

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 - Ioja 240 - Centro

São João de Meriti

Rua Expedicionários, nº 62, 2º andar - Centro

Nilópolis

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

Vilar dos Teles

Rua Cléber Santos de Carvalho, nº 50 loia I

Duque de Caxias

Avenida Presidente Vargas, 108 - Centro NOVO ENDEREÇO

CENTRAL DE ATENDIMENTO:

21 2594-9366

PARTICULAR COM PREÇOS ESPECIAIS

Belford Roxo

Avenida Benjamim Pinto Dias, 868 - Centro

www.riolabor.com.br

O ESTETO

Prezados leitores, De repente o ser humano, aquele mesmo que pensava que podia controlar tudo e todos, se viu sem rumo, sem chão, perdido. Sem nem saber como seria o dia seguinte. Se é que haveria dia seguinte. Incrédulo diante das notícias e dos números que vinham aumentando em progressão geométrica. Rendido diante de um inimigo invisível, sorrateiro e letal que vem dizimando a população das mais ricas e prósperas nações. E que não vem poupando o Brasil. O coronavírus chegou como uma visita indesejada que já marcou o ano de 2020 como um dos mais difíceis e tristes dos últimos tempos.

Quando esta revista chegar as suas mãos eu torço, de coração, para que a tal curva de contágio esteja finalmente em queda. Mas como saber? Tantas convicções caíram por terra de março para cá não é mesmo?

Mas costumo ser uma otimista incurável (desculpem o trocadilho!) e acredito que, mesmo diante das situações pouco favoráveis é possível extrair aprendizados para a vida. O coronavírus nos obrigou a nos voltar para nós mesmos, para nossas casas, nossas famílias e, neste momento de reflexão, é impossível não pensar no que realmente importa na vida. Tem sido emocionante ver a corrente de solidariedade que se formou em todo o mundo. Nunca precisamos tanto uns dos outros para sobreviver. Vide o recado que já viralizou e vem salvando vidas: fique em casa. Estamos aprendendo a olhar o próximo também e esta lição vai ser fundamental quando tudo isso passar. Porque vai passar e um novo tempo chegará. Que ele seja mais leve, pleno de amor e esperanças.

Não poderia deixar de parabenizar os profissionais que continuam trabalhando nas mais diversas áreas, arriscando suas vidas, para salvar as nossas. Uma homenagem especial aos nossos heróis de ialeco: médicos, enfermeiros e profissionais da área da saúde que vêm honrando suas profissões. Emocionante ver o Cristo Redentor "vestido" de jaleco no domingo de Páscoa. O que dizer mais, além do nosso muito obrigado?

Fiquem bem, meus queridos, se cuidem e cuidem de quem está ao redor.

Forte abraço!

Por Patricia de Paula **Editora**



COM A PALAVRA	4
DIRETORIA	5
ONCOLOGIA	6
ORTOPEDIA	8
CARDIOLOGIA	10
INFORME UNIMED	12
PMNI	15
CISBAF	16
ENDOCRINOLOGIA	18
GINECOLOGIA / OBSTETRÍCIA	20
CLAUDIO MOURA - VIP'S	22
GESTÃO DE PROPAGANDA & MARKETING	24
SAÚDE MENTAL	26
SAÚDE BUCAL	28
DICAS CULTURAIS	30
GASTRONOMIA	32
COLUNA SOCIAL	33

EXPEDIEI

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.assomedni@gmail.com



Número 84 • Ano 08 Abril de 2020

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 Diretora-Social: Dr.a Cynthia de Souza Meyrelles Diretor Científico: Dr. Nilson Gomes

Editora: Patricia de Paula | MTB 23892/RJ Diagramação: Ronaldo C. Diniz

Impressão: Gráfica Colormarc 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.assomedni@gmail.com www.amni.org.br

COM A PALAVRA AMNI

ABRIL: ENTÃO!!! RECLUSÃO OU NÃO RECLUSÃO??? EIS A QUESTÃO!

Quarentena: "é a reclusão de indivíduos ou animais sadios pelo período máximo de incubação de uma doença, contado a partir da data do último contato com um caso clínico ou portador." Fonte: Wikipedia.

REALMENTE O CORONAVÍRUS CHEGOU EM NOSSO

Estamos vivendo um momento muito difícil de saúde pública e economicamente, sendo assim estamos falando de uma visão macro.

Manter tudo fechado ou não?

O comércio pode quebrar e podemos perder os nossos empregos, ou não?

Manter o isolamento social ou não?

Com o isolamento social podemos controlar a sua disseminação, ou não?

Temos os dois lados da moeda...

O pior é que não temos nada que estimule nada...

Políticas econômicas reais para que o país não pare! E não temos políticas sociais reais, já que temos a saúde e a educação falidas por causa de anos de uma péssima gestão da coisa pública, políticos despreparados e inescrupulosos e corrupção generalizada....etc.

Vemos empresários, de pequeno a grande porte, todos reclamando do fechamento de seus negócios, estimulando os seus funcionários a reclamarem (para não perderem os seus empregos) e que também chamam a sociedade para o seu lado.

Vemos governadores e prefeitos, alguns seriamente focados em resolver todos os problemas, e outros, já se aproveitando da situação, continuam usando pessimamente a comunicação e a máquina pública.

E também vemos brigas e intrigas políticas e baixarias de toda ordem, já que é ano de eleições. E ainda temos um povo mal-educado, moral e culturalmente, que está despreparado para entender realmente o que está acontecendo.

Logo, sendo muito diferentes de outros países, podemos concluir que o estrago por aqui deverá ser muito maior. Porque, se nos países que possuem quase tudo funcionando melhor, estão tendo dificuldades, onde o povo entende e respeita as regras e suas economias e sociedades estão mais saudáveis.... imaginem em nosso país, onde temos sérias dificuldades até para fazer cumprir o necessário isolamento social e as demais regras gerais que o momento exige. E isto agravado por um sistema de saúde pública bastante ineficiente....

Tenho muita pena e receio de tudo que possa acontecer em nosso país por causa da ignorância, da politicagem, do egoísmo, dos aproveitadores, da doutrinação ideológica etc...

Voltando ao nosso questionamento básico....

Mantemos o isolamento ou "libera geral"???

Querido povo brasileiro, pelo nosso país e pela nossa sobrevivência....

DISTANCIAMENTO SOCIAL É VITAL.

Mantenhamos o isolamento, obedecendo às orientações das autoridades e do Ministério da Saúde!!!

Médico é formado e preparado para salvar vidas... "se liberar geral", o nosso sistema de saúde, que já deixa a desejar, entrará em colapso, causando muitos óbitos, muita desgraça e muita tristeza.

O que temos a fazer para que a economia não quebre e que as nossas pequenas, médias e grandes empresas continuem vivas... e que o país sobreviva??

RESPEITAR AS AUTORIDADES E O PRÓXIMO, AUXILIAR

A TODOS NO QUE FOR POSSÍVEL, TRABALHAR MUITO, SER PACIENTE (vamos passar muitas dificuldades) e principalmente teremos que reinventar a nossa maneira de viver, pois a partir de agora teremos um novo mundo, nada será igual a antes. Esqueça para sempre as reclamações e o levar vantagem em tudo...

No caso da importância que tomou hoje um eficiente sistema de delivery, por exemplo, um primeiro ponto a definir deve ser a estratégia ideal para cada tipo de negócio: por telefone, por email, por redes sociais, por aplicativos???

E trabalhar, trabalhar e trabalhar!!!

Parem de reclamar... o que resolve problemas e dificuldades são as soluções após análise das várias alternativas viáveis....!!!

O ESSENCIAL, sem sombra de dúvidas, será sempre: ensinar, treinar, preparar e reciclar continuamente os nossos funcionários para uma nova era. Todos, funcionários e patrões, terão que estudar e ler muito mais... e, sobretudo, trabalhar...

TEMOS QUE TER AGILIDADE NOS TEMPOS DE CO-VID-19.

Teremos quer ir atrás do cliente de verdade e tratá-lo como a pessoa mais importante do mundo!!!

Pesquisa recente, feita no meio comercial, mostra que as empresas que acreditaram nas vendas online, delivery, estão prosperando, algumas estão vendendo mais do que quando a loja física estava aberta... com média de 20 a 30 % de aumento em suas vendas e em alguns segmentos chegam até a 50% de aumento.

Por que isto???

Por que estes empreendedores rapidamente se reinventaram, estudaram, pesquisaram e o principal: acreditaram.

No ramo de alimentação, o crescimento é espetacular!!! Pois alguns empreendedores abaixaram o preço, estão com maiores demandas e os prazos de entrega se alongaram, tamanha a procura de seus produtos e serviços. ENFIM: estaremos vivendo outros tempos e teremos que nos reinventar, de qualquer maneira....

Agora, quem quiser ficar esperando em casa as liberações, a boa sorte e a ajuda do seu santo de fé, realmente estará propenso a ter muitas dificuldades e até levar à falência os seus negócios.

Já estamos vivenciando um novo momento de aprender a pensar totalmente no COLETIVO. O somente EU já era... A brilhante solução para o nosso Brasil dependerá exclusivamente da nossa conduta...

O que nos cabe fazer ou implementar agora, durante a crise: quem pode trabalhar no sistema Home Office, trabalha

Não participe ou forme aglomerações (praias, shows, eventos, festas etc)....

A saída de casa deve ser somente para situações realmente necessárias, tipo: mercado, farmácia, médicos, hospitais, trabalho...Se você não se sente bem, use máscaras. Se piorar, procure um hospital....

Ou seja, a atitude mais sensata é pensar na saúde e segurança de nossas famílias e dos outros...

E vamos continuar orando a Deus pelos nossos médicos, enfermeiros, bombeiros, policiais... profissões estas que não podem parar por nada.

E a preocupação da AMNI com todos continua, ainda mais nestes últimos tempos, e tem sido muito grande. Olhem com atenção todo o trabalho que temos feito, a muito custo, nos últimos tempos.

Quanto aos eventos da Associação, dos meses de mar-

ço e de abril, foram todos suspensos. Logo informaremos as novas datas.

Continuem nos ajudando a trazer novos associados e novos parceiros a fim de nos auxiliarem 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.

Assim, para continuarmos a existir e a progredir sempre, ajude-nos a cumprir a nossa nobre MISSÃO! Faça parte deste projeto de trabalho e de vida.

Agora, curta e leia todas as colunas e matérias, pois elas são elaboradas pensando em você e no bem de todos nós. Críticas, elogios, dúvidas, matérias e mensagens para nossos colunistas — Enviar para: marco.assomedni@ qmail.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, o qual muito contribuiu para nos trazer até aqui!

E desde já estamos muito agradecidos pelo apoio e colaboração para com a nossa Casa e o nosso trabalho. Viva a AMNI!!

E, JUNTOS, superaremos este coronavírus. Boa sorte a todos!



O QUE DEVEMOS SABER E UMA REFLEXÃO SOBRE O COVID-19

Coronavírus é uma família de vírus que causa infecções respiratórias. A grande pandemia teve seu primeiro caso registrado em 31/12/2019 na China

Os primeiros coronavírus humanos foram isolados pela primeira vez em 1937, no entanto, foi em 1965 que o vírus foi descrito como Coronavírus em decorrência do seu perfil na microscopia, que parece uma coroa.

A maioria das pessoas se infecta com os Coronavírus comuns ao longo da vida, sendo as crianças pequenas mais propensas a se infectarem com o tipo mais comum do vírus.

Os vírus que infectam humanos mais comuns são: Alfacoronavírus 229E e NL63 e Betacoronavírus OC43 e HKU1.

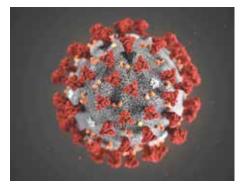
MEDIDAS PREVENTIVAS:

Lavar as mãos com água e sabão ou usar álcool em gel.

Cobrir o nariz e a boca ao espirrar ou tossir. Evitar aglomerações se estiver doente. Manter os ambientes bem ventilados. Não compartilhar objetos pessoais. Usar máscaras e luvas se for necessário.

REFLEXÃO SOBRE A SITUAÇÃO ATUAL:

Estamos passando por uma das maiores crises mundiais, porém devemos ressaltar que o nosso país estava saindo de uma crise econômica e o





estado do Rio de Janeiro, em especial, mergulhado em dívidas e numa crise muito major.

Neste momento o nosso "INIMIGO TEM NOME: COVID-19", porém ainda não temos uma arma eficaz para combatê-lo.

Foi solicitada ao povo ajuda nesta guerra: com isolamento social, redução da jornada de trabalho de diversas atividades e redução de salários. E o "povo" respondeu à altura, porém todos deveriam ser tratados da mesma forma. Por que o "povo", os profissionais de saúde e todos que estão trabalhando neste momento de crise estão dando sua parcela de contribuição e uma parte seleta da sociedade não?

Esta seleta minoria vai continuar recebendo integralmente, porém, o ideal seria que tivessem reduzidos, também, seus salários, ganhos e ver-

bas extras, como aconteceu com a maior parte da sociedade ativa.

Fica esta reflexão, que devemos avaliar com carinho, pois mais uma vez o trabalhador estará sendo esmagado, em especial o profissional de saúde, já tão massacrado e desvalorizado, e que está na linha de frente, no combate a uma doença tão "cruel", sem ter recursos para poder sair desta crise com dignidade e saúde.

A sociedade deveria rever seus valores e começar a valorizar mais aqueles que estão saindo todos os dias colocando suas vidas em risco e as de seus entes queridos. Como numa guerra, muitos estão sendo abatidos, todavia, nós, os profissionais da SAÚDE, estaremos sempre firmes à frente desta supercrise e temos apenas uma certeza: VAMOS VENCER!!





Dr. Alex Serpa
Biazucci
Segundo secretário
AMNI



AUXILIAR DE COZINHA A TRATAMENTO DE PISO A LIMPEZA HOSPITALARA CONTROLE DE ACESSO E PORTARIA RECEPCIONISTA A ZELADOR A MANUTENÇÃO PREDIALAMÃO DE OBRA EM GERAL

ONCOLOGIA

CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO:

ATENÇÃO AOS FATORES DE RISCO DIMINUEM AS CHANCES DE DESENVOLVIMENTO DA DOENÇA



De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), os tumores de cabeça e pescoço representam o nono tipo de câncer mais comum em todo o mundo e, aproximadamente, 700 novos mil casos são registrados anualmente. Neste mês, usaremos este espaço para conversar melhor sobre esse tipo de câncer.

São considerados cânceres de cabeça e pescoço aqueles que se desenvolvem nas regiões da boca, faringe, laringe, cavidade nasal e seios paranasais, glândulas salivares e tireoide. Dentre os mais comuns desse tipo de tumor está o câncer de laringe, que ocorre predominantemente em homens acima de 40 anos. No Brasil, segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA), a estimativa é que sejam registrados 7.650 novos casos da doença, sendo 6.470 em homens e 1.180 em mulheres em 2020.

Já o tumor na tireoide, também considerado um câncer de cabeça e pescoço, é o quinto tumor mais frequente em mulheres nas regiões Sudeste e Nordeste (sem considerar o câncer de pele não-melanoma), segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA).

Com estes dados, podemos perceber que esses tipos de tumor são comuns em nossa sociedade,

apesar de serem divulgadas poucas informações sobre eles. De uma forma geral, os tumores que se desenvolvem na região da cabeça e pescoço costumam ter crescimento lento. Por isto, as doenças apresentam um caráter assintomático em seus primeiros estágios e podem ser confundidas com uma série de enfermidades comuns, como gripe ou faringite.

Pensando se tratar de doenças corriqueiras, muitos pacientes demoram a consultar um especialista, tentando justificar os próprios sintomas, mesmo que eles persistam por bastante tempo. Esta situação dificulta o diagnóstico precoce, que proporciona grandes chances de sucesso no tratamento.

Normalmente, os cânceres de cabeça e pescoço se instalam já como lesões malignas, mas podem também se originar a partir de lesões pré-malignas (leucoplasias e eritroplasias). Com o crescimento, o tumor primário invade os tecidos da vizinhança e, nas fases mais avançadas, suas células podem migrar para os linfonodos cervicais e cair na circulação sanguínea, atingindo órgãos distantes: pulmões, fígado, ossos etc.

Sabendo disto, é de extrema importância que o paciente tenha um cuidado especial com feridas

na boca, rouquidão ou inflamações que durem mais de duas semanas sem apresentar quadros de melhora, após seguir recomendações médicas. O ideal é buscar um especialista para acompanhamento caso suspeite de algo anormal. Neste sentido, o dentista se coloca como uma figura importante no diagnóstico precoce do câncer de cabeça e pescoço. Muitas vezes ele é o primeiro a entrar em contato com o tumor por tratar da saúde da boca.

Existem alguns fatores de risco que aumentam a possibilidade do desenvolvimento do câncer de cabeça e pescoço. O primeiro deles é a falta de higiene bucal. Manter hábitos de higiene nesta área é fundamental para evitar os tumores de boca. Além de uma boa escovação dos dentes, é importante manter as próteses dentárias bem ajustadas e fazer visitas regulares ao dentista para detectar precocemente uma lesão suspeita na cavidade oral. O segundo principal fator de risco é o consumo excessivo de álcool e o tabagismo. O Instituto do Câncer do Estado de São Paulo traz números alarmantes: oito em cada dez diagnósticos de tumores na região da cabeça e pescoço têm a ver com o cigarro: a pessoa é ou já foi fumante. A pesquisa menciona ainda que o

consumo de bebida alcoólica está presente em 50% dos casos positivos. Ou seja, é clara a relação entre estes dois fatores no desenvolvimento da doença. Porém, quando a pessoa apresenta os dois hábitos, as chances do surgimento dos tumores aumentam mais ainda porque o álcool potencializa a ação do cigarro. Juntos, cigarro e álcool aumentam em 19 vezes a chance de desenvolver câncer de cabeça e pescoço.

Outro fator de risco é o sexo praticado sem preservativo. De acordo com o Instituto Nacional do Câncer (INCA), 7% da população brasileira têm HPV oral transmitido por via sexual e a infecção por papilomavírus humano também pode levar ao aparecimento de câncer de cabeça e pescoço. Apesar de muitas pessoas no Brasil não relacionarem o sexo seguro com a prevenção do câncer, a principal forma de contágio do HPV é através do sexo. Por isto, a utilização de preservativos nas relações sexuais, inclusive no sexo oral, previne diversos tipo de câncer.

É importante esclarecer que uma dieta rica em frutas, verduras e legumes e o hábito de praticar exercícios físicos frequentes pode diminuir as chances do aparecimento de diversos tipos de câncer, inclusive os de cabeça e pescoço. Bebidas naturais, como chá verde, açafrão e própolis, também podem ser importantes fatores de proteção contra esses tumores, devido à presença de antioxidantes, componentes capazes de evitar

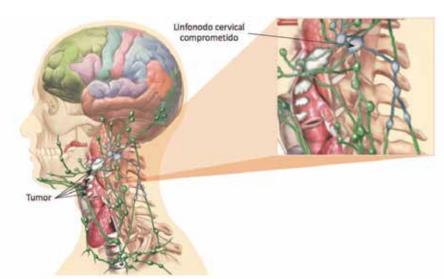
a formação de lesões e tumores nas células. Já ingerir diariamente carne vermelha em grandes quantidades pode predispor a um tumor na boca ou garganta, principalmente quando preparada em churrasqueiras, uma vez que o carvão utilizado contém elementos carcinogênicos. O consumo ideal de carne é de 2 a 3 vezes por semana e recomenda-se variar a forma de preparo, além de incluir bastante salada na alimentação.

Uma vez diagnosticado o tumor, os médicos discutirão com o paciente as opções de tratamento. As principais opções de tratamento para pacientes com câncer de cabeça e pescoço podem incluir cirurgia, radioterapia, quimioterapia e terapia alvo. Na maioria dos casos, mais do que um destes tratamentos ou uma combinação deles pode ser utilizada.

A boa notícia é que, quando diagnosticado precocemente, as chances de cura dos cânceres de cabeça e pescoço podem chegar a 80%. Por isto, é importante estar atento aos sintomas que persistam por mais de duas semanas, como lesões na boca que não cicatrizam; caroços (gânglios) na região do pescoço; rouquidão; dificuldade de engolir; ou dor de garganta persistente. Caso perceba estes sinais, busque um especialista.



DR. PAULO
SERGIO
PERELSON
Oncologista



TRIAGEM ON-LINE
PARA NOSSOS CLIENTES



Beneficiários da Unimed Nova Iguaçu já podem receber orientações sobre o COVID-19, sem sair de casa. Basta acessar o endereço

unimedcontraocoronavirus.com.br

para receber um atendimento personalizado, através de profissionais de saúde altamente capacitados, prontos a orientar.



ANS - no 344397

TGG

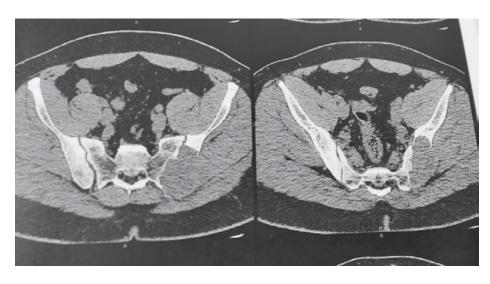
Otumor de células gigantes é neoplasia de natureza mesenquimal, caracterizada pela proliferação de células gigantes multinucleadas (gigantócitos), sendo corrente o emprego das siglas TCG ou TGC.

O TCG ocorre na terceira e quarta décadas de vida, comprometendo igualmente ambos os sexos. A manifestação principal é a dor local intermitente, acompanhada ou não de aumento de volume da região afetada. O tempo de história é variável e depende do osso e da região afetada.

O TCG é mais frequente na epífise distal do fêmur e proximal da tíbia, seguido pelas regiões proximal do úmero e distal do rádio. No esqueleto axial é raro e, quando ocorre, predomina no sacro. Quando localizado no ilíaco ou no sacro geralmente apresenta grande volume, dor intensa, podendo causar manifestações neurológicas.

Na radiografia observa-se lesão de rarefação óssea, de início excêntrica e respeitando os limites da cortical. Com a evolução, pode ocorrer ruptura do osso e comprometimento articular. A tomografia computadorizada pode ajudar a avaliar o grau de comprometimento articular e de erosão cortical, facilitando a escolha da melhor técnica de reconstrução cirúrgica.

O tratamento depende da extensão tumoral no momento do diagnóstico. Algumas lesões são irressecáveis, enquanto outras podem ser ressecadas cirurgicamente. A cirurgia de curetagem e cimentação é uma conduta possível, utilizando métodos ad-



juvantes para evitar recidiva tumoral. Cada caso deve ser avaliado de acordo com o osso acometido e a extensão tumoral pois existem diversos tipos de tratamentos diferentes.

As complicações inerentes a este tumor são as recidivas, afundamentos da superfície articular, entre outros. Excepcionalmente, podem ocorrer metástases pulmonares ou malignização.







DRA. LUMA
DUARTE
BARBOSA
Ortopedista

Para maiores informações e consultas: CONI (Clínica Ortopédica Nova Iguaçu) Rua Quintino Bocaiuva, 77 – Centro / NI Telefone: (21)2768-2017



SERVIÇO ESPECIAL PARA O ASSOCIADO

BUSCAMOS O SEU VEÍCULO PARA A MANUTENÇÃO*

NA COMPRA DE QUALQUER ÓLEO, A TROCA É GRÁTIS



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



Agora aceitando Unimed e outros convênios



FibroScan®...

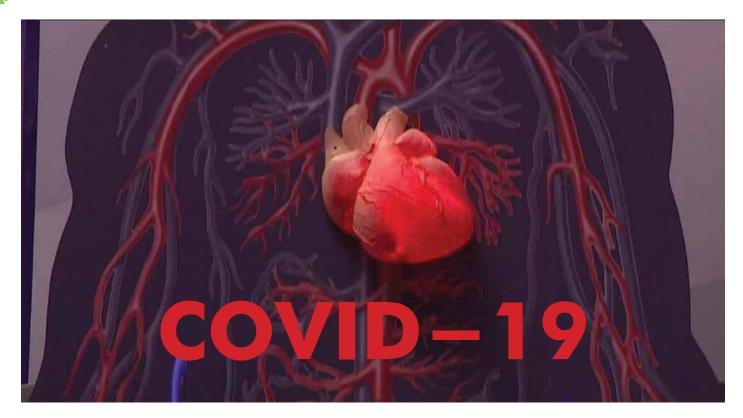
...também conhecido como elastografia hepática, um procedimento não-invasivo capaz de avaliar os danos no fígado causados por doenças como a hepatite, cirrose e presença de

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 o3 horas.

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

www.cedifi.com.br

CARDIOLOGIA



Opaciente portador de DCV (doença cardiovascular) tem maior chance de se contaminar com o novo coronavírus, assim como apresenta maiores taxas de mortalidade associadas à doença. Assim, a SBC recomenda:

- Estratificar ambulatorialmente os casos de acordo com a presença ou não de DCV para inclusive priorizar cuidados e tratamento de acordo com recursos disponíveis.
- Intensificar os cuidados e as medidas de prevenção contra a infecção pelo novo coronavírus na população de pacientes portadores de DCVs (Ministério da Saúde).
- 3. Em vistas ao conhecimento do envolvimento da enzima conversora de angiotensina 2 (ECA-2) na fisiopatologia da infecção pelo coronavírus, especula- se que a modulação dessa via poderia ser uma alternativa a ser explorada no manejo de pacientes. A utilização de fármacos como os inibidores de

enzima conversora de angiotensina (IECA) e os bloqueadores de receptores de angiotensina (BRA), assim como o uso de tiazolidinedionas e de ibuprofeno resultam em elevação dos níveis da ECA- 2. Os dados disponíveis até alertam que os pacientes infectados com o novo coronavírus, que tenham diabetes, hipertensão ou insuficiência cardíaca e estejam em uso de IECA ou BRA, devam ser acompanhados. Em não havendo evidências definitivas a respeito da associação entre o uso desses fármacos e maior risco da doença, a SBC recomenda a avaliação individualizada do paciente em relação ao risco cardiovascular da suspensão dos fármacos versus o risco potencial de complicações da doença.

Que em pacientes sintomáticos com infecção suspeita ou confirmada, com doença cardiovascular prévia ou manifestando-se com descompensação cardíaca aguda ou

- nos portadores da forma grave da doença, o médico deva considerar monitorizar a função cardiovascular por meio da realização de ecocardiograma transtorácico com doppler, monitorização eletrocardiográfica e dosagem de biomarcadores como a troponina e o dímero D.
- Que o cardiologista deva fazer parte do time de cuidado do paciente crítico, provendo auxílio na discussão e no tratamento do paciente em choque, inclusive na indicação e no manejo de suporte circulatório com oxigenação por membrana extracorpórea venoarterial.
- Considerar estratégia hemodinâmica personalizada para o paciente cardiopata no manejo da forma da infecção, pelo risco aumentado de hipervolemia e de complicação da doenca.
- 7. Que pacientes cardiopatas devam ser conduzidos de acordo com as atuais diretrizes vigentes, assegurando-se o melhor tratamento disponível para essas enfermidades crônicas. Além disso, considera fundamental que os pacientes portadores de DCVs se mantenham rigorosamente aderentes à dieta adequada, sono regular e à atividade física, evitando a exposição ao tabagismo e ao etilismo.

Fonte: Sociedade Brasileira de Cardiologia



ESCRITO POR:
Dr. Paulo Roberto
Pereira de Sant'Ana

Dr. Maurício de Souza
Rocha Júnior



Calor Humano e Qualidade

- Equipe multiprofissional
- Quartos ambientados
- Excelentes instalações
- Emergência 24h
- Clínica geral
- Obstetrícia
- Ortopedia

EXAMES:

- Ultrassom
- Tomografia
- Análises Clínicas
- Mamografia
- Radiologia
- Endoscopia
- Colonoscopia





Rua Gessyr Gonçalves Fontes, 153 São João de Meriti Telefone: (21) 2757-5800

Terezinha de Saude Jesus

INFORME UNIMED

UNIMED NOVA IGUAÇU ADOTA MEDIDAS IMPORTANTES EM VIRTUDE DO NOVO

CORONAVÍRUS

Diante da situação de emergência de Saúde Pública instalada no estado do Rio de Janeiro e no Brasil pela circulação comunitária do novo coronavírus (Covid-19), a Unimed Nova Iguaçu adotou uma série de medidas seguras com o objetivo de facilitar o contato dos beneficiários com a Cooperativa, oferecer orientação sobre os cuidados corretos neste momento de isolamento social, bem como disponibilizar o atendimento médico preliminar dos cooperados. Todas as ações visam manter as pessoas em casa e, principalmente, preservar a saúde de todos.

Veja algumas iniciativas criadas pela Cooperativa:

- Implantação do Programa "Pré--Consulta à Distância - Coronavírus (Covid-19)" – do programa participam diversos médicos cooperados que, por meio do telefone ou Whatsapp, estão orientando os beneficiários e não beneficiários da Unimed Nova Iguaçu sobre a nova doença, seguindo o Protocolo de Orientação por Telefone Coronavírus (COVID19).
- · Disponibilização do site www. unimedcontraocoronavirus.com. br para tirar dúvidas sobre o novo coronavírus (covid-19).
- Criação de novos canais de atendimento via e-mail junto aos clientes (Serviços Administrativos) com os setores mais importantes da Cooperativa.



Pelo site, beneficiários se orientam e tiram as suas dúvidas sobre a covid-19



Cooperados usam recursos tecnológicos para atender clientes e a população em geral

DIA INTERNACIONAL DA MULHER É CELEBRADO COM FUTEBOL E ALEGRIA

Branca'S Esporte e Ação, time apoiado pela Unimed Nova Iguaçu, bate um bolão em campo

Otime de futebol feminino que integra o Projeto Branca'S Esporte e Ação, apoiado pela Unimed Nova Iguaçu, marcou presença na celebração do Dia Internacional da Mulher batendo um bolão no Festival de Futebol Feminino Sub-14 "Joga Com Elas", ocorrido no Centro de Treinamento Zico (CFZ), no dia 08 de março. O evento teve o incentivo da FERJ — Federação de Futebol do Estado do Rio de Janeiro e contou com as presenças ilustres das jogadoras Pretinha e Lara Dantas.



Branca (abaixada no centro) cercada pela sua equipe que sonha chegar ao profissional



Unimed Nova Iguaçu apoia projeto que incentiva o futebol feminino

A ex-jogadora da seleção brasileira, Pretinha, fez uma pequena palestra e participou das atividades técnicas e táticas com as atletas das equipes. Lara, revelação do time do Fluminense, é atleta da seleção Sub-15 e também

deu dicas e deixou mensagens de incentivo às meninas

Como o objetivo do festival "Joga Com Elas" é incentivar e fomentar o futebol feminino, todas as jogadoras receberam uma medalha de ouro pela atuação. Além dos jogos, o festival teve outras atividades, como chutes ao gol e futebol de botão. O evento terminou ao som do grupo Samba-Flor formado apenas por mulheres.

COOPERATIVA DEBATE SUSTENTABILIDADE COM ALUNOS

DA REDE PÚBLICA

Com o objetivo de debater a importância da adoção de atitudes cotidianas responsáveis e sustentáveis, a Unimed Nova Iguaçu levou aos alunos do Centro de Educação Infantil Isaura da Costa Sá Coelho, no município de Nilópolis, a apresentação da peça 'SOS Terra', projeto patrocinado pela Cooperativa. De maneira lúdica e engraçada as marionetes despertaram a atenção dos alunos da educação infantil, com idades entre 2 e 4 anos. A peça, exibida no dia 09 de março, foi a última realizada antes da suspensão das aulas.

"Apoiar as iniciativas de responsabilidade social promovidas por profissionais da nossa região sempre foi uma prerrogativa da nossa Cooperativa. Através da peça teatral conseguimos levar uma mensagem fundamental aos futuros adultos do nosso país que é a preservação do meio ambiente, o uso racional dos bens naturais, assim como o descarte adequado do lixo. Com leveza, linguagem simples e divertida eles aprendem e multiplicam a informação", observa a responsável pelo trabalho Caroline Conceição.



De forma simples e divertida, os pequenos alunos aprendem e multiplicam a informação

INFORME UNIMED

"MULHERES QUE INSPIRAM" É TEMA DA AÇÃO DA UNIMED NOVA IGUAÇU ÀS COLABORADORAS

Dia Internacional da Mulher é celebrado com debate pela luta por direitos

Im homenagem ao Dia Internacional da Mulher, a Unimed Nova Iguaçu realizou, no dia 06 de março, uma palestra para suas colaboradoras com o tema "Mulheres que Inspiram", onde foi conceituada a história da data e apresentados exemplos de algumas mulheres importantes em relação à busca constante pela equidade de direitos.

A ação, produzida pela Psicóloga líder do Centro de Atendimento Multidisciplinar Unimed, Renata Silva, e pela Coordenadora do setor de Gestão de Pessoas, Andreia Lengruber, também teve como objetivo mostrar que cada uma é livre para escolher ser o que quiser, destacando ainda que todas podem inspirar outras pessoas. Minipalestras voltadas às responsáveis dos pacientes também foram realizadas para marcar a data.



Colaboradoras se envolvem, se emocionam e trocam experiências durante o encontro



Sangue

Urina

Fezes

Histopatológico Colpocitologia



Laboratório de Análises Clínicas

Rua Bernardino de Melo, 1.399 / 2º Andar

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

Nova Iguacu - RJ

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

Nilópolis - RJ

www.labpaschoalmartino.com.br

E-mail: 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

2

14



PREFEITURA DE NOVA IGUAÇU HIGIENIZA ESPAÇOS PÚBLICOS E REFORÇA AÇÃO EM UNIDADES DE SAÚDE

Depois de fazer a descontaminação dos ambientes externos das unidades de saúde do município, a Prefeitura de Nova Iguaçu ampliou o trabalho de reforço da higienização a pontos da cidade onde há maior circulação de pessoas. Nesta terça-feira (31), agentes da Superintendência de Vigilância Ambiental (Suvam), órgão ligado à Secretaria Municipal Saúde (Semus), realizaram o serviço em passarelas, pontos de ônibus, praças, estação de trem e no terminal rodoviário, pulverizando hipoclorito (mistura de água com água sanitária) em corrimãos, paredes e arredores como forma de combater a disseminação da Covid-19.

Agentes da Suvam começaram a higienização por passarelas do Centro, passando pelo Buraco do Getúlio, pontos de ônibus, Praça da Liberdade, estação de trem e o terminal rodoviário de Nova Iguaçu. No período da tarde, o trabalho foi reforçado nas principais emergências do município, como as Upas de Comendador Soares, Austin, Botafogo e Cabuçu — estas duas administradas pelo estado —, a Unidade 24h de Vila de Cava e o Hospital Geral de Nova Iguaçu. O serviço segue ao longo da semana, e



se tornou uma ação rotineira da Prefeitura, que vai percorrer a cidade para garantir a limpeza e descontaminação dos espaços públicos.

"Na última semana iniciamos esse trabalho de descontaminação nos arredores de nossas unidades de saúde e decidimos ampliar o serviço aos espaços públicos, como passarelas,

estações de trem e rodoviária, que são locais com maior fluxo de pessoas. Vamos percorrer o município com este trabalho de higienização, que faz parte de uma série de medidas que estamos adotando para combater a disseminação do coronavírus", destaca o prefeito Rogerio Lisboa.

Para reforçar a limpeza e descontaminação da área externa das unidades de saúde de Nova Iguaçu, a Empresa Municipal de Limpeza Urbana (Emlurb) está realizando a lavagem do chão da área externa do Hospital Geral de Nova Iguaçu, Maternidade Municipal Mariana Bulhões e das Upas, municipais e estaduais, também utilizando produto a base de hipoclorito. A ação foi intensificada na última semana e acontece diariamente, inclusive aos finais de semana, para combater a propagação da Covid-19 na cidade.



Fotos: Raphael Bittencourt / PMNI

Assessoria de Imprensa / Mais informações: (21) 2666-4906



CISBAF

CISBAF INVESTE EM EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO PARA PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Oconsórcio Intermunicipal de Saúde da Baixada Fluminense – CISBAF adquiriu mais de 35 mil equipamentos de proteção individual (EPIs) para os profissionais de saúde que trabalham na Central de Regulação de Urgência Regional – CRUR, na UPA Jardim Íris (São João de Meriti) e nas bases do SAMU 192 dos municípios de Queimados e São João de Meriti.

São máscaras, aventais, gorros, sapatilhas, uniformes, dentre outros itens comprados com o apoio do setor de Licitação do Consórcio. "A agilidade e a experiência da nossa comissão de licitação possibilitaram essa compra em tempo recorde para que pudéssemos proteger os profissionais que estão na linha de frente do combate ao coronavírus na região", ressalta a Secretária Executiva do Cisbaf, Rosangela Bello.

A Central de Regulação de Urgência Regional, anteriormente chamada de Central de Regulação do SAMU 192 Baixada Fluminense, é administrada pelo Consórcio desde outubro de 2004, quando o serviço foi implantado na região. As equipes da UPA Jardim Íris, em São João de Meriti, e das bases do SAMU 192 dos municípios de Queimados e São João de Meriti também receberam os EPIs em decorrência do contrato de gestão firmado entre o Consórcio e respectivos municípios.

 Este é o nosso compromisso. O Consórcio é um instrumento dos municípios consorciados, entretanto, em alguns casos, assumimos ainda outras atribuições a partir da celebração de serviço específico demandado pelo gestor. A lei nos possibilita esta prestação e o município fortalece a sua estrutura, usando a nossa capacidade técnica. O Cisbaf vem, com seriedade e eficiência, mostrando a importância do seu papel regional – analisa Bello.









Médicos reguladores, profissionais da UPA Jardim Íris e equipes do SAMU 192 de Queimados e São João de Meriti com EPIs completos

2

SAMU BAIXADA FLUMINENSE TEM INCREMENTO NOS CHAMADOS

Orientações sobre o novo coronavírus elevam ligações ao 192

Apandemia do novo coronavírus (COVID-19) no país vem mudando não somente a rotina de vida das pessoas, mas toda a estrutura da rede pública de saúde. O Serviço de Atendimento Móvel de Urgência – SAMU 192 na Região da Baixada Fluminense, por exemplo, vem registrando um incremento no número de chamados a cada dia.

Segundo a Diretora Técnica do Cisbaf, Márcia Cristina Ribeiro, na primeira semana de março a central regional recebeu cerca de 8.500 ligações, que se subdividiram em pedidos de informação, regulação médica, solicitação de transferência e/ ou internação, dentre outros. Entretanto, na última semana do mesmo mês, o número total de contatos subiu para 10 mil, e vem crescendo a cada semana, principalmente após o Ministério da Saúde decretar o estado de transmissão comunitária do novo coronavírus em todo o Brasil. Não podemos aferir com precisão ainda a taxa de ligações exclusivamente sobre a COVID-19, mas o SAMU é um serviço essencial na estrutura da rede de saúde pública e, neste momento crítico de pandemia, vem mostrando mais uma vez a sua relevância no salvamento de vidas. As regulações (atendimentos) podem variar, desde uma idosa perguntando se poderia ir à igreja, quando prestamos a orientação médica sem a necessidade de envio de ambulância, até casos graves de insuficiência respiratória, que demandam a ida de uma viatura com equipe de urgência - explica a Diretora.

A central de regulação funciona 24h, sete dias da semana, inclusive feriados, e conta com uma equipe formada por médicos, técnicos auxiliares de regulação médica (TARMs) e operadores de frota. O Cisbaf administra a central regional de regulação e as bases descentralizadas, incluindo ambulâncias e respectivos profissionais, são de responsabilidade dos municípios.

No relatório do Observatório de Saúde elaborado trimestralmente pelo Cisbaf, que avalia os dados registrados no sistema de gestão da central de regulação do SAMU 192, os motivos de chamados ao serviço de urgência também vêm se modificando. As doenças respiratórias, que antes ocupavam a 12ª colocação no ranking, agora subiram para a 8ª posição. Porém, Márcia Ribeiro faz um alerta e acredita que as doenças respiratórias já sejam atualmente uma das três principais causas de ligações para o 192. "Precisamos considerar que este relatório compreende o período de janeiro/fevereiro/março e nos dois primeiros meses do ano ainda não tínhamos o novo coronavírus circulando no país".

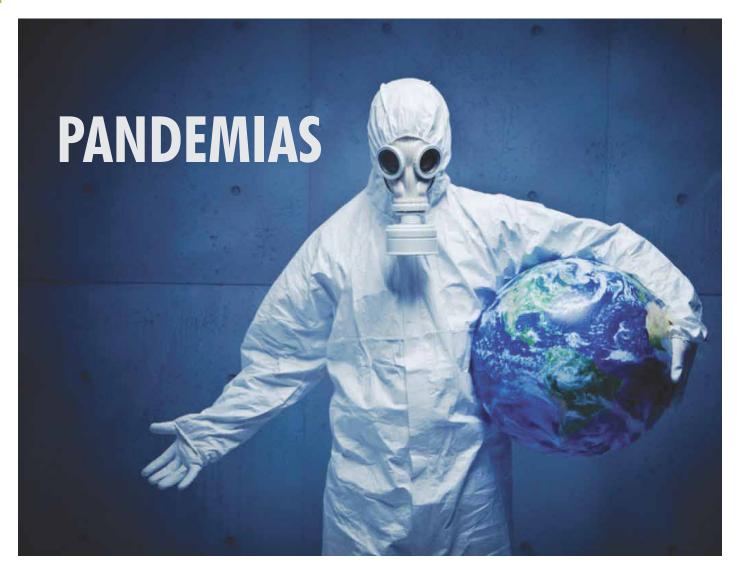




Ambulâncias e equipe da central de regulação preparadas para atender à população da Baixada Fluminense



ENDOCRINOLOGIA



Segundo a OMS, uma pandemia é a disseminação mundial de uma nova doença. O termo indica que a enfermidade se espalhou por diferentes continentes com transmissão sustentada de pessoa para pessoa.

Tedros Adhanom Ghebreyesus, Diretor-geral da OMS, falou sobre o uso inadequado e falta de conhecimento em relação a esta palavra. "Pandemia não é uma palavra para ser usada à toa ou sem cuidado. É uma palavra que, se usada incorretamente, pode causar um medo irracional ou uma noção injustificada de que a luta terminou, o que leva a sofrimento e mortes desnecessários."

GRIPE ESPANHOLA

Foi uma variação do vírus Influenza (comumente associado às gripes recorrentes e ao H1N1). A origem da mutação do vírus da gripe é desconhecida. Os casos tiveram início em 1917 e desde então ela se coloca como uma das doenças mais resistentes de todos os tempos. A letalidade da gripe variou entre 6% a 8% durante o surto.

Com estimativa entre 17 e 100 milhões de mortos ao redor de todo o mundo, a Gripe Espanhola infectou 27% da população mundial e milhares de pessoas no Brasil. Precisa-se que mais de 35 mil pessoas tenham morrido no nosso país. Uma delas foi o Presidente Rodrigues Alves, que faleceu antes de assumir a presidência pela segunda vez.

PESTE BUBÔNICA

É uma doença causada por uma bactéria presente em ratos pretos. Pulgas que morderam os ratos ao entrar em contato com os humanos transmitem a doença, que causa febre, dores de cabeça, vômitos e um inchaço enorme dos gânglios linfáticos, além de manchas pretas ao redor da pele. A doença passou a se espalhar por toda a Europa e estima-se que ela tenha matado mais de 50 milhões de pessoas entre 1343 e 1353. A falta de higiene e saneamento dificultou a contenção da Peste. A doença atingiu toda a China, Oriente Médio, Rússia e chegou até a Escócia. O poeta italiano Giovanni Boccaccio, que viveu durante o período, descreveu a peste desta maneira:

Apareciam, no começo, tanto em homens como nas mulheres, ou na virilha ou nas axilas, algumas inchações. Algumas destas cresciam como maçãs, outras como um ovo; cresciam umas mais, outras menos; chamava-as o povo de bubões. Em seguida o aspecto da doença começou a alterar-se, começou a colocar manchas de cor negra ou lívidas nos enfermos. Tais manchas estavam nos braços, nas coxas e em outros lugares do corpo. Em algumas pessoas as manchas apareciam grandes e esparsas; em outras eram pequenas e abundantes. E, do mesmo modo como, a princípio, o bubão fora e ainda era indício inevitável de morte, também as manchas passaram a ser mortais.

VARÍOLA

É uma doença que assolou a humanidade por muito tempo. Registros mostram que o faraó Ramsés II morreu vítima da smallpox, erradicada no planeta desde 1980 graças a uma grande campanha de vacinação. No entanto, entre 1896 até sua erradicação, cerca de 300 milhões de pessoas morreram graças ao vírus.

Edward Jenner descobriu a vacina da varíola em 1796, a primeira vacina de todos os tempos. Apesar disto, a capacidade de vacinação global da doença, que tinha taxa de mortalidade de 30%, se manteve na humanidade até os anos 1980. Transmitida por via aérea, a varíola causa uma série de verrugas cheias de pus no corpo do infectado.

TIF0

O surto de Tifo matou mais de 3 milhões de pessoas entre 1918 e 1922. As condições pós-Primeira Guerra deixadas na Europa criaram um ambiente de miséria altamente propício para o desenvolvimento de doenças. Uma precária rede de saneamento e detecção acabou espalhando ratos por todo o continente, especialmente na Rússia.

O tifo tem origem similar à da peste bubônica. A transmissão é justamente originada de pulgas

18

O reservatório animal para o coronavírus (CO-VID-19) ainda é desconhecido.

que morderam ratos infectados. Os sintomas são: dor de cabeça e nas articulações, febre alta, delírios e erupções cutâneas hemorrágicas.

CÓLERA

Ainda não foi erradicada e matou, entre 1817 e 1824, milhares de pessoas ao redor do mundo todo. Acredita-se que esta tenha sido de fato a primeira epidemia que alcançou todos os continentes, ao contrário da peste bubônica, que se manteve na Eurásia e Norte da África.

A bactéria da cólera libera uma toxina que provoca diarreia intensa e o portador pode acabar morrendo por desidratação. A proliferação é similar à de poliomelite: água e alimentos infectados são a principal maneira de infecção. Segundo a OMS, 100 a 120 mil pessoas morrem todos os anos devido à doença, que poderia ser erradicada com vacinação e saneamento básico universal.

TUBERCULOSE

Os poetas românticos brasileiros tanto escreveram sobre o 'Mal do Século' que você talvez tenha aprendido sobre o surto de tuberculose que ocorreu entre 1850 e 1950. A doença ataca o sistema respiratório e acometeu milhões de pessoas no Brasil e no mundo. Acredita-se que mais de 1 bilhão de pessoas tenham morrido.

Causada por uma bactéria - bacilo de Koch -, a tuberculose só conseguiu ser eficientemente tratada pela penicilina, antibiótico descoberto por Alexander Fleming. Hoje, a doença é considerada controlada, mas ainda afeta regiões mais pobres do planeta e especialmente portadores de HIV.

A maioria das pessoas se infecta com os coronavírus comuns ao longo da vida, sendo as crianças pequenas mais propensas a se infectarem com o tipo mais comum do vírus. Os coronavírus mais comuns que infectam humanos são o alfacoronavírus 229E e NL63 e betacoronavírus OC43 e HKU1.

em 1965 que o vírus foi descrito como coronaví-

rus, em decorrência do seu perfil na microscopia,

parecendo uma coroa.

PERÍODO DE INCUBAÇÃO DO CORONAVÍRUS

Período de incubação é o tempo que leva para os primeiros sintomas aparecerem desde a infecção por coronavírus, que pode ser de 2 a 14 dias.

PERÍODO DE TRANSMISSIBILIDADE DO CORO-NAVÍRUS

De uma forma geral, a transmissão viral ocorre apenas enquanto persistirem os sintomas. É possível a transmissão viral após a resolução dos sintomas, mas a duração do período de transmissibilidade é desconhecida para o coronavírus. Durante o período de incubação e casos assintomáticos não são contagiosos.

FONTE DE INFECÇÃO DO CORONAVÍRUS

A maioria dos coronavírus geralmente infecta apenas uma espécie animal ou pelo menos um pequeno número de espécies proximamente relacionadas. Porém, alguns coronavírus, como o SARS-CoV, podem infectar pessoas e animais.

QUAIS SÃO OS SINTOMAS DO CORONAVÍRUS?

Os sinais e sintomas do coronavírus são principalmente respiratórios, semelhantes a um resfriado. Podem, também, causar infecção do trato respiratório inferior, como as pneumonias. No entanto, o coronavírus (SARS-CoV-2) ainda precisa de mais estudos e investigações para caracterizar melhor os sinais e sintomas da doença.

Os principais sintomas conhecidos até o momento são:

- Febre
- Tosse
- · Dificuldade para respirar

Como é possível perceber, o vírus é minúsculo se comparado às células do nosso corpo. Isso porque estes organismos são estruturas simples: o coronavírus consiste em uma única cadeia de RNA (material genético) coberta por uma bicamada lipídica e picos de proteína — as chamadas proteínas spike.



НΙ

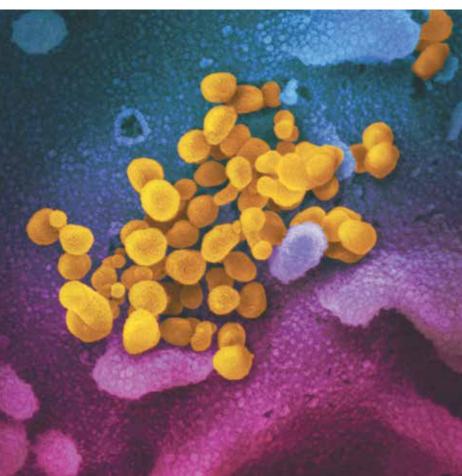


Freddie Mercury morreu de broncopneumonia, cujo tratamento foi impossível graças à AIDS

CORONAVÍRUS (COVID-19)

Coronavírus (CID10) é uma família de vírus que causa infecções respiratórias. O novo agente do coronavírus foi descoberto em 31/12/19 após casos registrados na China. Provoca a doença chamada de coronavírus (COVID-19).

Os primeiros coronavírus humanos foram isolados pela primeira vez em 1937. No entanto, foi



GINECOLOGIA / OBSTETRÍCIA



efinição

Gravidez Molar, ou Doença Trofoblástica Gestacional, é o nome dado a um espectro de doenças placentárias tumorais originárias do trofoblasto viloso. Histologicamente, podem ser distinguidas em mola hidatiforme completa ou incompleta, mola invasora, coriocarcinoma e tumor trofoblástico do sítio placentário (PSTT).

Sinais e Sintomas

A apresentação clínica mais comum da gravidez molar é o sangramento vaginal no primeiro trimestre, geralmente intermitente e progressivo, podendo ser acompanhado pela eliminação de vesículas hidrópicas (aspecto de "cachos de uva").

Pode ainda ser um achado incidental na ocasião da primeira ultrassonografia, com identificação de múltiplas vesículas anecóicas sem fluxo ao doppler ("imagem em flocos de neve").

A apresentação inicial pode ainda ser relacionada a níveis muito elevados de Beta-H-CG, com a suspeição clínica aventada pelos valores laboratoriais acima do esperado para a idade gestacional ou pela sintomatologia gerada pela atividade biológica do hormônio, como os quadros de hiperêmese gravídica, pré-eclâmpsia precoce, hipertireoidismo, formação de cistos tecaluteínicos volumosos e bilaterais.

Complicações:

Anemia

20

· Coagulopatia

- Infecção
- Hipertireoidismo
- · Pré-eclâmpsia
- Complicações Pulmonares: Embolização trofoblástica, insuficiência cardíaca e sobrecarga cardíaca de alto débito por anemia e hipertireoidismo.
- Rotura ou torção de cistos tecaluteínicos.

Exame Físico:

Exame Abdominal: Fundo de útero maior que o esperado para a idade gestacional. Exame Especular: Diante da queixa de sangramento, avaliar eventual conteúdo hidrópico do material eliminado; e investigar possível implantação tumoral no colo ou parede vaginal.

Toque Bimanual: O útero estará tipicamente maior do que o esperado para a idade gestacional e, na presença de cistos tecaluteínicos gigantes, pode-se palpar a massa anexial

Exames Complementares:

Hemograma Completo e Coagulograma: Avaliar anemia ou coagulopatia.

 Tipo Sanguíneo, Fator Rh e Coombs Indireto: Fazer imunoglobulina anti-Rh para pacientes Rh negativo com Coombs



- Indireto (CI) negativo, após o esvaziamento uterino.
- Beta-HCG Quantitativo: Tem particular importância para o seguimento após esvaziamento uterino (ver seguimento pós-molar).
- Ultrassonografia Transvaginal: A identificação de imagens anecóicas vesiculares em material ecogênico ou área placentária espessada, sem fluxo ao doppler, permite o diagnóstico ultrassonográfico de doença molar (completa ou incompleta, respectivamente).
- Raio-X de Tórax: Deve ser solicitado para o rastreio de metástases pulmonares.

Diagnóstico Diferencial:

Os principais diagnósticos diferenciais nos quadros de sangramento da primeira metade da gravidez são:

- Sangramento de origem cervical ou vaginal
- · Hematoma subcoriônico
- Abortamento
- · Gravidez Ectópica

Acompanhamento:

O tratamento da doença trofoblástica gestacional requer esvaziamento uterino por aspiração a vácuo. Assim, todos os casos necessitam de internação hospitalar para realização do procedimento cirúrgico.

Esvaziamento Uterino: O esvaziamento uterino é mandatório, e deve ser realizado preferencialmente por vácuo-aspiração.

- Seguimento Pós-Molar (Beta-HCG quantitativo).
- Pré-esvaziamento uterino.
- 48 horas pós-esvaziamento uterino;



depois, semanalmente.

 Após negativo por três semanas consecutivas, dosar mensalmente por seis meses.

Ultrassom Transvaginal: A persistência de imagem sugestiva de doença molar após o esvaziamento uterino pode sugerir malignização, principalmente, se apresentar extensão miometrial ou fluxo exuberante e de baixa resistência ao doppler.

Anticoncepção: É de suma importância evitar nova gestação no período de seguimento pós-molar, visto que a elevação do beta-H-CG pela gravidez iria mascarar a recidiva da doença, postergando a instituição de terapêutica adequada. Assim, a paciente deve ser orientada a utilizar anticoncepcionais du-

rante os seis meses de acompanhamento.

- Critérios Para Quimioterapia (diagnóstico de Neoplasia Trofoblástica Gestacional):
- Estabilização de quatro valores (10%) do Beta-HCG, dosados semanalmente (1º, 7º, 14º e 21º dias)
- Aumento > 10% do nível de HCG em um período de duas semanas (1º, 7º e 14º dias)
- Persistência de HCG detectável por mais de seis meses após o esvaziamento uterino
- Surgimento de metástase trofoblástica
- Diagnóstico histopatológico de mola invasora ou coriocarcinoma no material aspirado

OBSERVAÇÃO

Recomenda-se que o acompanhamento dos casos de Doença Trofoblástica Gestacional (DTG) seja feito em centros de referência especializados nesta patologia.

Centros de Referência No Rio de Janeiro

CRs no Rio de Janeiro:

- Maternidade Escola de Laranjeiras da UFRJ (Rio de Janeiro): Antônio Braga
- Hospital Universitário Antônio Pedro/UFF (Niterói): Dr. Antônio Braga



DR.ª MAÍRA
FACCIOLLI

Ginecologista - Obstetra



VIP'S BY CLAUDIO MOURA



Adriana Guimarães (Bimbo), quantos momentos incríveis tivemos ao seu lado, em seus shows, nas festas ou nos encontros com os amigos. Você, com apenas 55 anos, foi embora no último dia 7 e nem tivemos tempo de nos despedir. Aí no céu, mantenha este seu sorriso único e aqui jamais a esqueceremos. Saudades dos seus familiares, admiradores e de uma legião de amigos. Até um dia amiga!



Parabéns ao Médico Gilmar Pacheco (na foto, com a esposa Andrea Zanetti), aniversariante do passado dia 7 de abril. Felicidades!



Parabéns também à dama da sociedade iguaçuana Maria Luíza Marques, que no passado dia 20 de março completou 80 anos. Agradeço à amiga Cristina Penna pela colaboração.



... e Maria Luiza com seu saudoso esposo Mário Marques, o filho Mariozinho com as filhas Dora e Beatriz (a outra filha, a Maria Antonia, não está na foto), a filha Ana Beatriz com a filha Mariana e a nora Clara.



Muitas felicidades prá você Mauro Rego, aniversariante do último dia 7. Aqui feliz da vida, Mauro com os filhos luri, Renata e Paula e os netos.



... e Mauro Rego com seus amigos de longa data: Donato Teixeira, José Ricardo (Zimere), Beto Português, Chumbica, o saudoso médico Elcinho Sapo e Nando.

22





Mais um Parabéns à socialite iguaçuana Glória Granado, que no dia 9 completou seus bem vividos 80 anos.



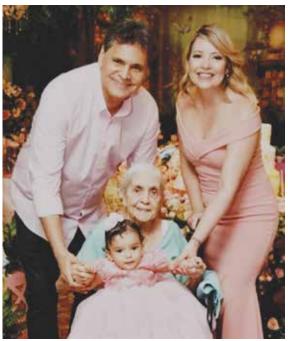
Outro aniversariante do último dia 7: o renomado Advogado iguaçuano Fernando Martins Duarte, aqui brindando a data com sua esposa Márcia Duarte. Parabéns!



e viajando no túnel do tempo, em 1982 na praça da Igreja de N^a S^a de Fátima e São Jorge (NI), os amigos (da esquerda para direita): os saudosos Carlinhos Rollo, Eduardo Costa Reis (Jacaré), Herminho Bassalo e mais: Helinho Good Hair, Tinho e Edson Ibicuí.



Também destaco nesta coluna o querido casal: o Médico Fábio Denardin e a Professora e empresária Raquel Stasiaki e a filha Sophia.



Felicidades à Srª Nicea Augusta C.M. Santos, esposa do saudoso Emmanuel Monteiro (conhecido por Nelinho), que no dia 4 festejou 90 anos, com o filhão Rogério Monteiro, a nora Tata Custódio e a netinha Ana Rosa.



GESTÃO DE PROPAGANDA & MARKETING

EMPRESAS X COVID-19



Fonte: https://pt.semrush.com/blog/marketing-digital-coronavirus/

Sem dúvidas, o ano de 2020 vai entrar na his-tória. Com certeza será registrado nos livros de ciências, história, economia e marketing.

Nós brasileiros estamos acostumados a sofrer impactos por decisões políticas que afetam o mercado e a economia, mas ninguém poderia imaginar que um vírus da gripe, um coronavírus poderia aparecer como elemento surpresa e afetar toda a sociedade mundial. E o pior, ninguém imaginou que ele mudaria as nossas vidas de forma tão rápida.

Nesse mesmo ritmo, escolas se fecharam, milhares de pessoas migraram para o home office; outras tantas ficaram impedidas de trabalhar; shoppings, restaurantes e lojas tiveram suas atividades suspensas; bolsas e previsões de PIB desabaram.

Desde o dia 16 de março, tivemos uma profunda e crescente mudança nos hábitos, costumes e

sentimentos das pessoas. Pois, para frear o avanço da COVID-19, segundo muitos, só através do isolamento social. E junto com este isolamento vem a ansiedade, medo, revolta, descrenca, falta de dinheiro... basta olhar as redes sociais para perceber que os nervos de todos estão à flor da pele.

Não está sendo diferente com as empresas, com poucas exceções, já que todas estão passando por um período de poucas vendas, clientes desaparecendo por insegurança com o cenário econômico e aperto financeiro. Agora as empresas precisam agir!

Especialistas alertam que toda crise é também um momento de grandes oportunidades. O período da crise é perfeito para as empresas mostrarem seu lado humano, sem oportunismo.

O isolamento social mudou o comportamento do consumidor. A realidade da quarentena expandiu o consumo digital, principalmente no que se refere a itens de primeira necessidade. É verdade que alguns setores serão beneficiados, contudo, quem se voltar para o digital poderá manter-se presente no mercado.

Empresas que já possuíam uma cultura digital têm melhores condições de ultrapassar esta crise. Isto porque, diante de desafio como este, é hora de recorrer às técnicas de marketing digital para sobreviver à pandemia. E, para as empresas que ainda não migraram, o momento é agora! Se a internet já era importante para os negócios, hoje ela é vista como a única alternativa para muitos. Este é o grande momento de investir em

marketing digital! Seja para equilibrar o investimento em mídia com a força operacional, ou redesenhar estratégias de relacionamento e traçar novos caminhos para se aproximar do seu público. Portanto, é preciso:



REALOCAÇÃO DE VERBA

Migre o investimento para o digital, as pessoas estão e estarão lá.



OTIMIZAÇÃO DE **CAMPANHAS**

Aprimore os recursos de marketing digital para alcance eficaz.



ENGAJAMENTO

Utilize canais sociais e CRM eficiente para permanecer engajado com os consumidores.



E se adaptar rapidamente, pois nesta crise, não adianta fazer mais do mesmo. Neste momento temos que pensar em duas frentes distintas: o que preciso fazer para mitigar os problemas de agora e como devo agir hoje para evitar prejuízos futuros. Porém, para isto, você deve intensificar o entendimento do seu público-alvo para entender claramente quais são as necessidades dele.

Agora você deve estar se perguntando "tá, mas como posso criar estratégias diante deste cenário?" Será necessário que mudemos algumas rotas:

- Intensificar o "por que" o seu produto é importante;
- Analisar o posicionamento da marca;
- Estar com um peso maior nos canais onde os clientes estão;
- Demonstrar cuidado e empatia com público;
- Analisar o que seu público-alvo quer ouvir de você.

É certo que manter o mesmo investimento sem vender é praticamente impossível, mas alguma coisa precisa existir. Será o marketing que fará com que a marca atravesse a turbulência e chegue viva ao final da crise. É o que fará com que a empresa seja lembrada quando o consumo estiver voltando à normalidade. Parar com o marketing em tempos de crise é determinar a morte, ou a queda considerável, dos negócios. Investir em conteúdo será o diferencial em tempos difíceis, visando prover informações valiosas que façam sentido e tenham contexto com o momento atual. A depender do segmento, vale a pena criar conteúdo não focado em vendas, mas em lembrança de marca. Se criar conteúdo apenas com o objetivo de vender mais, o consumidor vai entender que a marca está desesperada e se aproveitando de um momento sensível para lucrar.

Neste momento não dá para dizer o que funciona e o

que não funciona. Cabe a cada segmento e empresa implementar, testar e medir. Contudo, é importante ser ágil e criativo, apostar em estratégias baratas e fáceis de executar. Caso o retorno não seja o esperado, mate o experimento e siga para o próximo. E quando você olhar seus concorrentes fechando ou desacelerando no marketing, você deve é acelerar. O retorno pode não ser imediato, mas vai ser significativo no longo prazo. O que não podemos é ficar parados!

Todos nós temos a esperança de que logo este vírus será vencido e que este período de isolamento passe o mais rápido possível. Contudo, precisamos estar preparados porque o mundo não será mais o mesmo no

Fonte: https://www.integracaodigital.com.br/blog/importancia-marketing-digital-no-coronavirus/

A forma com que os negócios encaram a crise, influenciam a relação com os consumidores no futuro. As estratégias de marketing devem ser repensadas.







SAÚDE MENTAL

SAÚDE MENTAL: OS IMPACTOS PSICOLÓGICOS DA PANDEMIA COVID-19



Ofato é inédito. A nossa geração nunca imaginou vivenciar uma realidade que até o momento só seria possível assistir nos filmes de ficção científica. Desde que a Organização Mundial de Saúde declarou estado de "Emergência de Saúde Pública de interesse Internacional", o mundo transformou-se num cenário de acontecimentos reais e histórico.

A situação de emergência, causada pela pandemia do novo coronavírus, denominado SAR-S-CoV-2, doença nomeada como COVID-19, causou um abalo em todos os aspectos de saúde que envolvem a interação entre a saúde física, mental e socioeconômica.

O estilo de viver das pessoas e instituições foi subitamente modificado. Com a medida de proteção de isolamento social fomos privados, por tempo indeterminado, de fazer as coisas mais simples e naturais da vida, que envolvem o contato social e cultural, como abraçar, beijar, estudar, trabalhar e,

por último, até não poder cuidar de um familiar infectado ou até mesmo se despedir pessoalmente de um ente querido que foi vítima da COVID-19. Esta última questão aponta que a prática do processo de luto não será mais a mesma de acordo com a cultura.

Além disto, todas as pessoas são suscetíveis ao risco de serem infectadas, tendo em vista que o vírus é invisível a olho nu, ele não tem forma, cor ou cheiro que possa ser identificado, isto significa que não podemos saber em qual local o vírus está e nem quem está infectado. Muitas pessoas, por não apresentarem sintomas, não sabem que estão infectadas, e isto é uma questão importante, porque a circulação livre das pessoas na rua facilita a propagação rápida do vírus. Com base nos parâmetros de outros países, como a China, a Itália e agora no Brasil, sabemos que a dinâmica da pandemia tem um crescimento exponencial de casos de infectados e até mesmo de óbitos, a cada dia.

Do ponto de vista da saúde mental, uma pandemia de grande magnitude pode causar um mal-estar psicológico na população, em menor ou maior grau, em decorrência do grau de vulnerabilidade. O impacto de vivenciar diariamente o processo de evolução acerca da doença pode causar um grande sofrimento psíquico, pois neste contexto vivencia-se um cenário de incertezas. Neste momento, milhares de pessoas estão dentro de casa ou trabalhando na linha de frente, preocupados com o dia de amanhã, pois a complexidade dos desafios decorrentes da dimensão da

pandemia envolve inúmeras incertezas sociais, como por exemplo: o medo de ser infectado ou transmitir a doença para as pessoas que amamos! Quais serão as mudancas sociais e econômicas que vão acontecer? Iremos ou não ser infectados? Haverá tempo hábil para recebermos assistência? Se adoecermos iremos sobreviver à doença? E se as pessoas que amamos adoecerem não podendo ser cuidadas por um familiar? Como iremos sustentar nossa família sem trabalhar? Será que vamos conseguir reorganizar a nossa rotina para a nova realidade? Será que estamos nos protegendo de forma adequada? Como o vírus vai se comportar? Quando voltaremos ter a vida que tínhamos antes da pandemia? As incertezas dos desdobramentos da pandemia atingem a todos. Podemos dizer que todas as pessoas estão sofrendo com a crise pandêmica, mas não de maneira igual. Existe uma variedade de reações e sentimentos que são expressas de acordo com a realidade e singularidade de cada pessoa.

Muitas pessoas podem se sentir angustiadas, pela privação da liberdade de ir e vir, outras pessoas podem se sentir inseguras, confusas, desorientadas sobre o que está acontecendo ou o que pode vir a acontecer. Algumas podem se sentir com medo incontrolável, ansiosas, frustradas, impotentes, com sensação de perda de controle; outras podem negar a existência da gravidade do problema. Por considerá-lo evento traumático e ameaçador, a pessoa busca fugir dos sentimentos desagradáveis para tentar levar a vida adiante.

Cada pessoa encontrará a maneira mais saudável para lidar com esta realidade da pandemia e, logo, consequiremos atravessar este momento

Diante de uma situação de crise mundial, estima--se um aumento da incidência de transtornos psíquicos. Porém, é importante destacar que nem todas as manifestações psicológicas apresentadas poderão ser qualificadas como doenças, pois a maioria será de reações normais diante do momento atípico que estamos vivendo.

Todas as pessoas possuem recursos internos para atravessar os desafios da vida. Entretanto, algumas pessoas são particularmente vulneráveis em situações de crise, pois o modo como a pessoa sustenta os sintomas e reage à situação dependerá do histórico pessoal e familiar de problemas de saúde mental, vivência anterior de situação de crise, bem como o apoio que elas receberam de outras pessoas durante a sua vida, além da cultura, crenças religiosas e contexto socioeconômico.

Nesse momento a mídia está repleta de recomendações sobre como atravessar a pandemia e o período de quarentena. Faça exercícios, medite, estude, trabalhe, se alimente bem, se mantenha ativo etc. Porém, para além deste imperativo da produtividade e da superexposição às informações talvez seja necessário um momento de recolhimento. Por um momento, tirar os olhos do externo, do que acontece, ou pode vir a acontecer no mundo, e olhar para si. Estar atento às próprias reações e sentimentos, ter notícias do que acontece internamente para saber o que de fato é necessário e o que é possível fazer no momento. A complexidade dos desafios impostos pela dimensão da crise aponta para um horizonte de possibilidades, pois estamos vivenciando um novo tempo, que envolve a reinvenção, reorganização e reconstrução dentro do que é possível.

"Um dia, quando olhares para trás, verás que os dias mais belos foram aqueles em que lutaste." Sigmund Freud



histórico da humanidade.

ESCRITO POR:

MICHELLE

CRISTINE

LOURENÇO DA

SILVA SANTOS

Psicóloga

Espaço TransformaDOR Consultório de Psicologia ATENDIMENTO COM HORA MARCADA Psicólogas:

Kelly Cordeiro dos Santos Alfredo CRP: 05/51384 | (21) 98958-6511 Michelle Cristine Lourenço da Silva Santos

CRP: 05/51340 | (21) 99150-9999

Rua: Otávio Tarquínio, 410 sala 1009 Centro - Nova Iguaçu (Prédio Via ligth Metropolitan — Próximo a Art Pão da Via Ligth)





SAÚDE BUCAL

SAÚDE BUCAL E COVID-19







Em dezembro de 2019 uma série de casos de pneumonia foi investigada em Wuhan, Hubei, na China. Após um mês um novo coronavírus foi isolado, a síndrome respiratória aguda grave coronavírus 2, SARS-CoV-2 (Guo, H et al.2020). Atualmente esta crise constitui uma emergência de saúde pública internacional, com mais de 80.239 casos confirmados laboratorialmente (OMS/WHO). Devido ao alto risco de infecção cruzada entre dentista-paciente/paciente-paciente, a prática odontológica passou por mudanças a fim de obter um eficaz controle da infecção (Meng, Hua, Bian 2020).

Inicialmente sua transmissão se deu via animal--humano, seguida pela transmissão humano-humano. Acredita-se que a transmissão interpessoal se dá por meio de gotículas respiratórias, via contato, e há estudos que apontam para a transmissão fecal-oral. O período de incubação do vírus pode ser de até 14 dias (Li et al 2020). Os procedimentos de emergência e eletivos realizados em âmbito odontológico geram um grande número de gotículas e aerossóis; assim, devido à gravidade da infecção e o desconhecimento parcial de suas possíveis formas de transmissão, as medidas padrão de proteção no trabalho clínico diário não são eficazes o suficiente para impedir a disseminação do COVID-19, especialmente quando os pacientes em período de incubação não sabem que estão infectados (Meng, Hua, Bian 2020).

Para conter a transmissão de microrganismos faz

se imperativo o ato de higiene das mãos (Larson et al 2000), bem como a desinfecção completa de todas as superfícies da clínica/consultório odontológico, uma vez que o SARS-CoV-2 pode persistir por horas ou até dias, dependendo da temperatura e umidade (OMS/WHO 2020). Recomenda-se o uso de EPIs (equipamentos de proteção individual), sendo estes: máscaras, luvas, aventais e óculos ou protetores faciais, para proteger a pele e a mucosa do sangue ou da secreção (potencialmente) infectada (Meng, Hua, Bian 2020). O enxágue bucal antimicrobiano pré--operatório pode reduzir o número de micróbios na cavidade oral (Marui et al. 2019), entretanto, como a carga viral contida na saliva humana é muito alta, os enxágues com enxaguatórios bucais antissépticos podem reduzir apenas a quantidade infecciosa, mas não conseguem eliminar o vírus na saliva (Spagnuolo et al 2020).

Em particular, devido à alta proliferação do vírus nas partículas exaladas pela tosse e espirros, todas as superfícies da sala de espera devem ser consideradas em risco; portanto, além de proporcionar a troca de ar periódica adequada, todas as superfícies, cadeiras, revistas e portas que entram em contato com profissionais de saúde e pacientes devem ser consideradas "potencialmente infectadas". Para isto, pacientes devem ser marcados com maior espaçamento de horários, evitando aglomerações e deve-se orientar os pacientes para que higienizem as mãos ao entrar (Meng, Hua, Bian 2020).

A principal forma de transmissão ocorre através de gotículas de saliva expelidas pelo paciente, por exemplo, ao tossir. É por isto que as autoridades de saúde recomendam manter uma distância interpessoal de pelo menos um metro.

Emergências dentárias podem ocorrer e se agravar em um curto período e, portanto, precisam de tratamento imediato. Barragens de borracha (isolamento do elemento dentário) e ejetores de saliva de alto volume podem ajudar a minimizar o aerossol ou respingos em procedimentos odontológicos. Assim, estão sendo testados vários dispositivos de proteção para atendimento, evitando a contaminação do profissional e do paciente, para se fazer o atendimento no consultório.

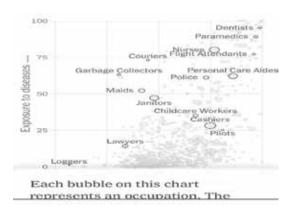
"O risco existe especialmente quando estamos a menos de um metro de uma pessoa infectada ou tocamos superfícies onde as gotas caíram". Quando tocamos superfícies contaminadas, o risco se dá ao colocar as mãos no rosto, propiciando a contaminação pela mucosa oral, nasal e/ou pelos olhos.

"Não podemos descartar completamente a ideia de que o vírus é capaz de percorrer certa distância no ar", disse Anthony Faucy, epidemiologista de renome mundial, na rede americana NBC. Em março de 2020, o New York Times publicou um artigo intitulado "Os trabalhadores que enfrentam o maior risco do coronavírus", onde a figura esquemática descreveu que os dentistas são os trabalhadores mais expostos ao risco de serem afe-

The New York Times

.

The Workers Who Face the Greatest Coronavirus Risk Each bubble on this chart represents an occupation. The bigger the bubble, the more people do that job.



tados pelo COVID-19; por isto, os esforços têm se concentrado acerca desta temática a fim de elaborar guidelines específicos para cada região a fim de que ações significativas contra esta doença altamente prejudicial possam ser adotadas (Spagnuolo et al 2020).

Desta forma, apresento, a seguir, um protocolo para a higiene bucal.

Primeiramente, vamos falar dos cuidados com as escovas de dente:

1 - Trocar as escovas usadas com cerdas inclinadas ou alteradas em sua posição original.

2 – As escovas, após aplicação de H2O2 em dias alternados de água (oxigenada 10 vol. 3%), devem ser mantidas separadas de outras escovas da casa, em meio copo com água e colutório sem álcool (antisséptico bucal), trocando esta solução de três em três dias.

Assim, poderemos dar início à Higienização com segurança:

1° - Uso correto e rotineiro do fio dental antes da escovação com dentifrício (creme dental).

2° - Higienização do dorso da língua com higienizador específico (raspadores de língua) ou mesmo escova de cerdas macias – iniciando a ação de limpeza a partir do "V" lingual (parte mais posterior da língua) para o ápice (ponta da língua), em 3 ações de "varredura": área posterior; meio da língua e na ponta. Se a escova toca na linha divisória do palato duro e a mucosa pode causar ânsia de regurgitação.

3° - Escovação dental realizada com escova de cerdas macias e brancas

IMPORTANTE: A cor branca possibilita visualizar se ocorre sangramento – sinal clínico de doença periodontal, bem como, dentifrício contendo flúor ou agentes terapêuticos.

4° - Uso de enxaguantes bucais (antissépticos bucais) em dias alternados (inclusive com gargarejo diluído em porções iguais em água morna (no caso de sinal de inflamação/infecção).

A limitação significativa das atividades clínicas e cirúrgicas no setor médico e odontológico representou uma medida muito impactante na economia do setor. No entanto, esta intervenção drástica tornou possível proteger a saúde e a segurança dos cidadãos e conter as exposições. Estamos cumprindo a quarentena e em oracões

por dias melhores para todos, principalmente para os nossos HERÓIS DA SAÚDE. Saíremos da quarentena somente no atendimento das EMERGÊNCIAS DE PACIENTES COM ARQUIVOS DOCUMENTAIS de nosso consultório ou aqueles que tenham em sua posse documentação radiográfica e ou tomografias.





DR. JURANDIR
LIMA FILHO

Dentista - CRO 1<u>4074</u>

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:

Consultas pelo telefone, ligando para (21) 26672295 • (21) 30263322

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





PARCERIA

BRASAS NOVA IGUAÇU E ASSOCIAÇÃO MÉDICA DE NOVA IGUAÇU

Informe-se na unidade





brasas.com

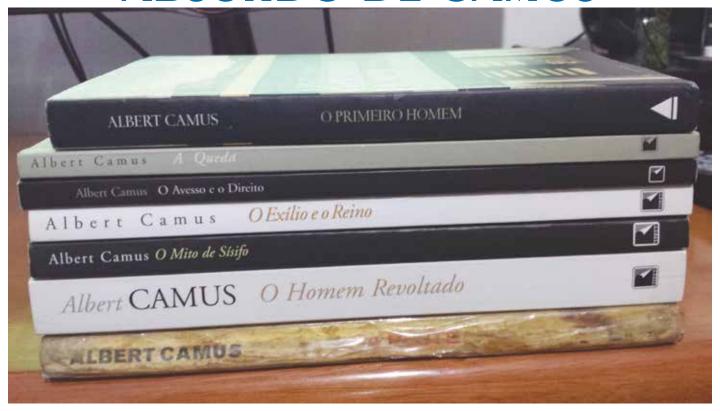
BRASAS NOVA IGUAÇU

Rua Coronel Alfredo Soares, nº 101.

3773-1797 | 2797-3425

DICAS CULTURAIS

SOBRE O LIVRO "A PESTE" E O ABSURDO DE CAMUS

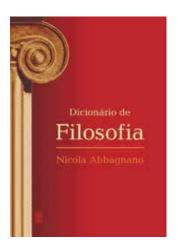


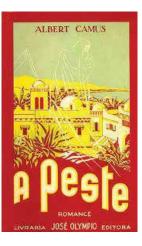
Com o advento da epidemia do coronavírus tive a oportunidade de ler
o livro "A PESTE", do escritor argelinofrancês, ALBERT CAMUS (1913-1960),
publicado em 1947. Autor prolixo, que
produziu romances (O Mito de Sísifo, O
Homem Revoltado...), peças de teatro,
foi jornalista e crítico literário e que recebeu o prêmio Nobel de literatura em
1957. Polêmico e engajado na vida política de sua época, lutou ao lado da re-

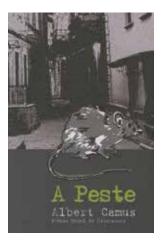
sistência francesa contra os nazistas na Segunda Guerra Mundial; e foi amigo de Jean Paul Sartre e Simone de Beauvoir, com os quais posteriormente se desentendeu, por questões políticas. Apesar de não ter escrito livros estritamente filosóficos, ele junto a Sartre Simone desempenharam grande influência no pensamento pós-guerra, quando foram considerados "pensadores existencialistas". Quanto a Camus, seu conceito de

ABSURDO DA EXISTÊNCIA foi um dos tópicos que a filosofia contemporânea absorveu e desenvolveu. Quanto ao livro "A PESTE", ele se passa no cenário de uma cidade da ARGÉLIA chamada ORÃ. Cidade mediterrânea, onde começam a surgir ratos mortos em grande guantidade. O personagem protagonista é um médico, chamado Dr. Rieux, que como cronista acompanha como testemunha ocular todas as transformações sociais, econômicas, religiosas, políticas e de sofrimento das pessoas adoentadas, que se passam nessa cidade. No texto, ele mostra como uma cidade pacata, que se ocupava inicialmente de atividades cotidianas, corriqueiras, mantendo seus costumes e hábitos, vai se modificando numa cidade afetada pela epidemia da peste bubônica, acossada por um pânico, onde todos se sentem na eminência e no limite entre a vida e a morte. O desespero dá margem a atitudes imprevisíveis dos cidadãos, que vão contra a lógica cotidiana, à qual estavam acostumados. Dos comerciantes, população, religiosos a políticos, todos,









inicialmente descrentes da possibilidade de uma epidemia mortal, começam a sentir-se ameaçados e se desesperam diante da morte eminente e de um flagelo que parece não ter fim. O Dr. Rieux tenta um soro, mas inicialmente não tem sucesso. Observando a possibilidade da doença se difundir além da cidade, as autoridades decretam o seu isolamento e a cidade é cercada, para que ninguém possa transmitir o mal. A cidade praticamente para, exceto os bares e cafés. A imprensa, para evitar pânico, inicialmente minimiza a importância da doença, mas conforme a doença acomete cada vez um maior número de cidadãos, ela passa a modificar seu conteúdo. O padre faz um sermão praticamente antevendo o fim do mundo e colocando a culpa nos desvios morais das pessoas, daí a punição divina através da peste. Conforme os doentes vão morrendo em número crescente, os rituais de velório



são suprimidos, pois todos tem medo de se contaminar, e os cadáveres são colocados em valas comuns, sem os atos do ritual padrão. O alimento vai escasseando e não há mais trabalho, exceto nos necrotérios e cemitérios. A cidade, vítima da peste, antes dinâmica e repleta de vida, se torna um lugar de desesperança e depressão. Alguns desesperados tentam fugir do cerco, sendo alvejados pela polícia. Já outros, vendo o fim que se aproxima, se embriagam e se enfiam nos bordéis, tentando fugir do destino. Não há passado nem futuro, só há o presente, expresso na eminência da morte. Após várias tentativas, o médico obtém sucesso no tratamento, através do soro produzido, e se inicia a recuperação da cidade, que renasce das cinzas numa festa frenética, quando tudo volta aos poucos ao normal. Alguns críticos associam o livro, escrito em 1941 e publicado em 1947, como uma metáfora da ocupação da França pela Alemanha na Segunda Guerra Mundial. Porém, outros creem que o autor desenvolve este livro como uma forma romanceada de parte de sua filosofia existencial do ABSUR-DO. Bem, como seres humanos, somos seres culturais. Recebemos muitos dos valores de nossa vida em sociedade dos elementos da tradição histórica e reproduzimos tais hábitos e costumes, morais e éticos, com variações, de geração em geração. Exemplo: nascemos, trabalhamos, nos casamos, reproduzimos, acumulamos capital, adquirimos alguns bens e morremos. É óbvio que nascer e morrer são fatos biológicos. Mas do ponto de vista filosófico, apesar de parecerem "verdades imutáveis", podemos questionar se devemos trabalhar, casar, acumular capital e termos bens. Para



Albert Camus

que esta sequência ocorra, na vida "normal", necessitamos estar envolvidos e aceitar os hábitos, rituais e normas sociais, que funcionam como um "cimento" para que as ações ocorram. Quando um fato excepcional e inesperado ocorre (epidemia ou guerras), todas as normas sociais e suas lógicas sofrem um abalo e ocorre o que se considera o ABSUR-DO, do ponto de vista filosófico. Algo aceito como padrão social (ex: velar os mortos) passa a não ser mais realizado, rompendo um ritual social de memória familiar e social do falecido. Creio que a obra de Camus, com o cenário da epidemia como pano de fundo social, nos mostra que a sociedade muda seus costumes quando sujeita a um fato excepcional. A epidemia do coronavírus nos mostra como, diante do novo e do inesperado, qualquer ser das esferas de poder e da população muda seus hábitos, ações e condutas, nem sempre atuando do ponto de vista científico e lógico, na esperança de evitar o destino final e o colapso social, a fim de preservar sua sobrevivência, individual e/ou coletiva, gerando tensões de toda ordem, já que não estamos "preparados" para acontecimentos e fatos de tamanha magnitude. Mas devemos nos acalmar: conforme o livro nos diz. tudo voltará ao normal.



DR. LAFAYETTE
SUZANO

Cardiologista e amante

da cultura

MEUS CAROS

Em tempos sombrios de ditadura comunista disfarçada em pele de quarentena, vamos a uma matéria inédita e totalmente diferente. Como não estamos encontrando nenhum lugar para conhecer por estarem quase todos fechados por causa desta quarentena idiota, com fins políticos excusos, que aqui não vou colocar em pauta porque não é o foco desta coluna. Vamos então ao que interessa! Com tempo em casa e sem restaurantes para ir vamos a uma receita caseira de autoria da minha esposa e que nós

fazemos com frequência, rápida e muito saborosa: Camarões gratinados ao catupiry. Esta foi uma adaptação de um prato muito pedido por nós à época do velho e bom Guimas do Fashion Mall. Em um pirex médio, passe 1/2kg de camarões VM o VG em sopa de cebola; coloque-os no fundo do pirex, untado com azeite de oliva; derreta no micro-ondas um pote de 400g de requeijão de boa qualidade; jogue o requeijão no pirex de forma a encobrir todos os camarões por completo; cubra tudo com queijo parmesão de boa qualida-

de ralado na hora. Leve ao forno a 180 graus até gratinar. Quando retirar, faça uma cobertura de batata palha e sirva com arroz. Bebida para acompanhar a seu gosto. Serve bem 04 pessoas.

BOM APETITE E SEJAM FELIZES!! CUIDEM-SE!



DR. MARCELO
NOGUEIRA

Cardiologista

COLUNA SOCIAL

ESCRITO POR: MARCO ANTONIO B. NUNES

CAMPANHA DE APOIO E INCENTIVO AO COMÉRCIO DE NOSSA REGIÃO

Tempos difíceis!! Juntos teremos que lutar!! E temos que pensar no coletivo, em nossas famílias, em nossos empregos e nossos negócios

A economia não pode parar e o isolamento social tem que continuar.

E para a sobrevivência de nossa sociedade temos que consumir, temos que fazer girar o dinheiro. Temos supermercados, restaurantes, lanchonetes, padarias, farmácias etc. Vamos comprar cada vez mais nos deliveries, nos teleatendimentos e nas vendas online de todos os negócios de nossa região, pois assim manteremos vivos todos os negócios de bairro e de pequenas e grandes empresas... assim, estaremos cuidando de nossas vidas e mantendo empregos ativos e sadios.

E o principal, economia ativa e isolamento social mantido.

Assim, a nossa economia estará atuando para

salvar as nossas vidas.

Então, a AMNI está aqui incentivando, apoiando e ressaltando a importância de prestigiarmos as nossas empresas e seus deliveries...

Não deixe de valorizar estes guerreiros e ajude a manter a nossa sociedade viva e saudável.

A seguir, destacamos alguns parceiros e amigos de nossa região como incentivo de consumo a fim de mantermos a nossa economia ativa e a dignidade de nossas famílias e de nossa região:









32

COLUNA SOCIAL























COLUNA SOCIAL







ANIVERSARIANTES DO MÊS DE MAIO Dra. Alexandra Cunha Marinho 01/05 01/05 Dr. Diogo Facciolli 02/05 Dr. Sergio d'Abreu Gama 02/05 **Dr. Wendell Severonico Higino** Dr. Fernando Adão Moreira 03/05 Dr. Luis Militão Henrique Soares 04/05 05/05 Dra. Denise Maria Soares Mohr Dra. Cristina Lucia R. de A. Semedo 07/05 Dra. Alessandra Flores Cardoso 08/05 Dra. Maura Calixto Cecherelli 08/05 Dr. Newton Salles da Silva Filho 08/05 Dra. Ana Cláudia da Silva Lima 09/05 **Dr. Edson Pinto** 09/05 Dr. Carlos Alberto Vianna 10/05 Dr. Ericson Madeira da Costa 10/05 Dra. Juliana Machado Souza e Mello 12/05 Dr. Jorge Luiz Gomes de Assumpção 13/05 Dr. Arthur Marques Fernandes Júnior 14/05 **Dra. Eliane Soares Cunha** 15/05 Dra. Carla Roberta Angrilli Tabosa 16/05 Dra. Grasiela Pacheco Damaso C. da Silva 16/05 Dra. Ione Corredeira da Paixão Bispo 16/05 Dra. Maria de Lourdes Goulart Bastos 16/05 Dra. Andressa Grilo Martinez 18/05 Dra. Vandréia de Figueiredo e Silva 18/05 Dr. Mario Facciolli Neto 18/05 **Dr. Carlos Alberto Ramos** 18/05 **Dr. Samuel Walchan** 18/05 Dra. Letícia Leitão Paúra Ferreira 19/05 Dra. Carolina Ferreira Ziller 20/05 Dra. Sandra Regina dos S. Muri de Oliveira 20/05 Dr. Nelson Nahon 21/05 Dr. Luiz Carlos Leal 22/05 22/05 **Dr. Milton Jorge Couto Daima Dra. Valdimeri Aparecida Lemos** 25/05 Dra. Cândida Fernanda C. A. Domecg 26/05 **Dr. Hildebrando Cianni Marins** 26/05 Dra. Kelly Ramos de Souza 26/05 Dr. Paulo Roberto Pereira de Sant'Ana 26/05 Dra. Andréa Feijó de Paula Barros 27/05 Dra. Paula Modesto da Silva Gonçalves 27/05 Dr. Reinaldo Guimarães Moraes 27/05 Dr. Carlos Guilherme Suarez F. T. da Silva 28/05 Dr. Cláudio Feitosa de Albuquerque Junior 28/05 Dra. Frida Miriam Zuchen 28/05 Dra. Maria Beatriz Quintella Zamolyi 29/05 Dr. Thiago de Carvalho Leo Blum 29/05 Dr. Marcio Di Gregorio Quaresma 30/05 Dr. Emmerson Luiz da Costa 31/05

34 AMNI | ABRIL 2020

17/12 (Natalina)

HIPERBÁRICA HOSPITALAR

TRATAMENTO HIPERBÁRICO AGORA NA BAIXADA UNIDADE PRONIL





Osteomielites Feridas de difícil cicatrização Pé diabético Lesão por pressão

Úlceras varicosas Queimaduras Lesões por radioterapia

Aceitamos Convênios

www.hiperbaricahospitalar.com









Rua João Pessoa, 1.794 - Nilópolis



(21) 3760-0895

Outras unidades:

Glória: Tel: 2222-2320 Vila da Penha: 2482-9696

Niterói: 2612-1111



Excelência em UTI de Adultos

ANTÔNIO PAULINO











AMIL - BRADESCO SAÚDE - CLARO - CNEN - DIX - ELETROS CEPEL - ELETROS SAÚDE ELETROBRÁS - EMBRATEL - ENGEPROM - FAPES (BNDES - FURNAS - GAMA SAÚDE GAMA SEGUROS - GOLDEN CROSS - MEDISERVICE - PAME - REAL GRANCEZA SAÚDE CAIXA - STAR ONE - SULAMÉRICA - TELOS - TVSAT - VALE DO RIO DOCE

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

CONVENIOS