

**Rodrigo Freitas Cunha**  
DIRETOR ADMINISTRATIVO - LABORATÓRIO IDESG

Revista

# Stilo

& SAÚDE



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

# 220·K

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](http://220k.com.br)

f @energia220k

☎ 0800 567 2000

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

220·K  
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

# CERATOOCONE

Ceratocone é uma doença não inflamatória da córnea na qual a baixa rigidez do colágeno corneano permite que a área central ou paracentral assumam forma cônica, tornando-se progressivamente mais fina e irregular. Essa irregularidade, na maioria dos casos, causa baixa visual não recuperável com óculos, mas pode ser corrigida com uso de lentes de contato rígidas ou gelatinosas especiais.

O ceratocone geralmente aparece na adolescência ou em adultos jovens e progride até 35 a 40 anos de idade. A progressão normalmente é lenta, mas pode haver períodos em que a piora é rápida.



Em mais de 90% dos casos o ceratocone acomete os dois olhos, entretanto, um dos olhos geralmente é mais afetado que o outro. Homens e mulheres são afetados na mesma proporção.

As causas específicas ainda não são conhecidas, mas a origem mais provável é a genética. Os pacientes que apresentam predisposição e tem o hábito de coçar os olhos, geralmente vão ter uma doença mais precoce e mais avançada.

## EXAMES Ceratoscopia Computadorizada (Topografia).

A topografia computadorizada é um excelente instrumento para confirmar o diagnóstico de ceratocone, mesmo quando

os sinais característicos ainda não são observados. Os topógrafos computadorizados, se baseia no princípio do Disco de Plácido, que utiliza a córnea como um espelho refletor, projetando uma série de anéis sobre ela. Esses anéis são captados, analisados e codificados em cores, gerando mapas de curvatura.

## Tomografia Corneal – Orbscan II

O Orbscan II faz o diagnóstico diferencial entre ceratocone e distorção de córnea. O mapa de elevação

Normal

Ceratocone



posterior e o mapa paquimétrico são importantes para confirmar o diagnóstico precoce do ceratocone porque não somente a curvatura anterior, mas também a posterior são afetadas nessa doença.

## Paquimetria Ultra-sônica

A paquimetria ultra-sônica tem como objetivo medir a espessura corneana, que normalmente está diminuída nos casos de ceratocone.

## TRATAMENTOS

### Lentes de Contato

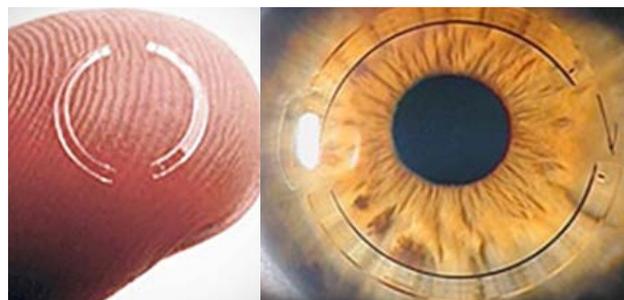
Na fase inicial da doença, quando o astigmatismo irregular é pequeno, a correção visual pode ser feita com óculos. Para outros estágios, indicam-se lentes de contato (LC). As LC substituem a superfície irregular da córnea por outra regular, permitindo melhora da visão, mesmo nos graus avançados da doença, mas não evitam a sua progressão.

Existem muitos desenhos e tipos de lentes para adaptação em ceratocone. O modelo ideal é determinado de acordo com a forma do cone, evolução da doença e os testes com lentes de prova, podendo ser rígidas corneanas, esclerais ou gelatinosas especiais.

### Anel Intraestromal corneano

Os anéis intraestromais são indicados para pacientes com ceratocone que apresentam dificuldade visual com o uso de óculos e lentes de contato. Tem a função de regularização da córnea, com diminuição do astigmatismo e/ou da curvatura corneana. São recomendados apenas para alguns tipos e graus de ceratocone, em córneas transparentes.

O implante de anéis pode e deve ser associado ao Crosslinking caso o ceratocone esteja em evolução.



## Crosslinking

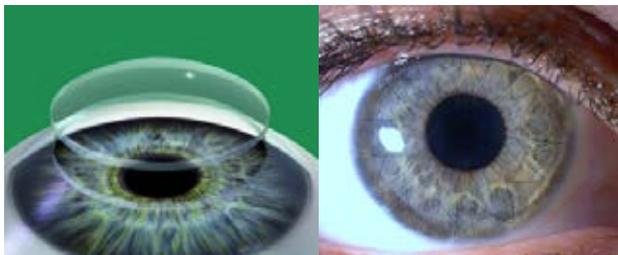
O Crosslinking do Colágeno Corneano é indicado para evitar a progressão do ceratocone. O tratamento consiste em desepitelizar a córnea após anestesia tópica (colírio), instilar riboflavina (vitamina B2) e aplicar luz UVA controlada. Tem como finalidade aumentar o número de ligações covalentes entre as fibras de colágeno para fortalecer a córnea e estabilizar a doença.



## Transplante de Córnea

Indicado quando a córnea apresenta cicatrizes ou para ceratocones avançados quando não se obtém boa visão com LC e não tem mais indicação de implante de anel intraestromal ou Crosslinking.

A finalidade do transplante é substituir a porção central da córnea doente por uma córnea sadia doadora.



**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. Wilian  
Vinhadelli**

CRM/GO: 10.250

**Dr. Augusto  
Treme**

CRM/GO: 15.698



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



**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. Caroline Teles**  
Pediatra  
CRMGO: 11.052 | RQE: 14.576

**Clínica Desenvolvimento do Ser**  
Rua Dr. Mário Guedes, 239.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
64 99302-0469  
64 3404-1351



**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. 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. Andréia Marinho**  
Neurologista  
CRM/GO: 22447 | RQE: 14752

**Self Clínicas**  
Av. Brasília, 207.  
Bairro: Alto da Boa Vista.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3433-3004  
(64) 3433-3000



**Dra. Carolina Rodrigues Parreira**  
Pediatra  
CRM/GO: 20710 | RQE: 14452

**Alfa Saúde**  
Rua João Manoel de Souza, 881.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.



**Dra. Claudia Soares Alves**  
Neurologista  
CRM/GO: 12.452 | CRM/MG: 4.100

**Pró Saúde**  
Pç. São Sebastião, 210.  
Bairro: Centro. | Itumbiara - GO.  
(64) 3431-1114 | (64) 3404-1114



**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. José Antônio Ferreira**  
Ginecologia e obstetria  
CRM/GO: 6.491 | RQE: 3296

**Clínica Pro Vida**  
Rua Padre Félix, 380.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3431-7606 | (64) 9.9665-7606



**Dr. José Humberto Domingues de Faria**  
 Cirurgião Plástico  
 CRM/GO: 6.257 | RQE/GO: 1212

**Clínica Sagrada Família**  
 Rua Paranaíba, 474.  
 Bairro: Centro.  
 Itumbiara - GO.  
 (64) 9.9228-1717



**Dra. Julieta Isabel Triana Cansino**  
 Médica  
 CRM/GO: 22.719  
 CRM/MG: 75.761

Rua Dâmaso Marques, 15.  
 Bairro: Centro.  
 Itumbiara - GO.  
 (64) 3404 6543 | (64) 9284 7434  
 (64) 9668 5929



**Dr. Odélio Vilarinho Prudencio**  
 Geriatria | Clínica Médica  
 Medicina do Trabalho  
 CRM/GO: 23003 | RQE: 11709  
 Geriatria | RQE 13608

**Hospital Odélio Prudêncio**  
 Rua Mato Grosso, 1811.  
 Bairro: Centro.  
 Goiatuba-GO.  
 (64) 3495-5700



**Dra. Natália Pacheco**  
 Médica do Esporte e Nutróloga  
 CRM/GO 16.253 / RQE 12182

**Alfa Saúde**  
 Rua João Manoel de Souza, 881.  
 Bairro: Centro.  
 Itumbiara - GO.



**Dra. Patrícia Machado**  
 Ginecologia e Obstetrícia  
 CRM/GO 24.943  
 RQE: 15007

Rua: Dâmaso Marquês, 15.  
 Bairro: Centro.  
 Itumbiara - GO.  
 (64) 99278-2002



**Dr. Rafael Jacob**  
 Cirurgião Geral  
 CRM/GO: 16.232

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



**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. 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. Wesley Santos Vinhadelli**  
 Mastologia e Ginecologia  
 CRM/GO 12.654  
 RQE: 6224/6237

**Clínica Espaço Médico e Odontológico**  
 Rua: Dr. Valdivino Vaz, 48.  
 Bairro: Centro.  
 Itumbiara - GO.  
 (64) 3431-7588



**Dr. Wilian Vinhadelli**  
 Oftalmologista  
 CRM/GO: 10.250

**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



**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

## Guia Médico

Dezembro – 2021

O ano está chegando ao fim, e com ele nossa última edição de 2021.

Um ano de muita luta e desafios, para toda a população mundial, e essa batalha continua principalmente para nossos heróis da área da saúde, que estão diariamente na linha de frente dessa guerra contra a covid-19.

Não podemos nos esquecer dos empresários e empreendedores que se reinventaram e continuam reinventando seus negócios, que estão cada vez mais fortes depois dos desafios impostos pela pandemia mundial. Conosco não foi diferente, a Revista Mais Saúde se reinventou mais uma vez esse ano, aumentando nossos investimentos e ampliando nossos canais de comunicação, e além da nossa publicação impressa, você também pode usufruir de nossa banca online, onde todas as edições da Revista Mais Saúde estão disponibilizadas para leitura no [www.rmaissaude.com](http://www.rmaissaude.com), um site moderno e atualizado.

E como presente de Natal, trouxemos para leitura e entretenimento de nossos leitores uma revista repleta de excelentes conteúdos.

Agradecemos de coração a todos os clientes, parceiros e leitores que estiveram conosco nesse ano de 2021, nos ajudando a superar nossos desafios e nos inspirando a atingir nossos objetivos e metas.

Os diretores!!!

Realização

# OR7

Editora e Marketing

## Expediente

Diretor Administrativo: Renato Martins  
Diretor Comercial: Onofre Neto  
Fotos: Pedro Homn, Bruno Cardoso e Roover Almeida  
Foto da Capa: Bruno Cardoso  
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](mailto:contato@rmaissaude.com)  
[or7empresarial@gmail.com](mailto:or7empresarial@gmail.com)  
[www.rmaissaude.com](http://www.rmaissaude.com)  
Instagram: [rmaissaude](#)

Revista Stilo:  
[revistastilogoiatuba@gmail.com](mailto:revistastilogoiatuba@gmail.com)  
[www.revistastilo.com.br](http://www.revistastilo.com.br)  
Instagram: [stilo\\_revista](#)



# Sumário

04	CERATOCONE	77	RASTREAMENTO
10	ENTREVISTA		OPORTUNÍSTICO DO CÂNCER
17	PLÁSTICA DE FACE		DE PRÓSTATA
20	ENTREVISTA	79	DOR MAMÁRIA
27	JEJUM INTERMITENTE E	85	OSTEOPOROSE
	EXERCÍCIO FÍSICO	87	PARALISIA FACIAL PERIFÉRICA
35	“O CRESCIMENTO DO SEGURO	88	ENTREVISTA DRA. CAROLINE
	VIAGEM INTERNACIONAL E AS	97	COMO DEIXAR SEU
	EXIGÊNCIAS EM CADA		GATO FELIZ???
	CONTINENTE.”	101	SÍNDROME DE
38	DIARREIA AGUDA		OSGOOD-SCHLATTER
42	DOR PÉLVICA: O QUE PODE	105	ROUPAS COM PROTEÇÃO
	INDICAR?		SOLAR REALMENTE
44	ENTREVISTA MULHERES		FUNCIONAM?
	QUE INSPIRAM	109	BEBIDAS ALCOÓLICAS E OS
52	A IMPORTÂNCIA DA		PREJUÍZOS À SAÚDE DA
	TESTOSTERONA		CRIANÇA E DO ADOLESCENTE
55	TRATAMENTO PERSONALIZADO	111	ANÁLISE DE PERFIL
	- MICOSES EM UNHAS	124	ANSIEDADE INFANTIL: COMO
57	ULTRAFORMER III		LIDAR E ALIVIAR OS SINTOMAS
	BENEFÍCIOS E INDICAÇÕES		NAS CRIANÇAS
60	A HUMANIZAÇÃO DO PARTO	131	BICHECTOMIA
69	FOI MULTADO PELA	134	MITOS E VERDADES SOBRE
	CONCESSIONÁRIA DE ENERGIA		O DENTE DO SISO
	OU RECEBEU FATURA DE VALOR		
	EXORBITANTE?		

# ENTREVISTA



**CLÍNICA ALFA SAÚDE**



Nesse mês de dezembro, último mês do ano de 2021, foi o período escolhido pelos empresários Júlio Albiéri e Aline Albiéri para a inauguração do mais novo empreendimento da área da saúde da região. A Clínica Alfa Saúde já nasce grande, e com uma es-

trutura que já é considerada uma das mais completas da região, trazendo conforto e segurança tanto para o paciente quanto aos profissionais que atendem nesse espaço.

O prédio foi todo projetado e desenhado pela Ar-



quiteta Aline Albiéri e a Designer de interiores Márcia Albiéri, que traz o bom gosto da Alma Arquitetura, empresa sediada na cidade de Goiânia, com os espaços interno e externo planejados minuciosamente, para que a clínica além de linda fosse funcional e confortável.

Em uma entrevista exclusiva o diretor do grupo Alfa, Julio Albiéri, conta um pouco desse projeto inovador para a região.

O grupo Alfa é hoje um dos maiores e mais respeitados grupos empresariais da região, e vem diversificando seu campo de atuação. Qual motivo pela escolha em entrar nesse mercado de clínicas com seu novo empreendimento, a Alfa Saúde?

Júlio Albiéri - *A escolha para entrar nesse mercado veio do crescimento dessa área na nossa cidade, os novos cursos e a consolidação dos Hospitais São Marcos (regional), Unimed e Municipal foi de grande importância para esse crescimento, pois vimos que mesmo existindo boas clínicas havia necessidade de algo novo e diferente.*

Qual o maior diferencial que a Alfa Saúde traz para o usuário de seus atendimentos e para os profissionais que vão atender na clínica?

Júlio Cezar Albiéri - *A localização é um ponto*

*forte do nosso empreendimento, trazendo facilidade tanto para os profissionais da saúde quanto aos seus pacientes, além de uma recepção ampla bem decorada e aconchegante para todos que vão frequentar, sem contar o estacionamento para os pacientes e o estacionamento privativo aos condôminos, que naquela região é imprescindível.*

Toda a parte arquitetônica e estrutural da clínica foi idealizada e coordenada pela Alma arquitetura, também empresa do grupo Alfa. Qual foi a inspiração para esse projeto?

Júlio Albiéri - *Além da modernidade, a ideia desde o início foi fazer algo diferente do que Itumbiara já tem, modificar um pouco a sala de espera, humanizando mais o ambiente e deixando espaços mais amplos, mas ao mesmo tempo aconchegantes, um lugar que respira saúde e arte.*

A área da saúde de Itumbiara vem passando nos últimos anos por uma transformação com a chegada de novas clínicas e modernização das atuais, além da chegada de novos profissionais na cidade. Como vocês analisam essa evolução?

Júlio Albiéri - *Foi exatamente por essa evolução que chegamos a conclusão da importância deste empreendimento, e vemos, claro, com bons olhos, pois*



ALFA  
saúde



*sempre estaremos torcendo e acompanhando o crescimento da cidade.*

Quais as áreas da saúde já estão sendo atendidas na clínica?

*Júlio Albiéri - Na clínica nós já temos odontólogos, fisioterapeutas, massoterapeutas e na área da medicina temos cardiologista, nutrólogo, neurocirurgião e pediatra.*



# PROMOÇÃO Natal Unimed



**CARÊNCIA ZERO**  
para consultas e exames simples

**50%**  
Desconto

nas mensalidades\*  
**1ª**   **6ª**   **12ª**

### QUEM TEM UNIMED TEM OS MELHORES SERVIÇOS

-  **AMPLA REDE CREDENCIADA**
-  **HOSPITAL UNIMED**  
Moderno e humanizado
-  **UTI**  
Para o melhor da sua saúde
-  **NAS**  
A melhor forma de cuidar é prevenir
-  **LABORATÓRIO UNIMED**  
Precisão e qualidade
-  **HEMODINÂMICA**

\*Promoção válida apenas para o primeiro ano de vigência do plano.

Rua João Manoel de Souza, 889  
Setor Central - Itumbiara/GO  
(64) 3432-2052

Rua Minas Gerais, 1092  
Setor Central - Goiatuba/GO  
(64) 3495-2423

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



Desconto aplicável para a 1ª, 6ª e 12ª mensalidade do primeiro ano de vigência do contrato. Desconto aplicável para contratações de plano de saúde Individual/Familiar, sob os números de registro: 410.566/99-4 e 410.567/99-2. Desconto aplicável para contratações de plano de saúde Coletivo Empresarial, sob os números de registros: 479.452/17-4, 479.453/17-2 e 479.454/17-1. Isenção de carências para consultas e exames simples. Campanha válida de 01/12/2021 a 20/12/2021.

# IMPLANTE DENTÁRIO É NA SORRIFÁCIL ITUMBIARA

Na maior rede de clínicas próprias do Brasil, você realiza seu implante dentário com profissionais especializados, tecnologia e segurança.

Conheça a Sorrifácil Itumbiara e receba um diagnóstico completo da sua saúde bucal e ainda conte com especialistas que irão ajudá-lo a realizar o sonho de um sorriso mais bonito.



RT Rubem Jade Frega Ramos Gomes CRO/CO 13651 EPAO 769

## **SORRIFÁCIL ITUMBIARA**

Rua Franklin Xavier, 17  
Bairro Central (anexo a Farmácia Vegeton)  
64 3432.1771 | 64 99661.7205  
@sorrifacil\_itumbiara  
www.sorrifacil.com.br

**sorrifácil**   
sorrir é uma  
conquista.



CIRURGIA PLÁSTICA



## PLÁSTICA DE FACE

Tecnicamente conhecida como Ritidoplastia (Lifting), a cirurgia da face é um procedimento cirúrgico para suavizar sinais de envelhecimento no rosto e pescoço, tais como:

- Flacidez na face;
- Rugas;
- Gorduras faciais que incomodam;
- “Papada”
- Pele frouxa e excesso de depósitos de gordura sob os olhos, queixo e mandíbula;

Durante a consulta médica o paciente e seu cirurgião, poderão delinear os procedimentos necessários para o rejuvenescimento. Neste sentido, existem alguns procedimentos para rejuvenescimento que podem ser associados juntamente com o lifting de face; dentre eles estão a cirurgia de pálpebras, preenchimentos com gordura do próprio paciente ou ácido hialurônico, aplicação de toxina botulínica “botox®” e bioestimuladores.

**Lipoaspiração;**  
**Lipoenxertia;**  
**Próteses de Mamas;**  
**Plástica Abdominal;**  
**Rugas;**  
**Orelhas em Abano;**  
**Sequelas de Acne;**  
**Subcisão;**  
**Preenchimentos;**  
**Toxina Botulínica (Botox®).**



### Dr. José Humberto Domingues de Faria

Cirurgia Plástica – CRM-GO: 6.257 | RQE-GO: 1212  
Graduado em Medicina pela Universidade Federal do Rio de Janeiro;  
Especialização em Cirurgia Plástica com Prof. Ivo Pitanguy;  
Membro Especialista da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica;  
Titular do Colégio Brasileiro de Cirurgiões – Fellow The International College of Surgeons.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





O LADO DE DENTRO DA  
SUA CASA TAMBÉM PODE TER  
UMA VISTA INCRÍVEL.



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**





Laboratório  
**IDESG**



## ENTREVISTA

*Rodrigo Freitas Cunha*  
Diretor Administrativo

# Laboratório IDESG

*Nessa edição trouxemos um pouco da trajetória de sucesso do Laboratório Idesg, com unidades em Goiatuba-GO e Joviânia-GO, representado aqui por seu Diretor administrativo e proprietário*

Como foi o início do Laboratório IDESG?

**Rodrigo Freitas Cunha** - *Em 1999 foi fundado o instituto de diagnóstico especializado de Goiatuba, conhecido como IDESG, tendo em vista a necessidade de fortalecer a área da saúde na cidade. O fato de ter sido criado por pessoas com um alto nível de conhecimento possibilitou que se destacasse e por portarem um maior entendimento na área conseguiam entender melhor as necessidades dos pacientes.*

*Em 2016 foi feita toda uma reestruturação na empresa que foi assumida por uma nova administração e a partir deste momento o IDESG começou a evoluir, tanto na parte estrutural em que sua matriz mudou sua localização e aumentou sua estrutura, como também a parte técnica onde toda a aparelhagem começou a ser atualizada e o pessoal técnico mais bem preparado para a nova demanda.*

*Em 2020 foi inaugurada a nova filial na cidade de Joviânia, onde conseguimos abranger nossos serviços e obter um reconhecimento maior da empresa.*

*A partir deste momento não paramos mais de investir em*

*Rodrigo Freitas Cunha. Em uma entrevista exclusiva, Rodrigo trouxe um pouco de sua experiência profissional a frente do Laboratório, e contou um pouco da história da empresa.*

*novas tecnologias, o que nos torna nesses 23 anos referência em seu segmento, assim a população pôde beneficiar-se dos melhores serviços na área de análises clínicas.*

*Atualmente dispomos de um portfólio com mais de 3.000 exames laboratoriais, além de uma equipe técnica altamente qualificada. Tudo para oferecer aos clientes novas experiências e um atendimento ainda mais acolhedor.*

O Laboratório IDESG vem entrando em uma nova era tecnológica. Fale um pouco dessa evolução e da importância dessa inovação.

**Rodrigo Freitas Cunha** - *Se você tivesse que escolher apenas uma palavra para definir o momento em que vivemos hoje, qual seria ela — mudança, tecnologia, digital, transformações sociais, ou alguma outra? Na minha opinião a palavra que realmente caracteriza o nosso momento é “velocidade”. Quase tudo pelo que estamos passando atualmente — mudanças, tecnologia, transformações sociais —, já existia também no passado. Desde o início da história da humanidade, as novas descobertas tecnológicas de*

## Laboratório

# IDESG





*cada tempo têm reconfigurado o mundo, reestruturando as suas sociedades, criando e extinguindo civilizações. Nada disso é novidade. A nova e decisiva variável na equação da história humana hoje é a velocidade vertiginosa com que tudo isso acontece.*

*A tecnologia estabelece a aceleração impondo o ritmo da mudança, no entanto, ele é absorvido mais rapidamente pela sociedade do que pelos ambientes de negócios. Esse fenômeno é um alerta que acentua ainda mais a importância e a necessidade da inovação constante nas empresas — para conseguir vencer a diferença de velocidade de mudança e acompanhar o mercado, nós precisamos instaurar e manter uma cultura de inovação e estabelecer processos para que ela aconteça.*

*O importante é que a tecnologia tende a contribuir muito para dar velocidade e estruturação, tornando o nosso objetivo de alcançar a qualidade muito mais fácil de ser conquistado. Isso, por si só, justifica todo investimento realizado até hoje, pois é quase uma garantia de que não sofreremos com contratempos como atrasos, retrabalhos ou ineficiência.*

Qual o segredo para tantos anos de sucesso em um mercado tão competitivo?

**Rodrigo Freitas Cunha - As chaves para o sucesso de um negócio não dependem de encontrar um mercado sem nenhum concorrente, mas sim de como você define a posição que sua empresa vai ocupar nesse mercado – por mais cheio que esse mercado seja.**

**Dito isso, tudo que precisa fazer é arregañar as mangas e trabalhar para diferenciar o seu negócio da concorrência.**

**Neste caso não existe um segredo, mas sim pontos essenciais onde buscamos:**

**Conhecer o cliente: Tratamos nossos clientes como amigos, o que faz toda a diferença para um relacionamento mais próximo e confortável dentro da empresa.**

**Ter uma equipe qualificada: A ampla oferta de empresas que vendem o mesmo produto exige que a empresa invista no pessoal. Quando os colaboradores são apaixonados pelo que fazem e vestem a camisa do negócio eles conseguem levar esse diferencial para o trabalho.**

**Usar a tecnologia para criar um produto melhor: As soluções tecnológicas ajudam a empresa, garantindo a qualidade e agilizando os processos, o que gera um diferencial competitivo para o negócio. O mercado está mudando muito rápido e o perfil de consumo dos clientes também, pois estão se tornando mais exigentes.**

tes procuram em um Laboratório no momento de fazer seus exames. Como vocês fazem para atender essas exigências?

**Rodrigo Freitas Cunha - Qualidade e Precisão nos resultados são fatores muito importantes quando tratamos de exames, afinal é através deles que o médico irá diagnosticar o paciente, então neste momento a palavra-chave é: qualidade, que neste contexto significa um conjunto de regras e normas a serem seguidas em determinada ocasião.**

**Da mesma forma, precisão nos resultados sugere um conjunto de regras e procedimentos a serem utilizados para um exame específico. Assim sendo, é preciso que os equipamentos estejam com controles de qualidade adequados, atualizados e otimizados, somente assim conseguimos resultados precisos e de qualidade.**

**Desta forma minha equipe técnica está preparada para aplicá-los com a máxima eficiência. E com isto já estamos há alguns anos recebendo o certificado de EXCELÊNCIA na questão controle de qualidade, o que mostra o quanto nos importamos com esse requisito.**

**A utilização destes controles de qualidade de forma adequada, atualizados e otimizados consegue nos oferecer as seguintes vantagens:**

- Maior qualidade dos exames;
- Redução no tempo de realização do exame;
- Maior produtividade dos equipamentos.

O ano de 2022 já é uma realidade, quais as expectativas para a sua área e também para a economia no geral?

**Rodrigo Freitas Cunha - Nunca presenciei o brasileiro tão preocupado com a saúde como hoje.**

**O bem-estar clínico, físico e mental está, cada vez mais, entre as preocupações das pessoas, essa é uma tendência que tem provocado mudanças de comportamento e de mercado.**

**Acredito que a área da saúde está caminhando para um novo conceito: o da Medicina Preventiva. Os hospitais e laboratórios estão claramente colocados como agentes de medicina preventiva, deixando de serem apenas instrumentos para o diagnóstico e tratamento de doenças.**

**Hoje, com o atual cenário econômico, todos os segmentos são desafios. Na saúde consideramos o desemprego como principal obstáculo, ou seja, o mais grave.**

**Como a pandemia instabilizou a economia, consequentemente, teremos menos exames. Por isso, acreditamos que o mercado laboratorial continuará crescendo, mas não com a força dos últimos anos. Diante do encolhimento da economia e das perspectivas gerais, estamos nos preparando para um mercado mais tímido.**

Laboratório  
IDESG



# Laboratório

# IDESG



**INSTITUTO DE DIAGNÓSTICO  
ESPECIALIZADO DE GOIATUBA**

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

Sinônimo de qualidade,  
competência e confiabilidade.



## PLANTÃO 24 HORAS

- Bioquímica
- Hematologia
- Uroanálise
- Parasitologia
- Bacteriologia
- Hormônios
- Micologia
- Citopatologia
- Microbiologia
- Sorologia
- Teste de Paternidade
- Toxicológico



### PATOLOGIA CLÍNICA E CITOPATOLOGIA

#### **DRA. TAMIRES CRISTINA SOUSA**

Especialista em Análise Clínicas  
CRBM - 12607

#### **RODRIGO FREITAS CUNHA**

Administrador Laboratório Idesg

Laboratório



**PLANTÃO: 64. 98454 8581**

64. 3495 3600 | 64. 98407 1010

Rua Tapajós, 627 | Centro | Goiatuba | Goiás

64. 99321 0153

Av. 7 de Setembro | 689 | Centro | Joviânia | Goiás

# Homem ou mulher: sua saúde é essencial.

Vacina contra o HPV pode prevenir doenças graves,  
como câncer de pênis, de ânus, de colo de útero  
e verrugas genitais



**UNIDADE ITUMBIARA**

**Rua Paranaíba, 937**

**(64) 3431-7800 | (64) 3431-0501**

# Jejum intermitente e exercício físico



Caracterizado pela restrição total ou parcial da ingestão alimentar por um a três dias na semana, o jejum intermitente vem sendo cada vez mais estudado e praticado pela população.

Existem diferentes protocolos, dentre eles:

**1. Jejum intermitente em dias alternados:** dias de ingestão livre são intercalados com dias de jejum (consumo inferior a 25% das necessidades calóricas). Tal dieta pode resultar em relativa perda de peso e em algumas melhorias nos parâmetros metabólicos. Desvantagem: Fome extrema durante o jejum, o que pode tornar inviável tal abordagem.

**2. Jejum intermitente prolongado periódico:** jejum de no mínimo 24 horas, uma a duas vezes na semana. Nestes dias, há ingestão somente de água e bebidas claras.

**3. Jejum intermitente em horário restrito (intervalado):** Envolve a mesma rotina de alimentação diária, porém com um período (em horas) designando janela de jejum (caracterizado por restrição alimentar) e horas restantes como janela de alimentação.

Estudos recentes têm mostrado redução de peso,

melhora no metabolismo da glicose, na saúde cardiovascular e manutenção da massa magra em indivíduos que realizaram o jejum intermitente de forma supervisionada, o que pode ser benéfico para indivíduos com sobrepeso ou obesidade.

Devemos dar especial atenção ao jejum intermitente realizado em indivíduos ativos, pois existem riscos de prejuízo na resposta individual em relação ao desempenho esportivo.

Nosso corpo precisa de substrato energético (carboidrato) para produzir energia. Mesmo nos exercícios menos intensos e nos de resistência (como a musculação), o jejum pode causar efeito negativo, diminuindo força e potência muscular. Além do mais, pode até mesmo haver redução da massa magra. Até o momento nenhum estudo mostrou efeitos benéficos do jejum intermitente em atletas e esportistas.



## DRA. NATÁLIA PACHECO

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 E 07



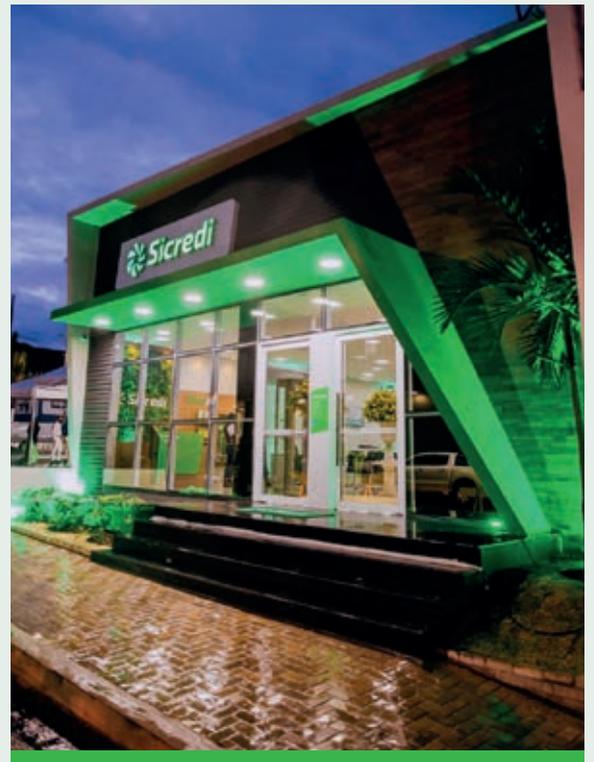
# Sicredi abre as portas em Goiatuba

*Agência moderna e acolhedora está localizada na Av. Presidente Vargas, na região central*

A cidade de Goiatuba, no sul goiano, conta agora com a primeira instituição financeira cooperativa do Brasil. A inauguração da agência Sicredi aconteceu no dia 16 de novembro, em cerimônia transmitida virtualmente e com público restrito no local. Pelo Brasil, o Sicredi está presente em 24 estados e no Distrito Federal, somando mais de 5 milhões de associados.

“Chegamos em Goiatuba em fevereiro deste ano, com um escritório de negócios. Agora entregamos à comunidade um ambiente moderno, acessível e estruturado para proporcionar a melhor experiência. Quando falo em experiência, me refiro a oferecer soluções financeiras que possibilitarão a realização de sonhos, o crescimento de negócios, a prosperidade no campo, além dos impactos sociais proporcionados pelo cooperativismo”, destaca o presidente da Sicredi Cerrado GO, Zeir Ascari.

O gerente da agência, Paulo Henrique Batista, agradece a receptividade da comunidade e reforça o convite.



“Estamos de portas abertas para receber a todos e sermos consultores de suas vidas financeiras. Essa agência é da comunidade”, enaltece.

A Sicredi Cerrado GO – uma das 100 cooperativas do Sistema Sicredi – atua em 16 municípios, com mais de 23 mil associados, 200 colaboradores e, agora, chega a 17 agências. Em dezembro, o alcance será ampliado, com programação de inaugurações e reinaugurações.





Equipe da agência, liderada pelo gerente Paulo Henrique Batista



Presidente da Sicredi Cerrado GO, Zeir Ascari, e conselheiros de Administração, durante cerimônia de inauguração da agência



Presidente da Câmara de Vereadores, Alexandre Quinca, vice-prefeito Valdir Cardoso Martins e o presidente da Cooperativa, Zeir Ascari



Vice-presidente Marcelo Rodrigues Ribeiro, gerente da agência Paulo Henrique Batista, presidente Zeir Ascari e sócio-fundador Rodrigo Scapim

# Sobre o Sicredi

O Sicredi é uma instituição financeira cooperativa comprometida com o crescimento dos seus associados e com o desenvolvimento das regiões onde atua. O modelo de gestão do Sicredi valoriza a participação dos mais de 5 milhões de associados, os quais exercem papel de donos do negócio. Com presença nacional, o Sicredi está em 24 estados e no Distrito Federal, com mais de 2.000 agências, e oferece mais de 300 produtos e serviços financeiros.

## Nossos números



**Mais de 5 milhões** de associados.



**Mais de 2 mil** agências pelo Brasil.



**R\$ 23 bilhões** em patrimônio líquido



**R\$ 192 bilhões** em ativos



**R\$ 122 bilhões** em carteira de crédito



**R\$ 130 bilhões** em depósitos totais

\*Dados de setembro de 2021.



*Um bom dia começa com*



*Hum Cafezim*





Av. Presidente Vargas, 350. Sala 01. (Ao lado do Barrocos Hotel) - Goiatuba/GO



O Laboratório BioCEL  
Deseja a você os melhores  
votos de paz, saúde e  
boas festas!



 (64) 3404-1833

 (64) 9.8436-0079

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

**PESSOAS ESPECIAIS MERECEM PRESENTES:**



GLOBE

**ANTECIPE SUAS COMPRAS E APROVEITE O MELHOR DO**

*Natal*

**NOVA COLEÇÃO**

**FESTAS**



*Feliz Natal e Próspero Ano Novo!*

**A EXÓTICA**

O Alvo da Moda

📍 @aexoticagtb

☎ 64 3495 2212

Av. Presidente Vargas, 675 - Centro - Goiatuba-GO



NÃO DEIXE DE FAZER O SEU SEGURO VIAGEM.  
PARA ALGUNS PAÍSES É OBRIGATÓRIO.

**VIAJE SEM  
SE PREOCUPAR!**



**ROSA TAVARES**  
CORRETORA DE SEGUROS  
O SEGURO MAIS SEGURO

Rua Paranaíba, nº 66, Galeria Afife Prata Centro, Itumbiara - GO

☎ 64 3431 5900

# “O CRESCIMENTO DO SEGURO VIAGEM INTERNACIONAL E AS EXIGÊNCIAS EM CADA CONTINENTE.”



Com a proximidade das férias, é de suma importância a preparação para aquela tão esperada viagem em família. O ideal é fazer um bom planejamento com uma lista de tudo o que você irá precisar, principalmente para estar protegido durante o período de descanso.

Tendo sido estabelecida a exigência pelos países europeus, Cuba e Venezuela, agora é a vez do Equador passar a exigir o seguro viagem para os turistas que desejarem transitar pelo seu território. A obrigatoriedade é uma tendência mundial, já que a preocupação com o aumento dos gastos com despesas médicas que os turistas possam ter está, cada vez mais, despertando a atenção dos governantes.

Como dito, o Equador é o mais recente país a exigir o seguro viagem. A exigência foi estabelecida em fevereiro de 2018, conforme a Lei Orgânica da Mobilidade Humana. Esta Lei estabelece que qualquer pessoa que entre no país tenha um seguro de saúde público ou privado durante a estadia.

Cuba, Dubai, Rússia, Argélia, Irã são outros países que exigem o seguro viagem, bem como, os que fazem parte do Tratado de Schengen, acordo assinado por alguns membros da Comunidade Europeia que estabelece a livre circulação dos visitantes, de modo que a apresentação do passaporte nas fronteiras dos países não seja obrigatória.

Entretanto, a contratação do seguro viagem não é suficiente, pois, alguns países exigem uma quantia mínima de cobertura. Nos países do Tratado de Schengen, por exemplo, é necessária uma cobertura de, no mínimo, 30 mil euros.

Essa exigência está impactando diretamente o aumento da contratação dos seguros anuais – que prometem ser uma tendência dos próximos anos. Trata-se de um produto válido para o mundo inteiro, durante os 365 dias do ano facilitando o planejamento de quem viaja, pois, não precisará se preocupar com uma contratação ao longo do ano.

Importante destacar que, além do seguro viagem, também existem outros aspectos que devem ser previstos antes do embarque. Muitos destinos da América do Sul não exigem a apresentação de passaporte, porém ele é o documento oficial para, praticamente, todos os lugares do mundo, sendo fundamental não se esquecer de colocar este item em sua bagagem, bem como, de verificar o seu prazo de validade, visto que deve estar ativo até, no mínimo, o retorno do passageiro ao país de origem. Não menos importante é ficar atento em relação a exigência do visto para a entrada no país, mesmo se for apenas para escala, por exemplo, em conexões nos EUA, a apresentação do visto americano é obrigatória.

Além disso, em mais de 130 países é também exigido o Certificado Internacional de Vacinação ou Profilaxia (CIVP), o comprovante de vacinação contra diversas doenças, entre elas a febre amarela e, se você ou alguém de sua família, faz uso de medicamentos regulares é extremamente importante a prescrição médica traduzida, pois pode acontecer uma fiscalização sanitária, sendo importante lembrar que os medicamentos devem ser levados na bagagem de mão e dentro das caixas originais.

Diante das exigências imigratórias e dos altos custos de atendimento médico no exterior, listamos abaixo algumas dicas para a escolha de uma seguro viagem adequado aos países de cada continente:

Nas Américas, a maioria dos países não exigem um seguro viagem, com exceção de Cuba, Venezuela e Equador. Os dois primeiros estipulam um mínimo de cobertura de US\$ 10,8 mil e US\$ 40 mil, respectivamente. Para destinos da América do Sul, Central e Caribe, é recomendado contratar coberturas a partir de US\$ 70 mil. Isso por que, mesmo que o custo de vida nesses destinos não seja alto, poderá cobrir todos os gastos mesmo em situações de internação, evitando que o segurado tenha que arcar com qualquer valor extra.

Quanto aos viajantes com destino ao Canadá e Estados Unidos, devem fugir das coberturas baixas. Devido aos altos preços na saúde nestes países,

caso haja necessidade de atendimento médico ou tenha que passar por uma cirurgia simples, por exemplo, o custo total pode ultrapassar facilmente os US\$ 50 mil.

Na Europa, os países signatários do Tratado de Schengen estabelecem como requisito para entrada um seguro viagem com cobertura para assistência médica no valor mínimo de €30 mil. O passageiro que não estiver portando uma apólice pode ser barrado. Mesmo para quem for visitar países que estão fora do Tratado, é imprescindível contratar seguro viagem para garantir acesso à saúde no Velho Continente e, assim, evitar usar todas as economias em caso de uma emergência médica.

Na Ásia, os países não estabelecem como obrigatória a apresentação de um seguro viagem para entrada de turistas. Mesmo assim, é importante avaliar os riscos e contratar o produto adequado. Normalmente, os voos para estes países são longos e cheios de escalas ou conexões, aumentando a chance de extravio de bagagens. Além disso, a comida exótica pode não cair muito bem nos estômagos mais sensíveis e as doenças tropicais assombram até os viajantes mais experientes. Além de cobrir extravio de bagagem e assistência médica para emergências, o seguro viagem pode cobrir acompanhamento familiar ou até mesmo convalescença em hotel.

A Austrália, um dos principais destinos para intercâmbio na Oceania, exige seguro viagem apenas para aqueles que desejam aperfeiçoar o inglês na ilha. É preciso ficar atento e optar por produtos que ofereçam o melhor suporte durante o passeio, quando o objetivo for a prática de esportes de aventura, caso em que, se precisar voltar para casa antes do previsto, o seguro garante o retorno de acordo com as condições gerais e limites contratados.

Já o continente Africano, muito procurado pelos safáris e opções de aventura, não determina a contratação de um seguro viagem. Mesmo assim, não é de todo adequado que não se contrate um, sendo ideal verificar com cuidado o estilo da viagem e, principalmente, se o seguro que você está cotando tem todas as coberturas para as possíveis situações como, por exemplo, interrupção da viagem e garantia de retorno antecipado.

Oportuno destacar que, se engana quem pensa ser importante contratar seguro viagem apenas para destinos internacionais. Para as viagens domésticas, mesmo que você tenha plano de saúde, o seguro pode oferecer cobertura que vai além da assistência médica, inclusive, com cobertura para cancelamento de viagem, extravio de bagagem, entre outros.

Assim, no planejamento de sua viagem de férias não se esqueça de incluir a contratação do seguro adequado, indicado por corretor de seguros habilitado para uma boa viagem sem tribulações e contratemplos.

Nós, da Rosa Tavares Corretora de Seguros estamos aguardando você para a orientação que você precisa para estar seguro na sua próxima viagem. Se o SEGURO DE SEU VEÍCULO estiver vencendo, nós RENOVAMOS.

Procure o Corretor de seguros Valgmar Junior. A Rosa Tavares Corretora de Seguros tem prazer em atendê-lo em todos os ramos de seguro.



**ROSA TAVARES**  
CORRETORA DE SEGUROS

O SEGURO MAIS SEGURO

**VALGMAR JUNIOR**

(64) 98139.5600





# BURDZ

## FOR MEN

OS MELHORES LOOKS PARA O  
NATAL E RÉVEILLON



# BURDZ

FOR MEN

Rua Minas Gerais, 411  
Centro | Goiatuba | Goiás

 64. 99903 2124

 @burdzoficial

KING&JOE

FORUM

**TOMMY**  
JEANS

ELLUS

# Diarreia Aguda



A diarreia pode ser definida pela ocorrência de três ou mais evacuações amolecidas ou líquidas nas últimas 24 horas. A diminuição da consistência habitual das fezes é um dos parâmetros mais considerados. Na diarreia aguda ocorre desequilíbrio entre a absorção e a secreção de líquidos e eletrólitos e é um quadro autolimitado. Pode ser causada por vírus, bactérias ou parasitas.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), nas últimas duas décadas ocorreu expressiva redução na mortalidade por diarreias infecciosas em crianças com idade inferior a cinco anos. Considera-se que este grande avanço na saúde pública brasileira foi decorrente das melhorias das condições gerais de vida da população e dos princípios fundamentais do tratamento da diarreia aguda e desidratação, ou seja, terapia de reidratação e cuidados com a alimentação.

## • Diagnóstico

A história e o exame físico são indispensáveis para uma conduta adequada. Presença de vômitos persistentes, perdas diarreicas volumosas (e frequentes) e a percepção dos pais de que há sinais de desidratação são alguns sinais de alarme. Ao exame físico é importante avaliar o estado de hidratação, o estado nutricional, o estado de alerta (ativo, irritável, letárgico), a capacidade de beber líquidos e a diurese.

## • Tratamento

Os princípios fundamentais para o tratamento da

diarreia aguda são a terapia de reidratação e manutenção de alimentação que atenda as necessidades nutricionais do paciente, além da terapia com zinco. Determinados probióticos podem ser usados como coadjuvantes. Em alguns casos é, ainda, necessário o uso de antibiótico.

O médico deve dar recomendações claras à família sobre o tratamento, a alimentação e as medidas de higiene, além de explicar quais as possíveis complicações e sinais de alarme e como proceder nesta situação.

Na prevenção, devem ser destacados: imunização contra infecções por rotavírus, ênfase no aleitamento natural prolongado e a suplementação, bem como a disponibilidade e condições de armazenamento de água de boa qualidade, higiene pessoal (lavagem das mãos), adequado preparo de alimentos e maior cobertura de saneamento básico.



38,   
**Dra. Carolina Rodrigues Parreira**  
 Pediatra

CRM/GO: 20710 | RQE: 14452  
 Pediatra.

ALFA saúde 



Que a paz e a  
compreensão reinem  
em nossos corações  
neste Natal e no  
Ano Novo que se  
aproxima.

*Feliz Natal e Boas Festas!*

# Ótica Santa Luzia

Visão ao seu alcance

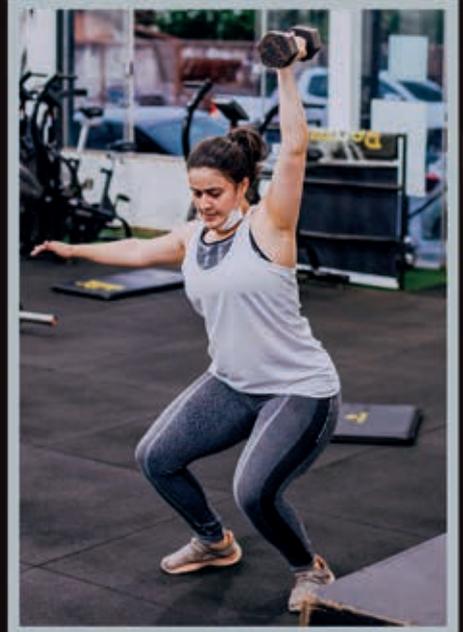
ATENDENDO GOIATUBA E REGIÃO

Sempre com lindas armações em óculos receituários e solares. Preço justo e qualidade.

 64. 98413 0337

 @oticasantaluziagtba

Rua Tietê, 544, Goiatuba | Goiás | Próx. ao Hospital Frei Anacleto



**SOUL FÊNIX**  
**UM LUGAR ONDE CORPO E MENTE TREINAM JUNTOS!**



**ESPECIALISTAS EM TREINOS COLETIVOS**

**COACH**  
**ROMÃO SOARES**  
Cref: 009463GO



@soulfenixcf

@romaosoares



64. 99308 9402 | 64. 3495 4258

Rua São Paulo, 758 – Centro – Goiatuba – GO

# Dor pélvica: o que pode indicar?



Muitas doenças se desenvolvem de forma assintomática e retardam a procura por acompanhamento médico. Quando o quadro apresenta algum tipo de dor, esse sintoma costuma ser um dos principais motivos da busca por diagnóstico, principalmente quando ocorre de forma anormal. É o caso da dor pélvica, que pode causar incômodo significativo e afetar o bem-estar da mulher. Deve-se ter atenção quando associado à infertilidade feminina. As manifestações de dor podem não significar nenhum problema clínico, assim como podem ser sinal de alguma doença. Então, é sempre bom ficar atento às alterações que acontecem no organismo para buscar ajuda de forma precoce.

**Por que sentimos dor?** A dor é uma sensação que ocorre diante de alterações no funcionamento normal do organismo. Quando alguma área é afetada por inflamações, traumas ou outra condição que agride os órgãos ou tecidos, estímulos elétricos são enviados ao cérebro, que libera a reação sensorial por meio dos nervos, provocando a sensação de dor. Como se trata de um sintoma comum, boa parte das pessoas convive com dores sem dar a devida atenção ao caso. Apenas quando a sensação passa a ser insuportável — aumento da frequência, intensidade, localização etc. — e passa a afetar a qualidade de vida do indivíduo, é que ocorre a busca por ajuda.

**→ Dor pélvica: por que ocorre?** A dor pélvica é percebida como um incômodo que acomete a região entre os quadris e logo abaixo do abdômen. Bem mais comum em mulheres, esse tipo de dor pode ser semelhante às cólicas ou ocorrer de forma aguda e repentina. O sintoma pode ser sinal de diversos problemas que afetam o aparelho reprodutor feminino. Se a mulher tem a intenção de ter filhos é essencial ficar de olho, uma vez que as doenças dos órgãos reprodutores podem levar à infertilidade. Esse tipo de dor nem sempre está relacionado a doenças. Dores pélvicas também estão relacionadas a problemas comuns como prisão de ventre, bexiga cheia, etc. En-

tretanto, também podem indicar patologias ginecológicas, sobretudo se o desconforto for persistente e não ocorrer somente no período menstrual. Em casos de dor pélvica frequente e que perdura por meses — seja de forma intermitente, seja contínua — o quadro se torna crônico e necessita de avaliação diagnóstica. Dependendo do quadro, a mulher também apresenta outros sintomas juntamente com a dor pélvica, como secreção vaginal, sangramento fora do período menstrual e dores durante a relação sexual. Em conjunto ou individualmente, todas essas manifestações podem indicar problemas no sistema reprodutor feminino e causar infertilidade.

**→ Quais problemas a dor pélvica pode indicar?** A mulher que sente dor pélvica nem sempre busca avaliação médica de imediato, uma vez que o desconforto pode ser interpretado como cólica e considerado um problema comum. Mas vale a pena observar os sintomas com mais atenção para descobrir se estão relacionados às seguintes condições:

- **Doença inflamatória pélvica (DIP):** A DIP provoca inflamações nas tubas uterinas, nos ovários e no útero. A patologia é causada por infecções sexualmente transmissíveis (ISTs), como a clamídia e a gonorreia. Dor pélvica, corrimento vaginal e infertilidade são consequências frequentes dessa doença.

- **Endometriose:** A endometriose é caracterizada pelo surgimento de implantes de tecido endometrial fora da cavidade uterina — lembrando que o endométrio é a camada interna do útero. Quando as células endometriais atingem outros órgãos, pode levar a dor pélvica crônica, entre outros sintomas.

- **Dor da ovulação:** Embora não aconteça com todas as mulheres, a ovulação pode causar dor. Isso ocorre quando os folículos ovarianos se rompem para liberar o óvulo. Nessa ocasião, o líquido que estava no interior do folículo se espalha na pelve e pode causar irritação na camada peritoneal e provocar o desconforto.

- **Ruptura de endometriomas:** Os endometriomas são cistos que se formam quando a endometriose atinge os ovários. Normalmente, são assintomáticos, mas podem causar dor pélvica aguda caso se rompam. Além das condições já citadas, há ainda outros problemas que provocam dor pélvica e afetam a fertilidade da mulher, como miomas em volume aumentado.

Fonte: <https://origem.com.br/dor-pelvica-o-que-pode-indicar/>



42,



## Dr. José Antônio Ferreira

Ginecologia e obstetrícia  
CRM/GO: 6.491 | RQE: 3296

Fim de ano é tempo de  
união, harmonia e paz.  
Que o seu Natal seja especial  
ao lado daqueles que  
te fazem bem.

*Feliz Natal e  
Prospero Ano Novo!*

 **UNIÓTICA**  
Uma nova visão do mundo!

 **64 3404.8103**  
Praça da República, 365  
Centro - Itumbiara/GO

 uniotica.visaodomundo

 **64 3433.8900**  
Av. Santa Cecília, 149  
Alto Boa Vista - Itumbiara/GO

 @oticauniotica

# Mulheres que Inspiram!

EMPREENDEDORISMO



## Entrevista Mulheres que Inspiram

Nesse mês de dezembro, na coluna “Mulheres que inspiram”, trouxemos para uma entrevista exclusiva, a empresária da cidade de Itumbiara, Rita de Cassia Silva Oliveira, casada com Luis Marques de Oliveira, mãe de Caroline Silva Oliveira e Camila Silva Oliveira. Com mais de 36 anos de experiência no ramo óptico ela construiu uma carreira sólida e admirável a frente das unidades de lojas Uniótica.

Pode nos contar como começou a sua experiência como empreendedora e quais as maiores dificuldades que enfren-

tu? Acredita que o empreendedorismo para a mulher tem alguns obstáculos diferenciados ou não?

Rita de Cassia Silva Oliveira - Em 2008 após desligar-me de um grande grupo comercial em Itumbiara, e por ter mais de 20 anos no ramo de ótica resolvi então abrir a própria empresa.

Tive algumas dificuldades, mas bem poucas, porque tive grandes amigos, esposo e família que me ajudaram no momento certo, me apoiando com informações e direcionamento para fazer a coisa certa.





Sobre empreendedorismo para mulheres, acredito que a partir do momento que você faz a escolha, conhece bem o que vai fazer, busca com determinação as informações sobre o negócio, já com uma pesquisa de mercado, tem tudo para dar certo independente de ser homem ou mulher.

Inovação ainda é um termo muito distante do cotidiano de milhões de pequenos empresários. Como é possível inovar sem recorrer a grandes parcerias? Qual sua recomendação ao pequeno empresário?

Rita de Cassia Silva Oliveira - Acredito que se você está no mercado, seja ele pequeno ou grande você tem que estar sempre inovando, não precisa estar fazendo negócios mirabolantes, mas inovar sempre, no seu jeito de atender, nos seus produtos, agregando a tecnologia ao seu negócio, buscando fontes mais flexíveis, tipo, Sebrae, que te dá apoio e às vezes até sem custo.

Como foi para a senhora conquistar tudo que conquistou e ainda ser mãe de duas filhas?

Rita de Cassia Silva Oliveira - Sempre trabalhei muito

desde adolescente e quando vieram minhas filhas, embora com uma diferença de 10 anos uma da outra, sempre tentei trabalhar e ao mesmo tempo estar presente na vida delas, mas fácil não é! Existem momentos em que a gente deixa a desejar sim, devido ao trabalho, possui atrasos em alguns momentos, mas, sempre estive perto de minhas filhas, que também sempre estiveram perto de mim, me apoiaram, são grandes parceiras que eu tenho na vida pessoal e profissional, e hoje tenho duas netas pelas quais eu sou imensamente apaixonada e grata a Deus pela família que eu tenho.

Qual o segredo para o seu sucesso profissional a frente de suas empresas?

Rita de Cassia Silva Oliveira - Acredito que não tem segredo algum, primeiramente muita fé em Deus, e trabalhar com muito carinho, com muita determinação, muita dedicação, tenho muito amor no que faço, busco a cada dia ser melhor, buscar inovações, modernidade, sei que ainda tenho muito para aprender, então sempre que tenho oportunidade, eu busco crescimento, eu busco inovação.



**Advan Miranda Rezende**

Clinico e Cardiologista | CRM 17306 GO

**Antônio Mendes Prudente**

Clinico Geral | CRM 932 GO

**Waldir Paulo Chaves**

Médico do Trabalho, Clínico Geral e  
Ginecologista | CRM 3618 GO

**Suzy Rodrigues Lemes**

Radiologista | CRM 24319 GO

**Luciano Lucas de Freitas**

Angiologista | CRM 11012 GO

**Tati Ane Junqueira**

Especialista em Dentística (Estético) e  
Pós-Graduada em Endodontia | CRO 6238 GO

**Natália L. Marson**

Psicólogo | CRP 09/011963

**Lorena Rosa de Sousa Prado**

Fonoaudiólogo | CRFa 7982 GO

**Beatris Donisete Nagel Silva**

Nutricionista | CRN 6277 GO

**Renato Cesar Borges**

Radiologista | CRM 24320 GO

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

CLÍNICA MÉDICA  
**AZARIAS PEREIRA**  
MEDICINA DO TRABALHO, PERÍCIA E AUDITORIA



@cmapgtba

64. 3495 7587 | 64. 3495 4655

Rua Minas Gerais, 1430, Goiatuba | Goiás



# ALPHA

I M A G E M

NATAL É TEMPO DE UNIÃO, PARTILHA E REFLEXÃO.  
QUE POSSAMOS NOS FORTALECER E NOS INSPIRAR PARA  
TRANSFORMAR O MUNDO NUM LUGAR MELHOR.

*Um Abençoado Natal e Feliz Ano Novo!*

 (64) 9.9335-3143

 (64) 3495-7587

 contato@alphaimagem.com.br

 alphaimagem.com.br

 Rua Minas Gerais, 1430 | Goiatuba | Goiás



# GABARITO

SISTEMA DE ENSINO



## GABARITO - 6 ANOS DE SUCESSO EM ITUMBIARA



O Colégio Gabarito iniciou suas atividades em Itumbiara em 2016. Começamos em um pequeno prédio em frente à praça dos Maçons e no ano seguinte já estávamos com as duas unidades. Em 2018 construímos a nossa sede própria no Bairro Beira Rio I, uma área de mais de 4 mil metros quadrados com uma estrutura completa de salas de aulas e quadra poliesportiva, além de uma área verde com jardins e horta para as atividades escolares. Em 2021 o Colégio Gabarito ficou completo com a inauguração da Educação Infantil e desde então passamos a oferecer o ensino a partir dos 2 anos de idade.

Já estamos realizando os investimentos estruturais, humanos e pedagógicos para 2022. Teremos uma nova sala multidisciplinar e um espaço integrado para atividades lúdicas, aulas de culinárias, aulas bilíngues, implementação do novo Ensino Médio e muito mais.

Também já estamos programando novos investimentos para os anos posteriores, de forma a acompanhar as mudanças e inovações e trazer tecnologias educacionais para que nossas crianças e jovens possam desfrutar de uma proposta pedagógica que realmente fará a diferença em sua vida.

Estamos muito felizes pelo crescimento do nosso colégio e com toda a confiança depositada em nossa equipe, nos dando a oportunidade de oferecer à comunidade de Itumbiara e região, um ensino de altíssima qualidade com a melhor estrutura física e pedagógica de ensino.

Gostaríamos de agradecer à todos os nossos funcionários por ajudar na construção desse maravilhoso projeto Educacional e ao Júlio Abdala por todo o suporte do Sistema Gabarito de Ensino a nossa unidade afiliada de Itumbiara.

Desejamos a todos um feliz natal e um próspero ano novo, são os votos de Mirian e João Gotardo.



IV **Sarau**

Literário  
Gabarito



Educação Infantil  
**OS SALTIMBANCOS**



Ensino Fundamental I  
**NOSSA HISTÓRIA DE NATAL**

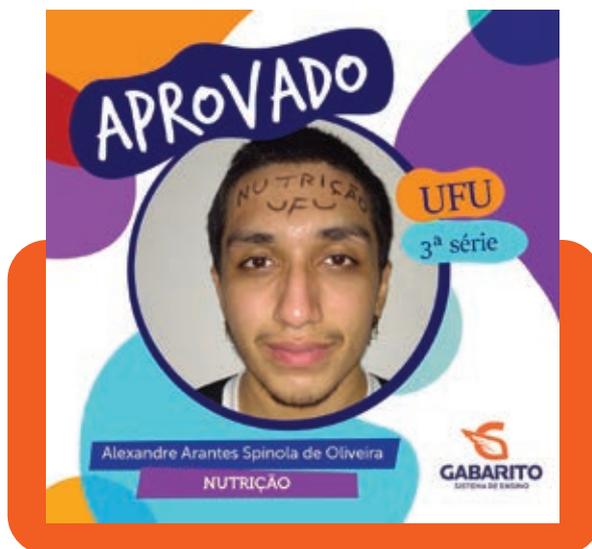


Ensino Fundamental II e Ensino Médio  
**TEMPO E SAUDADE**



  
**GABARITO**  
SISTEMA DE ENSINO

# APROVADOS UFU 2021



## MATRÍCULAS ABERTAS PARA 2022



Agende uma visita  
e conheça nossos  
diferenciais.  
Telefone: (64) 3432-1211  
(64) 99246-7909



# A IMPORTÂNCIA DA TESTOSTERONA



## ATENÇÃO HOMENS!

Respondam sim ou não ao questionário abaixo

- 1) Você notou diminuição do desejo sexual?
- 2) Você notou diminuição da energia?
- 3) Você notou diminuição da força muscular e/ou da resistência física?
- 4) Você perdeu peso?
- 5) Você perdeu a alegria de viver?
- 6) Você vive triste e desanimado?
- 7) Sua ereção está menos consistente?
- 8) Tem sido mais difícil manter a ereção durante o ato sexual?
- 9) Você adormece depois do jantar?
- 10) Sua performance no trabalho deteriorou recentemente?

Se você respondeu sim, nos itens 1 ou 7, ou disse sim em três ou mais, dos demais itens, você tem boas chances de estar com deficiência desse hormônio.

O hormônio testosterona exerce mais de 200 funções no corpo, e os sintomas que indicam queda em sua produção são vastos, sendo os mais comuns:

- Irritabilidade, depressão, comportamento antissocial;
- Diminuição da memória, fadiga, alteração de concentração e piora do sono;
- Diminuição da libido e do desempenho sexual, além de problemas com a ereção;

- Aumento de gordura corporal, com pré-disposição à obesidade visceral (gordura abdominal);
- Sarcopenia (diminuição da massa muscular), perda de massa óssea;
- Aumento na reação inflamatória corporal, do risco cardiovascular e do diabetes.

A terapia de reposição quando bem indicada e realizada, pode proporcionar uma melhora substancial na saúde e qualidade de vida.

Procure um profissional capacitado e cuide-se!





Grande Variedade de  
Alimentos Naturais,  
Grãos e Castanhas  
para sua  
Ceia de Natal.

**Suplementos e Produtos Naturais a Granel**

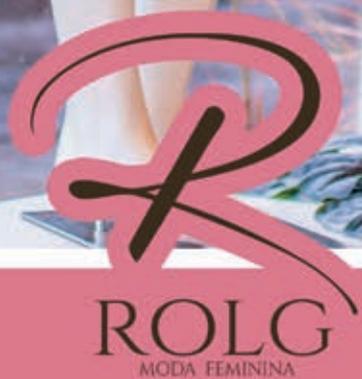


**ENÉRGICA  
SAÚDE**

Av. Trindade 15b, Centro - Itumbiara - Goiás

☎ (64) 3048-0930

📞 (64) 981218639



64 9.9906-9088 

Rua Rio Branco, nº 1380-A  
c/ Av Rio Grande do Sul - Goiatuba-GO



PODOLOGIA



# TRATAMENTO PERSONALIZADO - MICOSES EM UNHAS

## *PODOLOGIA AVANÇADA FOCADA NA SAÚDE*

Hoje vou falar do melhor tratamento de fungos em unhas que existe no mercado da podologia. É o tratamento **PERSONALIZADO!**

Esse tratamento é feito de forma única para cada indivíduo, sendo o primeiro passo:

\*Coleta do material (unhas e pele da região afetada);

\*O material é enviado ao laboratório;

\*É analisado em um período de 21 dias:

\*Então é feita a solução baseada no tipo de fungos;

\*Após essa etapa inicia-se o procedimento de limpeza e aplicação no gabinete do seu podólogo de preferência.

As limpezas e aplicações são realizadas uma vez a cada 15 ou 25 dias. O profissional (podólogo), estará te orientando a respeito dos seus hábitos diários, para que não venha a interferir no resultado final do tratamento.



## **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 .

📷 @upesteticapodologia

☎ 64 98152-0954





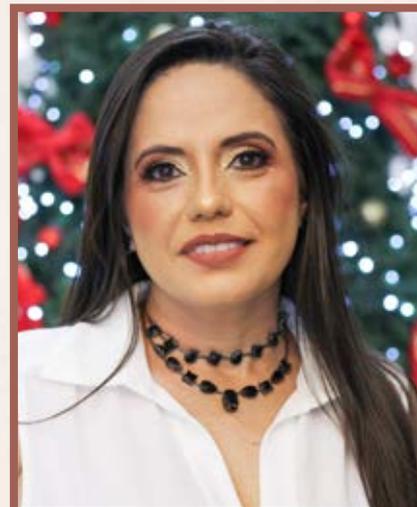
# morganita

SEMIJOIAS

ATACADO E VAREJO DE SEMIJOIAS E PRATAS



AS GRANDES CONQUISTAS DA VIDA NÃO SÃO ALCANÇADAS EM UM DIA. A VIDA SE CONQUISTA COM AMOR, CORAGEM E PERSEVERANÇA. QUE ESTE NATAL SEJA REPLETO DE PAZ, FELICIDADE E ALEGRIA. AOS AMIGOS, CLIENTES, PARCEIROS E FORNECEDORES, DESEJAMOS UM FELIZ NATAL E UM ANO NOVO REPLETO DE REALIZAÇÕES!



☎ (64) 99224-3896

☎ (64) 98122-0655

📌 📷 USEMORGANITA

🏠 EDIFÍCIO EXECUTIVO, SALA 06 - TÉRREO, CENTRO 75.503-260 - ITUMBIARA, GO

# Ultraformer III Benefícios e indicações

O Ultraformer III é uma tecnologia não invasiva que faz parte de uma nova geração de ultrassom de lifting, desempenhando diversos procedimentos estéticos com um único aparelho.

## • Como Ultraformer 3 age?

Promove geração de calor a mais de 65 graus em profundidade na pele, que provoca micro pontos de coagulação no tecido alvo, que ao cicatrizar promove a produção de novo colágeno e remodelamento do colágeno já existente.

O equipamento aquece de forma controlada e intensa a pele e fâscia muscular por meio da combinação dos dois tipos de ultrassom, o micro e o macro-focado. Com isso, gera-se um calor de 65,4° C na área tratada, provocando a coagulação e auxiliando no processo de cicatrização de feridas do sistema

imunológico do corpo, o que ativa a produção de colágeno. Além disso, a tecnologia melhora o tônus muscular e destrói as células de gordura em excesso. Os dois tipos de ultrassom são ajustáveis, em relação à sua função e profundidade, de acordo com os objetivos de cada paciente e com a área tratada.

## → No Rosto

Na face, o Ultraformer III consegue melhorar as rugas, promover um efeito lifting não cirúrgico e tratar a flacidez de áreas como a testa, pálpebras, sobrelanceiras, região malar, o sulco nasogeniano, além da região submentoniana (papada) e o pescoço.

## → No corpo

No corpo, a tecnologia reduz a gordura localizada, melhora o contorno corporal e elimina a flacidez de diversas regiões, como abdômen, glúteos, braços, cintura, axilas, quadris, costas e coxas.

Os primeiros efeitos do Ultraformer III podem ser observados desde a primeira sessão do tratamento. No entanto, o resultado final acontece após 60 a 90 dias.

Agende uma avaliação e tire todas as suas dúvidas.



## Angélica Nery Arantes Freitas

Crefito 11 nº 82233F

Fisioterapeuta.

Clínica Neriah - Estética e Medicina Integrada

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

☎ (64) 3404-4433

📞 (64) 9.9999-3078

📷 📱 neriahclinica



# *Natal Esperança*

*Christmas Hope 2021*

Toda criança  
precisa  
*brincar.*

Porque a  
brincadeira  
é um ensaio  
para a  
*vida.*



**Está chegando o Natal, um dos momentos  
mais esperados pelas crianças.**

Volte no tempo e lembre os natais da sua infância.  
É possível que você sinta a ansiedade pelo presente desejado e até a expectativa não atendida. Mas o olhar e o sentir próprios da infância têm o poder de ofuscar os desafios e as tristezas.

**E o brincar aconteceu!  
De brincadeira em brincadeira, o ensaio  
para a vida foi acontecendo.  
Aí está a importância do brincar.**

Agora, é a nossa oportunidade de levarmos a alegria do brincar a tantas crianças que, de alguma forma, esperam o Papai Noel.

**Como educadores, trabalhamos os valores  
da solidariedade, da partilha, do olhar para o outro.**

Nosso Natal Solidário é, sem dúvida, uma das mais importantes lições que podemos compartilhar com nossos alunos, pois eles serão os responsáveis pela construção de um mundo melhor.

**Que a saúde, a paz e a esperança  
habitem os lares e os corações hoje e sempre!**

São os votos de toda a equipe do Colégio Zênite às famílias de nossa cidade.



UNIDADE I  
(64) 3431-8286  
Rua XV de Novembro, 128  
Itumbiara-GO Cep: 75503-030

UNIDADE II  
(64) 3404-5324  
Av. Rogelina Maria de Jesus, 259  
Itumbiara-GO, Cep: 75524-345



GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA



## A humanização do parto

Muitos me perguntam se realizo parto humanizado. Do que se trata esse tema tão discutido?

Humanização do parto nada mais é do que o protagonismo da mulher em todos os seus passos, em todas as consultas de pré-natal, se pautando em atos como: acolher, ter escuta atenta e sanar as dúvidas ou angústias que por ventura surgirem. Toda equipe deve ser treinada quanto ao protagonismo e integridade da mulher, respeitando as suas escolhas, seu tempo e vontades, junto de uma boa avaliação da vitalidade materna e fetal.

A liberdade de escolha deve ser a peça fundamental de todo esse protagonismo, desde que não acarrete malefícios a saúde materna ou do bebê. Assim, durante o pré-natal é possível discutir sobre a forma do parto, se vaginal, se cesárea, se há necessidade de

intervenções, até mesmo sobre a posição na hora de dar a luz. A humanização inclui o contato pele a pele, o aleitamento na primeira hora e o clampeamento do cordão umbilical oportunamente, hábitos também levados em consideração em um parto cesárea. Essa forma de levar o processo da gestação e o dia do parto estreita laços entre o recém-nascido e a mãe, diminui taxas de depressão pós-parto e é sucesso no aleitamento materno. Para que se possa alcançar essa forma de parto tão desejada, é fundamental ter essa boa conversa e relação com seu médico obstetra.



60,

DRA.  
**PATRÍCIA  
MACHADO**

ginecologia e obstetrícia

CRM GO 24943 RQE 15007

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO  
GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



QUE A PASSAGEM DESTE  
ANO RENOVE E REVIGORE EM  
TODOS NÓS A ESPERANÇA DE  
SAÚDE, PROSPERIDADE,  
BEM-ESTAR E FELICIDADE!

FELIZ  
2022

OR7

Editora e Marketing

Stilo  
& SAÚDE

revista  
SAÚDE

Revista  
CASA  
Premium

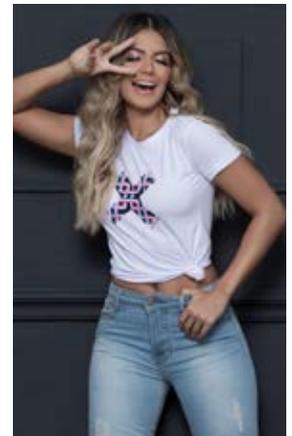
64 99202 4160

64 99275 5299



*Os empresários Jefferson e Aline Fernandes investiram pesado e inauguram o novo espaço do Cowboy's Store em Itumbiara, com uma loja toda inspirada no estilo country americano, o espaço além de ser o mais completo desse segmento western da região sul de Goiás, conta também com uma loja completa atendendo também outros estilos desde o básico ao esportivo e social. A Cowboy's Store trabalha com grandes marcas: Tommy Hilfiger, New era, Levi's, Under armour, Txc e Wrangler.*





Você no melhor estilo sempre.

RUA LEOPOLDO DE BULHÕES, 140 - CENTRO, ITUMBIARA - GO  
(64) 3431-9880



DESEJAMOS QUE SEU NATAL SEJA  
BRILHANTE DE ALEGRIA, ILUMINADO DE AMOR,  
CHEIO DE SAÚDE E COMPLETO DE PAZ.

*Feliz Natal e Próspero Ano Novo!*

**Farma & Farma**

ADORAMOS CUIDAR DE VOCÊ!



Rua Paranaíba, 401- Centro - Itumbiara-GO

Acesse nossas Redes Sociais:   @farmaefarmapopulariub

TELE-ENTREGA GRÁTIS

(64) 3430-4010 /  99667-4010

(64) 3430-1040 /  99665-4010



---

**DRA. ÉRIKA BARBOSA MORAIS**

Fisioterapeuta | Terapia Manual | RBM

**DR. IGOR AUGUSTO OLIVEIRA**

Fisioterapeuta | Neurofuncional

**DRA. ANA CLÁUDIA FARIA**

Médica cardiologista

**DRA. MOAB GOBES**

Psicóloga

**MARIA CAMILA DUTRA DOS SANTOS**

Fisioterapeuta | Instrutora de Pilates

**DRA. BRUNA RODRIGUES DE FARIA**

Fisioterapeuta | Instrutora de Pilates

**DRA. LUCIENE SOLON DE MELLO**

Psicanalista

**DRA DEBORA TOMAZINI SILVA**

Fisioterapeuta em Neuropediatria, Conceito Neuroevolutivo Bobath

**DRA MAÍSA MATIAS GODOY**

Terapeuta Ocupacional em Neuropediatria

**DRA JANAÍNA DA SILVA RODRIGUES**

Psicóloga

---

*Bem-Estar*  
centro da saúde

📞 (64) 9.9663-9803

📞 (64) 3404-8464

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

**SEM OS NOSSOS CLIENTES E AMIGOS  
NADA SERÍAMOS. POR ISSO, O NOSSO DESEJO  
DE NATAL É QUE VOCÊS CONTINUEM CONOSCO E QUE OS  
DESAFIOS DO PRÓXIMO ANO SE TRANSFORMEM EM OPORTUNIDADES  
DE CRESCIMENTO E REALIZAÇÕES.  
DESEJAMOS QUE O ANO NOVO SEJA REPLETO DE VITÓRIAS  
E NOSSA PARCERIA SEJA SINÔNIMO DE SUCESSO!**

*Feliz Natal e Boas Festas!*

**Itumbiara Gramas**

**Viveiro e Floricultura**

  ITUMBIARAGRAMAS

 (64) 99667-9002

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

NESTE NATAL,  
ACERTE NA ESCOLHA.

**PRESENTEIE COM CALÇADOS PETRA!**



**TRABALHAMOS COM  
NUMERAÇÕES ESPECIAIS 40 AO  
44 EM ALGUNS MODELOS**

Rua Marechal Deodoro, 58, Itumbiara-GO

 **64 98100-3177**

**64 3433-7192**



# PROCESSO SELETIVO 2022

ecossistema  
ânima

NOVOS CURSOS DE DIREITO, ENFERMAGEM,  
FISIOTERAPIA, ODONTOLOGIA E PSICOLOGIA.

- Prova digital
- Histórico escolar
- Nota do Enem

APROVEITE O MÊS  
DE OPORTUNIDADES

Bolsas de até 80%\*  
todos os dias

\*Consulte regulamento no site

Inscreva-se:  
[una.br/doseujeito](http://una.br/doseujeito)



Entre em contato  
com o nosso  
consultor pelo  
QR Code



**una**  
Itumbiara

# Foi multado pela concessionária de energia ou recebeu fatura de valor exorbitante?

*LEIA ATÉ O FINAL E DESCUBRA O QUE FAZER!*

Têm sido frequentes estas situações com clientes que procuram consulta jurídica alegando que receberam cobrança de multa em valor exorbitante, seja parcela única ou parcelada na fatura de consumo e em casos extremos, houve até mesmo a interrupção do fornecimento de energia elétrica em decorrência do não pagamento ou a negatização do nome.

O consumidor deve estar alerta a alguns pontos importantes, haja vista que existem casos de valores exorbitantes sendo cobrados. Durante todo o procedimento de apuração dos fatos, o consumidor precisa participar das etapas e estar ciente, recebendo a notificação da instauração de um procedimento administrativo apuratório de irregularidade, e inclusive tem o direito de ser informado sobre o dia e hora da perícia técnica, para acompanhar as averiguações.

Caso alguma das fases tenha sido realizada sem a participação do consumidor, está caracterizado que o procedimento tramitou de forma unilateral, retirando a possibilidade de defesa do consumidor, o que pode levar a anulação do procedimento administrativo que se deu de forma irregular e o cancelamento da cobrança indevida.

A Resolução da Agência Nacional de Energia Elétrica - ANEEL é clara ao determinar que o consumidor deve estar presente, acompanhando as inspeções reali-

zadas pela concessionária no medidor de energia e receber uma cópia do termo de ocorrência, de modo que fique ciente de todas as etapas do procedimento.

Outros fatos devem ser considerados, como exemplo, é de responsabilidade da concessionária a manutenção do equipamento medidor de energia, que precisa apresentar provas concretas e robustas de fraude ocasionada pelo consumidor, para que a cobrança seja legítima.

Ausentes estes requisitos, o judiciário tem decidido pela anulação do procedimento, considerado a cobrança indevida e em alguns casos há a concessão do dano moral àqueles consumidores que comprovaram danos graves sofridos.

Se este for o seu caso, é importante considerar que é preciso ser analisado em suas particularidades. Procure um advogado que terá as orientações necessárias para que seu direito seja garantido.

# CMP

ADVOGADOS

CARDOSO  
MELO &  
PRADO

🏠 Av. da Saudade, nº198 – Centro – Itumbiara – GO

✉️ [ledyane.adv@outlook.com](mailto:ledyane.adv@outlook.com)

📷 @cmpadvogados

## Ledyane Munique Rosa de Melo

OAB/GO 38.062

Advogada no escritório CMP Advogados;  
Mestranda - Universidade Estadual de Goiás;  
Pós-graduada em Direito Processual Civil;  
Professora Universitária.





*Sua gestão  
de pessoas  
agora terá  
**resultados  
efetivos!***

**RH CONT4R**

Desenvolvimento do Potencial Humano

Dr. Valdivino Vaz, 353 - St. Central, Itumbiara - GO

 64 3431-3198



## Como economizar no seu **GANHO DE CAPITAL**

Na contabilidade, o lucro gerado por um bem que é vendido por um valor maior do que o adquirido é chamado de ganho de capital e pode gerar efeitos tributários de até 15% sobre a operação de venda pelo proprietário. Isso porque indica que essa pessoa passou a ter mais capacidade contributiva.

O imposto do ganho de capital é apurado como alienação à vista, devendo ser emitido a guia e feito o pagamento até o último dia útil do mês subsequente ao do recebimento. Caso ocorra o recebimento da venda do bem de forma parcelada, deve ser feito o pagamento até o último dia útil do mês subsequente ao do recebimento de cada parcela. Se não houver o pagamento dentro do prazo descrito, poderá haver as seguintes cobranças: I) juros de 1% mensal e Taxa Selic acumulada no período de atraso; II) Multa de 0,33% ao dia, limitada a 20% do imposto devido.

Apesar da alta alíquota, existem alguns casos de isenção do pagamento do IR sobre o ganho de capital. **Por isso, antes de vender o seu imóvel consulte a Contar para evitar surpresas desagradáveis no futuro com impostos que poderiam ser evitados legalmente.** Somos os maiores especialistas no assunto na região e com dezenas de milhões de reais já economizados por nossos clientes.



### 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  
Consultoria Empresarial

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

contarcontabilidade.com |   @contar.contabilidade



## UNIMED REGIONAL SUL GOIÁS, COOPERATIVAS E A PREFEITURA MUNICIPAL, INAUGURAM ESPAÇO DEDICADO À COMUNIDADE DE ITUMBIARA E REGIÃO

“Compromisso com o desenvolvimento da sua comunidade”. Este é um trecho do sétimo princípio cooperativista que motivou a Unimed Regional Sul Goiás, em parceria com outras cooperativas, em um projeto especial voltado para crianças. No dia 31 de Outubro foi inaugurado o “Espaço Cooperar”, um lugar onde os sonhos não têm limites, a brincadeira nunca acaba, é sempre tempo de aproveitar e se divertir. Um espaço desenvolvido pensando no lazer das crianças e das famílias. Ao lado de outras cooperativas do estado: a Uniodonto Sul Goiano, Sicoob Centro Brasileira e OCB, a Unimed Regional Sul Goiás se empenhou ao longo de 09 meses na execução do projeto que revitalizou um espaço público, oferecido pela Prefeitura de Itumbiara e transformou o local com um parquinho completo: balanço, gira-gira, escorregador, casinha e muitas pinturas divertidas e educativas.

“Nosso princípio enquanto cooperativa também é estar em contato com a comunidade. Do debate à solidariedade. É papel da Unimed Regional Sul Goiás contribuir com as demandas da população de Itumbiara e região. Além de ser um princípio cooperativista é um dever que assumimos e que estamos desenvolvendo ao longo dos nossos 32 anos. O 'Espaço Cooperar' é resultado de esforços mútuos, que mostra que a união de cooperativas gera frutos produtivos e promissores”, Antônio Ricardo Cokely Ribeiro diretor-presidente da Unimed RSG.

O Espaço Cooperar está localizado em Itumbiara, na Av. Beira Rio, em frente ao Hospital Municipal Modesto de Carvalho, já está em plena atividade aguardando as crianças para se divertirem e aproveitarem momentos únicos com suas famílias.



**É com sentimento de gratidão por todos que estiveram conosco neste ano, que desejamos um Feliz Natal e que 2022 nos renove em paz, saúde, esperança e determinação para continuarmos vencendo juntos os desafios.**

São os votos da Equipe:



**SELVO  
VEÍCULOS**



  **selvoveiculos**

Loja 01

 64 3495-6952

 Av. Amazonas, 320, Centro, Goiatuba-GO

Loja 02

 64 3495-4385

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



74,



*Haiani Pereira*

*Técnica de edificações; Projetista de arquitetura 3D.*

🏠 Rua chiquinho Marques, 359 Residencial Gobato

📞 64 984454319

📷 @haianipereira





APRECIE A NOSSA SELEÇÃO  
DE NATAL E ANO NOVO.



SÃO + DE 100 RÓTULOS  
DE VINHOS.



TODA EQUIPE CAPACITADA  
PARA ATENDÊ-LOS.



SERVIÇOS E PRODUTOS DE  
QUALIDADE!



E MAIS, ATENDEMOS DELIVERY  
SEM TAXA DE ENTREGA!

**64 9.9323-2337** R. Meia Ponte, 179 sala 3, Centro - Goiatuba-GO

Natal, tempo de celebrar a vida.  
Que o espírito natalino preencha  
nossos corações com amor, paz,  
alegria e generosidade.

*Feliz Natal e Próspero Ano Novo!*



**CORDEIRO 24K**

*Sofisticação em Jóias*

IMPÉRIO DAS ALIANÇAS

📍 Rua Prefeito Antônio Joaquim Silva, 149 - Centro

☎ (64) 3404-1888

📱 @cordeiro24k

🌐 @cordeirofolheados24k

# RASTREAMENTO OPORTUNÍSTICO DO CÂNCER DE PRÓSTATA



“SBU recomenda que homens acima de 45 anos procurem o médico para orientação sobre riscos e benefícios do procedimento.”

O câncer de próstata é a neoplasia maligna mais frequente do homem e é importante causa de morbidade e mortalidade em todo o mundo e o Brasil é um dos países com maior incidência deste tumor maligno.

Nas últimas décadas tem havido aumento de sua incidência, mas sua mortalidade tem diminuído graças à detecção precoce da doença, quando ela ainda pode ser curada.

“O rastreamento oportunístico permite a detecção precoce da doença. Ele é realizado através da realização do toque retal e da dosagem no sangue do PSA.”

Entre 1994 e 2006 houve uma diminuição anual de cerca de 4% na sua taxa de mortalidade e em torno de 40% nos últimos 15 anos.

Numa fase inicial, o câncer de próstata é totalmente assintomático, isto é, o paciente não sente nada e, quando começam os sintomas, em quase 90% dos casos o tumor já saiu da próstata e passou para outros locais (metástases).

O rastreamento oportunístico permite a detecção precoce da doença. Ele é realizado através da realização do toque retal e da dosagem no sangue do PSA – antígeno prostático específico – e, caso um ou outro esteja alterado, o paciente é encaminhado para a realização da biópsia guiada pela ultrassonografia. Esses exames são apontados como os principais responsáveis por essas mudanças, embora haja muita discussão sobre programas de rastreamento no mundo.

Quando não havia o exame do PSA, até a década de 80, a grande maioria dos tumores malignos da próstata era tratada com a castração (retirada dos testículos).

Por outro lado, o risco de se ter um câncer de próstata na

vida é em torno de 16,5% e o risco de morte é de apenas de 3%. Essa diferença entre a incidência e a mortalidade diminuída pode ser explicada devido ao crescimento lento da maioria dos tumores.

Grande parte desses cânceres de crescimento lento não necessita de tratamento ao longo da vida, devido ao seu comportamento relativamente benigno. Mas é importante ressaltar que somente através dos exames de detecção precoce como o toque retal, PSA, ressonância magnética e biópsia guiada pela ultrassonografia é que se sabe se o câncer da próstata tem um comportamento pouco agressivo ou não.

Algumas Sociedades médicas contraindicam o rastreamento da população, mas em alguns destes países se tem notado um aumento de tumores mais avançados no diagnóstico, sendo que novos estudos são necessários para uma determinação definitiva sobre o rastreamento dos tumores de próstata.

A Sociedade Brasileira de Urologia mantém sua recomendação de que o paciente do sexo masculino, particularmente com idade superior a 45 anos, procure regularmente (anualmente) o médico, a fim de que juntos discutam e decidam sobre o rastreamento oportunístico, avaliando seus benefícios, riscos e limitações, para o diagnóstico precoce do câncer de próstata.



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



Os melhores presentes  
*de Natal*  
estão aqui!

ATRIO > NIKE adidas ASICS MIZUNO PUMA POKER > ELITE



  
**KIPASSO**

CORRA E ACESSE JÁ!

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

Av. Modesto de Carvalho, 1421 - Itumbiara-GO

(64) 3404-3100 / (64) 9.9966-9882 

# Dor Mamária

A dor mamária é causa frequente de consulta ao mastologista e pode interferir diretamente na vida emocional, social e profissional da mulher. Como qualquer sintoma mamário, a mastalgia traz angústia e ansiedade, pois constantemente é confundida com câncer de mama pela paciente.

## • EPIDEMIOLOGIA E FISIOPATOLOGIA

Aproximadamente 65-70% das mulheres apresentarão quadro de mastalgia em alguma fase da vida, sendo mais comum no início da adolescência, menacme, diminuindo na pré-menopausa e quase que desaparecendo na pós-menopausa segundo dados epidemiológicos. Pode ser dividida didaticamente em cíclica (relacionada com a fase menstrual) e acíclica (sem interferência da fase menstrual). A fisiopatologia da dor mamária não é completamente conhecida, mas parece estar relacionada com os ciclos estroprogestativos.

O câncer de mama está pouco associado a mastalgia (0,8 a 2% dos casos) e geralmente aparece como uma dor acíclica focal e persistente em determinado ponto da mama. A dor mamária também pode estar relacionada com o uso de medicações, principalmente as hormonais e menos frequentemente a fármacos como inibidores da recaptação da serotonina, metildopa, ciclossporina e prostaglandinas.

Mulheres com mastalgia cíclica apresentarão dor associada ou não a ingurgitamento mamário no período pré-menstrual, com remissão dos sintomas após a menstruação. Entretanto, nos casos mais severos, a dor persiste durante todo o ciclo. A mastalgia acíclica apresenta desconforto geralmente localizado em um ponto da mama, podendo irradiar para axila, braço, ombro e mão. Porém, o fator primordial é a não concordância com o ciclo menstrual.

A anamnese da paciente com quadro de dor mamária necessita de avaliação do início, duração, localização, intensidade, fatores de melhora ou piora, fatores associados e principalmente, relação

com o ciclo menstrual. Faz-se necessário: Relacionar os sintomas com a movimentação, com a respiração e se está acompanhada de algum outro sintoma (por exemplo: dispnéia, febre, etc.). A história recente de traumas mamários ou torácicos também deve ser abordada. A abordagem do estado psicológico, com relação ao estado de humor e a presença de dores de origem psicossomática. Durante o exame físico das mamas, a parede torácica deve ser examinada cuidadosamente a fim de serem excluídas as causas extramamárias. A palpação dos arcos costais e suas articulações são fundamentais para o diagnóstico de osteocondrite.

## • PROPEDEÚTICA

A avaliação clínica, com anamnese e exame físico detalhados, são geralmente suficientes para a elucidação do quadro. Os exames de imagem mamários têm pouca validade e devem ficar restritos às pacientes com necessidade de rastreamento ou com suspeita de lesões focais. Nos casos de suspeita de dor extramamária, exames específicos podem ser necessários para avaliar outros sistemas ou órgãos.

## • TRATAMENTO

O principal tratamento da dor mamária é a orientação verbal. A simples informação passada pelo médico sobre o caráter autolimitado do sintoma e também sobre a ausência de relação com o câncer de mama resolve o problema em 85% a 90% das mulheres. Existem medidas comportamentais que não apresentam eficácia comprovada, porém são relatadas como benéficas e inofensivas. Dentre estas destacam-se o uso de sutiã esportivo, dieta livre de gorduras e a prática de exercícios físicos.

Outras drogas têm eficácia no tratamento da dor, mas não são específicas para a mastalgia. Dentre elas citam-se os anti-inflamatórios e os analgésicos em geral, porém o uso prolongado apresenta riscos de efeitos colaterais.

Fonte: <https://www.febrasgo.org.br/pt/noticias/item/394-dor-mamaria>



## Dr. Wesley Santos Vinhadelli

CRM/GO 12.654 | RQE: 6224/6237

Graduado em Medicina pela Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto FMRP-USP;

Residência Médica em Ginecologia e Obstetria pelo Hospital das Clínicas de Ribeirão Preto;

Residência Médica em Mastologia pelo Hospital Pérola Byington em São Paulo;

Pós-Graduação em Reconstrução Mamária pelo Hospital Araújo Jorge em Goiânia;

Título de Especialista em Ginecologia e Obstetria;

Título de Especialista em Mastologia;

Sócio Titular da Sociedade Brasileira de Mastologia.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



**SEU CARRO MERECE**  
**OS MELHORES PROFISSIONAIS**



**PERFIL**  
**AUTOMOTIVA E CAMINHÕES**

**A SOLUÇÃO COMPLETA**  
**NO REPARO DO SEU AUTOMÓVEL**



**64 3495 1370**

**64 98401 4609**

Av. Presidente Vargas, 251 | Setor Imperial | Goiatuba | Goiás

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

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



**Mecânica**



**Martelinho de ouro**



**Funelaria e Pintura**



**Reparos Rápidos**



**Higienização**



**Estética de Pintura**

# AREZZO

TRAÇOS QUE TRAZEM MODERNIDADE AOS LOOKS



**VENHA CONHECER A NOVA FRANQUIA DA AREZZO EM ITUMBIARA!**

☎ 64 99346-0013    📷 📌 arezzo.itumbiara    🏠 Av. Afonso Pena, 50 - Itumbiara-GO

# MEU Pet INFLUENCER



Oi, amigos cãezinhos... tudo bem? Eu sou a Sissi, uma spitz alemã ou, mais fácil, lulu da Pomerânia. Tenho quase quatro aninhos e, por isso, já sou uma cadelinha adulta. Estou torcendo para que este ano minha família não se esqueça de meu aniversário... adoro ganhar guloseimas, mas, Bê e Sô não deixam (muito). Ah, tenho papai e mamãe e também duas irmãzinhas, a Sô e a Bê. E algumas priminhas, a Maju e a Isa.

Eu sempre me alimento com uma ração balanceada, pois é melhor para a minha saúde. E isso faz com que eu quase não tenha problemas de saúde. Mas, deixem eu lhes contar um segredo: adoro comer pedaços de maçã sem a casca; ou então alguns petiscos – tudo, porém, controlado, para eu não passar do peso.

Uma coisa que eu gosto – também um segredinho: adoro ficar ao redor da mesa quando alguém da minha família está se alimentando; daí eu fico latindo, que é a minha forma de pedir algo. E, se eles não me dão atenção, eu dou voltas em torno de mim e, ao mesmo tempo, gosto de latir (não, não sou maluquinha não – é apenas a forma de chamar a atenção deles). Normalmente eles não

me dão nada, para não atrapalhar a ingestão da ração, a não ser alguns pedaços de torrada.

Uma coisa que descobri recentemente: eu gosto de dar uma volta no bairro para explorar o ambiente ao redor. Mas, esses dias tive um susto, pois saí e esqueci o rumo de casa. Passei uma noite fora. Mas no dia seguinte eles me encontraram. Por isso, eles sempre falam firme comigo para eu não sair. Porém, quando eles esquecem, eu saio de fininho e, quando eles percebem, eu já estou passeando... passear é bom, não é?! Mas, passado algum tempo, sinto saudades e retorno para minha casa, quase sempre, sozinha; outras vezes, alguns amigos de papai e mamãe me levam ou os avisam.

Lembram quando falei que banho toda semana? Às vezes mamãe pede para a tia Catrina – que é expert, com cursos inclusive na Espanha – fazer uma tosa. Daí, eu volto para casa não apenas cheirosa, mas também linda! Fico com uma aparência de pequeno urso de pelúcia: a coisa mais fofa do mundo e, por isso, todos querem me pegar no colo!

Au au!

**Olá pessoal! Eu e a Juju queremos saber, quem será o Pet influencer do mês de dezembro, todo mês teremos um pet influencer.**

**Na @rmaissaude vocês irão poder contar a sua história e assim influenciar outras pessoas.**

**Para participar basta visitar nosso Instagram @bela.racas e comentar na foto oficial Eu quero participar nos comentários.**

Você e seu Pet nas páginas da revista **SAÚDE**

Av. Washington Luís, 1403, Itumbiara - GO

64 3433-4662

| 64 99663-1179

| 64 99999-1296

f /belasracas.catrina

ig @belas.racas

A family of four is celebrating Christmas. A woman on the left and a man on the right are smiling and holding lit sparklers. A child is visible in the background, also holding a sparkler. The scene is decorated with Christmas lights and a candle in a holder. The overall mood is festive and joyful.

**ESTAR AO LADO DA FAMÍLIA E AMIGOS É  
O PRESENTE DE NATAL MAIS VALIOSO DE TODOS.**

*Feliz Natal e  
Próspero Ano Novo!*

The image shows the exterior of the Hospital Odélio Prudêncio. The building is modern with a white facade and blue accents. The entrance has a covered walkway supported by white columns. The 'Hp' logo and the word 'HOSPITAL' are visible on the building's facade.

**Hp HOSPITAL**

**Hp**

**HOSPITAL  
ODÉLIO PRUDÊNCIO**

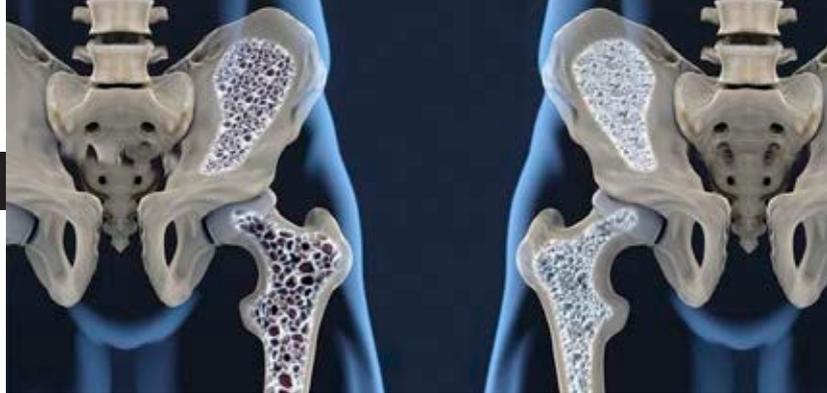
**UM HOSPITAL COM EXCELÊNCIA  
EM ATENDIMENTO**

**64. 3495 5700**

Rua Mato Grosso, 1811 | Centro  
Goiatuba | Goiás

SAÚDE

# OSTEOPOROSE



**INTRODUÇÃO:** A Osteoporose é uma doença óssea silenciosa disseminada por todo o esqueleto, caracterizada por baixa massa óssea, alteração da microarquitetura do tecido ósseo com fragilidade esquelética e consequente redução da força óssea, causando suscetibilidade a fraturas. A doença é prevalente na população idosa, com elevado risco de fraturas. Trata-se de um problema de saúde pública que acomete mais de 200 milhões de pessoas no mundo.

**FATORES DE RISCO EM IDOSOS:** São considerados como fatores de risco para o surgimento de osteoporose: o próprio envelhecimento, fratura prévia, sexo (principalmente feminino), baixo peso corporal, raça, tabagismo atual, corticoterapia, artrite reumatóide, consumo excessivo de cafeína e álcool, história familiar de fratura de quadril.

**QUADRO CLÍNICO:** É importante salientar que a osteoporose não apresenta manifestação clínica até surgir uma fratura. Essas complicações da doença se associam à queda na qualidade de vida e reduzem a mobilidade e função, gerando dor e medo de novas quedas, além de aumentarem a mortalidade. As fraturas mais comuns na osteoporose são as vertebrais com cerca de dois terços dos casos e geralmente assintomáticas, seguidas de fraturas do quadril e rádio distal.

**DIAGNÓSTICO:** A melhor forma de diagnosticar a osteoporose é através da densitometria óssea. Na doença, o diagnóstico é firmado também pela presença de fratura por fragilidade, decorrente de traumatismo de baixo impacto, por exemplo, queda da própria altura e constatado por meio de exame radiológico. A mensuração da Densidade Mineral Óssea (DMO) estima-se que é realizada em menos de 25% das mulheres idosas. Já com relação a osteomalacia, que é a desmineralização óssea, em geral por hipovitaminose D, para o seu diagnóstico, além da dosagem de vitamina D é necessário ainda a densitometria óssea.

**TRATAMENTO:** Diversos medicamentos estão aprovados para o tratamento da osteoporose entre os quais: calcitonina, alendronato de sódio, risedronato de sódio e

reposição hormonal, porque diminuem o risco em mulheres que já tiveram fratura. Medidas ambientais e comportamentais são importantes para prevenção de osteoporose, quedas e fraturas. É importante uma dieta rica em cálcio, composta por leite e derivados, peixes e verduras tipo espinafre, brócolis e folhas escuras. Os exercícios regulares na frequência de pelo menos 3 vezes por semana demonstram capacidade de melhorar a massa óssea e reduzir o risco de fratura. Exercícios físicos estimulam o desenvolvimento ósseo e a imobilização causa perda de massa óssea. O exercício também colabora para potencializar o efeito dos medicamentos utilizados no tratamento da osteoporose e contribui para melhorar a agilidade, a coordenação, a massa muscular e o equilíbrio.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Os métodos para aferição da densidade óssea são capazes de detectar pacientes com maior risco de fratura, que podem se beneficiar dos tratamentos disponíveis. A manifestação clínica mais frequente da osteoporose é a fratura vertebral. Existe aumento em 12% a 20% na mortalidade em 2 anos, relacionadas a fraturas do quadril e mais da metade dos pacientes com esse tipo de fratura não chega a recuperar plenamente a funcionalidade em 1 ano após o evento.

Ref. Bibliog.: 1-Geriatria/ Organização Lucas Rampazzo e colaboradores Medbook, Rio de Janeiro-RJ, 2020  
2- Yu EW. Screening for osteoporosis. In: mulder JE (ed.), Waltham, Mass.: Up To Date 2019.  
3- Geriatria Prática Clínica/ organização Paulo de O. Duarte, José R. G. Amaral-1. Ed.-Barueri-SP: Manole, 2020.



**HOSPITAL  
ODÉLIO PRUDÊNCIO**

**Dr. Odélio Vilarinho Prudencio**

CRM-GO: 23003 | RQE N°: 13608 | RQE N° 11709  
Geriatria;  
Medicina do Trabalho.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



**NATAL É TEMPO DE  
CELEBRAR A VIDA, ESPALHAR O AMOR  
E SEMEAR A ESPERANÇA.**

**QUE SEUS SONHOS SE REALIZEM!**

*Tenha um Feliz Natal e  
Prospero Ano Novo!*



**MEGA MOTOS**

RUA BOA VISTA, 415

| AV. AFONSO PENA, 1299

| AV. SAUDADE, 101

ITUMBIARA-GO

 64 3430-5906

 64 99999-8803

 MEGAMOTOS.IUB

 MEGAMOTOSITUMBIARA

# Paralisia Facial Periférica

**Definição:** Caracteriza-se pelo enfraquecimento ou paralisia dos músculos de um dos lados do rosto. Ocorre em razão de uma reação inflamatória envolvendo o nervo facial, que é responsável pelos movimentos dos músculos do andar superior e inferior da face.

**Causas:** Ainda não foi identificada a causa exata da paralisia facial periférica. Na grande maioria dos casos, a causa é a infecção pelo vírus do herpes simples, sendo nestes casos denominada Paralisia de Bell. Os estudos sugerem ainda, que o quadro pode estar correlacionado com uma infecção por bactérias (Doença de Lyme) ou vírus que atingem o nervo facial, tais como o vírus o Epstein-Barr (mononucleose), o citomegalovírus, o adenovírus e os vírus da rubéola e da gripe. Estresse, fadiga extrema, mudanças bruscas de temperatura, baixa da imunidade, tumores e traumas, distúrbios na glândula parótida e otite média podem também estar envolvidos no surgimento aparecimento da doença.

## Sintomas:

– O sintoma que mais chama atenção é a perda súbita, parcial ou total, dos movimentos de um lado da face (movimentos como elevar a sobrancelha, fechar os olhos e dar um sorriso).

– Dificuldade, em maior ou menor grau, para realizar movimentos simples, como franzir a testa, erguer a sobrancelha, piscar ou fechar os olhos, sorrir e mostrar os dentes, pois a boca se move apenas no lado não paralisado do rosto.

**Diagnóstico:** O diagnóstico baseia-se na avaliação clínica e neurológica do paciente. Quando necessário, o médico pode solicitar exames para estimar a gravidade das lesões do sistema nervoso periférico e registrar a atividade elétrica dos nervos e músculos envolvidos.

**Tratamento:** O tratamento da paralisia facial periférica é sintomático e inclui o uso de medicamentos e fisioterapia. Não existe, entretanto, uma conduta terapêutica padrão para a doença. Tudo depende do tipo e da extensão

## Dra. Andréia Marinho

CRM/GO: 22447 | RQE: 14752

Médica, formada pela Universidade Federal de Goiás (UFG);  
Residência Médica em Neurologia;  
Pós-graduação em Psiquiatria.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA  
NAS PÁGINAS 06 E 07



do dano sofrido pelo nervo facial, das condições clínicas e da idade do paciente. Em grande parte dos casos, a paralisia facial periférica costuma regredir sem tratamento, à medida que a inflamação do nervo diminui espontaneamente. Durante todo o tratamento os olhos exigem atenção especial. Como os pacientes apresentam dificuldade para fechar os olhos e menor produção de lágrimas, a aplicação de colírios lubrificantes, várias vezes por dia, é uma medida indispensável para manter o olho hidratado e evitar lesões graves na córnea. Fisioterapia também é muito importante para estimular a musculatura da mímica facial.

## Curiosidade: como diferenciar a Paralisia Facial Periférica do AVC?

Na Paralisia Facial Periférica, o déficit de força ocorre tanto nos músculos das regiões superiores da face, como dificuldade em franzir a testa e fechar os olhos, quanto nas regiões inferiores da face, como na dificuldade de sorrir, apresentando o desvio de rima labial.

No AVC, na grande maioria das vezes, o déficit de força ocorre apenas no terço inferior da face, assim, o paciente apresenta apenas a dificuldade em sorrir, devido ao desvio de rima labial.

Fonte: <https://bvsm.saudef.gov.br/paralisia-facial/>



# Entrevista Dra. Caroline

Fale um pouco de sua experiência profissional.

Dra. Caroline - *A pediatria faz parte da minha vida há 10 anos. Nesse período, além da experiência diária tratando intercorrências de centenas de pacientes, observei a necessidade de uma maior proximidade com as famílias. Gosto de ser acessível. Isso traz segurança para a maternidade, além de fortalecer os vínculos, fundamentais para o bom crescimento e desenvolvimento. Capacitei-me para ajudar ainda mais as famílias. Hoje, além do atendimento pediátrico, faço consultoria de amamentação e laserterapia, orientação individualizada de sono infantil, orientação parental em Disciplina Positiva e acompanhamento de crianças com dificuldades alimentares.*

*Sou apaixonada pela nutrição e pelo comportamento alimentar infantil e tenho me especializado cada dia mais nesse assunto que é uma demanda frequente no consultório. A seletividade alimentar acontece em todas as crianças de alguma forma e preparar as famílias para agir de forma correta previne casos de dificuldades alimentares graves.*

Muitas pessoas dizem que os bebês ficam mal-acostumados se os pais os pegam no colo frequentemente. Por que essas ideias são tão difundidas e quanto elas podem ser prejudiciais à criança?

Dra. Caroline - *Infelizmente, durante muito tempo enxergou-se as crianças como mini adultos. Mas elas são apenas crianças e precisam ser amadas e acolhidas sempre que houver uma demanda. Gosto de orientar os pais me baseando na teoria do apego em que quanto mais dermos colo e amor as crianças, mais seguras e independentes serão, pois crescerão confiantes e tendo com quem contar. Crianças que são ignoradas ou abandonadas no berço chorando, crescem inseguras e despreparadas para a vida. Acolher as demandas da criança é muito diferente de mimá-las. Acolher não é dizer sim sempre. Muito pelo contrário, é dizer não sempre que necessário, mostrando para a criança que está tudo bem ela se sentir mal ou frustrada por isso. Os pais e cuidadores serão sempre o porto seguro.*

Como identificar o limite entre a atenção e o excesso de zelo? A superproteção pode ser negativa?

Dra. Caroline - *A superproteção pode ser extremamente negativa, pois impede que a criança aprenda a lidar com situações desafiadoras e frustrações. Precisamos promover autonomia e para isso é necessário que as crianças tenham suas próprias experiências. Impedir que elas passem por determinadas situações podem torná-las frágeis.*

Por que a sociedade moderna quer tanto a independência das crianças, que devem “comer sozinhas logo” ou “aprender a usar o banheiro o quanto antes”? Quais devem ser as reais preocupações?

Dra. Caroline - *Acredito que ainda não encontramos o meio termo. Algumas famílias exigem independência demais enquanto outras superprotegem.*

*Quando lidamos com crianças, é fundamental entendê-las em processo de desenvolvimento. As habilidades surgem de forma gradual, no tempo de cada criança. Devemos respeitar a individualidade, sem exigir comportamentos para os quais ainda não estão fisiologicamente preparadas. Elas sempre dão sinais e precisamos estar atentos a eles. Forçar situações pode causar desconforto e insegurança na criança. E o nosso objetivo é justamente o contrário. Queremos crianças seguras e cada vez mais autônomas.*

Como estabelecer hora para as mamadas atrapalha o aleitamento?

Dra. Caroline - *O aleitamento materno precisa acontecer sobre livre demanda porque a produção de leite está intimamente ligada à sucção do bebê. Quando estabelecemos horários, limitamos os momentos em que a criança estará no peito, prejudicando a produção do leite e contribuindo para o desmame precoce. Os hormônios que atuam garantindo a produção adequada de leite irão ser ajustados de acordo com as necessidades do bebê. Se não deixamos sob livre demanda, ele entende que as necessidades estão baixas e passam a produzir menos leite. E isso é o que não queremos. À medida que a criança cresce eles conseguem esvaziar melhor a mama, a capacidade gástrica é maior, facilitando a ingestão de quantidades maiores. Mas até lá, o bebê precisa de uma frequência maior de mamadas, sem imposição de horários.*



## **Dra. Caroline Teles** Pediatra

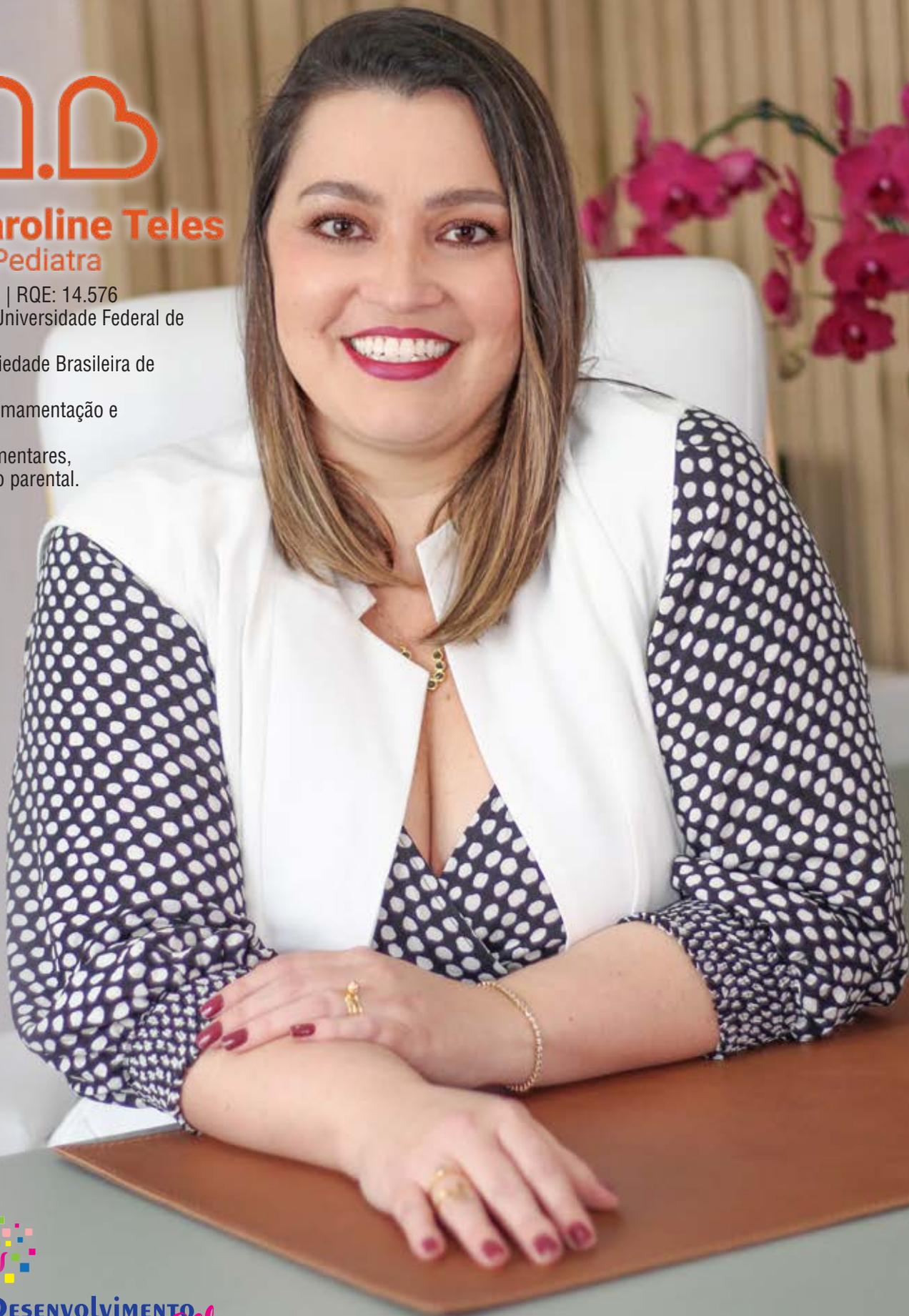
CRMGO: 11.052 | RQE: 14.576

Formação pela Universidade Federal de Goiás (UFG);

Membro da Sociedade Brasileira de Pediatría;

Consultoria de amamentação e laserterapia;

Dificuldades alimentares, sono e educação parental.



The background is a vibrant yellow with a subtle, repeating pattern of stylized leaves or petals. Three white Christmas ornaments with horizontal gold stripes are suspended by thin gold strings. Several gold, multi-pointed stars of varying sizes are scattered across the scene. A large, prominent gold star is on the left side, and a smaller one is on the right. The overall mood is festive and warm.

**CADA NATAL É UM MILAGRE  
QUE NOS TRAZ LUZ E AMOR NOS  
ÚLTIMOS DIAS DO ANO.  
TUDO O QUE PRECISAMOS  
FAZER É ABRIR NOSSOS OLHOS  
PARA ISSO.**

The logo for Ritmo Academia features the word "ritmo" in a bold, lowercase, sans-serif font. Above the letter "o" is a stylized black silhouette of a person with arms raised in a dynamic pose. Below "ritmo" is the word "ACADEMIA" in a smaller, uppercase, sans-serif font.

**ritmo**  
ACADEMIA



*Feliz Natal e Próspero Ano Novo!*

**ritmo**  
ACADEMIA

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

☎ (64) 3431-1199

📷 ACADEMIARITMO

📘 RITMOACADEMIAOFICIAL

# OR DE CACAU

Puro ouro sobre cacau intenso

Não há melhor forma para definir Or de Cacau, revestimento cujos veios dourados se cruzam e iluminam toda a superfície de tons achocolatados.

A intensidade dos tons, característica marcante dos mármorees espanhóis, reafirma a sua origem e nos conduz a ambientes de destaque.

Or de Cacau é a joia do portfólio Portobello, para composições sofisticadas e aconchegantes.



Acesse o QRcode e conheça os detalhes de mais um lançamento Portobello Shop.



Portobello Shop Itumbiara  
Rua Franklin Xavier, 285 - Centro | 64 | 99660.9334

Portobello  
shop

# Saúde Estética

Diego Melo Borges, mais conhecido como o Mago das Fórmulas, nasceu em Franca interior de São Paulo e reside em Uberlândia-MG há mais de 20 anos.

Se formou em Farmácia pelo Centro Universitário do Triângulo em 2009 @unitriasoec e Especializou-se em Saúde Estética Avançada, sendo Pós Graduado em Atenção Farmacêutica e Farmácia Clínica. Além disso possui diversas capacitações Nacionais e Internacionais, atuando no mercado há mais 10 anos. O Mago das Fórmulas oferece além do Atendimento e Procedimentos Personalizados, Produtos e Protocolos que são EXCLUSIVOS de acordo com a necessidade de cada paciente. Atualmente Diego atende nas cidades de Uberlândia, Uberaba, Sacramento, São Paulo e Itumbiara.

## O QUE É SAÚDE ESTÉTICA?

A saúde não é definida apenas como a ausência de doenças físicas ou psíquicas. O conceito de saúde engloba o bem-estar como um todo, inclusive no que diz respeito à autoestima, aí começamos a introduzir um novo conceito: Saúde Estética.

## SETOR EM EXPANSÃO NO PAÍS

A primeira vantagem em se investir e atuar na saúde estética é que esse setor permanece em ascensão no país.

Mesmo em tempos de crise, o brasileiro ainda encontra espaço no orçamento para gastar no segmento da estética.

Segundo dados de 2016 do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), o brasileiro já gasta mais com beleza do que com comida.

Tanto homens quanto mulheres se preocupam com a saúde estética hoje em dia, por isso esse mercado dificilmente sofre com a sazonalidade, tendo alta procura o ano inteiro.

Além disso, quem se interessa por cuidados com a saúde estética, geralmente o faz com certa frequência, portanto é uma área que gera a fidelização dos clientes.

## QUAIS PROFISSIONAIS DE SAÚDE PODEM ATUAR EM ESTÉTICA?

Como a saúde possui um conceito amplo, a estética acabou ganhando notoriedade e com isso surgiram diversas possibilidades de especializações e cursos livres para capacitar os profissionais da saúde no exercício da estética.

Estas possibilidades trouxeram um novo olhar para esses profissionais já que, a estética é compreendida como um conhecimento multiprofissional e não como específico de apenas uma profissão.

## QUAIS PROFISSIONAIS DE SAÚDE PODEM ATUAR EM ESTÉTICA?

Biomédicos; Enfermeiros; Farmacêuticos; Fisioterapeutas; Dentistas.

O conhecimento fisiológico faz como que esses profissionais estejam totalmente preparados para atuar com procedimentos estéticos.

Porém deve-se consultar os conselhos de classe específicos de cada profissão para saber quais procedimentos podem e não podem ser realizados por cada profissional.

## O FARMACÊUTICO ATUANDO EM SAÚDE ESTÉTICA

Esse é o primeiro passo para ser um profissional de sucesso nesse campo de atuação.

A Farmácia Estética é uma das áreas de atuação do farmacêutico que é regulamentada pelo Conselho Federal de Farmácia (CFF). Ela foi regularizada a partir da iniciativa do CFF em promover e fortalecer a atuação clínica do farmacêutico.

Dessa forma, o profissional tem desempenhado funções, cada vez mais, focadas no contato direto com o paciente.

O farmacêutico esteta, nome do profissional de farmácia que atua na área de estética, deve, primeiramente, se formar na graduação em Farmácia.

Posteriormente, será necessário uma pós-graduação lato sensu na área de saúde estética.

O curso deve ser reconhecido pelo Ministério da Educação (MEC). Já os farmacêuticos que já atuavam na área antes de 25 de novembro de 2015 podem apresentar ao CFF documentos que comprovem a sua experiência mínima de dois anos - contínuos ou intermitentes.

A pós-graduação em Farmácia estética é fundamental para os novos profissionais que nunca atuaram na área, mas desejam construir uma carreira no segmento.

## Áreas da Farmácia Estética

Lontoforese; Criolipólise; Eletroterapia; Laserterapia; Carboxiterapia; Cosmetoterapia; Preenchimentos dérmicos; Peelings químicos e mecânicos; Sonoforese (ultrassom estético); Intradermoterapia/mesoterapia; Agulhamento e microagulhamento estéticos; Radiofrequência estética; Luz intensa pulsada; Toxina botulínica.

## Carreira em Farmácia Estética

A carreira em farmácia estética pode ser desenvolvida em diferentes tipos de estabelecimentos.

O segmento tem sido bastante procurado pelos farmacêuticos, pois oferece ótimas oportunidades de atuação, sendo uma área ampla para desenvolver o seu trabalho.

## O farmacêutico na área de estética pode atuar em:

Clínicas de estética;  
Consultórios;  
Spas;  
Salões de beleza;  
Clínicas e hospitais.



Diego Melo Borges

CRF 26.694

FARMACÊUTICO ESPECIALISTA  
EM SAÚDE ESTÉTICA AVANÇADA

*cidades de atendimento:*

• UBERLÂNDIA • UBERABA • SACRAMENTO  
• SÃO PAULO • ITUMBIARA

*agendamento de consultas:*

 (34) 9 9160-1078





Vem aí a 6ª Edição da  
**REVISTA CASA PREMIUM**

dezembro  
**NOVA**  
edição

Revista

# CASA

*Premium*

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

Reserve seu espaço:  
 64| 9. 9202-4160  64| 9. 9275-5299

  
Editora e Marketing



Que a saúde, a paz e o amor se reúnam para celebrar esta data mágica.

*Feliz Natal!*



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

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

# COMO DEIXAR SEU GATO FELIZ???



Carinho atrás da orelha, coçadinha no nariz, correr atrás da bolinha, mas só se for de papel. Cada gato é de um jeito, mas todos são parecidos, como então é possível fazer um estatuto do gato feliz?

Não preciso saber mais nada sobre gato, basta dar comida, caminha e brinquedos”, mas é aí que você se engana. Dentro do mundo felino, que é tão parecido e tão diferente ao mesmo tempo vamos encontrar ao longo de nossa vida como amante dos gatos uma gama de variedade de temperamentos, gostos, manias, hábitos e comportamentos quase que obsessivos compulsivos.

**LOCAIS PROIBIDOS E PERMITIDOS** → Como primeira dica para fazer um gato feliz eu digo: conheça seu gato, tente descobrir onde ele gosta e onde ele não gosta de receber carinho. A maioria permite com tranquilidade carinho na cabeça, especialmente perto das orelhas e no focinho, nas costas, mas nas patinhas, rabo e barriga são locais que nem sempre os gatos permitem serem tocados. Alguns gatos podem se sentir vulneráveis se tocados nesses locais.

**ALIMENTAÇÃO** → Comida (ração) e água sempre fresquinhas vão deixar um gato feliz, mas cuidado com obesidade. Praticamente todo gato gosta de beber água corrente. Quem não gosta de se refrescar numa cachoeira? Mas esse hábito pode ser perigoso, pois alguns param de beber água da vasilha e podem ter problemas urinários. Se seu gato já pegou esse hábito ele pode se beneficiar com uma fonte própria para animais.

Algumas pessoas questionam “meu gato é muito fresco, ele só come a ração quando colocamos na hora. Aquela que fica na vasilha algumas horas ele não quer mais”. E eu sempre pergunto: “Você gostaria de ir a um restaurante e comer comida feita no dia anterior?”. Então o gato não tem nada de fresco, ele só não é burro.

**SONECA PROLONGADA** → Um gato pode dormir até 18 horas por dia, isso mesmo, 18 horas! Eu acho que os humanos dormem de menos, isso sim. Se dormíssemos tanto quanto o gato não teria tanta gente se preocupando com coisas sem sentido, fazendo coisas que não gostam. O tempo seria mais precioso. E é isso que o gato faz, ele curte cada segundo que passa acordado comendo ou brincando.

**BRINCADEIRAS DIVERTIDAS** → Quanto às brincadeiras poderíamos ficar aqui dois dias só falando delas, mas de uma maneira geral os gatos brincam porque simulam uma caça. Eles são excelentes caçadores e qualquer brincadeira que envolva “caçar” vai deixar um gato feliz. O brinquedo que mais faz sucesso é a varinha com penas na ponta que simula um pássaro voando. Bolinhas de papel também são um sucesso no mundo felino.

**SOL MATINAL** → Gatos gostam de tomar sol, muito sol. Gostam de ficar horas na varanda ou no quintal curtindo o calorzinho que o astro rei nos promove, mas os gatinhos também podem ter câncer de pele, especialmente os branquinhos ou que têm algumas áreas brancas.

**ENRIQUECIMENTO AMBIENTAL** → Alguns gatos gostam de se entocar e outros gostam de escalar. Você precisa descobrir de qual

maneira seu gato gosta de ficar e se for “de entocar” pode providenciar caixas de papelão, tocas para ele dormir. Se seu gato gosta de escalar eu digo sem medo “instale prateleiras na sua casa e veja a maior alegria que um gato pode ter”.

**CAIXAS DE PAPELÃO** → Se a curiosidade matasse não teríamos mais gatos no planeta, pois quem tem gato sabe sobre sua curiosidade incessante. Não podemos voltar com sacolas do mercado, não podemos se quer brincar com um gato na rua que nosso gato vem logo sentindo o cheiro em nossas roupas, vem logo colocando a cabeça dentro de todas as sacolas e caixas que vêm da rua. Para deixar um gato feliz, basta trazer alguma novidade da rua, que pode ser apenas a caixa de papelão do mercado e deixar que ele entre e se divirta a vontade.

**INÉRCIA** → Do mesmo tanto que o gato é curioso ele detesta mudanças. Não mude a marca da ração (a não ser que o veterinário mande), não mude a vasilha de lugar, não mude a marca da areia, não compre um sofá novo, não mude de horário de trabalho, nada. Mantenha sua vida exatamente do mesmo jeito que estava quando adotou seu gato até o fim de sua vida.

Claro que isso tudo é um exagero e ninguém vai seguir essas regras, mas se os gatos mandassem em nossas vidas (se bem que eles mandam mesmo) você não teria autorização para fazer nenhuma troca, pois os gatos gostam de rotina. Se puder seguir apenas algumas das dicas talvez seu gato se sinta mais satisfeito. Se precisar fazer alguma troca em sua vida ou na do gato, dê a ele duas semanas de adaptação, que é o tempo médio que um gato leva para se adaptar a uma nova situação. Mas não se esqueça, se algo está incomodando o gato, aí sim, mude logo para não estressar seu bichano.

Por último, mas não menos importante AME seu gato. Dê a ele todo amor e carinho que ele merece e terá em troca o melhor amigo que o homem (e a mulher) pode ter.

E deixe seu gato feliz!

Você tem gato??? Gostaria de um atendimento diferenciado ???

Procure já a Faro Animal Pet Center e agende uma avaliação.

Nós temos uma equipe capacitada para atender seu bichano.



☎ 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

Graduação em Medicina Veterinária em 2018 pela UNIUBE/MG

## Dr. Celso Borges de Almeida Junior

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 Anclivepa Goiás (Associação de Clínicos Veterinários de Pequenos Animais).

## Cristhellem Mayara de Souza Pinto

CRMV/GO: 10.024

Graduação em medicina veterinária em 2014;  
Saúde pública e clínica médica de cães e gatos.



# Laboratório São Francisco



Exemplar de registro de qualificação e  
declaração de conformidade com o padrão  
de referência para laboratórios. Sistema  
de avaliação e reconhecimento de desempenho  
em laboratório de referência, produção  
de água, medicamentos e cosméticos.



## DECLARAÇÃO

Declaramos que:

### LABORATÓRIO SÃO FRANCISCO LTDA

Situada na

RUA TIETÊ, n.º 465 - CAIXA POSTAL 59 - CENTRO - GOIATUBA - GO - CEP: 75000-000 - BRASIL

está inscrita sob o nº 08698 no

PNCQ - Programa Nacional de Controle de Qualidade  
tendo obtido no ano de

2021

a classificação

**EXCELENTE**

nas demonstrações dos amostras-controlas do ensaio de proficiência

das especialidades ao lado declaradas.

Rio de Janeiro, 26 de outubro de 2021

*Dr. Paulo Roberto de Almeida*

Superintendente

## REALIZAMOS TODA LINHA DE EXAMES LABORATORIAIS INCLUINDO:

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

## ATENDEMOS TODOS OS CONVÊNIOS

Dra. Paullyana Pereira e Oliveira Santos

Biomédica | Responsável Técnica CRBM-1054

Darly Inocência de Oliveira

Diretor Administrativo

Rua Tietê, 465 | Goiatuba | Goiás

64. 3495 2904 | 99284 1736

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

**O NATAL APROXIMA A FAMÍLIA  
E AMIGOS; ISSO NOS AJUDA A  
APRECIAR O AMOR EM NOSSAS VIDAS.  
QUE O VERDADEIRO SIGNIFICADO  
DO NATAL PREENCHA SEU CORAÇÃO E  
SUA CASA COM MUITAS BENÇÃOS.**

*Feliz Natal e  
Próspero Ano Novo!*

**HOMENAGEM DA FAMÍLIA  
LABORATÓRIO SÃO FRANCISCO!**



NESTE NATAL QUE  
A LUZ DO AMOR E  
DA PAZ BRILHE NA  
SUA CASA,  
E O ANO NOVO TRAGA  
MUITOS DIAS FELIZES  
E PRÓSPEROS!

*Feliz Natal e Boas Festas!*



**SCUDERIA**  
MOTORS

ESCANEE  
NOSSO  
QR-CODE

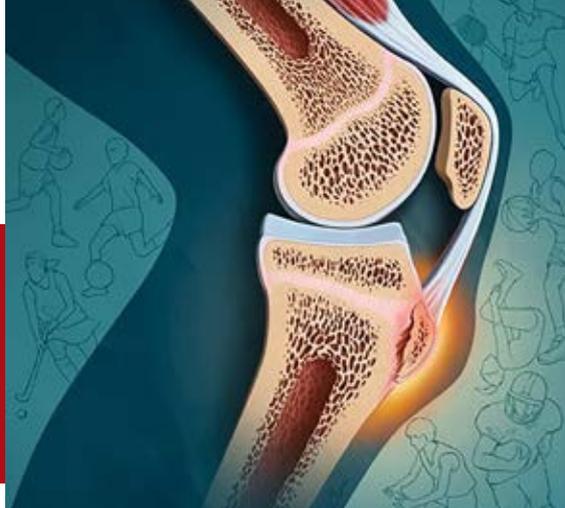


 [scuderiamotors\\_](https://www.instagram.com/scuderiamotors_)  (64)9 9237-9837  (64) 3404-4043

 [www.scuderiamotors.online](http://www.scuderiamotors.online)

Avenida Leopoldo de Bulhões, 610, Centro, Itumbiara-GO

# SÍNDROME DE OSGOOD-SCHLATTER



A Síndrome Osgood-Schlatter (também conhecida como Síndrome da tração do tubérculo tibial apofisárias ou apofisite da tuberosidade tibial anterior) é uma irritação da cartilagem de crescimento pelo tracionamento excessivo do tendão patelar na sobre a tuberosidade tibial anterior (TAT).

A Síndrome Osgood-Schlatter tipicamente ocorre em meninos e meninas em idade ativa 9-16 coincidindo com períodos de estirão de crescimento. Ocorre mais frequentemente em meninos do que em meninas, com relatos de uma relação masculino-feminino variando entre 3:1 e tão alta como 7:1. E a diferença pode estar relacionada tanto por uma maior participação dos meninos no esporte e quanto por maior força na execução dos mesmos.

A Síndrome Osgood-Schlatter é geralmente auto limitante e é causada pelo stress no tendão patelar que liga o músculo quadríceps na parte da frente da coxa para a tuberosidade tibial anterior, que ocorre na fase de “estirão de crescimento” do adolescente.

O stress repetitivo da contração do quadríceps é transmitida através do tendão patelar para a tuberosidade da tíbia imaturo. Isso pode causar micro fraturas por avulsão (arrancamento) associado a um processo inflamatório do tendão, levando ao crescimento ósseo em excesso na tuberosidade e produzindo uma protuberância visível que pode ser muito doloroso quando tocado e nas atividades, tais como ajoelhar.

Tipicamente, a Síndrome Osgood-Schlatter desenvolve-se lentamente com períodos de melhoria e piora alternantes e sem trauma ou outra causa aparente, no entanto, em alguns casos, até 50% dos pacientes rela-

tam uma história trauma (contusão) desencadeando os sintomas.

Apesar de pouco descrita na literatura, nota-se que a grande maioria destes adolescentes possui encurtamento (alongamento ruim) da musculatura posterior da coxa e perda de força do músculo quadríceps (anterior da coxa).

Acredito que, assim como na tendinite patelar e na condromalácia patelar do adulto, estas condições causem perda parcial da capacidade de absorver energia cinética do joelho na desaceleração típica do esporte e seja a gênese da doença.

Usualmente, a lesão resolve-se espontaneamente ou com tratamento conservador (fisioterapia e fortalecimento muscular), como a redução da prática desportiva, uso de anti-inflamatórios, e, até, infiltrações locais com lidocaína ou corticosteróides. Alguns raros casos, porém, não respondem ao tratamento conservador e a cirurgia é necessária para aliviar a dor. A maioria dos autores recomenda a excisão (retirada) do ossículo livre e presente na porção distal do ligamento patelar.



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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



Melhor do que todos os  
presentes embaixo da árvore de Natal  
é a presença de uma **Família Feliz!**

*Feliz Natal e Boas Festas!*



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

*© Natal é tempo de esperança e reflexão. Que este clima permita-nos refletir o ano que se encerra, vamos encarar esse tempo como um aprendizado de vida, uma oportunidade para pensar e repensar, para que no Novo Ano sejamos pessoas extraordinárias.*



*Dra Claudia Neurologista e equipe deseja a todos vocês um ótimo Natal e um Ano Novo com muita saúde e prosperidade.*

CRM/GO: 12.452 | CRM/MG: 4.100 | RQE: 7879  
Médica Neurologista – Titular Academia Brasileira de Neurologia;  
\*Neurologia; \*Perícias; \*Clínica de dor;  
\*Eletroencefalografia; \*Neuropsiquiatria;  
\*Mapeamento cerebral.

UV.  
LINE

Roupas e  
acessórios que  
bloqueiam  
98% da  
radiação UV.



FATOR DE PROTEÇÃO  
ULTRAVIOLETA

FPU  
5+

UV.LINE  
FPU 5+

Roupas com proteção Solar



Você encontra produtos UV.LINE na Bela Formula

**belaf**rmula  
farmácia de manipulação

RUA SANTA RITA Nº 63 CENTRO ITUMBIARA-GO  
TEL.: (64)3430 1144



# ROUPAS COM PROTEÇÃO SOLAR REALMENTE FUNCIONAM?

*Muitas vezes ouvimos falar em roupas com proteção solar e muitas pessoas acabam ficando na dúvida se este tipo de produto realmente funciona:*

- \* Tecidos com proteção solar bloqueiam realmente os raios solares?
- \* O tecido perde sua eficácia com as lavagens?
- \* Eu preciso aplicar filtros solares nas regiões da pele cobertas pelo tecido?

Estas são as principais dúvidas quanto a este tipo de produto. Primeiramente é importante adquirirmos roupas e acessórios com proteção solar de marcas referências no mercado e que possuam selos de certificação. O principal deles é a ARPANSA, órgão australiano que mede o fator de proteção UV dos tecidos. O maior fator de proteção é o FPU50+, que bloqueia 98% dos raios UV. **A marca UV.LINE possui em todos os seus produtos o fator máximo de proteção comprovado.**

Os tecidos UV.LINE não perdem a proteção com as lavadas pois as tramas dos tecidos recebem tratamento específico que garante 98% de proteção UV.

Não é necessário a aplicação de filtros solares nas regiões cobertas pelos tecidos UV.LINE pois seu efeito é permanente e não sai na água nem com a umidade natural da transpiração.

Invista neste tipo de produto, garanta maior proteção ao maior órgão do seu corpo, com isso você diminui o risco de câncer de pele e queimaduras causadas pelo sol, assegurando momentos de lazer mais agradáveis.

**belaf**ormula  
farmácia de manipulação

**Thiago Figueiredo**

CRF-GO: 5587  
Farmacêutico proprietário da  
Belafórmula Farmácia de Manipulação

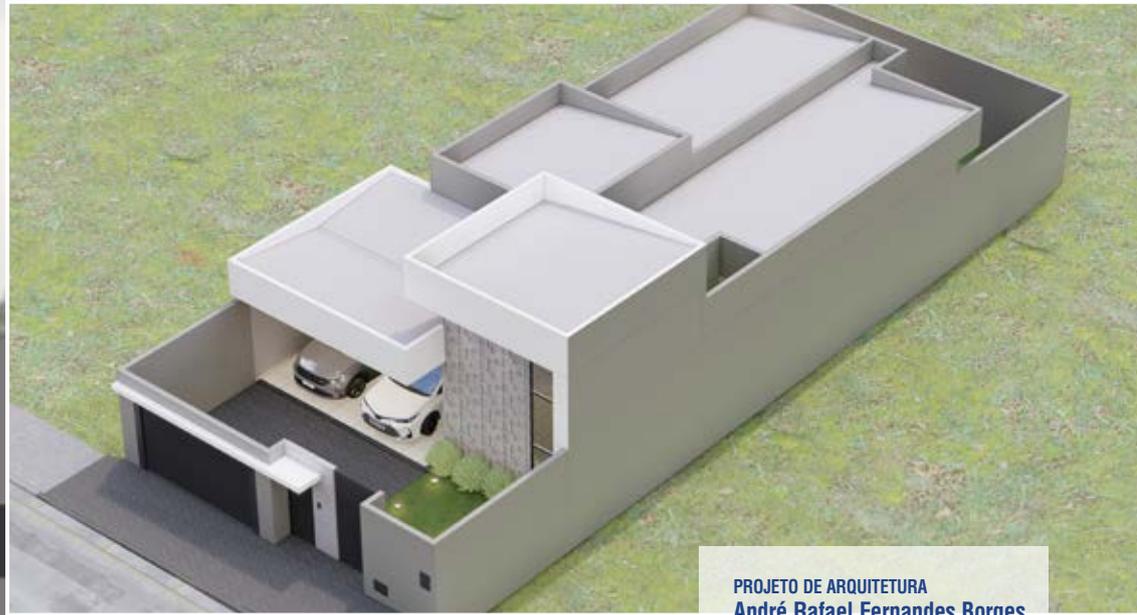




**CASA EM FASE DE  
CONSTRUÇÃO PARA VENDA**  
Residencial Beira Rio 2



**JDR**  
INCORPORADORA



PROJETO DE ARQUITETURA  
**André Rafael Fernandes Borges**  
Arquiteto e Urbanista / CAU Nº A1566849  
RESPONSÁVEL TÉCNICO EXECUÇÃO  
**Luiz Umberto Alves Filho**  
Eng. Civil / CREA 1019099771D-GO

## PROJETO MODERNO

**3 QUARTOS (1SUITE)**

COZINHA/ÁREA GOURMET INTEGRADA

SALA AMPLA COM PÉ DIREITO ALTO

GARAGEM PARA **2** CARROS

ESPAÇO EXTERNO AMPLO

TERRENO **250 M<sup>2</sup>** | **142,39 M<sup>2</sup>** ÁREA CONSTRUÍDA

 **64 9.9202-4160** |  **64 9.9287-0427**

  **@jdr\_incorporadora**



# Redutase

Saúde e Estética

Sua referência em beleza  
e saúde tanto do corpo,  
quanto da mente.

Agende seu Pilates com a Dra. Munnik Domingues.

📍 Av. Beira Rio, 304, Centro, Itumbiara

☎ (64) 3433-7460 / 98101-9946

*Munnik Domingues*



## Bebidas alcoólicas e os prejuízos à saúde da criança e do adolescente

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2014), o consumo excessivo de álcool no mundo é responsável por 2,5 milhões de vidas perdidas a cada ano, percentual equivalente a 4% da mortalidade mundial. Tal fato demonstra que o álcool está sendo mais letal que a Síndrome de Imunodeficiência Adquirida (Aids) e a tuberculose. A OMS também estima que 76,3 milhões de pessoas possuam diagnóstico de consumo abusivo de álcool<sup>2-4</sup>.

O consumo de álcool na adolescência é fenômeno complexo, multifatorial e socialmente determinado.

O álcool é uma substância psicotrópica legalizada e mais utilizada por adolescentes no Brasil e no mundo. O consumo nesse grupo é preocupante, tanto por sua maior tendência à impulsividade quanto pelo prejuízo ao desenvolvimento cerebral, o que causará repercussões na vida adulta. Além disso, a ingestão tende a ocorrer em conjunto com outros fatores danosos para a saúde, como uso de tabaco e de drogas ilícitas, além de comportamentos sexuais de risco.

De acordo com a política de Atenção Integral a Usuários de Álcool e Outras Drogas do Ministério da Saúde, cinco fatores propiciam o abuso de substâncias psicoativas:

1. Falta de informação sobre o problema; 2. Dificuldade de inserção no meio familiar e no trabalho; 3. Insatisfação com a qualidade de vida; 4. Problemas de saúde; 5. Facilidade de acesso aos psicoativos, incluindo as bebidas alcoólicas.

Os fatores de risco e os protetores estão contemplados no Quadro abaixo:

Fatores de risco	Características	Fatores Protetores	Características
Familiares	Ambiente doméstico disfuncional; Pais abusadores de psicoativos, com comportamentos criminais ou transtornos psiquiátricos; paternidade omissa, especialmente se filhos com problemas psíquicos ou cognitivos; vínculo afetivo insignificante para os filhos ou entre os pais <sup>7,14,20,21</sup> .	Familiares	Fortes laços afetivos Cuidado dos pais, normas claras de conduta; busca de ajuda terapêutica <sup>7,18</sup>
Sociais	Ambiente escolar – pouca comunicação, timidez ou problemas de fala; bullying, baixo desempenho, aprovação aos psicoativos Ambiente comunitário – dificuldade relacional; pertença a grupos de comportamento inadequado, aprovação aos psicoativos pelos companheiros, além de facilidade de acesso <sup>7</sup> .	Sociais Escolares Saúde	Protagonismo juvenil – Adolescente como ator nas atividades de grupos, novos laços de amizade, socializar experiências. Educação em Saúde; Assistência à saúde <sup>7,16</sup>
Disponibilidade comercial	Facilidade de compra em pontos venda, incluindo postos de gasolina; por meio de irmãos, amigos; bebidas adquiridas por entrega em domicílio; baixo preço; Bares: sistema de consumação mínima, open bar, kit balada <sup>14</sup> .	Culturais	Promoção de festas folclóricas, grupos de danças, teatro, música <sup>7,16,18</sup>
Comportamento ético e valores	Aceitação e incentivo ao consumo; transgressão de leis que proíbem venda a menores de 18 anos <sup>20</sup> .	Esportes	Atividades físicas escolares, esportes de competição, “academia” <sup>7</sup>

FONTES: 1. SBP, 2007; 2. NASCIMENTO CNA; 3. MOSS E, DURMAN S; 4. DIHL A, FGLIE NB; 5. ROMANO M, ET AL. (2007); PRATA EMM, SANTOS MA. (2007)

E lembrem-se que prevenção é mais eficaz! Conversem com seus filhos!

Fonte: Bebidas alcoólicas e os prejuízos à saúde da criança e do adolescente – Atualização 2021 – SBP



**Dra. Julieta Isabel Triana Cansino**

| 109

CRM/GO: 22.719 / CRM/MG: 75.761  
Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



Escolha a semente certa para sua colheita.



**Agro seeds**  
QUALIDADE EM ANÁLISES

**NOSSA ANÁLISE É SUA SEGURANÇA.**



Equipe Agro seeds



64. 98447 5966 | 64. 3495 6461  @agroseeds

Av. Amazonas, 320 | Centro | Goiatuba | Goiás

# ANÁLISE DE PERFIL

Olá! Hoje vamos falar um pouco sobre a **ANÁLISE DE PERFIL COMPORTAMENTAL**.

É uma ferramenta de conhecimento do ser humano que é utilizada em vários âmbitos:

**1 - PESSOAL:** é uma ferramenta de autoconhecimento incrível, pois conhecendo o seu perfil você entenderá muitos aspectos do seu próprio comportamento, suas principais habilidades e dificuldades. Conhecendo suas habilidades e dificuldades você terá segurança para tomar decisões importantes, por exemplo, sobre qual profissão escolher (orientação de carreira) e as escolhas da sua vida profissional que mais se enquadram ao seu perfil, pois trabalhar em algo que está totalmente fora do seu perfil acaba gerando stress, insatisfação e até mesmo depressão ao longo do tempo. Algumas pessoas não entendem o seu perfil e se culpam pelo seu próprio temperamento me dizendo: “sou lento demais” ou “me chamam de mandão”... calma, tá tudo bem! É só o seu perfil comportamental e sabendo disso você poderá adaptá-lo para conviver melhor com os outros.

**2 - RELACIONAMENTOS:** Tenho visto muitos casais em conflito simplesmente por não saberem lidar um com o perfil comportamental do outro. E eu mesma passei por isso. Tenho um perfil totalmente oposto ao do meu esposo. Eu perfil dominante e ele perfil estável. Um não compreendia a forma de ser do outro. Quando fizemos nossa **análise de perfil PARA CASAIS** soubemos **compreender** um ao outro e, principalmente, aprendemos a lidar e respeitar o comportamento do outro.

Só para que você entenda, existem 4 grupos de perfil de



acordo com a teoria DISC.

O perfil **Dominante** geralmente é acelerado, fazedor, tem facilidade de gerenciamento e um grande senso de urgência. Tudo é para ontem.

O perfil **Influente** é extremamente comunicativo, gosta de pessoas, faz amizades com muita facilidade, otimista e um grande influenciador de pessoas.

O perfil **Estável** gosta de fazer as coisas com mais calma, é um ótimo ouvinte, amigo e não gosta de pressão.

O perfil Conforme geralmente é mais sério, gosta de tudo muito bem-organizado, tem facilidade com dados e planilhas. E aí? Quem desses é você? Já te adianto que na verdade temos um pouco de todos, mas em regra um predomina na nossa vida.

Percebeu por que os conflitos acontecem? Mas quando você identifica o perfil do seu parceiro você sabe como se relacionar melhor com essa pessoa. E isso é inteligência emocional! E o que os outros chamam de “incompatibilidade de gênios” eu chamo de “incompreensão de perfis” e pode ser corrigido.

Quando faço a Análise de Perfil para Casais isso fica bem esclarecido e o relacionamento se torna mais harmônico. Foi o que fiz no meu casamento, por exemplo, e foi transformador.

Seu filho está em fase de pré-vestibular e está em dúvida entre várias profissões? Você ou seu filho já trancou algum curso universitário e agora não sabe o que fazer? A análise de perfil vai auxiliá-lo a tomar essa decisão de acordo com as suas melhores habilidades.

Quer fazer sua Análise de Perfil Comportamental? Entre em contato comigo pelo 64 99654-1338.



KAREN KADRI  
MASTER COACH

Master Coach e Analista de Perfil Comportamental



🏠 Rua Dr. Mário Guedes, 239, Centro  
Itumbiara-GO

☎ 64 9.9654-1338 | 64 3404-1351

📷 @karenkadri



O Natal é tempo de esperança e reflexão.  
Que este clima permita-nos refletir o ano que  
se encerra renovando a esperança  
de novos tempos.



*Feliz Natal!*



64 3495-6654 | 98404-8879 

 @latemiagtba



petshoplateemia

Rua São Paulo, 622 | Centro | Goiatuba

# 2021 – ANO DA RETOMADA, QUE VENHA 2022 MELHOR AINDA

Nós Diretores e colaboradores sentimos orgulho de oferecer a população tradição, qualidade e ainda promover ações sociais em prol de mais saúde para todos.

- EPICOVID – programa estatístico, onde realizamos 1.016 exames de COVID-19, GRATUITAMENTE a população de Itumbiara.

- CAMPANHAS OUTUBRO ROSA e NOVEMBRO AZUL – incentivando mulheres e homens a buscar saúde preventiva, oferecendo exames a preços acessíveis.

- CAMINHADA DOS DIABÉTICOS – “stand” no calçadão da av. Beira Rio, oferecendo palestra, aferindo pressão arterial e exames de glicose GRATUITO, cujo objetivo é CONSCIENTIZAR sobre a importância de diagnóstico e tratamento do DIABETES.

- PALESTRAS DIVERSAS – vários temas abordados com interesse em saúde.

- ESTÁGIOS – para profissionais da área, promovemos estágio para aprimoramento prático e teórico para 21 estudantes.

- OBTIVEMOS TÍTULO “DIAMANTE” pela SBAC, (mais de 20 anos obtendo excelência, nos controles de qualidade).



## LABORATÓRIO SÃO JUDAS TADEU

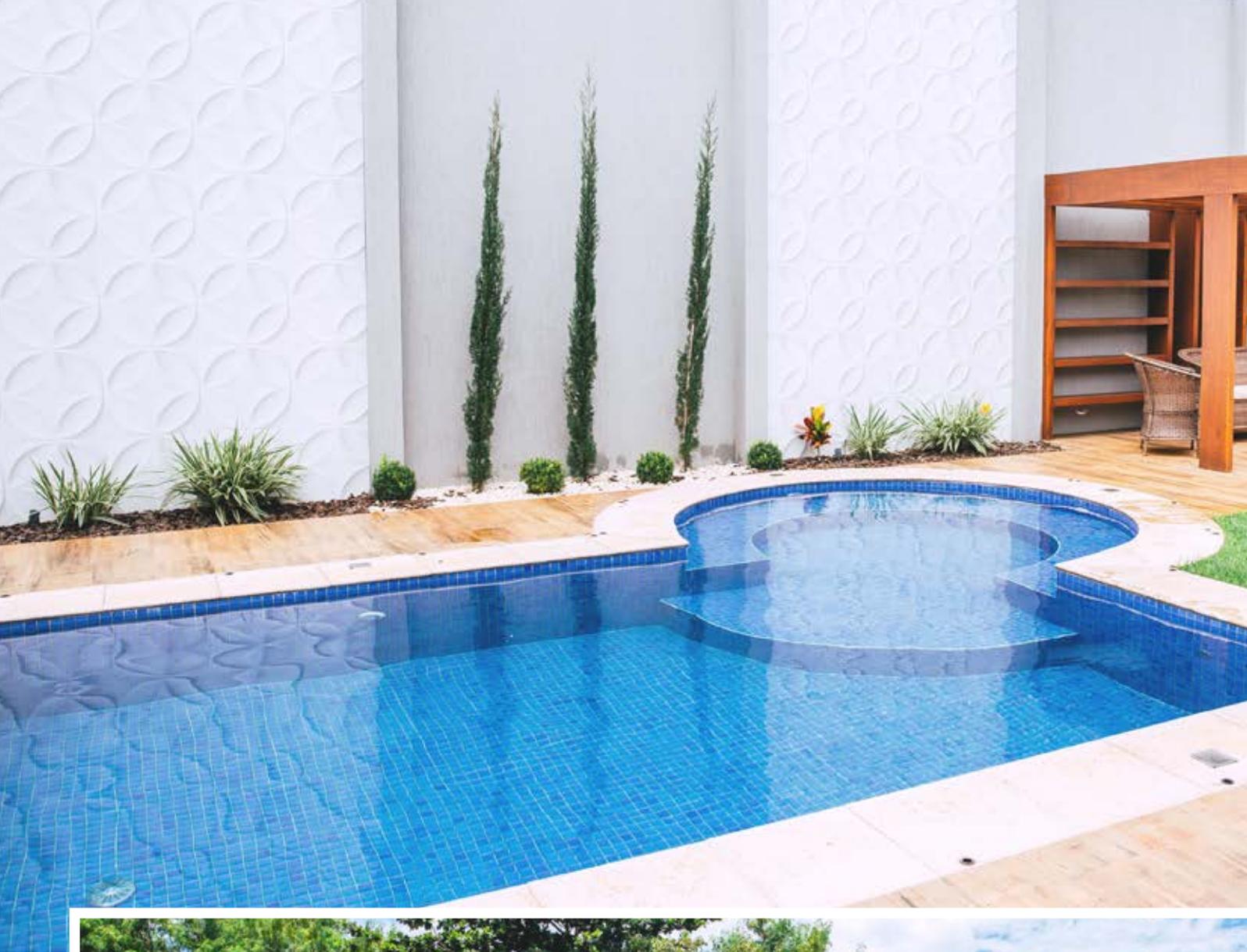
☎ (64) 3431-3178  
📞 (64) 99992-6393

### Dr. Riva Rezende Rosa

- Farmacêutico;
- Pós Graduado em Análise Clínica;
- Pós Graduado em Microbiologia.

R. Jacinto Brandão, 528 Centro, Itumbiara-GO







Distribuidor  
Exclusivo



Representante energia  
fotovoltaica

**KOMEKO**



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

📍 Av. Presidente Vargas, 1717  
Goiatuba/GO  
☎️ 64 | 3495 - 4567

📍 Av. Afonso Pena, 1127  
Itumbiara/GO  
☎️ 64 | 3404 - 1404

🌐 [www.cristalpiscinasgoiatuba.com.br](http://www.cristalpiscinasgoiatuba.com.br)



**NATAL É TEMPO DE COMEMORAR  
A VIDA, ESPALHAR O AMOR E  
SEMEAR A ESPERANÇA.  
QUE AS LUZES DO ANO NOVO  
BRILHEM E NOS TRAGAM NOVOS  
DESAFIOS, NOVOS PROJETOS,  
MUITO SUCESSO E QUE SEJA  
UM ANO DE PROSPERIDADE.**

*Feliz Natal  
Próspero  
Ano Novo!*

**MASTERSYS**<sup>®</sup>

GESTÃO E AUTOMAÇÃO EMPRESARIAL



☎ 64. 3431-0627 | 62. 4053-8488

📷 @mastersysbr

🌐 [www.mastersys.com.br](http://www.mastersys.com.br)

# O SEGREDO PARA NEGOCIAR DÍVIDAS COM BANCOS DE MANEIRA EFICAZ E SEM ACIONAR A JUSTIÇA

Sua conta bancária está no vermelho? Não se assuste, você não está sozinho nessa. No primeiro semestre de 2021, 70% dos brasileiros estavam endividados e 10% desse número declaram que permanecerão inadimplentes nos próximos meses por não terem condições de pagar as dívidas. Segundo a Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC), a maioria das dívidas são com instituições bancárias e o grande vilão é o cartão de crédito.

É verdade que a pandemia agravou a situação de inadimplência, por ter causado a redução da renda da maioria das pessoas. Contudo, a prática tem me revelado que é a cobrança abusiva dos juros e encargos bancários que provocam o não pagamento das dívidas em dia. Além de desmotivado, ao ver o montante de juros e encargos contratuais o devedor fica com a impressão de que a dívida com o banco é abusiva. O efeito de tal impressão é absoluto: inadimplência.

A inadimplência, por sua vez, resulta em uma bola de neve e torna a dívida impagável.

O que ninguém sabe é que existem estratégias para negociar o débito atrasado com o banco, mas eu vou revelá-las agora.

Antes de tudo, é necessário entender do que é composta sua dívida: cartão de crédito, limite de cheque especial, financiamento ou empréstimo. Cada uma delas deverá ser tratada de maneira individual.

Verifique qual foi o valor principal efetivamente tomado em cada contrato bancário e avalie qual foi o percentual de pagamento. A sua proposta deve ser realista, não pode ser em um valor muito distante do seu benefício econômico com o banco.

Feito essas separações, você deverá observar se existe algum tipo de garantia para o pagamento da sua dívida, carro,

imóvel, maquinário, fiador. Caso não haja garantias de pagamento a sua proposta para o banco poderá ser mais ousada. Por outro lado, caso o banco tenha uma boa garantia (imóvel, por exemplo), a negociação geralmente é mais dura.

Verifique a quanto tempo a dívida está vencida. Na maioria das vezes, as dívidas vencidas há mais tempo possuem maiores descontos para pagamento e/ou negociação.

Comece com uma proposta correspondente à 50% do valor do saldo obtido entre crédito principal recebido do banco e o montante de pagamento. Por exemplo: um financiamento de R\$ 100.000,00, em que houve o pagamento de R\$ 75.000,00, é razoável que se faça uma proposta de R\$ 12.500,00, correspondente a metade do crédito disponibilizado pelo banco. Dependendo do período de inadimplência, a negociação é efetiva até em R\$ 25.000,00, afinal serão afastados todos os encargos e juros do atraso.

Tenha paciência. Apresenta a proposta ao banco, aguarde uma contraproposta. Ouça, avalie. Aproveite os feirões e campanhas de negociação anuais. Não desista na primeira mesa de negociação.

Por fim, quero te presentear com uma dica extra para ajudá-lo na negociação da dívida. Caso os valores negociados continuem desfavoráveis, faça uma reclamação no site consumidor.gov.br relatando o passa-a-passo da negociação e o valor da sua proposta. Uma vez feito o depoimento, banco terá um prazo definido para responder a sua queixa. Geralmente, os bancos atribuem poderes de negociação melhores ao setor de respostas ao site do Governo Federal.

Espero que essas dicas ajudem você a renegociar com êxito suas dívidas com banco. Um forte abraço.



**ARTHUR RODRIGUES**

ADVOCACIA EMPRESARIAL

Arthur Rodrigues

Advogado especialista em Direito Empresarial,  
Tributário e Digital;  
Professor universitário.

 [www.arthurrodrigues.adv.br](http://www.arthurrodrigues.adv.br)

 [contato@advogadodeempresas.adv.br](mailto:contato@advogadodeempresas.adv.br)

 64 981267047





# Granola Tradicional

Mix de cereais com sabor de mel com coco

Disponível em:  
1 Kg, 250g e 40g.

**AlcaFoods**  
Cereais Matinais

# Nat flakes cereal

Mix de cereais, com sabor de mel com coco

# Granola Tradicional



**AlcaFoods**  
Cereais Matinais

# SORTEIO



# 2022

## COM A PATA

# direita

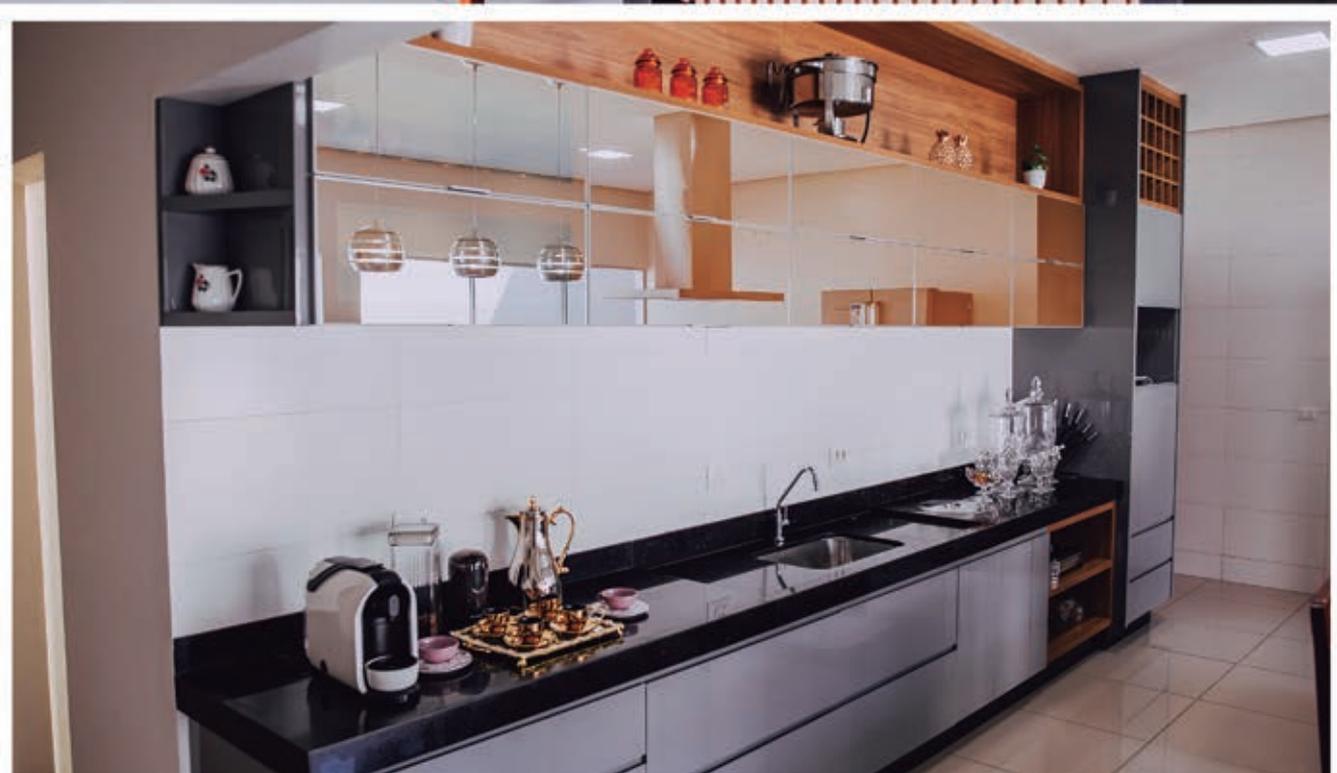
Na São Pet's você tem sempre os melhores produtos do mercado e pode começar o ano novo com prêmios incríveis.

A cada R\$ 50,00 em compras você concorre:



O sorteio será realizado por sistema de cumbuca na São Pet's no dia 29/01/2022.  
A promoção é válida de 01/12/2021 até 28/01/2022.

1) A ração EXCELLENCE (Dog ou Cat) será disponibilizada pela São Pet's de forma proporcional ao peso e porte do pet sorteado, seguindo rigorosamente a orientação da tabela nutricional de sugestão na embalagem da própria Excellence, ou seja, não necessariamente o ganhador receberá 12 embalagens de ração, mas sim, a quantidade proporcional em kg à 12 meses de alimentação para do pet indicado no cupom sorteado. 2) Os itens sorteados não terão garantia estendida, apenas a garantia de fábrica, os eletroeletrônicos serão bivolt ou 220V. A São Pet's se isenta da responsabilidade de fazer solicitação de troca, manutenção e/ou ressarcimento de qualquer que seja problema ou o produto em questão. 3) Os cupons devem ser preenchidos integralmente para que seja feita a devida identificação do ganhador(a), aqueles cupons que estiverem incompletos na data do sorteio não serão considerados. A promoção 2022 Com a Pata Direita São Pet's será realizada do dia 01/12/21 à 28/01/22 e será sorteado no dia 29/01/22. 5) Os prêmios serão sorteados na seguinte ordem, 1 caixa de som, 1 Smart TV, 1 Ar Condicionado e 01 ano de ração Excellence.





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

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

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

#PARTIU  
#SICOOB

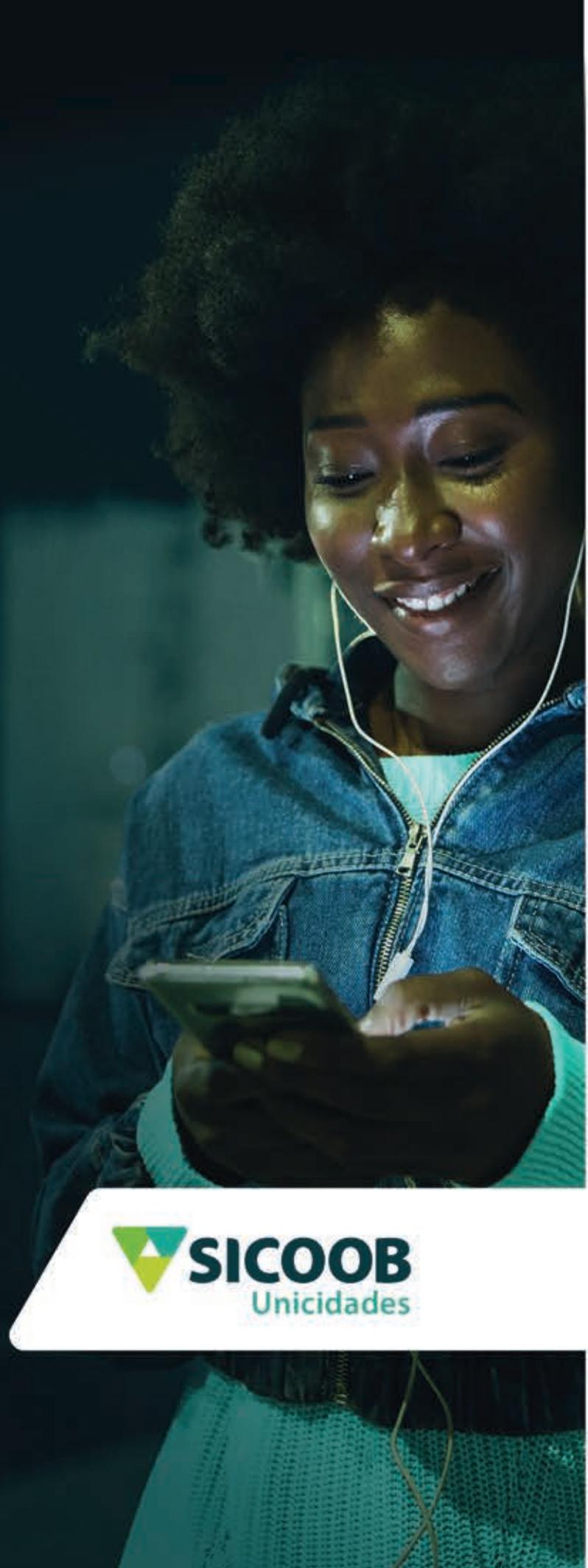
**INDIQUE  
QUANTOS  
AMIGOS  
QUISER.**

**GANHE R\$ 25  
PARA CADA ASSOCIAÇÃO.**

Abra o App Sicoob, clique no banner da Promoção e pegue seu código de indicação para compartilhar com seus amigos.

Acesse o site  
[sicoob.com.br/partiusicoob](https://sicoob.com.br/partiusicoob)  
e baixe os posts para  
você indicar e ganhar.

 **SICOOB**  
Unidades





*Vem saber mais!*

**Agência Goiatuba**

Rua Minas Gerais esq.  
Avenida Amazonas, N° 527  
Qd. 61, Lt. 4B, Centro  
Goiatuba - GO

**Telefone:** 64. 3495-6278

*segue lá*

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

*Que os Valores, Princípios e a  
Força do Cooperativismo estejam  
presentes em nossas vidas.*

Em 2022, compartilhe o amor, a alegria, a sabedoria. Compartilhe o trabalho, o alimento, e o conhecimento. Compartilhe os sonhos e as conquistas. Compartilhe sua casa, seus amigos, seu planeta. Compartilhe a vida.

**Feliz Natal e um próspero Ano Novo!**

 **SICOOB**  
Unidades



# Ansiedade Infantil: como lidar e aliviar os sintomas nas crianças

A ansiedade é uma emoção comum diante de acontecimentos novos, portanto as crianças não estão imunes. Então, quando devo me preocupar? Em que momento ela se torna um problema? O que fazer? Calma, essas três perguntas serão respondidas a seguir.

Em primeiro lugar, a ansiedade é um termo geral. Pode não parecer, mas a ansiedade é o distúrbio mais encontrado nos pequenos, muitas vezes se confundindo com o TDAH. Quando os sentimentos de angústia, nervosismo, medo e preocupação se tornam intensos e excessivos interferindo na vida cotidiana e de forma prolongada, pode-se dizer que há um transtorno de ansiedade.

Não seria atípico crianças apresentarem comportamentos diferentes durante a pandemia, levando em conta que a saúde mental deles pode ter ficado abalada, já que sua rotina habitual, socialização com outras crianças e a exploração de novos espaços foram afetados pelo isolamento social.

A criança, por estar em constantes descobertas, acaba processando situações e mudanças de forma mais lenta que os adultos, ou seja, ela passa por um período maior de interpretação e adaptação às coisas novas.

Seus sintomas são diversos, dentre eles: mudança nos hábitos alimentares (que podem aumentar ou diminuir), insônia, desatenção, hiperatividade, dores físicas, irritabilidade, impaciência, problemas digestivos, fobias, etc.

Mesmo que seja difícil, e é mesmo, os pais ou responsáveis não devem reagir com irritação ou desprezo diante da situação. Se existem dúvidas, o melhor a fazer é procurar um profissional para uma avaliação e, se necessário, para intervenções. A psicoterapia serve para investigar possíveis fontes que possam levar à manifestação de sintomas. O Psicólogo acolherá esses sentimentos de angústia que estão tomando o controle da vida da criança e afetando o seu desenvolvimento.

Em alguns casos é comum ocorrerem crises, e diante desses episódios o que devemos fazer? Primeiramente manter a calma! Em seguida validar os sentimentos dos pequenos, mostrar que estamos lá para ajudá-los e distraí-los com coisas que eles gostam. Conversar de forma clara e breve sobre a situação, pois muitas vezes as crianças ficam mais nervosas por não entenderem o que está acontecendo. Outros métodos que podem ajudar serão descobertos caso a caso durante o processo terapêutico.

Fique atento aos sinais: quanto mais cedo a identificação, mais eficaz é o tratamento, levando a uma vida mais saudável.

Fonte: <https://www.clinicadacrianca.com.br/ansiedade-infantil-sintomas-e-cuidados/>



124,

## Roberta Ferreira Ruguê

CRP: 09/7885

Psicóloga adulto e infantil;

Neuropsicóloga;

Especialista em Autismo e Desenvolvimento Infantil.

🏠 Rua Dr. Mário Guedes, 239, Centro, Itumbiara-GO

☎ (64) 3404-1351



# CONHEÇA NOSSO FARMACÊUTICO!!!

## Dr. Leandro Mendes de Freitas

- Doutor em Biologia Molecular e Celular Aplicado à Saúde;
- Mestre em Genética e Toxicologia Aplicada;
- Pós-Graduado em Farmacologia Clínica;
- Especialista em Manipulação Magistral Alopática;
- Especialista em Farmácia Homeopática;
- Oficial Farmacêutico do Exército Brasileiro;
- Professor Universitário;
- 23 anos de experiência no Mercado Magistral;
- Pesquisador na área de desenvolvimento e melhoramento do processo magistral

Artigos científicos publicados em revista nacionais e internacionais.

**#VemPraRavenna**

 **RAVENNA**  
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

**FARMÁCIA ESPECIALIZADA EM NUTRIÇÃO ESPORTIVA**

RUA PADRE FÉLIX, 200 - CENTRO- ITUMBIARA-GO

(64) 3431-5566 | (64) 99665-5566 | [www.ravenna.ind.br](http://www.ravenna.ind.br)



QUE A PAZ E A  
HARMONIA FESTEJADAS  
NO NATAL ESTEJAM  
PRESENTES EM TODOS  
OS DIAS DO SEU  
ANO NOVO.

*Feliz Natal  
e Boas Festas!*

Presidente Vargas 1506 | Centro  
Goiatuba | Goiás  
64. 3495 4761

64 9 8413 8236



64 9 8111 5407

**AGRADECEMOS AOS CLIENTES E AMIGOS POR ESSE ANO INCRÍVEL QUE TIVEMOS, OBRIGADO A TODOS PELA PARCERIA E CONFIANÇA. ESTAREMOS JUNTOS EM 2022 COM SUCESSO E NOVAS CONQUISTAS!**



# PARA VER O NATAL

COMO VOCÊ  
SEMPRE  
QUIS



**COMPRE  
ÓCULOS DE SOL  
E GANHE  
50%  
DE  
DESCONTO  
NA SEGUNDA PEÇA**



No bairro, na cidade, em todo o país.

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 1 a 31 de dezembro de 2021 ou enquanto durarem os estoques. Na compra de óculos de sol ganhe 50% de desconto no segundo óculos de sol ou na segunda armação para óculos de grau. Desconto válido para o mesmo cliente e somente na mesma compra e mesmo cupom fiscal. O desconto será aplicado obrigatoriamente na peça de igual ou menor valor. 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 e para atendimento DiniZap, não sendo aplicada para as compras feitas pelo site. Eventuais erros têm preservado o direito de retificação. Imagens meramente ilustrativas. Promoção não cumulativa com outras promoções da rede Óticas Diniz.



Esse fim de ano trazemos muitas ofertas para sua mesa de natal!

**DESEJAMOS A TODOS OS NOSSOS  
CLIENTES UM FELIZ NATAL!**



**O Seu Verdurão**

*O melhor para sua família!*

 **64.3404 2413**

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

## Bichectomia

A Bichectomia é um procedimento que vem sendo realizado com a finalidade de promover o rejuvenescimento facial e aumento da autoestima. Resumindo, nesta cirurgia é retirado o excesso de gordura que se localiza no interior das bochechas, afinando e salientando as maçãs do rosto! Tem alguma dúvida sobre esta técnica? Continue a leitura e veja as minhas respostas sobre as 5 principais dúvidas que são direcionadas a mim.

### • O que é bichectomia?

É a retirada das “Bolas de Bichat”, uma estrutura localizada na região das bochechas, na frente do músculo masseter e superficial ao músculo bucinador; dentre suas características, encontra-se que o volume delas não se alteram no processo de emagrecimento do indivíduo, deixando o rosto mais arredondado. Esta retirada promove o afinamento do rosto, um contorno mais delimitado e simetria facial.

### • Como é realizada a cirurgia?

Sob anestesia local, com prazo entre 20 e 60 minutos,

são feitas duas incisões de mais ou menos 1 cm no lado inferior da bochecha, para a visualização e retirada das bolas de bichat.

### • Este procedimento dói? E como é o pós-operatório?

O procedimento não é dolorido, mas o desconforto pode ocorrer após a finalização por ser acometido por um inchaço. O tempo de recuperação é entre 2 e 4 dias e nesse período a alimentação ingerida deve ser através de alimentos em temperatura ambiente, sem atividades físicas, esforço químico ou abaixar a cabeça.

### • A bichectomia envelhece?

A resposta é simples, NÃO! Só retira as bolas de bichat quem tiver em excesso. Por isso é importante a avaliação e indicação profissional. Esse tecido adiposo tem uma localização mais profunda na face e não se conecta a compartimentos superficiais que quando absorvidos no processo de envelhecimento causam a pele flácida.



CRO/GO: 13.116

Especialista em Odontologia Estética;

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

☎ (64) 3431- 3589

☎ (64) 98141- 8776

✉ drasamararesende@yahoo.com

🏠 Ed. Flamboyant, 34 Sl. 09 - Pça. Sebastião Xavier - Centro - Itumbiara-GO

Convênio: UNIODONTO

# MORO AQUI COMPRO AQUI!

NESSE NATAL, GOIATUBA  
PRECISA DE VOCÊ.  
COMPRE NO COMÉRCIO LOCAL!



Rua Mamore, 537 | Goiatuba | Goiás  
64 3495 3326 | 3495 2326 | 64 99922 2036

 @cdlgoiatuba



# Saúde para o seu negócio!

Planos Unimed com mais economia,  
faturamento personalizado para  
você empresário.

Condições exclusivas para a Associação  
Comercial Industrial e serviços de Itumbiara.

Saiba mais:   
(64) 3432-2052

   @unibensaude  
[www.unibensaude.com.br](http://www.unibensaude.com.br)



## MITOS E VERDADES SOBRE O DENTE DO SISO

Como eles nascem quando a pessoa tem entre 16 e 21 anos, alguém decidiu chamá-los de dentes do siso (juízo, do latim).

Mas, ao contrário da maturidade, que se espera que todos tenham, os dentes do siso não são necessários e, não raro, não passam despercebidos lá no fundinho da boca, pois são comuns as queixas de incômodo e dor. E daí, claro, a famosa cirurgia que atemoriza tanta gente: a retirada dos sisos.

Mas será que é realmente necessário extraí-los? A dor é muito grande? Tem gente que nunca vai ter siso? Veja alguns mitos e verdades sobre o dente do juízo:

### - Todo mundo tem os dentes do siso.

**Mito:** É raro não ter, mas algumas pessoas simplesmente não nascem com o germe do dente, logo ele nunca se forma. Em alguns casos, eles também ficam escondidos sob a gengiva e só uma radiografia panorâmica identifica a presença desses “tímidos” sisos. Como o padrão de comida dos últimos séculos é mais pastoso, composto por muitos alimentos cozidos, as pessoas não costumam desenvolver tanto a maxila e mandíbula em relação ao tamanho, logo os dentes acabam não nascendo.

### - Todos precisam extrair os dentes do siso

**Mito:** Nem todos, pois alguns têm uma mandíbula e/ou maxila grandes, que abrigam os quatro dentes “extras” sem causar nenhum problema dentário, como alterações na mordida, dificuldade de escovação e outros.

### - Não existe idade ideal para extrair o siso

**Mito:** Existe sim. O ideal, é que o dente seja retirado antes dos 30 anos. Depois dessa idade, a raiz do dente vai

se calcificando com o osso e fica mais difícil retirá-lo. Dessa forma deixar para extrair mais tarde pode causar outras complicações, já que o dente pode infeccionar mesmo não tendo despontado na gengiva. Deixar para tirar aos 50 anos, quando há risco de ter desenvolvido alguma outra doença, como pressão alta, não é bom, porque essas outras alterações podem atrapalhar uma cirurgia.

### - A cirurgia de extração do dente dói muito

**Mito:** Com a anestesia, as fibras nervosas por onde passa a dor estão bloqueadas, ou seja, a dor existe, mas o paciente não sente. O problema é quando o efeito da anestesia passa, depois da cirurgia, pois todos os estímulos passam de uma vez, e a pessoa sente um certo desconforto. Para prevenir isso, é necessário receitar um analgésico antes da cirurgia. Assim, quando a anestesia for embora, o paciente já estará sob o efeito do remédio.

### - O pós-operatório é dolorido

**Parcialmente verdade:** Um bom pós-operatório depende da forma que o dente for extraído. Com um cirurgião habilitado, as dores depois da cirurgia reduzem bastante e tanto a cirurgia como a recuperação são mais rápidas. No entanto, é necessário ressaltar que não sentir dor depois de um procedimento do tipo não é privilégio de todos, assim deve-se aguardar de dois a três dias para voltar às atividades normais. As recomendações são não fazer exercícios físicos por alguns dias, por risco de sangramento, e evitar alimentos quentes e consistentes nas primeiras 48 horas.

### - Não é preciso esperar os dentes nascerem para extraí-los

**Verdade:** Os sisos podem ser retirados mesmo quando não há sinal visível deles na gengiva. Um dentista ou cirurgião buco-maxilo saberá dizer, por meio de radiografias panorâmicas, se é necessário ou é hora de extrair.

Adaptado de: Saúde - iG @ <http://saude.ig.com.br/minhasaude/2014-10-14/todos-devem-extrair-os-dentes-do-siso-a-cirurgia-doi-veja-mitos-e-verdades.html>



*Prof. Msc. Cassio Vinhadelli Ribeiro*

**CRO-GO: 14614**

Graduação em odontologia pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU);  
Mestrado em clínica odontológica integrada com ênfase em estomatologia e patologia oral pela Faculdade de Odontologia da Universidade Federal de Uberlândia;

Atualização em periodontia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-MG)

Implantodontia UNIEVANGELICA (Anápolis);

Cirurgia e traumatologia bucomaxilofacial pelo Hospital Universitário Alzira Velano (UNIFENAS);

Membro da Sociedade Brasileira de Estomatologia e Patologia Bucal (SOBEP);

Coordenador curso de graduação e pós-graduação em odontologia UNIFASC;

Professor curso de graduação em odontologia da UNICERRADO;

Membro do corpo clínico do Hospital Unimed regional sul de Goiás.

☎ (64) 3431-3622    ✉ [cassiovinhadelli@gmail.com](mailto:cassiovinhadelli@gmail.com)

🏠 Rua Adoniro Martins, 56, Centro, Itumbiara-GO



*O Brilho do Natal  
Está em suas Mãos!*



# *Manistela Joias*

Seu Presente de Amigo Secreto, Natal e Ano Novo.



Presenteie-se



Relógios



Conjuntos

(64) 3431 6795

Rua Prefeito Antônio Joaquim da Silva, 143 - Centro, Ilumbiara

# ANUNCIE AQUI.



## DIVERSOS CANAIS DE LEITURA

Anúncios e Matérias:

 64 99275 5299

 64 99202 4160



# SEUS HERDEIROS ESTÃO PREPARADOS PARA **ASSUMIR A EMPRESA** FAMILIAR?



**SOMENTE 30% DAS EMPRESAS FAMILIARES CHEGAM NA SEGUNDA GERAÇÃO E 5% CHEGA ATÉ A TERCEIRA GERAÇÃO.**

Fonte: IBGE

# SUCCESSÃO FAMILIAR: PREPARE SEUS HERDEIROS PARA ASSUMIR OS NEGÓCIOS DA FAMÍLIA

Mas afinal de contas, o que é e para que serve a sucessão familiar? Sucessão familiar é o processo de transferência de controle de uma empresa ou posição de chave para o herdeiro, ou seja, esse processo consiste em preparar as gerações futuras para a ausência do patriarca. Com o planejamento sucessório dinâmico e bem estruturado o futuro da empresa fica resguardado de possíveis adversidades.

De acordo com dados do IBGE, 30% das empresas familiares chegam a segunda geração e somente 5% conseguem chegar a terceira geração, seja por falta de interesse ou preparo dos herdeiros, ou ainda, por conflitos internos.

Muitas vezes, os herdeiros não tem aptidão e nem interesse de conduzir os negócios da família, mesmo assim eles podem ter participação importante no processo e outras pessoas podem assumir, como netos, sobrinhos, companheiros ou alguém que esteja qualificado. O planejamento de sucessão apresenta a oportunidade de todos sentarem, exporem suas ideias e opiniões, agregando valor ao patrimônio.

O processo de sucessão familiar pode ser um pouco longo, por isso, é necessário se adiantar, planejar com antecedência, para que cada passo seja assertivo e o novo líder sucessor seja preparado, tendo pleno conhecimento sobre o negócio.

Não espere o amanhã chegar, garanta a perpetuação da sua empresa. Planeje o futuro daqueles que você ama, prepare-os para sua ausência. A RF2 Consultoria Patrimonial conta com profissionais habilitados para propor e implantar as melhores estratégias para seus negócios, tratando de tudo com naturalidade e tranquilidade. Acreditamos que você tem um grande legado a deixar.



Contabilidade & Consultoria

**(34) 3210-3212 (64) 9 9920-8449**



Uma empresa a qual o Grupo WR faz parte



Revista

# Stilo

& SAÚDE



EDITORIAIS DE  
ALTO PADRÃO



 64 99202 4160

 64 99275 5299