

# amni

## O ESTETO

EM REVISTA

JULHO 2018: **MÊS DAS MUDANÇAS, COPA DO MUNDO (RETA FINAL) E O INVERNO (CONTINUA)!!**

Página 04

### TEMOS QUE MUDAR O NOSSO PAÍS!!!

Obs: Todas as capas da Revista AMNI, estão relacionadas a Coluna: "Com a palavra"



Coluna Social, Gastronomia, Dicas Culturais e muito mais.

# MODERNIDADE E TECNOLOGIA EM MEDICINA LABORATORIAL



COM ATENDIMENTO ESPECIALIZADO EM NOVA IGUAÇU

## Nova Iguaçu I

Rua Marechal Floriano Peixoto,  
nº 1302 - Centro

## Nova Iguaçu II

Rua Professora Venina Correa Torres,  
nº 230 - loja 240 - Centro

## São João de Meriti

Rua Expedicionários, nº 62,  
2º andar - Centro

## Nilópolis

Rua Pedro Alvares Cabral, nº 256,  
lojas F e G - Centro

## Vilar dos Teles

Rua Cléber Santos de Carvalho,  
nº 50 loja I

## Belford Roxo

Avenida Benjamim Pinto Dias,  
868 - Centronº 50 loja I

CENTRAL DE ATENDIMENTO:  
**21 2594-9366**

PARTICULAR  
COM PREÇOS  
ESPECIAIS

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

# Nesta Edição

**O**lá meus queridos. Este mês de julho foi de muitas emoções, não é mesmo? Uma das mais emblemáticas foi a passagem do Brasil pela Copa do Mundo. Haja coração! Não deu para a gente, infelizmente. Mas se o time deixou a desejar - não vou entrar em detalhes técnicos, até porque eu não sou lá uma grande entendedora -, a torcida canarinho deu um show à parte. Mostrou união, desejo pela vitória e muito amor pela bandeira verde e amarela.

Foi bonito ver a mobilização dos brasileiros, que andam tão desacreditados no país. Pode ser que tenha sido um sopro de esperança e a percepção de que juntos é possível fazer algo de bom; pode ser que seja uma emoção passageira. Isso só o tempo vai dizer.

E falando em união, ela nos leva até outro caso que mexeu não apenas com o país, mas com todo o mundo. Trata-se do caso do time de futebol juvenil que ficou 17 dias preso no complexo de cavernas Tham Luang, na Tailândia. Até que todos os 12 meninos e o técnico fossem resgatados, o grupo sobreviveu nove dias no escuro sem saber como conseguiriam deixar a caverna. Nesse período, uma comoção mundial deixou todos se perguntando se eles conseguiriam mesmo se salvar. Mais uma vez, graças à união, garra e desejo de se atingir o objetivo - sem falar em toda a boa energia enviada por todos - eles conseguiram se salvar. Gratidão eterna para os heróis que se mobilizaram para fazer o resgate de seis horas que parou o mundo.

Então, minha gente, esses dois casos aparentemente desconexos têm muito em comum. E a vida está aí a todo o tempo nos apresentando tantos outros exemplos de como tirar lições de grandes e pequenas situações. Que todos nós, aprendizes nesta terra, possamos enxergar, entender, praticar e espalhar os aprendizados.

Um forte abraço, e até agosto!

**Por Patricia de Paula  
Editora**



**1ª FESTA JUNINA AMNI  
2018 – VASSOURAS/RJ  
PG.:29**

- 04 - COM A PALAVRA
- 05 - DIRETORIA
- 06 - DERMATOLOGIA
- 09 - ORTOPEDIA
- 10 - CISBAF
- 12 - SAÚDE BUCAL
- 14 - ENDOCRINOLOGIA
- 16 - MERCADO E INVESTIMENTOS
- 19 - EMPREENDEDORISMO MÉDICO
- 20 - INFORME UNIMED
- 22 - CONSELHO AUTOMOTIVO
- 23 - VIDA SAUDÁVEL
- 24 - CLAUDIO MOURA - VIP'S
- 26 - COLUNA SOCIAL
- 33 - GASTRONOMIA
- 34 - DICAS CULTURAIS



**PSORÍASE, UMA NOVA  
ERA NO TRATAMENTO**



## Expediente



Número 63 • Ano 06  
Julho de 2018

Revista AMNI é um órgão informativo da  
Associação Médica de Nova Iguaçu.

Fundada em 15 de outubro de 1955 e considerada de utilidade pública pela Resolução n.º 2002 da Câmara Municipal de Nova Iguaçu, de 09 de junho de 1967, e pela Lei n.º 5873 da Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro, de 14 de junho de 1967, com sede própria e foro na cidade de Nova Iguaçu – RJ, é uma sociedade civil sem fins lucrativos, representativa dos médicos a ela filiados e com duração indeterminada.

Para sugestões, elogios e reclamações  
entre em contato pelo e-mail:  
marco.amni@gmail.com

**Presidente:** Dr. José Roberto Pinto Barbosa  
**Vice-Presidente:** Dr. Hildoberto Carneiro de Oliveira  
**Primeiro-Secretário:** Dr. Abdallah Elias Rizk  
**Segundo-Secretário:** Dr. Alex Serpa Biazucci  
**Primeiro-Tesoureiro:** Dr. Carlos Alberto Vianna  
**Segundo-Tesoureiro:** Dr. Carlos Alberto Ramos  
**Diretor-Social:** Dr. Paulo Arthur Gomes dos Santos  
**Diretor Científico:** Dr. Nilson Gomes  
**Conselheira:** Dr.ª Cynthia de Souza Meyrelles  
**Editora:** Patricia de Paula | MTB 23892/RJ  
**Diagramação:** Ronaldo C. Diniz  
**Impressão:** Smart Printer  
**Revisão:** Paulo Cesar Nunes  
**Administração:** Marco Antônio Bacelar Nunes  
**Tiragem Mensal:** 2.000 exemplares

Sede Rua Prof. Venina Corrêa Torres, 140  
Centro - Nova Iguaçu - RJ  
**Contatos:** 21 2767-0711 | 21 2667-5305  
marco.amni@gmail.com  
www.amni.org.br



**MARCO ANTONIO B NUNES**  
Gestor AMNI / BN Consultoria

Queridos leitores, aqui estamos com mais uma edição para este ano! Julho é o mês das mudanças.

Concluimos o 1º semestre de 2018. E aí, vamos ou não vamos mudar a nossa história?

O povo parece continuar apático e sem reação. Está faltando autoconfiança? Ou simplesmente vontade? As eleições estão chegando e agora mais do que nunca é a hora de virarmos o jogo, para que o país volte ao seu eixo.

Nos últimos tempos só temos visto desgoverno, falcaturas e denúncias de propina e, o pior, quanto mais mexemos nesse lixo, mais tristes e menos confiantes ficamos.

Aliás, para fecharmos bem essa edição, ouvimos um áudio do Prefeito do Rio de Janeiro, em um evento fechado, oferecendo favores para pastores, igrejas e fiéis, desde IPTU, operações de catarata (15.000 cirurgias contratadas por ele) e orientação aos interessados para encaminhar os seus problemas a uma assessora, que trabalha em seu gabinete, a qual estaria sempre disponível para resolver todos os problemas dos convidados a esse evento às escondidas...

Mais uma vez, um funcionário público, que na teoria deveria defender os interesses do cidadão, anda na contramão, usando a máquina pública para interesses próprios e para atender apenas a uma minoria (de seu interesse e para fins eleitoreiros)... Cadeia neles...

Entretanto, mesmo com o áudio, com a voz desse homem público, mostrando todas essas ditadas barbaridades, foi convocada na Câmara do Rio a votação com a pauta de pedido do seu Impeachment e, infelizmente, dos 45 vereadores presentes, 29 votaram em defesa do Prefeito e sua absolvição e 16 contra. E a maioria que votou a favor, manteve o mesmo discurso: "que não havia prova suficiente", apenas um áudio do Prefeito, em um jantar secreto, assumindo explicitamente que dá um jeitinho em qualquer situação (IPTU etc.) e que tem 15.000 cirurgias para os pastores e fiéis de sua igreja. Isso não seria prova mais do que suficiente?

E contudo isso ainda vimos esse mesmo Prefeito, acusando uma emissora de TV (dizendo que a mesma inventara tudo, e que era mentira) e que também sofrera discriminação religiosa...

Ficamos com muita pena dessa injustiça e também de outras injustiças que não podemos deixar de mencionar... de juizes acatando os pedidos de habeas corpus de acusados e condenados, para simplesmente poderem cumprir as suas sentenças em liberdade, em suas casas... que pena para esses acusados, que desviaram apenas bilhões e não podiam sofrer e passar muito tempo presos, pelos crimes que cometeram...

Muita tristeza...

E nosso Ex-presidente, que também tentou ir para casa com vários habeas corpus, em uma ardilosa manobra política... quase conseguiu sua liberdade, que tem como principal motivação a luta pela sua candidatura para as eleições 2018... mas, felizmente, a justiça foi feita e ele continuou preso, e ainda teve negado os seus 143 pedidos anteriores de habeas corpus pela Presidente do STJ... que bom...

Estamos atrapalhando esses senhores públicos que apenas querem roubar, levando à falência o nosso

# JULHO 2018: MÊS DAS MUDANÇAS, COPA DO MUNDO (RETA FINAL) E O INVERNO (CONTINUA)!!!

país e nos transformando em uma nova Venezuela ou Cuba. Porém, ainda estamos em dúvida sobre o andamento dos processos criminais.

Temos que começar de um princípio e as eleições estão quase aí em nossa porta...

Deixamos essa corja continuar agindo ou lutamos pelo nosso país e pelas nossas casas, famílias e empregos???

E ainda temos muitas coisas acontecendo em nosso país e no mundo.

A Copa do Mundo está quase acabando, muitas zebras e surpresas; teremos uma final entre a França e a Croácia. Parabéns a todos os países que participaram e trouxeram a sua gente e as suas culturas, unindo quase que todos os povos do mundo. Que juntos possamos celebrar a amizade e a paz!!

Vamos continuar lutando para sair logo da tempestade atual e voltar a ter total controle do timão do nosso barco, das nossas vidas.

Daí, mais uma vez, relembremos a nossa grande responsabilidade nessa próxima eleição.

Nós teremos de novo o poder total para mudar a nossa história. Acredite muito nisto!

Temos um compromisso com a nação de renovar as cadeiras públicas, retirando do poder toda essa corja que nada acrescenta ao nosso progresso.

Esperamos e acreditamos que todos devem pagar por seus erros, não importa quem seja.

E agora, vamos voltar aos nossos trabalhos para o mês de julho! Seguem as datas comemorativas mais interessantes, dentre muitas, que pelos seus próprios títulos já se revelam:

- 02/07 – Dia do Hospital
- 11/07 – Dia Mundial da População
- 13/07 – Dia Mundial do Rock
- 14/07 – Dia do Propagandista de Laboratório
- 26/07 – Dia dos Avós

Mês com este tempo, friozinho gostoso, fim de Copa do mundo, festas julinas... mas olhe cada data comemorativa com muito carinho e de coração aberto, pois cada data possui um significado muito importante e ou interessante. Todavia, aproveite para refletir sobre o momento que estamos vivendo, só que, por favor, reflita de verdade.

Imagine as consequências de tudo que está acontecendo em nosso país e o que será do futuro de nossos filhos e netos.

Então, ano de eleições, ano de mostrar o poder verdadeiro de nosso voto. Não brinque com coisa séria!!

VAMOS VOTAR DE VERDADE, PENSANDO EM NOSSO BRASIL E EM NOSSAS FAMILIAS!!!

Agora vamos às nossas atividades:

O Espaço Cultural, no dia 28 de junho, foi uma festa junina maravilhosa: cantamos, dançamos, comemos (muitos docinhos, caldos e muitos quitutes) e mais uma vez celebramos: a música, a amizade e a nossa Casa. Mas, você perdeu tudo isso, só que ainda não conseguimos entender por que você ainda não veio?

Não gosta de alegria? Não gosta de curtir amigos? Não gosta de música???

Venha nos prestigiar. Veja na coluna social o calendário 2018 de nosso Espaço Cultural.

E, mais uma vez, lembrem-se de que a Casa é de todos e que ela conta com a sua ajuda para ser cada

vez mais profissional e acolhedora.

Mais uma vez solicitamos aos associados que nos ajudem a trazer novos associados e novos parceiros a fim de nos auxiliar a crescer e a manter erguida a nossa Instituição, a qual deve continuar sendo, em nossa região, um foco de cultura, conhecimento, profissionalismo, amizade e vontade de fazer o melhor.

O Ciclo de Gestão e Marketing da Associação está chegando em agosto e contamos muito com a sua presença, maiores informações na Coluna Social.

E, para continuarmos a existir e a melhorar sempre, ajude-nos a cumprir a nossa nobre MISSÃO! A Casa é de todos!

Temos que nos renovar e reinventar sempre. E contamos com a sua ajuda.

Agora, curta e leia todas as colunas e matérias, pois elas são feitas pensando em você e no bem de todos nós.

Queridos associados, ainda queremos receber as fotos de seus eventos, congressos e viagens. Vamos compartilhar as suas emoções e o seu êxito em nossa Coluna Social.

Críticas, elogios, dúvidas, matérias e mensagens para nossos colonistas – Enviar para: marco.amni@gmail.com

Não deixe de criticar e colaborar! A sua sugestão pode fazer a diferença! Participe!!!

Não esqueça, acesse e curta a nossa página no Facebook: "Associação Médica de Nova Iguaçu".

Agradecemos a todos pelo imenso carinho!

Até a próxima e muita paz! E esperança também! ■

AMNI ADMINISTRAÇÃO

"AMNI: a nossa Casa"

**BACELAR NUNES**  
CONSULTORIA

GESTÃO DE EMPRESAS E DE PESSOAS

**Marco Antonio**

(21) 97517-3101

bacelar.nunes.consultoria@gmail.com

"MERCADO NÃO SE COMPRA,  
MERCADO SE CONQUISTA"

# CIRURGIA SEGURA EM FOCO MUNDIAL



**DR. HILDOBERTO C. DE OLIVEIRA**  
Vice-Presidente / AMNI

Em 2008, a Organização Mundial de Saúde (OMS) lançou a campanha 'Cirurgias Seguras Salvam Vidas', com o objetivo de reduzir a ocorrência de danos ao paciente cirúrgico. A definição desses padrões de segurança vem sendo aplicada a todos os países. Esta iniciativa se deu frente a um levantamento realizado neste mesmo ano, em que se demonstrou que, em um total de 234 milhões de cirurgias pelo mundo, cerca de sete milhões de pessoas enfrentaram complicações provenientes de cirurgia.

Estes números não chegam a ser uma surpresa para ninguém visto que as falhas na assistência em saúde, principalmente durante cirurgias, ou em outros procedimentos invasivos, provocam situações dramáticas que acabam por chamar a atenção da imprensa mundial.

A Joint Commission International (JCI), através de padrões centrados no paciente, recomenda aos hospitais a implantação da Meta Internacional de Segurança do Paciente, que visa "garantir o local correto, o procedimento correto e a cirurgia no paciente correto". Este é um processo que aumenta a qualidade e segurança das cirurgias e dos procedimentos invasivos. Contribuindo para o cumprimento desta recomendação no Brasil, a ANVISA publicou a RDC nº 36 em 2013, determinando que as instituições de saúde no país devem efetivamente disponibilizar o Núcleo de Segurança do Paciente, que, dentre outras metas, estabelece a implantação dos protocolos de Cirurgia Segura como fundamental.



Significa dizer, para a equipe que está envolvida em tais procedimentos, que os melhores resultados dependerão do cumprimento dos processos essenciais universalmente reconhecidos, quais sejam: marcação do local da cirurgia, verificação pré-operatória de confirmação do paciente, local e procedimento correto e garantia da disponibilidade de todos os documentos e tecnologia médica necessários ao procedimento e à realização do time out, garantindo que os pontos do checklist serão verificados e documentados.

Isso significa dizer que a Cirurgia Segura está intimamente relacionada a uma boa

comunicação efetiva, pois só é viável com o engajamento de toda equipe de profissionais, que trabalhando juntos, aumentam os padrões de qualidade da assistência cirúrgica prestada.

Na certeza de que a ocorrência de qualquer erro pode ser devastadora para o paciente, para as equipes e para a instituição de saúde, devemos reconhecer a importância dessas barreiras de segurança que são colocadas nos processos assistenciais, para que a probabilidade de ocorrência de erros seja sempre a menor possível. É anseio nacional que tenhamos maior qualidade e segurança na assistência à saúde do nosso povo. ■



**Print**

**Doctor**

(21) 2767-9219 / 3584-0931  
(21) 97993-0029 / 97993-0032  
E-mail: grafica.digital@terra.com.br

## Gráfica da Medicina

impressos para consultório

A Doctor Print é uma gráfica especializada em impressos para clínicas e consultórios, entrega produtos diferenciados e com alta qualidade de impressão, que garantem um grande retorno em imagem para você

- Receituários Controlados • Ficha Clínica •
- Receituário Prescrição • Folder •
- Cartões • Capa de Eletro •
- Envelope • Recibo •
- Prontuário • Atestado •





**DR.ª CYNTHIA DE SOUZA MEYRELLES** Dermatologista

**R**emédios de última geração prometem controlar melhor a doença que afeta pele, cabelo, articulações... Saiba o que é psoríase e como se tratar hoje em dia.

O tiro laser é um dos novos remédios contra a psoríase. Recém-aprovados para chegar às farmácias do país, esses medicamentos, injetáveis, pertencem à classe dos biológicos, isto é, são produzidos a partir de células vivas cultivadas em laboratório. O tiro certo tem como alvo moléculas inflamatórias que estão na origem das lesões cutâneas.

Esses novos “armamentos tecnológicos” têm nomes bem complicados. Em maio, começou a ser vendido o ixequizumabe, do laboratório Lilly. O guselcumabe, da Janssen, também já foi aprovado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). A dupla dividirá espaço com o secuquinumabe, da Novartis, e o ustequimumabe, também da Jansen, já em uso no país.

A tecnologia dos biológicos começou a ser empregada contra a psoríase por aqui ainda em 2006, com fármacos destinados só a estágios avançados. Mas a nova geração, segundo os entendidos, traz uma vantagem sobre os precursores: a precisão.

Já o quarteto citado há pouco ataca diretamente proteínas ligadas às manifestações da doença – as interleucinas 17 e 23 – sem abalar as defesas do corpo. Esta mira precisa não só propicia um controle mais efetivo e duradouro da situação como evita que as quedas na imunidade piorem os próprios sintomas. É um alívio e tanto para quem tem de lidar com as lesões na pele e as demais repercussões em outros órgãos, algo que impacta a autoestima e a qualidade de vida.

Mas um dos aspectos mais celebrados foi a descoberta de que os ganhos se mantinham no longo prazo.

Outro chamariz da nova geração dos biológicos é que seu uso não está associado ao aumento no risco de tuberculose, um efeito colateral dos primeiros remédios do gênero – falamos dos anti-TNF, que inibem um grupo de substâncias inflamatórias. Tais remédios podem favorecer a reincidência da doença pulmonar causada por bactérias em pessoas com histórico da infecção. E isto preocupa por aqui uma vez que a tuberculose é endêmica em algumas regiões do Brasil. Cabe ponderar, contudo, que os anti-TNF continuam bons aliados no tratamento da psoríase e de suas manifestações nas articulações. “É possível um paciente zerar a psoríase tomando um anti-TNF”, e continuar saudável e livre de efeitos adversos.

Aproveitando a deixa, é preciso esclarecer que as medicações mais modernas não substituem de primeira as terapias tradicionais. Conforme o Consenso Brasileiro de Psoríase, a primeira op-

# PSORÍASE, UMA NOVA ERA NO TRATAMENTO



ção no tratamento deve ser a fototerapia, na qual o paciente recebe radiação ultravioleta nas lesões em pelo menos 20 sessões.

Se necessário, parte-se para os remédios sintéticos, comprimidos com diferentes mecanismos de ação. Aliás, na mesma leva de aprovação dos últimos biológicos, foi liberado no mercado brasileiro o apremilaste, do laboratório Celgene – ele vem ampliar o leque de medicações de uso oral para a psoríase.

Quando eles não dão conta do recado, aí, sim, o médico prescreveria os biológicos. Casos mais leves, por sua vez, até podem ser tratados com hidratantes e pomadas, mas esta estratégia isolada tem sido cada vez mais rara devido ao caráter sistêmico da doença.

A barreira do preço:

No país, a indicação dos biológicos para domar a psoríase fica mais restrita aos casos severos. O motivo, no entanto, não é médico, mas econômico. De acordo com a Anvisa, um anti-TNF mais em conta custa ao redor de 1 400 reais, enquanto os da nova geração variam entre 4 mil e 34 mil, dependendo da dosagem e da forma de apresentação (injeção, caneta aplicadora...)

Hoje o Sistema Único de Saúde (SUS) cobre gra-

tuitamente o tratamento com biológicos apenas para quem tem artrite psoriática, uma das manifestações mais limitantes da doença. Segundo a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), por sua vez, os planos de saúde não estão obrigados a custear estes remédios, a menos que a aplicação ocorra durante uma internação. O jeito acaba sendo recorrer à Justiça, que costuma autorizá-los nos casos de falhas ou reações adversas das drogas tradicionais.

Como, então, se trata a psoríase hoje em dia? Hidratação: cremes hidratantes sem perfume são indicados para evitar o ressecamento da pele. Se a psoríase afeta o couro cabeludo, xampus especiais entram em cena.

Fototerapia: além dos banhos de sol, existem equipamentos que emitem raios UV e modulam a atividade das células para que a pele não vire refém do autoataque das defesas.

Comprimidos: medicamentos de uso oral são destinados a coibir o processo inflamatório que culmina no aparecimento de descamação, vermelhidão, coceira e placas na pele.

Biológicos: remédios injetáveis de uso mensal e bimestral que miram moléculas inflamatórias envolvidas na psoríase.

A nova geração é ainda mais precisa e efetiva.

Psoríase não é só uma doença de pele.

Os órgãos reguladores deveriam ampliar o acesso aos biológicos. Isto porque, sabe-se hoje, a psoríase vai além da pele. “Há todo um efeito em cascata a partir da inflamação. A lesão na é só a ponta do iceberg, e já está circulando uma consulta pública para que todos os brasileiros votem para que o CID de Psoríase moderada a grave seja uma realidade ao acesso por LME.

O mesmo processo inflamatório que leva à des-



camação da pele pode, por exemplo, comprometer as articulações. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), até 34,7% dos pacientes com a doença desenvolvem artrite psoriática.

Além disso, outras condições são mais comuns nos portadores do que no restante da população, caso de distúrbios intestinais e hepáticos e a síndrome metabólica, uma coleção de fatores inimigos do coração.

Por falar em coração (já fiz uma separata em publicação anterior), estudos relacionam a psoríase, especialmente se o quadro não é tratado direito, a um maior risco cardiovascular. Culpa das moléculas inflamatórias que, se de um lado incitam as lesões na pele, de outro contribuem para o entupimento das artérias. Isto só reforça a necessidade de seguir à risca o tratamento e hábitos saudáveis.

Além do impacto no corpo, a psoríase não raro maltrata a mente. As pesquisas indicam que o convívio com a doença é capaz de predispor à ansiedade, à depressão e ao ganho de peso. “As substâncias liberadas durante o processo inflamatório da psoríase também estão relacionadas com a obesidade, e até a depressão pode ter este vínculo”. Tais repercussões são agravadas pelo isolamento social e pela redução das atividades em meio às crises.

A preocupação com o estado mental e a qualidade da rotina já é tão levada em conta que, ao medir a gravidade do quadro, o médico não considera apenas os danos à saúde. O paciente também tem de responder a questionários que avaliam o impacto na vida social, o DLQI (Dermatology Life Quality Index), onde fazemos perguntas com respostas que têm um valor nu-

mérico e que quando somados darão um escore. Exemplo de pergunta: deixou de usar alguma roupa ou sentiu desconforto em locais públicos por causa das marcas na pele? “Às vezes a pessoa pode até ter poucas lesões cutâneas, mas possui uma baixa qualidade de vida”.

Mas quais são os sintomas na pele da psoríase?

A psoríase provoca descamação, vermelhidão, coceira e placas principalmente em:

- Couro cabeludo
- Cotovelos
- Joelhos
- Unhas
- Axilas
- Virilha

Em geral, os dois lados do corpo são afetados. Se notar algo parecido, é bom bater um papo com o dermatologista.

Em paz com o corpo.

O fato é que a parceria com o médico, a adesão ao tratamento e alguns cuidados suavizam em muito o convívio com a psoríase. No consultório, é provável que o profissional fale de certas precauções diante de remédios para outras enfermidades. Alguns anti-hipertensivos, anti-inflamatórios e fármacos para transtornos psiquiátricos, como lítio, costumam ser contraindicados.

Os próprios corticoides, usados para sanar perrengues que envolvam inflamação, podem trazer problemas na dose errada. “Se o paciente tomar uma injeção de cortisona, por exemplo, poderá ter um efeito rebote e piorar a psoríase”. Não tem jeito: a prudência manda acompanhar de perto e conversar sempre com o médico.

Um estilo de vida equilibrado, claro, só traz vantagens. Já existem fartas evidências de que cigar-

ro, bebidas alcoólicas e estresse demais agravam os sintomas. Até a alimentação tem um papel aqui, ainda mais se lembrarmos que a psoríase está ligada ao maior risco de ganho de peso.

Com a pele em si, convém evitar banhos demorados e quentes, que ressecam este tecido e favorecem a descamação e as lesões. Neste sentido, hidratantes (sem perfume) viram aliados no dia a dia. Fora das crises, a exposição ao sol em horários indicados pelo dermatologista é bem-vinda.



Ao combinar o autocuidado com o tratamento prescrito, as chances de sucesso só crescem. E a nova geração de remédios biológicos vem chegando para tornar mais rápido e sustentável o cumprimento desta missão.

A psoríase pode ser confundida com:

Dermatite: não é simétrica como a psoríase e ocorre mais na parte interna das dobras.

Caspa: essa manifestação, mais comum, não gera vermelhidão no couro cabeludo.

Micose: as manchas nas unhas são menos espessas ou em áreas delimitadas.

Artrose: as juntas ficam mais rígidas sobretudo pela manhã. Na psoríase não é assim. ■

**ART-PÃO**  
Confeitaria

PRÊMIO 2018  
ÁGUA NA BOCA  
O GLOBO EXTRA

ELEITA PELO  
8º ANO  
A MELHOR PADARIA  
DA BAIXADA

**Feliz Dia dos Pais**

JUSCELINO - 2797-2700 | 2697-0697 | 2796-3736  
NOVA IGUAÇU - 2767-6161 | 2767-2877  
VIA LIGHT - 3763-7878 | 3773-1566

www.artpao.com.br



# CENTRO BIOMÉDICO TERRA PEREIRA

PATOLOGIA CLÍNICA E APOIO MÉDICO HOSPITALAR

## Quem Somos

Os Laboratórios de Patologia Clínica Terra Pereira, Diagnostest e Labmeg tem conquistado a qualidade e excelência laboratorial desde 1998.

Estamos em fase de acreditação DICQ - Sistema de gestão e qualidade e competência técnica, e além disso, participamos do programa nacional de controle de qualidade da sociedade brasileira de análises clínicas - PNCQ.

Possuímos uma equipe qualificada, com experiência e suporte científico. E realizamos intercâmbio com centro de pesquisa Nacional e internacional para realização de exames especializados.

Realizamos um grande número de exames, sendo 88% em equipamentos de última geração automatizados e interfaceados com amostras identificadas por código de barras.

As empresas entendem a importância da evolução tecnológica do setor e por isso, investimos constante em equipamentos.

Dr.: Mauro Terra - CRBM 20701  
Biomédico - UCB  
Especialista em Análises Clínica - FERP  
Mestre e Doutor em Bioquímica Clínica - UFRJ  
Responsável Técnico do Grupo Terra Pereira

## Nossa Meta

Diversas especialidades médicas já fazem uso dos recursos da **BIOLOGIA MOLECULAR E GENÉTICA** como ferramenta de Diagnóstico, pois temos essa possibilidade.

Com certeza, em pouco tempo, Nova Iguaçu será referência para estes procedimentos, pois o **NOSSO GRUPO** tem investido muito para a propagação desse tipo de exame.

## Nosso Trabalho

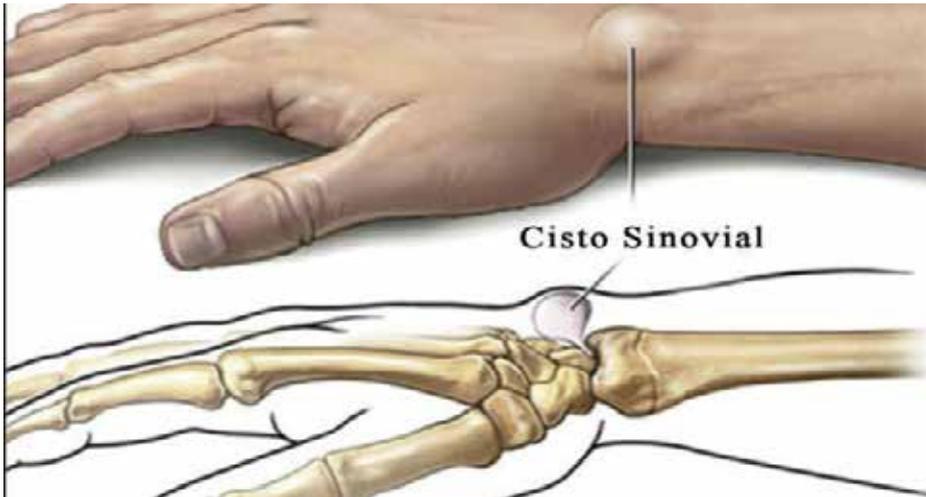
Realizamos **EXAMES DE BIOLOGIA MOLECULAR E GENÉTICA** que podem ser utilizados não apenas para o diagnóstico preciso de uma patologia, mas também na identificação da possibilidade das mesmas.

Hoje, estamos oferecendo o **PREVENT e OUTROS TESTES GENÉTICOS PREVENTIVOS E RÁPIDOS**, capazes de mostrar às chances do desenvolvimento de determinadas doenças, como diabetes tipo II, cânceres e problemas cardiovasculares. Como ele não é um diagnóstico, elaboramos um relatório que informa ao médico assistente onde é bom atentar cuidados, às vezes o paciente tem tendências à obesidade, e aí diversas ações podem ser tomadas a fim de evitar-se o problema.

**MATRIZ - TERRA PEREIRA E DIAGNOTEST** [www.terrapereira.com.br](http://www.terrapereira.com.br)  
Rua Prof. Venina Corrêa Torres, 23 [contato@terrapereira.com.br](mailto:contato@terrapereira.com.br)  
Salas 502 / 505 - Centro - Nova Iguaçu - RJ [www.labmeg.com.br](http://www.labmeg.com.br)  
Tel./Fax: (21) 2667-3378 [contato@labmeg.com.br](mailto:contato@labmeg.com.br)

**MATRIZ - LABMEG**  
Av. Dr. Mário Guimarães, 318  
Sala: 404 - Centro - Nova Iguaçu - RJ  
Tel: (21) 2667-3558

# CISTO SINOVIAL



É um tumor benigno que habitualmente apresenta-se como um pequeno nódulo arredondado que geralmente está conectado à cápsula da articulação sinovial ou à bainha sinovial do tendão adjacente. São mais frequentes no sexo feminino e 70% dos cistos sinoviais surgem entre os 10 e os 30 anos. Em 60-70% dos casos, estão localizados na região dorsal do punho e em cerca de 20% na região palmar do punho e mais raramente em outras articulações.

A articulação é composta por dois ossos, cartilagem e líquido sinovial. Cisto é nome que damos a qualquer bolsa que tenha material líquido ou semilíquido em seu interior. O cisto sinovial é, portanto, uma bolsa que contém líquido sinovial e que surge nas articulações ou tendões. Este “vazamento” de líquido sinovial para fora das articulações forma uma bolsa que pode ser facilmente vista e palpada.

Não se sabe muito bem por que os cistos sinoviais surgem. A teoria mais aceita é de que pequenas lesões da cápsula articular, causadas por traumas ou esforço repetitivo, permitem o extravasamento de líquido

sinovial para fora da articulação, formando o cisto.

Os principais motivos de consulta por esta patologia são a alteração estética do punho ou da mão, a dor e/ou fraqueza do punho e mão ou pelo receio de malignidade. Os cistos sinoviais podem ter um aparecimento súbito ou desenvolver-se ao longo de vários meses, podendo causar dor mesmo antes de se tornarem perceptíveis. A sua história natural é muito variável, podendo ser dolorosos ou não, aumentar ou diminuir com o tempo ou com a atividade, podem romper ou desaparecer espontaneamente.

Existem casos de cistos sinoviais pequenos e ocultos, que não são visíveis através da pele, mas que são descobertos por causarem dor e podem ser diagnosticados pela ultrassonografia ou ressonância magnética. A radiografia geralmente é pouco informativa, mas pode ser útil no diagnóstico de cistos intraósseos ocasionalmente presentes no punho e que podem ser fonte de dor, ou nos casos associados à artrose.

Quando se trata de um caso assintomático nenhum tratamento é necessário, por



**DRA. LUMA DUARTE BARBOSA**  
Ortopedista

se tratar de uma tumoração benigna, sem nenhuma possibilidade de se transformar em câncer. Por outro lado, se o cisto estiver provocando dor ou atrapalhando na mobilidade articular, o tratamento médico está indicado. Um tratamento simples é a imobilização da articulação com talas, de forma a comprimir o cisto e impedir a movimentação da articulação em conjunto com o uso de medicações para dor e anti-inflamatórias. A aspiração do cisto com uma agulha é controversa pelos riscos de contaminação, de atingir estruturas vizinhas e de recidiva do cisto. Entretanto, muitos médicos optam por esse tratamento no consultório. Outra opção pode ser feita com anestésicos locais no próprio consultório.

A ressecção cirúrgica está indicada para os pacientes sintomáticos ou com cistos volumosos. A principal complicação é a recidiva do cisto. Fisioterapia pode ser necessária nos casos de imobilização por tempo prolongado pós-cirurgia. ■



**PONTO  
AUTO**  
PEÇAS e SERVIÇOS

**SERVIÇO ESPECIAL PARA O ASSOCIADO**



BUSCAMOS O SEU VEÍCULO PARA A MANUTENÇÃO\*

*NA COMPRA DE QUALQUER ÓLEO,  
A TROCA É GRÁTIS*

**BOSCH  
Service**



Car Service

MECÂNICA • PNEUS E RODAS • ALINHAMENTO • BALANCEAMENTO • TROCA DE ÓLEO • SILENCIOSOS • FREIOS  
ELÉTRICA • DIREÇÃO HIDRÁULICA • INJEÇÃO ELETRÔNICA • BATERIAS • EMBREAGENS • SUSPENSÃO

AV. NILO PEÇANHA 1180 - CENTRO - NOVA IGUAÇU

**2668-5321 ID: 10\*50862**

\* CORTESIA EXCLUSIVA PARA O ASSOCIADO AMNI



# CISBAF CAPACITA EQUIPE DE ACOLHIMENTO DO HGNI

*Em parceria com a Escola de Governo de Nova Iguaçu, Curso visa aprimoramento*

Profissionais do HGNI - Hospital Geral de Nova Iguaçu (enfermeiros, técnicos em enfermagem, pessoal administrativo, maqueiros, assistentes sociais, controladores de acesso, dentre outros) marcaram presença no Curso de capacitação “Acolhimento e Humanização”, no dia 26 de junho, no Centro de Estudos do HGNI. Promovido pelo Núcleo de Educação Permanente da Baixada Fluminense (NEP/CISBAF), em parceria com a Escola de Governo de Nova Iguaçu, a aula foi ministrada pela Cardiologista e Coordenadora do NEP/CISBAF, Dra. Sonia Zimbaro, e pela Enfermeira do NEP/CISBAF, Ana Lúcia Guimarães. O objetivo do Curso é aprimorar o atendimento à população que procura o Hospital. De maneira prática, mesclando conceitos e exemplos do dia a dia, a Dra. Sonia Zimbaro abordou as principais formas para se implantar e dar continuidade ao acolhimento dentro do ambiente hospitalar. Durante a sua apresentação, a especialista destacou a relevância do envolvimento e compromisso de toda a equipe multidisciplinar na construção deste trabalho a fim de que a excelência na assistência seja alcançada.

– É fundamental que todos os profissionais que constituem essa equipe de acolhimento entendam, falem e pratiquem as mesmas condutas. Um procedimento realizado de maneira equivocada pode gerar desgaste, desorganização no atendimento e até mesmo erro durante o processo de atendimento ao paciente – explica Zimbaro.



**Dra. Sonia Zimbaro conduz a capacitação para uma equipe multidisciplinar do HGNI**

Ao final do treinamento, vários profissionais elogiaram a iniciativa. “Para mim foi uma experiência bem interessante. O Curso de uma maneira geral foi muito bom e certamente vou levar esse conhecimento para o meu grupo de trabalho. É um conhecimento importante para todo profissional que atua na Saúde. Este Curso traz uma experiência diferenciada para o nosso trabalho. E quero parabenizar a Dra. Sonia pela palestra, o Dr. Joé, a Enfermeira Luciana e o Cisbaf pela iniciativa”, enfatiza o Coordenador do Samu 192 Nova Iguaçu, Délio Barbosa de Sá.

A Professora e Supervisora de campo de estágio do HGNI, Isabel Cristina Cross, destacou a possibilidade de verem no Cur-

so situações que vivenciam no dia a dia da Unidade. “O Curso foi muito importante, porque puderam tirar dúvidas da rotina de atendimento. Por exemplo, esta semana um médico prescreveu uma medicação que não era possível ser administrada ao paciente. A equipe identificou imediatamente a situação e buscou a solução. Nesta capacitação eles tiveram a chance de ver na prática como podem ajudar a melhorar o acolhimento e o atendimento humanizado.”■

## CRENCIAMENTO PARA MÉDICOS E PRESTADORES DE SERVIÇOS DE SAÚDE

O Cisbaf – Consórcio Intermunicipal de Saúde da Baixada Fluminense está credenciando médicos (PJ) e prestadores de serviços de saúde que atuam em consultórios próprios, clínicas particulares e unidades de saúde. O objetivo é atender à enorme demanda por consultas de especialistas para diagnóstico e acompanhamento, bem como exames de média complexidade.

A entrega dos documentos deverá ser feita de segunda à sexta-feira, das 10h às 16h, na sede do Cisbaf - Av. Gov. Roberto da Silveira, nº. 2.012 / Parte – Posse – Nova Iguaçu – RJ.

### Informações:

- (21) 3102-1067
- (21) 3102-0460
- (21) 99108-1272 (WhatsApp)
- (21) 98864-2869 (WhatsApp)



**Parceria entre Cisbaf, HGNI e Prefeitura visa qualificar assistência aos pacientes**

## CISBAF MARCA PRESENÇA NO V CONGRESSO CONACI/BR

*Considerado o maior do setor, evento discutiu o papel dos consórcios públicos no país*

Uma equipe do Consórcio Intermunicipal de Saúde da Baixada Fluminense participou, nos dias 14 e 15 de junho, da quinta edição do Congresso Brasileiro de Consórcios Intermunicipais, realizado pela CONACI/BR – Confederação Nacional de Consórcios Intermunicipais do Brasil, em Porto Alegre. O evento fez uma abordagem ampla sobre o papel e o funcionamento dos consórcios públicos no Brasil, e é considerado por especialistas o maior e mais importante do setor. Cerca de 500 participantes, entre deputados, senadores, ministros de estado, secretários de estado, prefeitos, presidentes de consórcios, secretários executivos, gestores públicos, dentre outros,

estiveram presentes.

Ao todo foram realizados seis painéis, que trataram de assuntos de grande relevância para os municípios e os consórcios intermunicipais, abordando temas como: Desafios e perspectivas dos consórcios públicos no Brasil; A gestão pública na saúde através dos consórcios intermunicipais – novas tecnologias e conquistas; Projetos inovadores na gestão consorciada; Captação de recursos – financiamentos e convênios através dos consórcios públicos; Os novos rumos na gestão pública consorciada através de parcerias; e o Brasil avançando através dos Consórcios Intermunicipais – Experiências empreendedoras e de sucesso.

Para a Secretária executiva do Cisbaf, Dra. Rosângela Bello, o congresso é uma excelente oportunidade para debater os gargalos do segmento e trocar experiências exitosas. “O evento congrega os principais consórcios intermunicipais do país e representa uma excelente oportunidade para discutirmos os maiores desafios do setor, as soluções que estão sendo implementadas, sem falar nas possibilidades que se apresentam para as áreas de financiamento, gestão e parcerias. Participamos mais uma vez com uma equipe técnica capacitada e, sem dúvida, trazendo boas ideias e promovendo o bom relacionamento com as demais entidades”, destaca. ■



**Congresso debateu temas de grande relevância para o país**



**Equipe do Cisbaf traz do congresso boas ideias para a região**



*Conte com a Unicred.*

### CONSÓRCIO UNICRED

**NÃO IMPORTA O TAMANHO DOS SEUS**  
*sonhos*

Conheça as vantagens e condições especiais do Consórcio Unicred e tire seus planos do papel com segurança e tranquilidade.

▲ IMÓVEIS

▲ AUTOMÓVEIS

**CONSULTE SEU GERENTE DE RELACIONAMENTO E SAIBA MAIS.**

Sujeito à análise de crédito.

PORTO  
SEGURO  
CONSORCIO

**UNICRED**

unicred.com.br/serramar | [f /unicredrjmt](#)



**DR. JURANDIR LIMA FILHO**  
Dentista - CRO 14074

Estamos vivendo tempos difíceis com as mais diversas crises, seja de ordem financeira e moral gerada pelos políticos; a violência por todo país, com assaltos e tiroteios a qualquer hora; e os noticiários que invadem as nossas casas com histórias de violências sem fim a qualquer momento. Assim, as turbulências sociais, morais e econômicas e a violência estão transformando o povo brasileiro em pessoas doentes, vítimas reclusas em suas próprias casas, estressadas, ansiosas, obesas e deprimidas.

Toda semana recebo em meu consultório pacientes, indicados pelas mais variadas especialidades médicas, para efetuarem diagnóstico e tratamento das D. F. ATM – Disfunção Funcional da Articulação Temporomandibular.

Lendo um texto escrito pelo Dr. Otávio Pavan sobre depressão, abordando os muitos sinais e sintomas que exacerbam as Disfunções Para-funcionais da ATM e, devidamente autorizado pelo Dr. Otávio, extraímos de seu texto alguns parágrafos, sinais e sintomas, vislumbrando uma visão mais completa para interagir nos cuidados e tratamento dos pacientes.

“Essas doenças já fazem parte da vida dos brasileiros há alguns anos e suas vítimas aumentam numa velocidade assustadora, em razão do momento de incertezas e violências que passamos em nosso país.

Inúmeras são as causas que levam uma pessoa à depressão, das mais graves às mais simples e comuns, como por exemplo, o acúmulo de estresse. Quem sofre deste transtorno, pode não saber o que é, mas os sintomas não se esquecem, mesmo com o passar do tempo e controle da doença, que faz sua vítima ver sempre o lado negativo das situações, mesmo que conheça a realidade, e faz com que perca totalmente o interesse pela vida.

Depressão ou transtorno depressivo é uma doença psíquica que afeta o sistema nervoso central, alterando o humor e a maneira da pessoa lidar com sentimentos diversos relativos à afetividade. A maior parte dessas vítimas é de mulheres que, diante das pressões sociais do mundo moderno, da competitividade e conciliação de vida pessoal e profissional acabam ficando mais expostas a doenças.

Diversos aspectos podem contribuir para que a depressão se desenvolva e estão ligados a fatores genéticos ou hereditários, ambientais ou psicológicos.

**Fatores que ajudam a desencadear a depressão:**

- Separações
- Traumas de infância
- Traumas provocados por doenças graves
- Uso de drogas (dependência química)

# SÍNDROME DO PÂNICO, ESTRESSE E DEPRESSÃO E AS D.F. ATM



Entre os inúmeros sintomas alguns são mais frequentes e comuns a todos os pacientes:

- Tristeza constante
- Ideias suicidas
- Insegurança
- Angústias e medos infundados
- Irritabilidade
- Cansaço
- Pressões sociais
- Sono irregular com grande sonolência durante o dia e insônia à noite
- Desinteresse total pela vida

Em casos mais graves de depressão, algumas pessoas perdem o emprego, abandonam os estudos e se excluem de seu círculo social, vivendo à margem de tudo e de todos. Costumam ter manias de perseguição, achando que tudo a sua volta oferece grande perigo e que sempre são o alvo.

O tratamento da depressão consiste na combinação de antidepressivos e psicoterapia, um trabalho feito com a parceria de um psiquiatra e um psicólogo.

Os medicamentos só podem ser adquiridos com a receita médica em mãos. Dr. Otávio Pavan “Sintomas associados à Depressão e Estresse:

- Apertamento dos dentes
- Bruxismo
- Disfunção da ATM
- Distúrbio do sono
- Cefaleia

O APERTAMENTO DENTÁRIO é a primeira manifestação funcional negativa, apresentada pelo paciente. Segue-se a evolução do quadro para-funcional denominado como bruxismo.

Importante: Aos primeiros sinais, o paciente passa a relatar dor aguda, severa fadiga muscular, estalos articulares e pontos-gatilho nas costas. O paciente precisa buscar atendimento com urgência.



O BRUXISMO (ranger os dentes) é um transtorno para-funcional (um hábito) que leva o paciente a ranger os dentes de forma rítmica enquanto acordado e ainda mais fortemente durante o sono.



O QUE É A DISFUNÇÃO DA ATM?

São as intercorrências no deslocamento rotacional do côndilo, sentidas ao abrir, mastigar ou fechar a boca, e o disco articular está deslocado ou comprimido. Assim, o deslocamento é feito sem a proteção da cápsula articular, ocasionando o atrito entre as estruturas ósseas, podendo provocar seu desgaste, também percebido ao bocejar com amplitude limitada na abertura da boca. É diagnosticado por um profissional como trismo mandibular e intensa dor na ATM.

Manifestam-se como dores na face, por falta de tônus muscular, dores de cabeça, dores no ouvido diminuindo a capacidade auditiva, bem como, tonteadas e sensação de pressão, aperto, estalos, crepitações, latejamento e pontadas. ■

**Jurandir Lima e Karine C. Lima**

Rua Dr. Thibau nº 80 sala 807  
Centro Empresarial Vianense, centro da  
Cidade de Nova Iguaçu.  
Consultas pelo telefone, ligando para:  
(21) 26672295 • (21) 30263322

Karine C Lima e Jurandir Lima Filho  
Reabilitação JK - Implante Reabilitação  
Funcional E Estética

# FACILIDADE NA PALMA DA SUA MÃO

- . AGENDE CONSULTAS E EXAMES
- . VISUALIZE RESULTADO DE EXAMES
- . CONSULTE SUA NOTA FISCAL
- . RÁPIDO E PRÁTICO



**BAIXE O APP GRÁTIS**



R. IVAN VIGNE, Nº 180  
CENTRO - NOVA IGUAÇU



**2666.5800**



**DR. RENATO RAMOS PINHEIRO**  
Endocrinologista

# O QUE É HEMOGLOBINA GLICADA E VALORES DE REFERÊNCIA DO EXAME?



O exame de hemoglobina glicada analisa o nível de hemoglobinas que sofreram glicação na corrente sanguínea, auxiliando no controle e diagnóstico da diabetes. É um exame simples que pode estabelecer uma média da glicemia do paciente nos últimos 3 meses.

Realizado de forma simples, o exame da hemoglobina glicada não possui restrição de faixa etária e garante resultados rápidos de alta precisão. Sua capacidade de criar um “histórico” da glicemia no paciente confere a possibilidade de ser utilizado para verificar a adesão e eficácia do tratamento da diabetes.

A elevação da hemoglobina glicada está diretamente relacionada ao aumento de glicose na corrente sanguínea, pois a glicação ocorre mais frequentemente quando há uma concentração maior de açúcar no sangue. Sendo assim, qualquer alteração na glicemia pode ser refletida no exame de hemoglobina glicada.

## HEMOGLOBINA GLICADA E GLICEMIA

A hemoglobina (Hb) é uma proteína encontrada nas hemácias, popularmente conhecidas como glóbulos vermelhos. Trata-se de um dos elementos presentes em maior quantidade no sangue, que dá a coloração vermelha para ele.

A função da hemoglobina na corrente sanguínea é a de realizar o transporte de oxigênio por todo o corpo através do sistema circulatório. Seu período de vida dura por volta de 120 dias (4 meses) no organismo, mesmo tempo de vida do glóbulo vermelho.

Já a hemoglobina glicada (HbA1c) é o produto da ligação da hemoglobina com a glicose, chamada de glicação. Esta ligação é vitalícia, ou seja, quando ocorre, não é mais possível desunir as duas partes, tornando-as uma só.

Simplificando, a hemoglobina sintetizada pelo organismo é pura, enquanto a hemoglobina glicada passou pelo processo de glicação (ligação com a glicose).

Por fim, a quantidade de glicose (um dos principais carboidratos fontes de energia para os organismos vivos) presente no sangue é denominada glicemia. Ela possui ligação direta com a insulina, um hormônio produzido pelo pâncreas responsável pela redução da

quantidade da glicose no sangue.

Quanto maiores os níveis de glicose no sangue, maior será a formação de hemoglobina glicada. Assim sendo, um paciente portador de diabetes sem controle apresenta uma elevação da HbA1c no sangue, enquanto um paciente que está com a diabetes controlada apresenta níveis de hemoglobina glicada também controlados.

## DIFERENÇA ENTRE OS EXAMES HEMOGLOBINA GLICADA E GLICOSE EM JEJUM

Uma dúvida corriqueira é a diferença do exame de glicemia em jejum e da hemoglobina glicada. O principal fator que os difere é que o exame da glicemia em jejum não consegue realizar um “histórico” do paciente, indicando os níveis de glicemia apenas no momento da coleta.

Para exemplificar de forma mais clara, observe o exemplo a seguir:

Se uma paciente portadora de diabetes não seguiu a dieta prescrita pelo médico e não usou a medicação de forma correta no seu dia a dia, ela teve um aumento na hemoglobina glicada.

Quando o médico desta paciente solicitou o exame de glicose em jejum, 5 dias antes do exame, ela aderiu à dieta e tomou a medicação. Ao levar os resultados para seu médico, seus níveis de glicose estavam dentro dos padrões de referência.

Usando o mesmo exemplo citado anteriormente, porém com o exame de hemoglobina glicada, os resultados apontariam a quantidade de hemoglobinas que sofreram glicação durante os últimos meses, o que levaria o médico a identificar o não seguimento correto da dieta e a irregularidade da medicação.

Diferente do exame de glicemia em jejum, o exame de hemoglobina glicada não analisa apenas o momento da coleta de sangue, mas consegue dosar a concentração de hemoglobinas que estão ligadas à glicose em uma janela média de 90 dias.

Vale lembrar que, no exame da hemoglobina glicada, também é possível estabelecer a média da glicemia ao longo dos meses.

As unidades de medidas para o teste de glicemia em

jejum é mg/dL (miligramas por decilitro), já o de hemoglobina glicada é em porcentagem. Confira, abaixo, a tabela de equivalência entre esses valores:

Valores	
Glicemia em jejum	Hemoglobina glicada
97mg/dl	5,00%
111mg/dl	5,50%
126mg/dl	6,00%
140mg/dl	6,50%
154mg/dl	7,00%
169mg/dl	7,50%
183mg/dl	8,00%
197mg/dl	8,50%
212mg/dl	9,00%
226mg/dl	9,50%
240mg/dl	10,00%
255mg/dl	10,50%
269mg/dl	11,00%
283mg/dl	11,50%
298mg/dl	12,00%

## O QUE É GLICOSE MÉDIA ESTIMADA E COMO É CALCULADA?

A glicose média estimada é a resultante de um cálculo matemático que quantifica a variação da glicose em um dado período de tempo e que tem por finalidade determinar a variação da glicemia no sangue, além de indicar a adesão ao tratamento para diabetes por parte do paciente.

Este cálculo é realizado em cima da seguinte fórmula: Glicose média estimada =  $28,7 \times \text{Hb A1c} - 46,7$   
Exemplificando (para um exame de HbA1c com resul-

tado de 5,5%):

Glicose média estimada =  $28,7 \times 5,5 - 46,7$

Glicose média estimada = 111,28.

**PARA QUE SERVE O EXAME DE HEMOGLOBINA GLICADA?**

O exame de HbA1c, assim como o cálculo da glicose média estimada, ajuda no monitoramento em um prazo médio da diabetes do tipo 1 e diabetes do tipo 2, assim como realiza o acompanhamento da eficácia do tratamento medicamentoso.

Além disso, auxilia o diagnóstico de uma pessoa portadora de diabetes ou um quadro de pré-diabetes, podendo também ser solicitado como parte de uma rotina de exames (devido ao fato da diabetes em alguns casos ser assintomática), e em menor frequência com a finalidade de identificar anemia, baixa concentração de hemoglobina e hipoglicemia.

Para o diagnóstico da diabetes, são necessárias duas amostras de sangue coletadas em dias diferentes. Caso as duas tenham valores da HbA1c acima de 6,5%, pode-se identificar a presença da doença.

**COMO É REALIZADO O EXAME**

O exame de HbA1c pode ser realizado de duas maneiras simples:

Se o exame for o único que o paciente vai realizar no dia, pode ser coletado o sangue por meio de uma pequena perfuração no dedo, com o uso de uma lanceta (semelhante ao teste de monitoramento da glicose). Esse método de exame também é chamado de glicemia capilar.

Já se o paciente irá coletar sangue para outros exames por meio de punção, parte desta amostra pode ser utilizada para a realização do teste de hemoglobina glicada, dispensando mais de uma perfuração.

**QUANDO DEVE SER FEITO**

Segundo orientações da Sociedade Brasileira de Diabetes, pacientes com diabetes mellitus em tratamento devem realizar o exame a cada 6 meses. Se estiverem com níveis de glicose no sangue controlados, precisam realizar o exame novamente só depois de 6 meses. Caso os resultados sejam níveis descontrolados de glicose, a repetição trimestral do exame se faz necessária. Outros fatores podem ser indicativos para a solicitação do exame, tais como:

- Histórico familiar de diabetes
- Glicemia após jejum acima de 200mg/dL
- Elevação no resultado do exame de glicemia em jejum
- Vontade de urinar constante
- Sede ou fome intensas
- Cicatrização lenta
- Visão turva
- Mal-estar
- Desidratação
- Alteração na dosagem do medicamento para o

tratamento da diabetes

- Fadiga
- Alteração do medicamento para o tratamento da diabetes
- Náusea
- Infecções
- Tontura
- Perda de peso mesmo com alimentação normal
- Ocorrência de desmaios ou coma

**PREPARO PRÉ-EXAME E RISCOS PÓS-EXAME**

Este exame é simples e dispensa o jejum ou qualquer outro preparo pré-exame, assim como o pós-exame não exige cuidados especiais.

Diferente do exame de glicose de jejum, o paciente pode alimentar-se antes do exame. Assim, este teste não provoca o mal-estar que muitas vezes é causado devido ao jejum.

Existem apenas alguns riscos durante ou posterior à execução do exame, sendo eles:

- Hematomas
- Hipotensão
- Desmaio ou sensação de tontura
- Sangramento excessivo
- Infecção.

**RESULTADOS**

Para compreender melhor e saber interpretar os resultados do exame, é importante ter em mente os valores referência tanto em pessoas saudáveis quanto em pessoas diabéticas. Entenda:

**VALORES DE REFERÊNCIA PARA DIAGNÓSTICO DA DIABETES**

Quando realizado a fim de diagnosticar a diabetes, o resultado do exame segue os seguintes padrões:

- Entre 4,5% e 5,6%: hemoglobina glicada está dentro do normal, sem alteração e indica a ausência de diabetes.
- Entre 5,7% e 6,4%: este valor indica um quadro de pré-diabetes, alteração metabólica que pode vir a evoluir para diabetes propriamente dita.
- Igual ou superior a 6,5%: possível presença de diabetes, o que sugere a repetição do exame para confirmação do diagnóstico.

**VALORES DE REFERÊNCIA PARA CONTROLE**

**DA DIABETES**

Em portadores de diabetes, os valores de referência são um pouco acima do padrão utilizado no exame para diagnóstico, sendo os seguintes:

- Entre 4% a 6%: diabetes está totalmente controlada, o paciente está seguindo a prescrição médica e dieta indicada.
- Entre 6% a 7%: diabetes parcialmente controlada, a medicação está conseguindo amenizar a diabetes e deve ser mantida.
- Maior que 7%: diabetes mal controlada, deve ser trocada a medicação ou reformulado o sistema do tratamento, que inclui dieta e hábitos do paciente.

Hemoglobina glicada alta: como baixar?

Podem-se adotar diversas medidas para baixar a HbA1c quando esta é acusada em nível elevado. Tais medidas valem para a vida toda, uma vez que irão ajudar a manter os níveis de glicose no sangue controlados e evitar possíveis complicações no futuro.

São elas:

- Fazer uma dieta com baixo consumo de carboidratos.
- Manter um bom consumo de vegetais com coloração verde, como brócolis, rúcula e couve-flor.
- Praticar atividades físicas regularmente.
- Ter uma boa adesão ao tratamento medicamentoso,

**O QUE PODE AFETAR OS RESULTADOS?**

Alguns fatores podem interferir diretamente no resultado do exame. Caso o médico solicite este exame ao paciente, é importante informar a ocorrência das seguintes condições:

- Hemorragia
- Anemia causada pela deficiência de ferro
- Insuficiência renal
- Anemia hemolítica ou por falta de ácido fólico ou vitamina B12
- Transfusão de sangue

O exame de hemoglobina glicada HbA1c é bastante importante para análise da variação da glicose no sangue, adesão ao tratamento e controle da diabetes, além de poder identificar um quadro de pré-diabetes.

Compartilhe estas informações com amigos e familiares e nos ajude a levar qualidade de vida às pessoas. ■






**Dra. Simone Schuenck M. Lima**

GINECOLOGIA | OBSTETRÍCIA | COLPOSCOPIA

**Tels.: 2767-3003 | 3245-8773 | 98903-8607**



**FÁBIO BRITO**

Administrador / Mercado imobiliário

## O FGTS E A CASA PRÓPRIA



Você já pensou em utilizar seu FGTS para comprar um novo imóvel?

Pois saiba que você pode usar o saldo da sua conta de FGTS para comprar um imóvel, ou para amortizar o saldo devedor, ou ainda para o pagamento de prestações.

Esta cada vez mais perceptível nas negociações imobiliárias a utilização do fundo de garantia como grande parte do sinal, no caso de imóveis prontos.

No caso de imóveis em construção, ou como falado popularmente "na planta", o fundo de garantia também pode ser considerado. Normalmente as construtoras/incorporadoras entendem que é um valor a ser abatido do saldo, e não do sinal.

Existem algumas regras para se enquadrar nesta utilização, são elas:

Para o comprador

É preciso ter no mínimo três anos de trabalho sob o regime do FGTS, somando-se os períodos trabalhados, consecutivos ou não, na mesma ou em empresas diferentes.

Não possuir financiamento ativo no Sistema Finan-

ceiro de Habitação (SFH), em qualquer parte do país. Não ser proprietário, possuidor, promitente comprador, usufrutuário ou cessionário de imóvel residencial urbano ou de parte residencial de imóvel misto, concluído ou em construção, localizado no município de sua atual residência, ou onde exerce a sua ocupação laboral principal, incluindo os municípios limítrofes e integrantes da mesma região metropolitana.

Para o imóvel

O valor da avaliação deve ser de até R\$950.000,00 para o estado do Rio de Janeiro

Ser de propriedade do proponente o terreno objeto da construção do imóvel, no caso de construção sem aquisição de terreno.

Ser residencial urbano.

Destinar-se à moradia do titular.

Apresentar, na data de avaliação final, plenas condições de habitabilidade e ausência de vícios de construção.

Estar matriculado no RI competente e sem registro de gravame que resulte em impedimento à sua comercialização.

Não ter sido objeto de utilização do FGTS em

aquisição anterior, há menos de 03 anos, contados a partir da data do efetivo registro na matrícula do imóvel. Por exemplo, se o imóvel adquirido foi registrado na matrícula em 30.11.2009, somente poderá ocorrer nova utilização a partir de 01.12.2012.

É importante saber também que você não poderá utilizar o FGTS: na aquisição de imóvel comercial; na reforma ou ampliação do seu imóvel; na compra de terrenos sem construção ao mesmo tempo; na compra de material de construção; na aquisição de imóveis residenciais para familiares, dependentes ou outras pessoas.

É importante ter consciência de que as regras devem ser seguidas à risca, já que, quem não cumpri-las e for descoberto, pode ser processado por estelionato e terá que devolver o dinheiro do FGTS.

E caso você tenha alguma dúvida ainda ou não se sinta muito confortável com o assunto, procure seu corretor de imóveis ou seu gerente de banco para demais esclarecimentos. Mas lembre que o sonho da casa própria pode ficar muito mais fácil de sonhar com o FGTS. ■

**Transforme**  
*saúde*  
**em rotina**

Central de vendas:  
**0800 282 4464**

**Unimed** Nova Iguaçu

ANS - nº 344397

# Calor Humano e Qualidade

Casa de Saúde e Maternidade  
Terezinha de Jesus

Equipe multiprofissional • Quartos ambientados  
Excelentes instalações • Emergência 24 horas

## Uma parceria de excelência e conhecimento.

*Já conhecida pela alta qualidade e com instalações modernas e confortáveis. A Casa de Saúde e Maternidade Terezinha de Jesus há 10 anos conta com a parceria da **Clínica Perinatal Laranjeiras**, uma das maiores referências de Neonatologia no Brasil.*

### Centro Cirúrgico

*Ambiente amplo e com toda infra-estrutura, apto a realizar cirurgias de diversos graus de complexidade em gestantes e recém-nascidos.  
Sala de conforto médico  
Sala de parto humanizada*

### UTI Neonatal

*Melhor assistência a bebês prematuros e recém-nascidos de alto risco.  
10 leitos para cuidados intensivos  
Unidade de reanimação/ assistência  
Banco de leite e monitoramento  
24 horas  
Acompanhamento psicológico a pacientes e à família*



Casa de Saúde e Maternidade  
**Terezinha de Jesus**

Rua Gessyr Gonçalves Fontes, 153  
São João de Meriti  
Telefone: (21) 2757-5800  
Site: [www.csmtj.com.br](http://www.csmtj.com.br)



# CEDIFI



Agora o CEDIFI conta com exame

## FibroScan®...

...também conhecido como elastografia hepática, um procedimento não-invasivo capaz de avaliar os danos no fígado causados por doenças como a hepatite, cirrose e presença de

gordura (esteatose). O exame é capaz de substituir a biópsia em muitos casos, além de também ser indolor, de resultado imediato e o único preparo necessário para sua realização é o jejum de 03 horas.

 Rua Ivan Vigné, 97 • Grupo 101 a 206 - Centro - Nova Iguaçu

21 2768-7259  WhatsApp: 95950-0097  Facebook/cedifi

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

# EMPREGABILIDADE (Capítulo 07)



**DR. JOSÉ ROBERTO**  
Presidente AMNI

Aquela época em que bastava ao médico ter excelente conhecimento técnico-científico, conduta ética e dedicação ao trabalho, para garantir um lugar no mercado, já ficou para trás há muito tempo. A empregabilidade hoje está baseada no tripé da competência: Conhecimento, Habilidade e Atitude (CHA).

Quando nos referimos ao conhecimento, não nos limitamos aos conceitos técnicos da medicina, mas ao conhecimento generalista, com acesso facilitado no mundo globalizado. O saber abrangente, incluindo áreas do direito, geografia, políticas econômicas, línguas estrangeiras, informática, tecnologia da informação etc, se transformou, nos dias de hoje, em pré-requisito para ingresso no mercado de trabalho.

As habilidades desejáveis no profissional atual podem ser de natureza cognitiva, ou seja, treináveis e, portanto, passíveis de serem aprendidas, como, por exemplo, uma nova técnica cirúrgica ou o manuseio de novo equipamento; porém, as habilidades intuitivas, aquelas que “vêm de dentro”, diferenciam o profissional. Neste item, a capacidade de liderança, de influenciar pessoas

positivamente, de resiliência, de comunicação, de bom humor e de ter humildade intelectual fornecem vantagem competitiva no mercado de trabalho.

O profissional contemporâneo tem de ter atitude e apresentar eficácia e agilidade na tomada de decisões. A capacidade de assumir desafios e enfrentar riscos, ter motivação, disponibilidade, intenção de crescimento, comprometimento e cooperação aumenta a empregabilidade do profissional.

Apenas saliento que quando me refiro a empregabilidade, não me restrinjo à atuação médica para terceiros. Também o profissional liberal, que atua em consultório, deverá ser portador do CHA,

para garantir o sucesso de seu empreendimento, onde cada paciente será um patrão, ávido por encontrar estas competências no seu médico. ■



**Sangue**

**Urina**

**Fezes**

**Histopatológico**

**Colpocitologia**



**Paschoal Martino**

Laboratório de Análises Clínicas

Rua Bernardino de Melo, 1.399 / 2º Andar

Tel.: 2667-3717 - Fax: 2667-4426

**Nova Iguaçu - RJ**

Estrada Getúlio Vargas, 1.594 - Tel.: 2691-2563

**Nilópolis - RJ**

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

E-mail: [labpaschoalmartino@labpaschoalmartino.com.br](mailto:labpaschoalmartino@labpaschoalmartino.com.br)

**Horário de Atendimento: de 2ª a 6ª das 07:00 às 17:00h**

**Sábados: das 07:00 às 11:00h**

**Aceitamos Convênios**

**Diretor Técnico**  
**Dr. Jefferson Martino**  
CRM: 52.13596-4

# UNIMED NOVA IGUAÇU COMEÇA A CONSTRUIR O SEU HOSPITAL

No mês em que completa 47 anos, Cooperativa comemora início das obras.

A Unimed Nova Iguaçu dá um importante passo e começa a construção do seu hospital próprio. Com arquitetura moderna e a mais alta tecnologia, o Hospital ocupará uma área de 18.000 m<sup>2</sup>, contemplando 266 leitos, 12 salas de cirurgia, serviços de hemodinâmica, laboratório e imagem próprios. O projeto estrutural, orçado em aproximadamente R\$ 86 milhões, foi concebido dentro do mais atual e qualificado padrão de engenharia do segmento. Previsto para ser erguido em 30 meses, terá capacidade para atender cerca de 252 mil pacientes anualmente, somente no serviço ambulatorial e de emergência, por exemplo. No mês em que completa 47 anos, no dia 13 de julho, a Cooperativa tem mais uma importante razão para comemorar.

– Este projeto já é motivo de orgulho para todos nós. Representa o resultado concreto da nossa sinergia, da nossa união, do nosso compromisso e da nossa responsabilidade com os respectivos colegas médicos, colaboradores, clientes e prestadores de serviços. Esse Hospital reflete a nossa busca incansável pela excelência na prestação dos serviços de saúde na Região da Baixada Fluminense – enfatiza o Presidente, Emilson Ferreira Lorca.

De acordo com o Presidente, serão 12 salas de cirurgia e os leitos ficarão distribuídos da seguinte maneira: 138 leitos de enfermaria (quartos duplos reversíveis), 14 enfermarias para obesos, 06 leitos para PNE, 12 leitos de box day hospital, 24 leitos de maternidade, 32 leitos de UTI geral, sendo 04 para isolamento, 20 leitos de UTI cirúrgico (01 para isolamento) e 20 leitos de UTI neonatal. Na emergência serão disponibilizados 14 leitos para adultos e 18 leitos para pediatria. Apesar de o país estar enfrentando séria crise econômico-financeira e política, Emilson garante



Hospital será o mais moderno da Baixada Fluminense

que o momento é oportuno para o investimento. “Este projeto foi pensado, desenhado e planejado em todos os detalhes, concebido em todas as suas fases com o espírito profissional e o

amadurecimento necessário para que, em todas as etapas da sua realização, mantivesse a nossa operadora extremamente sólida e imune a qualquer tropeço”.

## LEITOS

- 138 Leitos Enfermarias
- 14 Leitos Enfermaria Obesos
- 06 Leitos Enfermarias PNE
- 24 Leitos Enfermarias Maternidade
- 12 Leitos Box Day Hospital
- 32 Leitos UTI Geral (04 Isolamentos)
- 20 Leitos UTI Cirúrgico (01 Isolamento)
- 20 Leitos UTI Neonatal

## CENTRO DE DIAGNÓSTICO POR IMAGEM

- 01 Hemodinâmica
- 01 Ressonância
- 01 Tomógrafo
- 01 Raios-X Telecom
- 01 Raios-X
- 04 Ultrassons
- 01 Mamografia
- 01 Densitometria Óssea
- 04 Salas Endoscopia
- 02 Salas Colonoscopia

# MEDICINA PREVENTIVA DE NOVA IGUAÇU TEM PROJETO APROVADO NA ANS

A Unimed Nova Iguaçu obteve, em maio, a aprovação do seu Programa de Promoção da Saúde e Prevenção de Riscos e Doenças (Promoprev) na Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS). O programa, denominado “Viver com Saúde”, é voltado para a área de atenção à saúde do adulto e do idoso e tem como linhas de cuidado o tratamento da Diabetes Mellitus e da Hipertensão Arterial.

O trabalho será desenvolvido por uma equipe multidisciplinar, formada por enfermeira, fisioterapeuta, psicóloga, assistente social e nutricionista. O acompanhamento médico, segundo o coordenador da medicina preventiva da Cooperativa, ficará por conta do cooperado. “Formulamos uma proposta, aceita pela ANS, de um trabalho voltado para o controle da Diabetes e Hipertensão. Entretanto, podemos orientar que o paciente vá a um determinado especialista quando identificada alguma alteração no seu quadro. Esta medida reduzirá o percentual de atendimentos emergenciais e internações hospitalares ligados à doença, assim como a realização de exames desnecessários. E, ao final de 12 me-

ses, apresentaremos um amplo relatório à ANS para avaliação”, explica Claudio Mota. Com a aprovação do programa, a singular fará jus às bonificações conferidas pelo órgão regulador, quais sejam a redução da exigência mensal de margem de solvência em até 10%, recebimento de pontuação bônus no IDSS (Índice de De-

sempenho da Saúde Suplementar) e bonificação no Monitoramento Assistencial.

A elaboração do Promoprev representa um significativo marco no trabalho de promoção e prevenção de doenças, além de oferecer melhor qualidade e expectativa de vida aos beneficiários da singular. ■



Cooperativa aprova programa voltado para Diabetes e Hipertensão

## UNIMED É NOVAMENTE RECONHECIDA NO RANKING MARCAS MAIS

Em 30 de maio, o jornal O Estado de São Paulo divulgou o ranking Marcas Mais 2018, no qual a Unimed foi novamente reconhecida como a marca de planos de saúde mais envolvente do Brasil. O Diretor de Desenvolvimento de Mercado da Unimed do Brasil, Darival Bringel de Olinda, concedeu entrevista ao veículo e ressaltou que a Unimed faz uso do DNA cooperativista para criar soluções mais assertivas nas estratégias de Marketing.

Neste ano, mais uma vez, o estudo teve cobertura nacional, sendo a análise fruto de 11,5 mil entrevistas realizadas por método on-line com brasileiros de todo o país. ■

\*Fonte: Federação das Unimed do Estado do Rio de Janeiro



Unimed é número 1 no ranking Marcas Mais 2018

## A IMPORTÂNCIA DO AUTOCUIDADO É TEMA DE PALESTRA PARA IDOSOS IGUAÇUANOS

Idosos que integram o Programa Bem Acolhido na Terceira Idade participaram, no dia 20 de junho, de mais uma palestra de saúde sobre “A importância do autocuidado”, no auditório da AMNI, parceira da Cooperativa. Durante o encontro, a Enfermeira Cátia Rodrigues destacou regras simples e básicas do dia a dia que não podem ser ignoradas, como a boa higiene pessoal, alimentação saudável e equilibrada, hidratação, prática de exercícios físicos, atividades que mantenham a saúde mental, emocional e espiritual, bem como cuidados na estrutura dentro de casa (retirada de tapetes e móveis pontiagudos,

colocação de barras de segurança no banheiro etc.).

Marilene Soares de França, 80 anos, veio a todos os encontros. “Achei a palestra de hoje ótima também. Tudo o que ela falou foi muito bom. Aprendi bastante coisa para não cair em casa e não esquecer de tomar os remédios. Estou colocando em prática o que estou aprendendo aqui”, diz. Ela veio acompanhada pela filha, Marlene Soares de França, que também aprovou o tema abordado. “Ela sempre chega em casa comentando sobre os ensinamentos e hoje vim conferir. Me agradou bastante, palestra muito

produtiva. Dá para aprender diversas coisas que podemos colocar em prática. São orientações importantes para os familiares e cuidadores que podem ser aplicadas no dia a dia”, declara satisfeita.

Diabético e hipertenso, Augusto Guedes Baptista, 78 anos, sabe que precisa estar atento à saúde. “Achei a apresentação muito boa, principalmente as dicas que são dadas. A troca de informação com outros participantes também ajuda. A gente sempre aprende algo diferente. Estarei nos próximos encontros. Agradeço à Unimed pela oportunidade e pelo bom trabalho.” ■



Cátia Rodrigues dá orientações relevantes para a saúde dos idosos



Satisfação e atenção dos participantes marcam mais um encontro

## JUDOCA IGUAÇUANA ARREMATOU OURO NO PAN-AMERICANO E NO SUL-AMERICANO

*Atleta, patrocinada pela Unimed Nova Iguaçu, conquista medalhas em Córdoba, Argentina*

A judoca Thayane Lemos, 16 anos, retorna ao Brasil trazendo na mala duas medalhas de ouro conquistadas no Pan-Americano e no Sul-Americano de Judô Sub 18, disputados nos dias 06 e 08 de julho, em Córdoba, Argentina. A atleta é líder no ranking nacional na sua categoria – meio médio até 57 kg, e foi uma das 16 convocadas pela Confederação Brasileira de Judô para participar das competições.

Bastante orgulhosa das suas vitórias, Thayane falou um pouco da sua emoção. “Todos podem ver as táticas das minhas conquistas, mas ninguém consegue imaginar a estratégia que gerou as minhas vitórias. Consagrei-me campeã nos dois campeonatos e quero agradecer, primeiramente, a Deus, aos meus pais, minhas irmãs, principalmente a minha irmã gêmea que há seis

anos me acompanha nessa caminhada esportiva. Agradeço também aos Senseis por me ajudarem em cada treino corrigindo meus erros, aos parceiros de treinos, à torcida, à CBF pela oportunidade, e à Unimed Nova Iguaçu, minha patrocinadora, por acreditar e estar sempre investindo em mim e me ajudando para que cada campeonato se torne uma realidade”, destaca emocionada. ■



Thayane Lemos, judoca é orgulho da cidade em pódios internacionais



**FRANK ALT.**  
Eng. Mecânico

# CÂMBIO AUTOMÁTICO, PROBLEMA!

Digitei no navegador do Google a palavra “problema no câmbio automático” e veio o resultado: Aproximadamente 131.000.000 resultados (0,23 segundos).

É incrível a quantidade de relatos e informações disponíveis.

Decidi então navegar por alguns resultados, que levam a outras e outras páginas. Confesso que até eu, que trabalho neste ramo, fico surpreso e até com medo do veículo com câmbio automático. Vi matérias coerentes e outras totalmente desconexas.

Alguns relatos são a mais pura expressão da verdade de que algumas montadoras deveriam sim assumir a responsabilidade pelas falhas dos seus produtos.

Dentre todas, vou exemplificar dois casos, um GM e outro Ford.

A GM, com a introdução dos câmbios de seis velocidades, modelos 6T70, 6T45, 6T30.

Já lá nos Captivas 3.6 do ano 2008 até os Spin 2016, é comum quebrar um disco mola, e este sai do local e começa a destruir o câmbio totalmente.

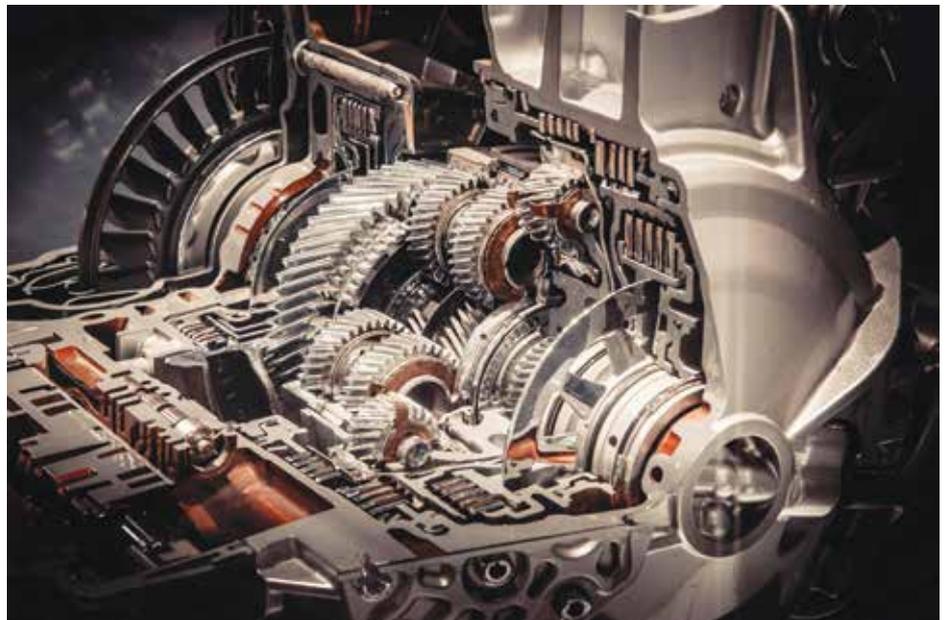
Além da trava, ainda encontramos um defletor plástico que se desintegra no interior do câmbio, causando o entupimento do filtro do óleo ATF e conseqüentemente a falha do câmbio.

O proprietário em absoluto não tem culpa desta quebra, e acaba pagando o pato.

A Ford com o câmbio PowerShift de dupla embreagem, quantos queixas...

Em minha concepção, acho um dos melhores projetos de câmbio de dupla embreagem.

O maior problema, já divulgado pela rede, era a água (vulgo enchente), mas no caso da Ecosport



a água vinha da grelha do para-brisa e caía em cima do câmbio, onde há uma abertura que deixa a água entrar. A outra falha era um pequeno vazamento de óleo entre os eixos, onde o óleo ia parar entre as embreagens causando trepidação. Foram corrigidos, tampando-se a abertura e substituindo o retentor por um de material superior, além de substituírem também os componentes danificados. Ainda no PowerShift encontramos recentemente um novo problema, as estrias do eixo do mecanismo de acionamento da embreagem, simplesmente roletaram, deixando de transmitir rotação do motor acionador da embreagem, erro clássico de projeto.

Quem paga a conta, o proprietário do veículo.

Mas se serve de consolo, não são só os brasileiros que sofrem, hoje, com projetos globais.

Num mundo ideal, as montadoras deveriam respeitar o consumidor e reconhecer as falhas, minimizando assim os prejuízos dos que acreditaram nelas. Entretanto, elas deviam saber exatamente o que fazer, pois estão cada vez mais poderosas. Com o atual estilo de vida estressante que vivemos não temos tempo e nem dinheiro para efetivamente processar as grandes montadoras.

O fato é que uma falha não dá motivos ou argumentos para outras, o proprietário geralmente generaliza e põe a culpa de tudo na montadora; ele nunca admite que às vezes faz mau uso do veículo.

O fato é que ao final tudo dá certo e cada vez mais veículos com câmbio automático estão sendo vendidos, tornando a vida dos condutores



e passageiros mais confortável e segura. Até a próxima! ■

Frank Alt. - Eng. Mecânico  
Sócio da Oficina do Câmbio Automático.  
Tel.: (21)2667-1638 e 99749-6609  
www.politrans.com.br  
www.oficinadocambioautomatico.com.br

# AQUECIMENTO PARA ATIVIDADE FÍSICA EM DIAS FRIOS



Neste período do ano temos uma queda na temperatura e junto com o frio vem a preguiça e a vontade de não se exercitar, mas devemos ter em mente que exercício físico deve ser constante na nossa rotina. Deve-se fazer do ato de se exercitar um hábito diário, encarando-o como uma necessidade para passarmos o restante do dia melhor e mais dispostos.

Com uma temperatura baixa é comum nosso corpo ficar meio “travado” no início da atividade física. Isso é comum e natural, pois nosso corpo, como uma forma de defesa, direciona a maior parte do fluxo sanguíneo para a região central do tronco, visando manter o perfeito funcionamento dos órgãos vitais.



A melhor forma de iniciar uma atividade física em baixa temperatura é começar com um aquecimento, executando por uns 5 a 10 minutos uma atividade de baixíssima intensidade, e de preferência a mesma atividade que você irá executar durante o exercício. Por exemplo, se for praticar uma corrida, faça um trote antes; se for pedalar, faça umas pedaladas leves de aquecimento; se for fazer musculação, execute alguns dos exercícios que irá fazer com uma carga baixa e um número alto de repetições.

Se atividade a ser praticada for uma atividade com vários movimentos e gestos específicos, a qual não se consegue reproduzir antes, sugiro fracionar o aquecimento. Usando como exemplo o futebol, você pode em baixa intensidade simular uma corrida, simular mudanças de direção, simular o gesto do chute, dos saltos, lembrando sempre: tudo em baixa intensidade e ir aumentando conforme sentir que o corpo está se aquecendo.

Após o período de aquecimento de 5 a 10 minutos sugiro fazer alongamentos, priorizando as musculaturas que irão ser utilizadas durante a atividade, mas também não deixando de alongar



**RAPHAEL SACRAMENTO**  
Profissional de Educação Física

as outras, pois elas podem ser utilizadas indiretamente durante a atividade. Uma dica é fazer alongamentos passando por todas as articulações. Este alongamento consiste em manter de 5 a 10 segundos a posição em que a musculatura esteja sendo alongada, tendo atenção para não “puxar” demais os músculos, pois isto pode ocasionar uma lesão. Como disse, o ideal é manter a posição onde sentir que a musculatura começou a ser alongada e manter este nível durante todo o tempo do alongamento. Recomendo não fazer alongamento antes do aquecimento, este modelo não é bem-visto por preparadores e atletas, já que há alguns estudos que comprovam baixa no rendimento de quem opta por começar somente com alongamento antes da atividade. ■



Raphael Sacramento  
CREF 22508 G/RJ  
Profissional de Educação Física  
raphasacramento@yahoo.com.br  
t: 99227-7878

## SHOPPING DAS RAÇÕES





**Grynnmel**  
PetShop




MESQUITA: Rua Gervasio 211 Juscelino **2697.7883** | N.IGUAÇU: Rua Clara de Araújo 1822 Cruzeiro do Sul Tel **2695-7803**



**CLAUDIO MOURA**

Mestre de Cerimonias, Cerimonialista e Colunista Social

# VIP'S



Muitas felicidades ao Luiz Antônio Teixeira, aniversariante do dia 29. Além das filhas Roberta e Débora e dos outros netos, vale o registro das presenças do seu filho, o Dr. Luizinho, e do neto Luiz Felipe Bragança. Parabéns de todos nós!



Com jantar no dia 29 no NI Country Club, aconteceu a solenidade de posse do Conselho Diretor (2018/2019) do Rotary Club de Nova Iguaçu, que terá neste período como casal Presidente Luis Vanderley Luck e Miriam D'Ávila.



Seja muito bem-vindo Dom Gilson Andrade da Silva, escolhido pelo Papa Francisco como o novo Bispo Coadjutor da Diocese de Nova Iguaçu.



Os médicos Rafael Rick e Mônica Flores, acompanhados das filhas Natália e Alice, comemoraram antecipadamente suas Bodas de Prata (no último dia 10) nos Estados Unidos. Parabéns!



A ACINI (Pres. Renato Jardim), em parceria com a CDL NI (Pres. Cláudio Rosemberg) e SINVOVANI (Pres. Antônio Alpino), promoveu, no dia 21 no Patronato, um encontro com o Presidênciavel Geraldo Alckmin, que apresentou propostas interessantes aos empresários presentes.



O aniversariante do passado dia 22, o médico Ailton Miranda, recebeu muitos amigos para um delicioso almoço no play do seu condomínio, em Nova Iguaçu, e juntos comemoraram seus 67 anos. Na organização, seus familiares, a esposa Márcia Miranda com as filhas Ana Carolina e a jornalista Aloma Maria com o esposo André Batisti.



Ela continua recebendo os "Parabéns" pela chegada dos seus 86 anos no passado dia 14. A sempre elegante Emília Cardoso Sampaio, aqui com as filhas Rogéria, Raquel e Rosângela e o neto Lucas. '.



... e completando a família com um toque de nostalgia, Emília Cardoso com os filhos Robertinho (que reside nos Estados Unidos) e Rogerinho!



Surpresa e muita emoção. Foi assim no dia 30 na residência da Vovó Rosária Soares no Condomínio Lê Quartier Vert, no Recreio, o Chá de Revelação do casal Raphael Soares e Aline Soares. A filhinha Betina estará conosco em fevereiro do ano que vem. Seja muito bem-vinda!



... no dia 30 no Chá de Revelação de Rafael e Aline, estiveram a Vovó coruja Rosária Soares, as Tias-avós Maria Célia e Lúcia e o Tio-avô Sebastião.



... e também marcaram presença no dia 30 no Chá de Revelação para a chegada de Betina, os Tios Carlos Alexandre Soares e Gisele Soares e as primas Raysa e Julia. Quando a foto foi tirada, o primo Vitor Alexandre jogava bola.

UMA DATA PARA comemorar

13 DE JULHO DE 2018



ANS - nº 344397

No aniversário de seus 47 anos, a Unimed Nova Iguaçu agradece aos seus cooperados, colaboradores, prestadores e clientes, por acreditarem na sua missão, de promover a excelência em saúde, e juntos, comemoramos o início da construção de seu hospital.

CENTRAL DE VENDAS: 0800 282 4464

Unimed Nova Iguaçu

47 ANOS

Por **Marco Antônio B. Nunes**

Administrador AMNI

## CURSO AVANÇADO – IRCAD AMÉRICA LATINA (UNIDADE RIO DE JANEIRO)

*Hora de se aperfeiçoar e treinar*

Nos dias 28 e 29 de maio desse ano, foi realizado no Rio de Janeiro: “Curso Avançado de Laparoscopia Bariátrica e Cirurgia Metabólica”. Curso este realizado pelo IRCAD AMÉRICA LATINA, que é o maior centro de treinamento em cirurgia minimamente invasiva do continente e possui a mais moderna estrutura para a especialização médica dos países latino-americanos. E cada vez mais latino-americano, em uma irmandade estabelecida com o UNITED HEALTH GROUP, o Ircad América Latina conta com outro centro de treinamento no Brasil, localizado no Americas Medical City, no Rio de Janeiro (RJ). A unidade funciona em conjunto com a sede em Barretos (SP), de maneira a complementar a grade de cursos e aumentar as especialidades dos treinamentos oferecidos, especializando cada vez mais cirurgiões no mundo todo.

E com esse intuito o nosso Associado Dr. Vanderson Lemos, do Grupo CEDIFI, participou deste curso de treinamento cirúrgico, com o objetivo de se atualizar

cada vez mais, conhecendo novas técnicas, práticas e tendências. E como ele próprio diz: “temos que nos atualizar cada vez mais, com o que há de melhor para os nossos pacientes. E conhecimento e aprendizagem a mais sempre são muito bem-vindos.” Parabenizamos a iniciativa e desejamos muito sucesso ao nosso associado e à CEDIFI.■



### NOTA DE FALECIMENTO

Com grande pesar informamos que no último dia 30 de junho, sábado, faleceu o nosso associado Dr. Francisco Apocalipse Dantas, oftalmologista, flamenguista, fã e cantor das músicas de Frank Sinatra, amante e também cantor participante da Seresta do Espaço Cultural AMNI, grande amigo e parceiro.

Nossos sinceros votos de sentimentos e conforto para os familiares e amigos.

Sentiremos a sua falta em nossa Seresta e nossa Casa.

E para não esquecermos a sua saudação e homenageá-lo: “Saudações flamenguistas”!!!

Descanse em paz!!!■



### HÁ CINQUENTA ANOS NA AMNI – JULHO DE 1968

*Escrito por Dr. Adilson Tavares"*

Dia treze de julho ocorreu a reunião extraordinária do Conselho de Presidentes da ASSOCIAÇÃO MÉDICA FLUMINENSE na cidade de Friburgo. Em Nova Iguaçu realizou-se o Curso de Atualização em Cirurgia. O Diretor Cultural anunciou as datas dos próximos cursos: dia 6 de agosto inicia-se o Curso de Atualização em Obstetrícia e em outubro terá início o Curso de Atualização em Pediatria. Foi nomeada a Comissão para elaborar as alterações no Estatuto da AMNI. A Comissão está composta pelos Doutores José Carlos do Valle, Ibsen Maiolino e Agostinho Esteves.■

## 7º CICLO DE GESTÃO E MARKETING DA AMNI / 2018:

Está chegando a hora de sairmos da Zona de conforto.

Está chegando a hora do nosso Ciclo de Gestão e Marketing da AMNI.

Continuamos com a tarefa de apoio aos nossos parceiros, patrocinadores, associados e a todos que tenham interesse em aprender como é possível evoluir e realmente mudar o nosso estado de espírito e de atitude nos dias atuais. O conhecimento

é essencial a qualquer atividade.

Este evento tem uma grande importância para nossa Associação porque visa unir a Classe Médica, parceiros, patrocinadores e todos aqueles que nos prestigiam há muito tempo.

Fazemos com grande carinho e a sua presença é de suma importância, pois sem você o Ciclo não existe.

E neste ano os palestrantes serão: Mar-

co Antônio B. Nunes (Administrador da AMNI e organizador do Ciclo) e Nelsini Medeiros Fernandes (Gestor do Grupo Fantasy de Eventos).

Teremos mais uma oportunidade para surpreendê-los.

Veja o calendário e os temas. Se quiser vir em todos, será um prazer, fique à vontade, pois a Casa é sua e o nosso Ciclo quer a sua presença!!!■

# FESTA JUNINA / ESPAÇO CULTURAL AMNI 2018

No último dia 28 de junho, tivemos a Festa Junina do nosso querido Espaço Cultural. Tivemos muita dança, muitos quitutes, caldos, canjica, pé de moleque, paçoca, amendoim, batidas de morango e pêssego, salgadinhos e guloseimas de nossa parceira ARTPÃO, que é a melhor padaria e confeitaria de nossa região, elaborando produtos de alta qualidade, com muito profissionalismo, e sempre apoiando a nossa Casa com muito carinho.

Quantas famílias estiveram aqui celebrando conosco a nossa festa junina... Celebramos a amizade, a música, a dança e, ainda, com quitutes maravilhosos. Que noite gostosa entre amigos!!! E você! por que ainda não veio nos prestigiar!!!! Nós sabemos o que você está perdendo...

E você, sabe? ■





# 1ª FESTA JUNINA AMNI 2018 – VASSOURAS/RJ:

No último dia 22 a 24 de junho, tivemos o nosso primeiro passeio de 2018. E o local escolhido foi Vassouras. Então as nossas famílias (associados e amigos), que nos prestigiaram, foram juntas curtir um fim de semana no Vassouras Eco Resort.

Que resort encantador!

Tivemos momentos inesquecíveis.

Estrutura moderna, comida maravilhosa, piscina, caminhadas, cachoeiras, excelente cardápio de vinhos e atendimento espetacular.

E na noite de sábado, dia 23, tivemos uma tradicional festa junina, quando nossas famílias e crianças se divertiram muito.

Tivemos casamento, músicas típicas e muitos quitutes, incluindo aquela cachacinha de alambique, batidas diversas e até touro mecânico...

Realmente foi um final de semana diferente, e ainda com pessoas maravilhosas...

Vimos novas amizades surgindo e nossos filhos se unindo...

Esperamos poder organizar logo outro passeio, com mais amigos e muita festa.

Viva a amizade e a nossa Casa!!!

*Para maiores informações sobre o Resort:*

*Central de Reservas de Grupos e Eventos*

*VASSOURAS ECO RESORT*

*Tel.: (24) 24919100 Fax: (24) 24919110*

*[www.vassourasecoresort.com.br](http://www.vassourasecoresort.com.br)*





CONTAMOS COM A SUA PRESENÇA



**cardioiguaçu**

Atualização em grandes temas da Cardiologia

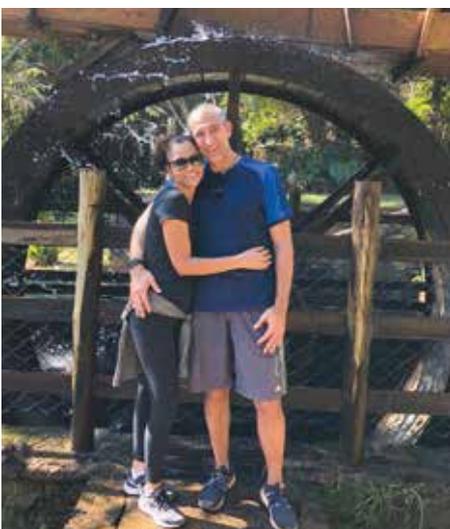
**04.08.2018**

**Hotel Mercure - Nova Iguaçu**

Inscrições Gratuitas: [www.amni.org.br](http://www.amni.org.br)  
Informações: [cardioiguacu@gmail.com](mailto:cardioiguacu@gmail.com)

Patrocínio





## CLASSIFICADOS AMNI

### ALUGA-SE:

Sala comercial, Centro de Nova Iguaçu, no Edifício Nahum Antônio Ganem (antigo Prédio da Unimed NI), n.º 230 / Sala 510 – Contato para maiores informações: Sr.ª Gessi Meyrelles – Telefone: (21) 9414-7904.

### ALUGA-SE:

Sala comercial grande (02 salas – 01 é sala e a outra sala de espera), Centro de Nova Iguaçu, no Centro Médico Nova Iguaçu (Prédio ao lado do Hospital Nossa Senhora de Fátima), n.º 1.399 / Sala 501 – Contato para maiores informações: Sr.ª Monica – Telefone: (21) 99611-4227.



## ESPAÇO CULTURAL 2018

Queridos associados segue abaixo o calendário 2018 de nossa famosa festa mensal e tradicional, a nossa seresta da amizade, da música e das artes. Venha nos prestigiar, esse evento é seu... Venha participar e entender por que é tão bom celebrar a amizade e a família AMNI. Saia do marasmo. Venha interagir!! Queremos vocês aqui conosco!!!

### CALENDÁRIO 2018:

30/08	25/10
27/09	29/11
	20/12

Promoção Exclusiva para Associados e funcionários AMNI, Cooperados e funcionários Unimed



- 01 Alinhamento e 04 Balanceamentos: R\$ **79,99** \*exceto pickups
- Peças: **5% de desconto.**
- Serviços **10% de desconto.**
- Óleos de todas as marcas, **com troca grátis.**



AV. NILO PEÇANHA 1180  
CENTRO - NOVA IGUAÇU

21 **97028-6945**

## 7º CICLO DE GESTÃO E MARKETING

AMNI 2018 - Associação Médica de Nova Iguaçu  
Mais informações em [www.amni.org.br](http://www.amni.org.br)



- 21/08 - Gestão e Liderança: Zona de conforto ou Otimismo... Para aonde vamos?
- 28/08 - Redes Sociais: Conhecer o cliente e sua importância.
- 11/09 - Atendimento ao Cliente: Atender bem e com humanização.
- 11/09 - Missão, Visão e Valores: A forma mais simples e poderosa de inspirar, motivar e engajar todos em sua empresa.
- 18/09 - Marketing / Crise: E agora, ser eficiente ou eficaz?
- 25/09 - Clima Organizacional: Será que estamos no caminho certo?
- 09/10 - Atendimento ao cliente: Excelência no Atendimento.
- 30/10 - Mercado Baixada Fluminense: Por que tenho que evoluir e empreender?

## ANIVERSARIANTES DO MÊS DE AGOSTO

Dra. Viviane Vigné Di Santo	01/08
Dr. Elias Feld	02/08
Dra. Fátima Cristina Pereira e Silva Benito	02/08
Dr. Hernan Angel Medina Torrico	02/08
Dra. Fátima Aparecida de Oliveira P. Pereira	04/08
Dra. Mirian Tereza Gonçalves	05/08
Dra. Anna Thereza Calazans Monteiro	06/08
Dra. Rafaela Vargas Aguiar	06/08
Dra. Áurea Cândida da Penha D. da Silva	07/08
Dr. Felipe Maghelly Menezes Moreira	07/08
Dra. Cristiane Alves Padão	08/08
Dr. Eduardo Lopes de Almeida	09/08
Dra. Marizi Queiroz Ribeiro	09/08
Dra. Pollyanna Melo Nogueira de Moura	10/08
Dr. Flávio Ribeiro da Silva	11/08
Dr. José Roberto Pinto Barbosa	12/08
Dr. Marcos Augusto Alves e Silva Filho	12/08
Dr. Norival Rangel Pereira	12/08
Dr. Adelino de Moraes Monteiro	13/08
Dra. Aline Santos Ramalho Teixeira	13/08
Benevenuto	
Dra. Edina Glória Barreto Pinto	13/08
Dr. Jorge Ferreira da Silva Junior	13/08
Dra. Manne Barenco Aceti David	13/08
Dra. Simone Yakoub	13/08
Dra. Mônica Flores Rick	14/08
Dr. Roberto Miksucas	15/08
Dr. Ney José Cerqueira	15/08
Dr. Sérgio Theophilo Mendes	15/08
Dra. Loami Gomes dos S. Silva	16/08
Dr. Antonio Vianna Velloso	16/08
Dr. Atila Boldrim de Freitas Lima	16/08
Dr. Sávio Paquelet Grigorovski	16/08
Dr. Luciano Martins Duarte	17/08
Dra. Márcia Marques Monteiro Fresz	17/08
Dra. Rafaela Baroni Aurilio	17/08
Dra. Andréa Armond Paiva da Costa	18/08
Dra. Cristiane da Silva Vaz Pereira	18/08
Dra. Loise Maghelly Menezes Moreira	18/08
Dra. Sandra Lúcia da Silva Gomes	18/08
Dr. Américo da Silva Souza e Mello	19/08
Dra. Aline Melchiades Santos de Souza	21/08
Dr. Abdon Katter Filho	24/08
Dr. Carlos Ricardo Chagas	24/08
Dr. José Roberto Fernandes Junior	24/08
Dr. Adelino Joaquim Coelho Monteiro	25/08
Dr. José Maria de Azevedo	25/08
Dra. Ana Paula Noronha dos Santos Senise	26/08
Dr. Rodrigo Soares Moreira da Silva	26/08
Dra. Eutália Gomes Rezende	27/08
Dr. Marcos Tadeu Richard Ferreira	27/08
Dr. Armando Francisco do Souto	28/08
Dr. Tharcissio Roberto Coutinho	28/08
Dra. Kelli Cristine Costa Monteiro	29/08
Dra. Marise Businaro Fernandes	31/08

OLÁ!

# MEUS CAROS!



**DR. MARCELO NOGUEIRA**  
Cardiologista

Aproveitei o dia dos namorados para conhecer um lugar novo e diferente. O Abelardo, restaurante do Hotel Hilton Barra, localizado ao lado do Shopping Metropolitano na Av. Abelardo Bueno, ao lado dos condomínios Rio II e Cidade Jardim.

Proposta bem sofisticada, com boa pegada gastronômica. O jantar em questão era o Menu Confiance. Para quem não está acostumado, é o menu fechado composto de duas entradas, prato principal, sobremesa, água e refrigerantes ou cervejas inclusos, apenas os vinhos que não.

O restaurante, muito bem decorado, com tendência minimalista e simples/sofisticado. Serviço de primeira, garçons e maitres educadíssimos. Éramos dois casais e optamos por pedir um champagne rosé para harmonizar com nossos pratos, que eram na ordem de serviço uma entrada de gelatina de morangos com brotinho de feijão, seguidos de espuma de frutas vermelhas



com farofinha de tomate pelati, a qual abria as portas do nosso prato principal: um delicioso risoto de vieiras com funghi porcini, e houve uma pedida para a outra opção, que era um ossobuco com duo de mostarda. Na sobremesa fomos nos duos de espuma/sorbê de chocolates belgas. Os pratos foram servidos nas porções corretas, sem exageros, porém deixaram um gostinho de quero mais. Preços meio salgadinhos, cada casal por 260,00 sem a champagne. Mas era dia dos namorados e valeu a ida.

Duas dicas bacanas para este inverno: Uma ida



a Secretário a fim de provar o café da manhã do Empório de Secretário, um mercadinho muito bem-montado e sofisticado. Já que Secretário



passou a reunir um sem-número de fazendas e outros condomínios de alto padrão, nada mais justo do que um lugar que ofereça um buffet de café da manhã muito caprichado e variado. Vai de 8h às 11h, mas chegue até às 10h no mais tardar. O preço é legal: 28,00 reais por pessoa. Neste friozinho da serra, um chocolate quente, hummmmm!

A segunda dica fica no centrinho, centrinho mesmo de Araras, O



Empório da Serra, ao lado do Seu Ary; para quem chega, fica à direita após o colégio municipal de Araras. Pode ir a qualquer hora, muitas delícias, frios, vinhos, pães, beliscos, tudo da mais alta qualidade; afinal lugar mais exigente que Araras na serra é difícil. O melhor é quando a dona começa a fazer prova dos pratos para a quentinha, aí começam as pequenas degustações de escondidinhos de camarão, lasanhas de lagostas, sem contar com o cordeiro assado que vai sendo desfiado para ir abastecendo as poucas mesas que ocupam a apertada varanda, que vão sendo regadas a vinhos de boa cepa ou a cervejas artesanais, tudo isto claro, neste inverno. E lá faz frio, mesmo ao lado de pequenos fogareiros que aquecem a alma, o coração e as conversas. Noutro dia fomos eu e Ana Paula comprar algumas coisinhas para inventar um almocinho em casa; eram umas 12:30h, saímos de lá pelas 17h, encontramos amigos e por lá fomos ficando, coisa de serra! E ainda por cima com direito a vários globais desfilando pelo lugar pequenino, porém descoladíssimo. Coisa de Araras!

Sejam felizes!!■





DR. LAFAYETTE SUZANO

Cardiologista e ama cultura

Apesar de não estar incluído nos critérios dos filmes intitulados "obra de arte", este filme de 1993 consegue mostrar como poucos, através de um olhar sutil, analítico e dramático, os conflitos da condição humana no mundo contemporâneo. Classificado como um "drama policial", ele vai muito além disso. O filme acompanha a trajetória de um "homem comum", norte-americano (estrelado por Michael Douglas no papel de William Foster), que apresenta o estereótipo padrão: meia-idade, branco, gravata, óculos, barba benfeita, carregando sua maleta 007 de aparente homem de negócios. O filme se inicia com o personagem preso dentro de seu carro, num dia quente, num engarrafamento insuportável, em Los Angeles. Desesperado, ele abandona seu carro no meio da rua, dizendo que iria a pé para casa. Logo depois chega a um pequeno comércio, onde discute com o dono, que era asiático, por meros centavos. Após destruir o estabelecimento, ele tenta se recuperar sentando num terreno baldio, onde é cercado por jovens delinquentes que exigem que ele lhes dê sua maleta. Ele consegue se desvencilhar deles e os agride com um taco de beisebol. Caminha então por um bairro latino pobre, onde é identificado pelos jovens que havia agredido. Os jovens furiosos se armam e, de dentro de um carro, efetuam vários disparos, que milagrosamente não atingem William. O carro da gangue colide e todos saem feridos. William se aproxima do carro acidentado e recolhe as armas da gangue numa sacola. Foster liga para sua ex-esposa, dizendo que retornaria a sua antiga casa, mas a Ex o intimida, dizendo que se ele retornasse iria



chamar a polícia. William desempregado de uma empresa que produzia mísseis para o governo americano, e recém-divorciado, afirma que vai retornar ao seu antigo lar. Continua caminhando por bairros pobres até chegar numa loja de sanduíches, onde discute com os funcionários, por

# “UM DIA DE FÚRIA” E A CRISE EXISTENCIAL CONTEMPORÂNEA



não lhe oferecerem o que ele solicitou, sacando uma metralhadora, para desespero dos demais consumidores. Sai então desta loja e entra em outra, onde trava contato com o dono, que era um neonazista. Ocorre então uma "virada" na vida do personagem. Após uma discussão com o dono, William o mata. A partir daí William coloca botas e roupas do exército, passando então a sentir que a sua pretensão de retornar ao seu antigo lar, "custe o que custar", não tem mais volta. Passa então a ser perseguido pela polícia e, particularmente, por um policial experiente, justo no dia de sua aposentadoria, que, após uma inves-



tigação, tinha reconstituído o perfil de William. Finalmente William chega a sua antiga casa, mas sua ex-esposa foge para um pier à beira-mar, sendo perseguida por William e logo depois pelo policial, que se defronta com William e exige que ele deponha sua arma. William saca sua arma e o policial o alveja mortalmente; e seu corpo cai e some no mar. Bem, o cenário é o de uma grande cidade norte-americana, mas ao contrário do que se poderia imaginar aí não se encontra o tão esperado "sonho americano", mas o pesadelo. O personagem de William é vítima e testemunha da decadência do sonho que o cerca por todos os lados: ao invés da liberdade, vê-se que William é um oprimido, pois está desempregado, dentro do sistema de consumo; ao invés do sucesso esperado por

cumprir os rituais ideológicos do sistema norte-americano (casamento, emprego, consumo...), ele acaba sendo um fracasso, em todos os itens. Ao contrário dos filmes que mostram, elogiando e retratando o mundo norte-americano, seus arranha-céus espelhados, seus carros potentes, personagens heroicos, que enfrentam e sempre atingem seus objetivos, o diretor busca o outro lado do sistema, aonde o personagem é um fracassado e a pobreza é exposta. Para o diretor, a América não é a disneylândia. Resta a William, diante de tantas perdas, retornar ao seu antigo lar, para sua antiga família, mesmo que seja à força. O filme, apesar de trilhar a tragédia de um homem transtornado e desesperado, mostra como o sistema que se nutre "da sedução pelo consumo", construindo sonhos para todos, pode por outro lado fazer naufragar todas as esperanças e proporcionar um desamparo existencial, um vazio no sentimento de coletividade e consequentemente trazendo o desespero, quando a violência passa a ser uma das possíveis soluções, a fim de que os desejos não realizados sejam conquistados à força. Este filme demonstra que as grandes cidades se tornaram "pontos nevrálgicos" do conflito entre os indivíduos, seus anseios e o sistema, que seduz, mas "seleciona" somente poucos para desfrutar de suas delícias, levando a grande maioria a um estado de "doença social", que em casos extremos tem um fim trágico.■



# HIPERBÁRICA

H O S P I T A L A R

**TRATAMENTO HIPERBÁRICO  
AGORA NA BAIXADA  
UNIDADE PRONIL**



**Osteomielites  
Feridas de difícil cicatrização  
Escaras - "Pé diabético"**

**Úlceras varicosas  
Queimaduras  
Lesões por radioterapia**

**Aceitamos Convênios**

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

**HIPERBÁRICA**  
H O S P I T A L A R



**Rua João Pessoa, 1.794 - Nilópolis**



**(21) 3760-0895**

**Outras unidades:**

Glória: Tel: 2222-2320

Vila da Penha: 2482-9696

Niterói: 2612-1111



HOSPITAL DE CLÍNICAS ANTÔNIO PAULINO  
PRONIL



# Excelência em UTI de Adultos

PRONIL • HOSPITAL DE CLÍNICAS

**ANTÔNIO PAULINO**



**TOMOGRAFIA  
COMPUTADORIZADA**  
MULTISLICE 16 CANAIS



CONVÊNIO

AMIL - BRADESCO SAÚDE - CLARO - CNEN - ELETROS CEPEL  
ELETROS SAÚDE - ELETROBRÁS - EMBRATEL - ENGEPROM - FAPES (BNDES)  
FURNAS - GAMA SAÚDE - GAMA SEGUROS - GOLDEN CROSS - MEDISERVICE  
NUCLEP - PAME - REAL GRANCEZA - SAÚDE CAIXA - SOMPO SAÚDE  
STAR ONE - SULAMÉRICA - TELOS - TVSAT

Rua João Pessoa, 1741 - Centro - Nilópolis - RJ  
(21) 2691-9595  
www.pronil.com.br  
faleconosco@pronil.com.br  
CRM 52.953797

Aceitamos Cartões



Diretor Técnico  
Dr. José Valente Ferreira  
CRM 52.01924-0