulações ou outro problema preocupante te impedir que enfrente uma consulta médica.

Mas quando se trata de nossa saúde mental, muitos ainda desconfiam em consultar a psiquiatria.

Entendo, mas não concordo!

A psiquiatria é uma especialidade médica que não é tão bem compreendida como outras especialidades. Infelizmente.

Mas quero mudar sua opinião com esses mitos e fatos.

**Mito:** Psiquiatras são para indivíduos loucos, insanos ou violentos.

**Fato:** A maioria das pessoas que procuram um psiquiatra não são “loucas”. Embora existam alguns indivíduos que requerem mais cuidados do que outros, a maioria dos pacientes consulta um psiquiatra para corrigir desequilíbrios químicos e aliviar os sintomas.

**Mito:** Psiquiatra me dará pílulas que certamente me deixarão grogue e sonolento o tempo todo.

**Fato:** É verdade que muitos medicamentos têm os efeitos colaterais de deixá-lo um pouco grogue, mas isso pode ser contornado com pequenas dicas do médico.

**Mito:** Parei a medicação e os meus problemas voltaram. A culpa é do médico, pois ele me tornou dependente de medicamentos.

**Fato:** Os medicamentos psiquiátricos devem ser reduzidos ou trocados gradualmente, o que apenas um profissional qualificado pode ajudá-lo. Gerenciar seus próprios medicamentos e interrompê-los pode causar esse problema.

**Mito:** Drogas psiquiátricas irão alterar sua personalidade.

**Fato:** As drogas psiquiátricas não podem alterar sua personalidade como um todo, no entanto, elas aliviarão os sintomas que se enraizaram em sua personalidade.

Como viu, existem muitos mitos em torno da psiquiatria e do tratamento psiquiátrico. Acreditar nesses mitos é o que pode te impedir de buscar tratamento psiquiátrico adequado no momento certo.

Atente a sua saúde mental! É importante.



QUALICLIN

## Dra. Andressa Borges de Faria

CRM/GO: 22.022

Médica Membro da Sociedade Brasileira de Psiquiatria;  
Pós-graduada em Psiquiatria da Infância e da Adolescência.



## Espaço de atendimento multiprofissional

Somos um espaço de atendimento multiprofissional, preparado e equipado para receber profissionais e pacientes de diversas áreas da saúde.

Nosso espaço conta com salas mobiliadas e prontas para atendimento, uma aconchegante recepção, uma ótima localização e facilidade para estacionamento.

Para conhecer mais, agendar uma consulta com nossos profissionais e consultar nossa disponibilidade de locações, entre em contato conosco pelo telefone abaixo ou venha nos fazer uma visita!

### MARIA NATTÁLIA ALVES

Psicóloga  
CRP 09/014548

Atendimentos clínicos;  
Especialista em terapia Cognitivo comportamental;  
Atendimentos para crianças adolescentes e adultos;  
Orientação de pais;  
Atendimentos presenciais e online.

📷 @psi.marianattalia  
☎ 64 98121-0832  
☎ 64 99319-0139

✉ psicologamarianattalia@gmail.com

### KARINE ARAÚJO

Psicóloga, palestrante e fundadora da Psiquê Saúde  
CRP 09/010396

Atendimentos clínicos;  
Abordagem psicanalítica;  
Atendimentos em adolescentes a partir de 14 anos, adultos, casais e idosos.

📷 @psicologa\_karinearaujo  
☎ 64 99939-0377  
☎ 64 99319-0139  
✉ psico.karinearaujo@gmail.com

### TASSIA VILARINHO

Neuropsicóloga  
CRP 09/012097

Atendimentos clínicos;  
Abordagem Cognitivo comportamental;  
Atendimentos adolescentes a partir de 16 anos, adultos e idosos;  
Atendimentos presenciais e online;  
Especialista em Neuropsicologia Clínica e Institucional;  
Especialista em Saúde Mental e Atenção Psicossocial;  
Pós graduanda em Perícia Criminal e Ciências Forenses;  
Perita judicial/ Grafotécnica e Assistente Técnica.

📷 @tassia\_vilarinho  
☎ 64 99667-1114  
☎ 64 99319-0139  
✉ tassivilarinho@hotmail.com

### AMANDA VIEIRA

Psicóloga  
CRP 09/16875

Atendimentos clínico online e presenciais;  
Abordagem psicanalítica;  
Atendimentos com adolescentes a partir de 14 anos, adultos e casais.

📷 @amandavieirapsicologia  
☎ 64 9209-2359  
☎ 64 99319-0139  
✉ amandavieirapsicologia@gmail.com





# Síndrome de burnout: você sabe o que significa isso?



O assunto a ser tratado hoje é de grande importância, na verdade, falar sobre Saúde Mental sempre foi uma temática de grande relevância, contudo, sabe-se que nem sempre ao longo da história a nossa saúde mental foi vista por este viés, muitos tabus e barreiras foram sendo construídas ao longo do tempo e algumas persistem até hoje. Por isso é sempre muito importante e necessário abordar temáticas que nos fazem refletir sobre como está a nossa Saúde Mental, bem como, o que é preciso ser feito quando não está tão bem assim.

Desta forma, trago hoje um assunto que tem atingido muitos profissionais, dentre eles, profissionais da área da saúde, segurança pública, setor bancário, educação, cartórios, tecnologia da informação, dentre outros profissionais. Sabemos que o mercado de trabalho atualmente está bastante acirrado e que muitas habilidades têm sido cobradas, tanto na parte do conhecimento prático, mas também, nas habilidades socioemocionais. Além disso, muitos trabalhadores têm tido uma longa jornada de trabalho semanal e muitas cobranças quanto aos resultados a serem alcançados. Mas, e quando chegamos ao ponto de estarmos cansados físico e mentalmente? E quando estamos exaustos e se sentindo emocionalmente sobrecarregados? Por isso perguntei se você sabe o que significa Síndrome de burnout.

Segundo o Ministério da Saúde: Síndrome de

Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade. A principal causa da doença é justamente o excesso de trabalho.

A Síndrome de Burnout envolve nervosismo, sofrimentos psicológicos e problemas físicos, como dor de barriga, cansaço excessivo físico e mental, dor de cabeça frequente, alterações no apetite, insônia, dificuldades de concentração, dentre outros sintomas. Normalmente esses sintomas surgem de forma leve, mas tendem a piorar com o passar dos dias. Percebeu o quanto esse assunto é importante? Creio que muitos leitores irão se identificar, bem como, muitos estão precisando de ajuda profissional para o estabelecimento de estratégias e intervenções para o enfrentamento desta psicopatologia.

Sendo assim, quero te fazer uma pergunta. Como está sua saúde mental? Percebe que está precisando de ajuda profissional? O cuidado começa com a escuta. Sou Psicóloga Clínica e estou a sua disposição caso precise de ajuda.



## Marina Carvalho

CRP 09/010753

Psicóloga e sócia da Psiquê Saúde;  
Especialista em Gestão de Pessoas;  
Atendimentos clínicos (Presencial e Online);  
Abordagem Psicanalítica;  
Atendimentos em adolescentes a partir de 14 anos, adultos e casais;  
Modalidades de atendimento: Individual, familiar, casal e grupo;  
Palestras.

📍 Psiquê Saúde - Rua Tiradentes, n. 481, Centro - Itumbiara/GO

📱 @psimarinacarvalho 📞 (64) 98427-5236

✉️ marinarcarvalho\_psico@hotmail.com







RAPHAEL EUQUERES  
ARQUITETURA E DESIGN



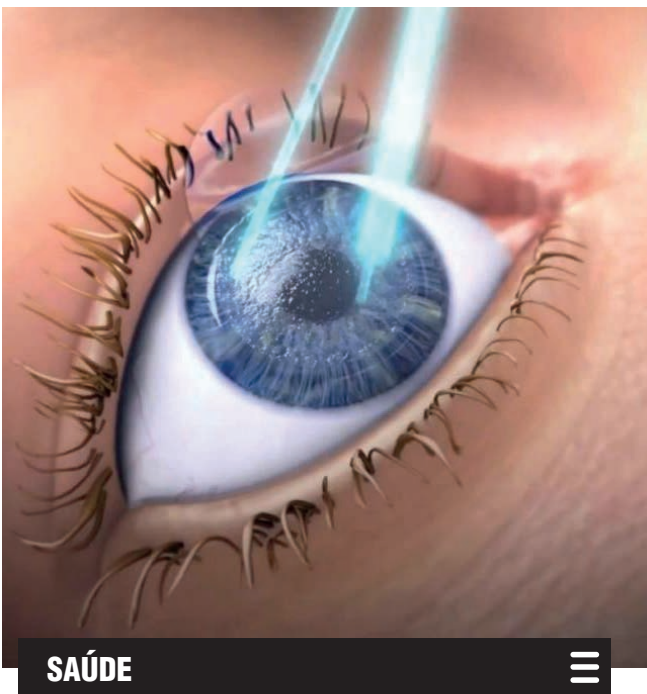
RAPHAELEUQUERES ARQUITETURA



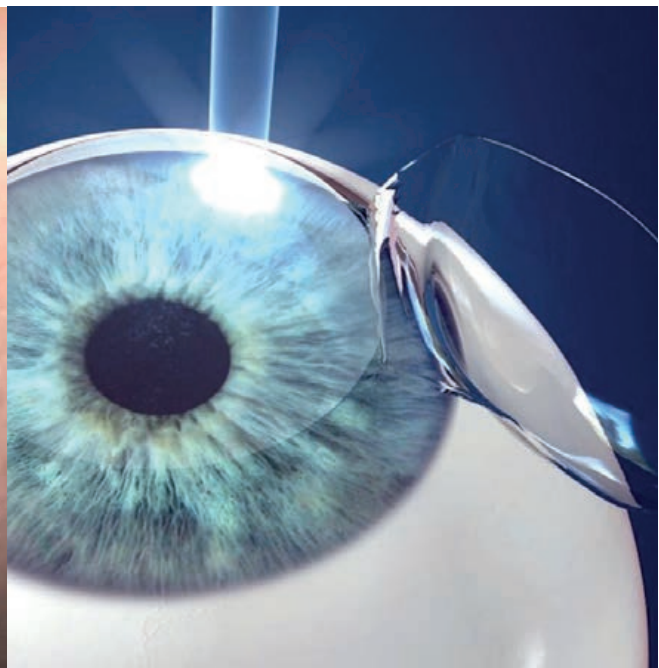
[WWW.RAPHAELEUQUERES.COM.BR](http://WWW.RAPHAELEUQUERES.COM.BR)



64 99222-8178



SAÚDE



## CIRURGIA REFRACTIVA

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Atendimento:



**CENTRO DA VISÃO**  
Itumbiara

[www.cvi.med.br](http://www.cvi.med.br)

**Dr. Gleisson  
Pantaleão**

CRM/GO: 13.493

**Dr. Valdemiro  
Fukuhara**

CRM/GO: 2.975

**Dr. Augusto  
Treme**

CRM/GO: 15.698



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06, 07 e 08



# CONTABILIDADE CONSULTIVA

**NÓS CUIDAMOS DA SUA EMPRESA  
COMO SE ELA FOSSE NOSSA!**

Se a sua empresa busca sempre o aperfeiçoamento constante, organização e saúde financeira, com certeza a Contabilidade Consultiva deve estar entre as suas prioridades. De forma direta, a Contabilidade Consultiva ofertada pela WR oferece a você um atendimento personalizado, um cuidado com a sua empresa de forma humanizada e dedicada.

Muito além de tirar guias e organizar folha de pagamento, a Contabilidade Consultiva faz uma imersão no seu segmento de atuação, estuda os seus indicadores, explora potenciais lucrativos, identifica incentivos fiscais, realiza o planejamento tributário, elimina impostos indevidos e oferta resultados positivos e maior lucratividade na venda de produtos ou serviços.

Através da Contabilidade Consultiva você terá analistas contábeis seleciona-

dos para o seu ramo de atuação, relatórios e reuniões trimestrais para acompanhar de perto todos os ganhos, orientações claras e objetivas nas tomadas de decisão.

A Contabilidade Consultiva da WR é isso, uma assessoria de resultados financeiros para o seu negócio. Nós cuidamos da sua empresa como se ela fosse nossa.

**SAIBA MAIS**





**Ranier Pereira de Lima**  
CRC-GO: 0016525/O

**Walter Simões de Lima**  
CRC-GO: 005262/O

**Rafael Pereira de Lima**  
CRC-GO: 022931/O



Contabilidade & Consultoria

Sua empresa, nosso negócio.

**Matriz:**  
Av. Trindade, 911  
Centro  
Itumbiara-GO

**Filial:**  
Rua Brasil, 50  
Setor Bueno  
Goiânia-GO

**Filial:**  
Avenida Nicomedes Alves  
Dos Santos, 3600, Sala 310  
Ed. Gávea Bussiness,  
Morada da Colina,  
Uberlândia-MG

**Filial:**  
Avenida Meia Ponte  
nº 10, Setor Central  
Inaciolândia-GO

64 3431-0510 | 64 99329-2473

falecom@wrcontab.com.br | www.wrcontab.com.br | @wrcontabilidade

**MATRIZ**



**RUA RUI DE ALMEIDA, 180 - CENTRO - ITUMBIARA/GO**



**FILIAL 1**  
AV. FRANCISCO ABDON MARQUES,  
Q52 L11 S06 - SETOR SULESTE  
CACHOEIRA DOURADA/GO



**FILIAL 2**  
AV JOSE MESSIAS FERREIRA,  
2186 - SALA 03 - SETOR CENTRAL  
BURITI ALEGRE/GO



**FILIAL 3**  
AV PRESIDENTE VARGAS,  
788 - CENTRO  
GOIATUBA/GO

- ✓ **MEI**
- ✓ **SIMPLES NACIONAL**
- ✓ **HOLDING**
- ✓ **LUCRO REAL**

- ✓ **LUCRO PRESUMIDO**
- ✓ **CONTABILIDADE RURAL**
- ✓ **CONTABILIDADE CONDOMÍNIO**
- ✓ **IMPOSTO DE RENDA**

**(64) 3431-6397** 📞

**@contabilempresarial\_** 📷

**JOSINEY MATEUS** (64) 99247-6331 📞  
DIRETOR CONTABIL EMPRESARIAL

**OLAVO JUNIOR** (64) 98100-0843 📞  
DIRETOR CONTABIL EMPRESARIAL

DESDE 1984  
**CONTÁBIL**  
**EMPRESARIAL**  
Contabilidade & Consultoria

**PENSOU EM CONTABILIDADE, PENSOU CONTÁBIL EMPRESARIAL**

CNPJ: 44.769.929/0001-55

CRC: GO-003839/O-7