amni

O ESTETO
em revista

Novembro de 2020
Número 91 Ano 08
Venda Proibida

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

NOVEMBRO: E O ANO ESTÁ ACABANDO!!!

Página: 04

NOSSA HISTÓRIA

ONCOLOGIA

DICAS CULTURAIS

E MUITO MAIS...

MODERNIDADE E TECNOLOGIA EM MEDICINA LABORATORIAL

Riolabor
Medicina Diagnóstica

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 1

Duque de Caxias
NOVO ENDEREÇO
Avenida Presidente Vargas,
108 - Centro

Belford Roxo
Avenida Benjamim Pinto Dias,
868 - Centro

CENTRAL DE ATENDIMENTO:
21 2594-9366

PARTICULAR COM PREÇOS ESPECIAIS

www.riolabor.com.br

Nesta Edição

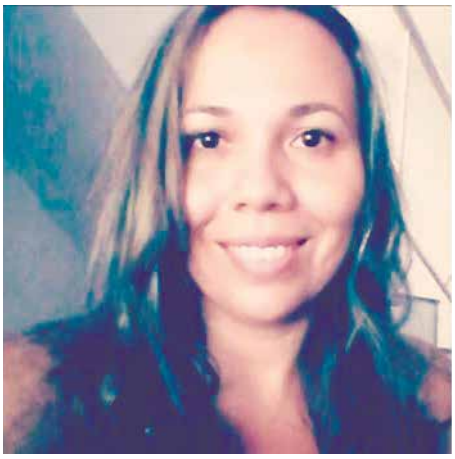
Caros leitores! Como estão? Sem querer ser repetitiva, mas é impossível não retornar a esse assunto. Sim, vamos voltar a falar da Covid-19. Afinal, devemos lembrar que a pandemia ainda não acabou, apesar de muitas vezes não parecer: pessoas andando sem máscara nas ruas, aglomeração, festas lotadas de pessoas sem o menor cuidado com os protocolos de higiene necessários... Muitos exemplos podem ser dados. O Brasil ultrapassou as 160 mil mortes. Não é apenas um número. São pessoas, que deixaram famílias, amigos, sonhos etc.

E mais uma vez pergunto o que cada um de nós tem a ver com isto. A resposta é TUDO! Basta olharmos os exemplos dos países europeus, devastados pelo coronavírus. Muitos deles estão vivendo uma segunda onda porque não foi respeitado o mínimo de cuidado exigido. Enquanto os governantes ainda se dividem sobre a flexibilização ou não, a população já tem informação suficiente para seguir as recomendações básicas. Basta querer. Mais uma vez repito: nunca precisamos tanto uns dos outros para sairmos de uma situação.

Enquanto isto, vamos acompanhando com um misto de ansiedade e serenidade as notícias sobre a tão sonhada vacina. Muitas fake news têm sido divulgadas sobre o assunto, então não vamos nos deixar enganar e muito menos nos desesperar. Temos formas de checar a veracidade das informações e precisamos fazer uso delas. Acredito, de coração, que hoje estamos mais próximos de alcançar este objetivo. O mundo todo está trabalhando para isto, vamos torcer e confiar.

Até dezembro!

Por Patricia de Paula
Editora



COM A PALAVRA	4
ONCOLOGIA	5
DIRETORIA	6
ORTOPEDIA	8
SAÚDE BUCAL	10
VIDA SAUDÁVEL	11
INFORME UNIMED	12
CARDIOLOGIA	15
SAÚDE MENTAL	16
NOSSA HISTÓRIA	18
GINECOLOGIA / OBSTETRÍCIA	20
CLAUDIO MOURA - VIP'S	22
ENDOCRINOLOGIA	23
GESTÃO CONTÁBIL	24
GESTÃO DE PROP&MKT	25
PMNI	26
GASTRONOMIA	27
DICAS CULTURAIS	28
COLUNA SOCIAL	30

EXPEDIENTE

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 91 • Ano 08
Novembro de 2020

Presidente: Dr. José Roberto Pinto Barbosa
Vice-Presidente: Dr. Carlos Alberto Vianna
Primeiro-Secretário: Dr. Alex Serpa Biazucci
Segundo-Secretário: Dr. Abdallah Elias Rizk
Primeiro-Tesoureiro: Dr. Carlos Alberto Ramos
Segundo-Tesoureiro: Dr.ª Marizi Queiroz Ribeiro
Diretora Social: Dr.ª Cynthia de Souza Meyrelles
Diretor Científico: Dr. Clanir Marques Ribeiro
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
TRIÊNIO 2020/2023 - A Casa do médico para o médico.

NOVEMBRO: E O ANO ESTÁ ACABANDO!!!

Estamos em novembro e logo em seguida dezembro, e 2020 se acaba!
Ano muito triste e decepcionante para todos. Decepcionante porque iniciou-se uma terrível tragédia mundial, uma Pandemia com um vírus de alto poder de contaminação e com elevado grau de letalidade, chamado de Coronavírus, ou Covid-19.
Quantas perdas tivemos...
Quantas pessoas precisam perder as suas vidas para que a grande maioria entenda que o coronavírus não provoca apenas um simples resfriado...
Que a vida não voltou ao normal...
Quanta estupidez! Quanto egoísmo!
E ainda continuamos com a grande pergunta que não quer calar: em que tipo de seres humanos pretendemos nos transformar???
Não consigo entender este desespero, esta fixação de buscar e gostar de uma aglomeração!
Por que a necessidade de demonstrar uma falsa liberdade exibida por aqueles que enchem o peito, afirmando que já estão levando a vida normalmente, que a vida não pode parar e que a doença não é tudo o que dizem...???
Amigos! Já começou uma segunda onda da covid-19 na maioria dos países do mundo, e os senhores acreditam que o Brasil vai estar de fora??
Como isto será possível, com um povo tão mal-educado, egoísta e com pouca civilidade?
Sim, a vida tem que voltar ao normal, mas ainda não temos a cura, não temos ainda a vacina milagrosa. Portanto, como poderemos viver uma normalidade, com uma maldita doença com alto poder de contaminação e de rápida evolução nos seus sintomas principais?
Sim, temos assintomáticos, muitos assintomáticos, mas...
São as pessoas descompromissadas com a realidade que estão levando a doença para as empresas, para os nossos lares, para outras localidades e para outras pessoas. Realmente o nosso egoísmo e as nossas vaidades matam de muitas maneiras.
E continuo acreditando que só vamos levar a sério e mudar de verdade a nossa conduta quando perdermos algum ente querido... Infelizmente, enquanto isto não ocorrer, muitos estarão levando uma vida normal, como se nada estivesse acontecendo, afirmando que a covid-19 é só um simples resfriadinho, ou seja, não é nada!!!
Quando você chorar e sentir doer muito... vai entender...
E que triste maneira de aprender!!!
Estamos no final de 2020 e o próximo ano, 2021, vai ser ainda muito difícil, já que ainda não temos uma cura definitiva. O mercado continuará com receios e sem rumo, então todos devemos refletir sobre as nossas decisões e suas consequências...
Mude, evolua, valorize a sua família, valorize seu emprego! Será que vamos conseguir sobreviver em 2021 se a crise mundial persistir???
Reflita, pense e mude!!! Seja mais sensato!
Está na hora de evoluirmos para melhor e deixarmos de ser tão medíocres e egoístas.
Ainda neste mês de novembro, teremos eleições: pelo amor de Deus, não venda o seu voto por míseros R$50,00 ou qualquer outro valor...Ou não vote em alguém somente porque é seu conhecido ou amigo.....
Você ainda não entendeu ou não enxergou.... olhe para o lado... vejo o estado de nossa saúde, educação, saneamento básico, segurança, empregos etc...
Tudo é culpa nossa por anos em virtude do mau uso do sagrado direito do voto.
Somos um país de democrático, onde o povo ainda vale muito pouco...e alguns candidatos menos ainda....
É isto que você vale (muito pouco) quando vota irrefletidamente ou vende seu voto para pessoas inescrupulosas e destrói o nosso direito de viver com qualidade.
É hora de você entender as consequências de suas decisões vazias, sem compromisso e sem responsabilidade com as nossas famílias, nossas vidas e o nosso país.
Estamos no final de 2020, vote de verdade este ano!
Cobre dos homens públicos as promessas feitas. Somos nós quem pagamos os salários deles, e eles nos devem uma prestação de contas do uso do dinheiro público, que muitos de nós pagamos com muita dificuldade!
Vamos e temos que mudar!
Vote, mas vote de verdade e com muita consciência...
Pare de pensar na esquerda, pare de pensar na direita...
Vote pensando em nosso país, no nosso povo, que merece saúde, educação, segurança, saneamento básico e ser respeitado.
Vote em qualidade....
Nossas famílias, nossos filhos, merecem isto! O Brasil merece isto!
Que Deus ilumine os nossos caminhos, nos guiando para a luz da razão, do amor e do bem!!!
Voltando a nossa revista, mais uma vez, ela está com muitas matérias interessantes, muito diversificada e só temos que agradecer de coração aos nossos colunistas, aqueles que dão vida a nossa revista, que é feita com muito carinho para todos vocês.
Assim, amigos e leitores, para que possamos continuar a existir e a progredir sempre, ajude-nos a cumprir a nossa **NOBRE MISSÃO! Faça parte do nosso projeto de trabalho e de vida. PENSE SEMPRE POSITIVO, IMAGINE SEMPRE O MELHOR PARA TODOS!**
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@gmail.com**
Não esqueça, acesse e curta a nossa página no Facebook: "Associação Médica de Nova Iguaçu".
Viva a AMNI!!
E, JUNTOS, superaremos o coronavírus. Boa sorte a todos!

ESCRITO POR:
MARCO ANTONIO B. NUNES
- Gestor AMNI
- BN Consultoria

"AMNI: a nossa Casa"

NOVEMBRO AZUL: SE CUIDAR TAMBÉM É COISA DE HOMEM!

Assim como em outubro voltamos a nossa atenção para a saúde da mulher, em novembro vamos dedicar todo o mês à saúde do homem, com a CAMPANHA NOVEMBRO AZUL. Esta campanha tem o objetivo de chamar a atenção para a prevenção e o diagnóstico precoce das doenças que atingem a população masculina, com ênfase na prevenção do câncer de próstata. Ainda em 2020, falar sobre cuidar de si mesmo ainda é muito mais natural para as mulheres do que para os homens.

Por conta da resistência masculina em prestar atenção ao seu bem-estar e manter a periodicidade das consultas médicas, o relatório Perfil da Saúde do Homem no Brasil, divulgado pelo Ministério da Saúde, mostra que a população masculina sofre, por exemplo, seis vezes mais de transtornos mentais e comportamentais do que as mulheres e 1,5 vezes mais de doenças no aparelho digestivo. Além disto, a população masculina é conhecida por ter hábitos alimentares piores, maior ingestão de bebida alcoólica e uso mais frequente de cigarro, o que aumenta as chances deles serem acometidos por doenças cardíacas, infecções e cânceres.

Este comportamento negligente com a própria saúde acarreta um cenário complicado: os homens só vão ao médico quando a situação já está grave. Por conta disto, doenças que poderiam ser controladas com mais facilidade, quando descobertas precocemente, acabam se tornando mais complexas em homens e dependentes de tratamentos mais pesados.

Falando especificamente de câncer, uma boa parte dos casos diagnosticados hoje poderia ser evitada com hábitos mais saudáveis. Além disto, as vacinas contra Hepatite B e HPV, que já constam do calendário do Ministério da Saúde, garantem a proteção contra vários tumores, também no homem. Para aqueles com mais de 40 anos, é fundamental estar atento aos sinais e sintomas do câncer colorretal. E mesmo na ausência de qualquer sintoma, o rastreamento destes tumores está recomendado a partir dos 50 anos. Para quem tem familiares com câncer de próstata, é indicado o acompanhamento por um urologista, buscando detectar a eventual doença em fase inicial.

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (INCA), 65 mil novos casos de câncer de próstata serão diagnosticados no Brasil apenas em 2020. Todos os anos mais de 15 mil mortes ocorrem por conta do tumor, visto que 34% dos pacientes brasileiros descobrem a doença em seu estágio avançado. Mais do que qualquer outro tipo, este é considerado um câncer da terceira idade, já que cerca de 75% dos casos no mundo ocorrem a partir dos 65 anos.

A próstata é uma glândula que só o homem possui e que se localiza na parte baixa do abdômen. Ela é um órgão pequeno, tem a forma de maçã e se situa logo abaixo da bexiga e à frente do reto (parte final do intestino grosso). Ela é responsável por produzir parte do sêmen, líquido espesso que contém os espermatozoides, liberado durante o ato sexual.

Existem alguns fatores que aumentam o risco de desenvolvimento da doença, como histórico familiar, ter um pai ou um irmão com câncer de próstata antes dos 60 anos e o excesso de gordura corporal, que eleva consideravelmente o risco da doença avançada. Diferente de outros tipos de tumores, em sua fase inicial, o câncer da próstata tem evolução silenciosa. Muitos pacientes não apresentam nenhum sintoma ou, quando apresentam, são semelhantes aos do crescimento benigno da próstata (dificuldade de urinar, necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite). Já na fase avançada, o câncer pode provocar dor óssea, sintomas urinários ou, quando mais grave, infecção generalizada e insuficiência renal.

Para possibilitar melhores chances de tratamento, o ideal é que o tumor seja detectado de forma precoce. Quando isto acontece, as chances de remissão chegam a 90%. No caso do câncer de próstata, a detecção pode ser feita por meio da investigação com exames como o toque retal e o exame de sangue para avaliar a dosagem do PSA (antígeno prostático específico). Converse com o seu urologista para entender, no seu caso específico, a periodicidade que estes exames precisam ser feitos.

Para um diagnóstico mais correto, além dos exames listados acima, seu médico pode solicitar também uma biópsia, que é o único procedimento capaz de confirmar o câncer. A retirada de amostras de tecido da glândula para análise é feita com auxílio da ultrassonografia. Outros exames de imagem também podem ser solicitados, como tomografia computadorizada, ressonância magnética e cintilografia óssea (para verificar se os ossos foram atingidos).

Uma vez diagnosticado, a melhor forma de tratamento vai depender de vários aspectos, tais como: estado de saúde atual, estadiamento da doença e expectativa de vida. Para a doença localizada (que só atingiu a próstata e não se espalhou para outros órgãos), cirurgia, radioterapia e até mesmo observação vigilante (em algumas situações especiais) podem ser oferecidos. Para doença localmente avançada, radioterapia ou cirurgia em combinação com tratamento hormonal têm sido utilizados. Para doença metastática (quando o tumor já se espalhou para outras partes do corpo), o tratamento mais indicado é a terapia hormonal.

A principal mensagem neste novembro azul é que os homens não devem se deixar vencer por preconceitos e tabus. Cuidar da própria saúde também é coisa de homem! Manter uma alimentação saudável, com atividade física regular, evitando o uso do cigarro, diminuindo a ingestão de álcool e mantendo as visitas regulares ao seu médico pode ajudar você a ter uma qualidade de vida muito melhor. Preste atenção aos sintomas do seu corpo, fale com seu médico e tire todas as suas dúvidas.

ESCRITO POR:
DR. PAULO SERGIO PERELSON
Oncologista

SOPERJ E A VOLTA ÀS AULAS

É um grande prazer estar fazendo parte da Diretoria AMNI, Triênio 2020/2023; sou a nova 2ª Tesoureira, Marizi Queiroz Ribeiro, Pediatra, com mais de 38 anos de formada, apaixonada pela minha profissão. Estamos vivendo tempos muito difíceis com esta Pandemia, que está aí e continua mostrando a sua força, mas não podemos parar a vida totalmente. Temos cuidados a seguir, protocolos e logo vamos passar por este momento do qual nunca imaginei participar.

Este mês a SOPERJ, Sociedade de Pediatria do Estado do Rio de Janeiro, em seu site, postou a matéria a seguir, sobre a volta às aulas, que venho aqui e compartilho com todos, assunto tão importante e sério para a nossa sociedade.

O ano está acabando, temos que nos unir, nos proteger; e se seguirmos corretamente os cuidados e protocolos sugeridos, a Pandemia diminuirá cada vez mais. Se cuidem e até a próxima:

"A educação é um direito fundamental da criança e do adolescente. A Sociedade de Pediatria do Estado do Rio de Janeiro (SOPERJ) entende a importância de um posicionamento neste momento tão importante, que envolve a volta às aulas. A pandemia da Covid-19 se transformou num dos maiores desafios da saúde pública. Portanto, as decisões são muito difíceis e envolvem diversos setores da sociedade, mas fundamentalmente as áreas da saúde e educação. A Organização das Nações Unidas para Educação, Ciência e Cultura (UNESCO) destaca que quando as escolas fecham, crianças e jovens são privados de oportunidades de crescimento e desenvolvimento. Estas desvantagens são desproporcionais para alunos desfavorecidos, que tendem a ter menos oportunidades educacionais fora da escola.

A Sociedade Brasileira de Pediatria em "Reflexões da Sociedade Brasileira de Pediatria sobre o retorno às aulas durante a pandemia da Covid-19 (https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/SBP-RECOMENDACOES-RETORNO-AULAS-final.pdf)" relata que grande parte das crianças, quando infectadas, não apresenta sintomas, fato que, provavelmente, reduz as chances de que transmitam de forma intensa o vírus, ao contrário do que ocorre com os pacientes sintomáticos.

Em documento em que orienta sobre o retorno escolar presencial e seguro, a FIOCRUZ cita, de forma contundente, a preocupação dos Organismos Internacionais quanto ao retorno escolar presencial ocorrer o mais breve possível. Abaixo, dois trechos do documento merecem destaque (disponível em https://portal.fiocruz.br/documento/contribuicoes-para-o-retorno-atividades-escolares-presenciais-no-contexto-da-pandemia-de visto em 24/09/2020):

"ONU reafirma a preocupação da OMS externada há meses sobre milhões de crianças fora da escola e o seu sofrimento. Na pandemia, 1 bilhão de crianças vivenciaram as escolas fechadas e muitos terão dificuldade para retornar às suas atividades. Provavelmente, estas crianças entrarão precocemente nos processos produtivos para sobrevivência, dada a crise econômica pós-pandemia nos países, principalmente os periféricos. No entanto, embora tanto a ONU quanto a OMS coloquem claramente que a prioridade deva ser as crianças nas escolas, o retorno deve se dar de forma segura, quando os governos tiverem o controle da pandemia."

"Um dos problemas apontados é a prioridade invertida das autoridades governamentais ao abrirem outras atividades como academias, shoppings e restaurantes, o que pode levar ao aumento do contágio na cidade e atrasar ainda mais a reabertura das escolas de forma segura. A escola deveria ser vista como serviço essencial, para que a sua abertura precedesse à de outros serviços não essenciais e a centralidade fosse na educação e na saúde."

Há uma polarização a respeito da reabertura das escolas. Existem os que se opõem de forma radical e aqueles que a recomendam com igual ênfase. Os argumentos de ambas as posições contêm verdades, meias-verdades e desinformação.

A Sociedade de Pediatria do Rio de Janeiro, representando os pediatras do nosso Estado, se coloca em posição de isenção político-partidária, ideológica ou de mera opinião. Nos expressamos baseados nas melhores evidências científicas e epidemiológicas de que dispomos.

Não se trata, portanto, de uma batalha de opiniões onde um lado será vencedor e o outro derrotado. Acreditamos que o foco de toda a discussão deva ser a criança e sua família, com argumentos cientificamente sustentáveis. Mas é preciso dizer que não sabemos tudo a respeito da Covid-19. É uma doença nova causada por um vírus novo. Em dez meses o conhecimento acumulado cresceu ex-

ponencialmente e, mesmo assim, ainda existem lacunas importantes não preenchidas.

O que sabemos? Sabemos que crianças se infectam com menos frequência do que adultos e que, quando adoecem, apresentam a doença de forma mais branda. Sabemos que crianças podem transmitir a doença, mas existe controvérsia a respeito da intensidade desta transmissão. Também sabemos que os países que abriram suas escolas, o fizeram com diferentes estratégias e, tirando casos pontuais (Israel e algumas escolas na França), não houve mudança relevante nas curvas de casos e óbitos.

Sabemos mais. Sabemos que a interrupção escolar prolongada causa atraso na cognição e este impacta o aprendizado. Esta questão é tanto mais grave quanto maior for a vulnerabilidade (pobreza) das crianças. Desta forma, manter as crianças fora da escola potencializará as diferenças de acesso a empregos, renda e saúde. Também sabemos que manter as escolas fechadas impacta a economia com potencial redução de renda desta geração e do PIB dos países até o final do século.

Sabemos ainda que a escola é a principal responsável pela retenção de alunos, principalmente os pré-adolescentes e adolescentes. Quanto mais longo o período de fechamento das escolas, maior o risco de evasão escolar e suas consequências danosas.

Sabemos também que a escola não é apenas um lugar seguro onde as crianças ficam para que seus pais possam trabalhar. A escola desempenha um papel primordial no desenvolvimento de competências fundamentais para uma vida em sociedade: socialização, empatia, compaixão, disciplina, autoconfiança e independência. Crianças não serão futuros seres humanos somente quando crescerem. Já o são, desde o nascimento, e seu desenvolvimento emocional sofre consequências no curto e longo prazo. Imaginar que crianças não sofrem de ansiedade e depressão é desconhecer a natureza humana das crianças. Nesta pandemia, este sofrimento tem sido intenso, com exposição a algo pouco habitual na vida de crianças: a morte. Este assunto dominou as nossas vidas. Na escola as crianças encontram um ambiente propício para elaborar estes sentimentos.

A epidemiologia no Rio de Janeiro revela um quadro com uma curva descendente de casos e óbitos, com algumas flutuações. Evidentemente que a SOPERJ vê com apreensão o comportamento coletivo de ignorar medidas de mitigação e que este padrão poderá levar a uma mudança radical do número de casos e óbitos. Por outro lado, estatísticas devem ser, sempre, analisadas com cautela porque como diz a anedota: "o estatístico se afogou em um rio que tinha, em média, um metro de profundidade". Assim, ao analisarmos a taxa de ocupação dos leitos, é preciso separar o que é crescimento real do que possa ser simplesmente a consequência do fechamento de hospitais de campanha e/ou a vinda de casos "importados" de outros municípios, que não contam com UTIs, para a cidade do Rio de Janeiro.

Finalmente, a SOPERJ defende a vida e neste contexto tem um olhar para professores e funcionários das escolas. Protocolos viáveis devem ser implantados a fim de assegurar a todos o menor risco possível. Não existirá uma situação sem risco algum. A vida contém riscos e não nos paralisamos por isto. Ao contrário, seguimos em frente, sem sermos irresponsáveis.

A SOPERJ, diante do atual quadro epidemiológico do Rio de Janeiro e do conhecimento científico acumulado, defende a abertura de todas as escolas, principalmente as públicas, como forma de assegurar que o dano já feito pela Covid-19 na saúde e, mais importante, no futuro das crianças, seja minimizado e não perpetuado.

Agradeço aos presidentes dos Departamentos Científicos de Infectologia, Saúde Escolar e Imunização pela revisão atenciosa deste documento."

Fonte: http://soperj.com.br/soperj-e-a-volta-as--aulas/ Katia Telles Nogueira / Presidente da SOPERJ Triênio 2019-2021.

ESCRITO POR:
Dr.ª Marizi Queiroz Ribeiro
2ª Tesoureira AMNI

OSTEOCONDROMA

É o tumor ósseo mais comum, representando cerca de 15% de todos os tumores ósseos e 20% dos tumores ósseos benignos. Parece que a causa mais provável do osteocondroma é a modificação na direção de crescimento da placa fisária (placa de crescimento), com protrusão lateral de porções desta placa, causando o desenvolvimento de proeminências ósseas, excêntricas e cobertas de cartilagem. A exostose costuma ser detectada na infância e adolescência, os pacientes costumam relatar "um caroço" palpável.

A localização principal é a região do joelho, distal no fêmur e proximal na tíbia. Em seguida, a região da cabeça do úmero e do fêmur. A lesão pode ser séssil ou pediculada. A capa de cartilagem ao redor costuma variar de 1 a 3 mm em espessura. Quanto mais jovem o paciente, mais espessa é a capa de cartilagem. Uma bolsa pode se formar sobre o osteocondroma e geralmente é decorrente do processo inflamatório que ocorre pela irritação dos músculos e tendões adjacentes e pode levar à dor local.

A lesão é frequentemente descoberta incidentalmente, no exame radiográfico ou durante a palpação de uma massa na região acometida. Os osteocondromas pequenos não causam dor. A dor resulta do trauma direto no tumor ou do processo inflamatório que acomete a bolsa adjacente. Pode ocorrer fratura geralmente da base da exostose dos tumores pediculados e consequente dor localizada. Podem ser solitários ou múltiplos, este último geralmente associado a uma patologia hereditária.

A radiografia simples é suficiente para diagnóstico da lesão. Entretanto, outros exames podem auxiliar no diagnóstico tais como a tomografia computadorizada para as lesões em localizações ruins e para determinar sua real extensão; e a ressonância magnética para medir a capa cartilaginosa.

O tratamento para osteocondromas não dolorosos é acompanhamento clínico. A ressecção do osteocondroma está indicada quando houver compressão de nervos, artérias, tendões ou quando a exostose estiver interferindo com o crescimento da extremidade, levando a alterações funcionais ou mecânicas, ou quando houver irritação da "bursa". A fratura do osteocondroma pode ocorrer e nesta circunstância pode-se optar pelo tratamento conservador ou cirúrgico. Muitos pacientes solicitam a cirurgia apenas por estética, não sendo esta uma indicação para tal.

As complicações associadas aos osteocondromas são as deformidades ósseas, fraturas (especialmente relacionadas com osteocondromas pediculados), alterações vasculares (pseudoaneurismas, deslocamentos e oclusões vasculares), compressões neurológicas e formação de bursas. A complicação mais temida dos osteocondromas, no entanto, é a transformação maligna. Ocorre em aproximadamente 1% das lesões solitárias e tem maior prevalência em exostoses múltiplas hereditárias, em torno de 3-5%. Lesões que crescem ou causam dor após a maturidade do esqueleto são suspeitas para transformação maligna, pois osteocondromas raramente crescem após a maturidade.

O acompanhamento, com médico especializado na patologia, se faz necessário para indicação do melhor tratamento do osteocondroma.

ESCRITO POR:
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

Casa de Saúde e Maternidade

Terezinha de Jesus

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**

Casa de Saúde e Maternidade
Terezinha de Jesus

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

www.csmtj.com.br

APLICAÇÃO DA TOXINA BOTULÍNICA

CLOSTRIDIUM BOTULINUM – Este é o nome da bactéria que (CUJA TOXINA) quando aplicada, paralisa e ou interrompe temporariamente a atividade dos neurotransmissores do cérebro e dos músculos da face (tanto faz centrais ou periféricos, e serve para qualquer músculo, não só os da face).

A toxina botulínica que esta bactéria produz vem sendo aplicada na área da saúde e na área da estética. Assim sendo, é um dos tratamentos mais procurados por quem se preocupa com o combate aos sinais que desalinham e causam o envelhecimento facial precoce.

O botox, como ficou popularmente conhecido, é um velho conhecido na hora de corrigir rugas e marcas de expressões, sendo um dos procedimentos estéticos não cirúrgicos mais realizados no Brasil e no mundo.

Utilizado inicialmente nos consultórios médicos para pequenas reparações e correções das intervenções da Cirurgia Plástica, bem como nos

Consultórios Odontológicos, para conter a ação ruinosa nos músculos da face, em razão das Disfunções Temporomandibulares, Apertamento Dentário e do Bruxismo. Assim, se aplicada corretamente, a toxina botulínica age interrompendo a ação entre o nervo motor e o músculo, o que paralisa a musculatura. Deste modo, eliminamos as consequências da contração muscular e das dores.

E não para por aí, já que, hoje em dia, a substância possui inúmeras outras indicações, seja no tratamento da acne, cicatrizes, rugas estáticas e dinâmicas, estrabismo, cefaleia sorriso gengival e até mesmo depressão.

Porém, antes e depois da aplicação da toxina são necessários alguns cuidados para evitar complicações. É uma excelente opção para amenizar as cefaleias, nos casos em que a toxina botulínica é usada para o tratamento de enxaquecas causadas por problemas na má oclusão dentária e bruxismo.

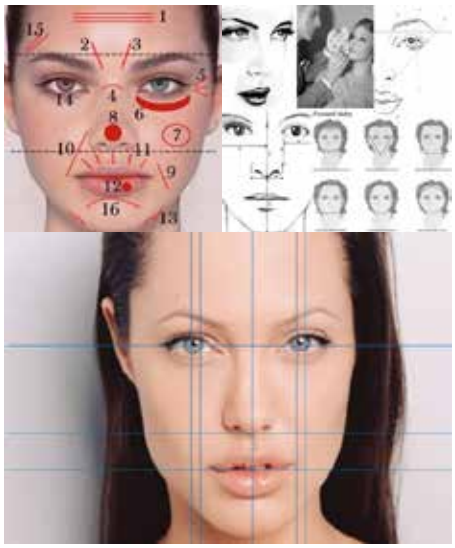
Com o aumento na procura pelas aplicações de toxina botulínica, para harmonização facial, começam a surgir versões mais baratas deste

procedimento que, apesar de parecerem um bom negócio à primeira vista, podem trazer sérias complicações, como irritações, reações inflamatórias, alergia e infecções.

É essencial ter certeza do que vai ser aplicado e de que tenha sido diluído corretamente, pois grande parte destes profissionais que realizam procedimentos de baixo custo dilui excessivamente as substâncias que vão ser usadas.

Você pode e deve fazer inúmeras perguntas ao profissional antes de se comprometer com o procedimento. Pergunte sobre a técnica, o produto, as possíveis complicações, o pré e o pós-procedimento, os resultados. Converse com o especialista. Se for o caso, vá embora e processe todas as informações antes de encarar o tratamento. Apenas assim você se sentirá realmente segura para realizar o procedimento.

Os resultados da aplicação de toxina botulínica geralmente demoram em torno de 24 a 72 horas, para surgirem, mas em alguns casos podem levar até duas semanas para ficar completamente



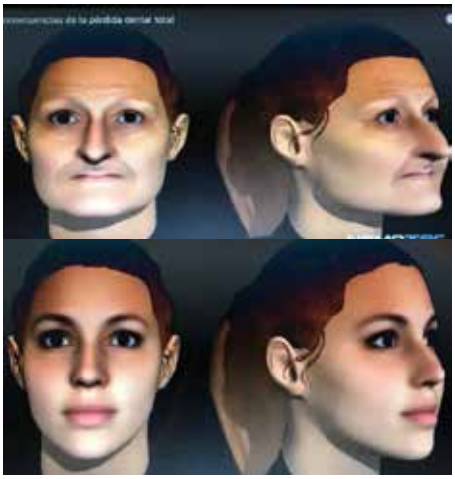
visíveis. Então, antes de correr de volta ao seu médico, para realizar mais aplicações, tenha calma e espere os resultados surgirem completamente. Somente busque os ajustes após terem passados 15 dias da aplicação.

IMPORTANTE:

Não faça exercícios após o procedimento, massageie o local, não fique com a cabeça baixa ou faça atividade física.

Apesar da aplicação da toxina botulínica não exigir nenhum tempo de recuperação, o ideal é que você seja cuidadosa após o procedimento. Você pode voltar as suas atividades diárias logo após a aplicação da substância, mas é importante que você espere, no mínimo, 24 horas antes de realizar qualquer exercício ou atividade que exija grande esforço físico.

Após a aplicação de botox a região fica paralisada aproximadamente de quatro a seis meses.



Decorrido este período é necessária uma nova aplicação a fim de fazer a manutenção dos resultados. No entanto, o botox pode diminuir seus efeitos antes de decorrido este tempo, pois sua durabilidade depende muito da região da aplicação e atividades funcionais na região.

ESCRITO POR:

DR. JURANDIR LIMA FILHO

Dentista - CRO 14074

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

10 DICAS PARA PREPARAR SEU CORPO PARA O VERÃO

Estamos vivendo um ano totalmente atípico, com temperaturas oscilando muito, meses de academias fechadas, locais com restrições para prática de atividade física, uso obrigatório de máscaras etc. São algumas dificuldades por que todos nós passamos neste ano de 2020. Mas como todo brasileiro, especialmente os cariocas, esperamos ansiosos pela chegada do verão, quando gostamos de aproveitar as altas temperaturas para curtir praias, piscinas, clubes, sítios ou até mesmo um chuveirão nos dias de calor intenso. Com este calor é natural usarmos menos roupa e com isto as silhuetas ficam aparentes, fazendo com que haja uma corrida desenfreada atrás do melhor exercício e da melhor dieta para emagrecer o mais rápido possível; então, aqui vão algumas dicas para tentar ajudar aqueles que ainda querem "sair bem na foto" no verão.

A primeira dica é sempre procurar um profissional de cada área para prescrever as atividades ou dietas mais personalizadas possíveis para cada pessoa, mas quando não se consegue seguem algumas dicas.

1. Pratique todo dia uma atividade física de no mínimo 30 minutos, é melhor fazer um pouco todo dia do que muito num dia só;
2. Alterne o tipo de atividade, faça num dia caminhada, no outro musculação, no outro bike, jogue futebol, basquete, pule corda, natação, corrida etc;
3. Procure, cada vez que for repetir uma atividade física, elevar um pouco a dificuldade em relação à última vez que você a executou;
4. Troque todas as bebidas, inclusive as bebidas esportivas, por água. Tente ingerir de dois a três litros d'água por dia neste período pré-verão;
5. Se não tiver ajuda de um nutricionista, diminua um pouco a quantidade em todas as refeições, tipo: se come um pão de manhã passe a comer meio, se coloca duas conchas de arroz diminua para uma etc;
6. Se possível treine mais de uma vez por dia, isto deixará seu metabolismo mais acelerado;
7. Não faça atividade física em jejum, procure consumir uma fonte leve de carboidratos antes de se exercitar, como uma fruta, um suco ou uma torrada, por exemplo.
8. Opte por alimentos o mais natural possíveis, exclua ou diminua alimentos industrializados da sua dieta;
9. Não se compare com outra pessoa, procure ser amanhã uma versão melhor do que você foi ontem, todos têm um ritmo e um tempo para conquistar resultados. Foque em você;
10. Nunca é tarde para começar a praticar atividades físicas. Não existem exercícios e dietas milagrosas, o que existe é disciplina e dedicação. Use a motivação por conta do verão a fim de inserir a atividade física e hábitos saudáveis em sua vida durante o ano todo. Lembre-se: o seu corpo no verão é reflexo dos seus hábitos durante o ano.

ESCRITO POR:
RAPHAEL SACRAMENTO
Profissional de Educação Física

Raphael Sacramento - Personal Trainer
CREF 022508 G/RJ
Tel.: 9922-77878
raphasacramento@yahoo.com.br

UNIMED CONQUISTA PRÊMIO FOLHA TOP OF MIND PELA 28ª VEZ

Marca foi lembrada por 40% dos entrevistados pelo Datafolha

A Unimed foi reconhecida com o Prêmio Folha Top of Mind como a marca de Plano de Saúde mais lembrada do Brasil, pela 28ª vez consecutiva. O anúncio, feito on-line, ocorreu no dia 29 de outubro. A marca alcançou o índice de 40 pontos, muito à frente do segundo colocado, com sete pontos, e do terceiro, que somou apenas cinco pontos. O percentual também foi recorde para a marca na história do prêmio, concedido desde 1991.

O Datafolha entrevistou 7.584 brasileiros com idade acima de 16 anos. A partir da pergunta: "Qual é a primeira marca que lhe vem à cabeça?" em 78 diferentes categorias de serviços e produtos, o Instituto mapeou os resultados com base nas respostas espontâneas do público.

– É com imenso orgulho que recebemos este resultado. A premiação reflete a voz das pessoas, sejam elas clientes da Unimed ou não. Esta conquista reconhece a solidez da marca, a qualidade da assistência prestada e o compromisso da Instituição com a sociedade como um todo. Ser lembrado em um segmento tão desafiador é algo incrível, mas ser lembrado por 28 vezes consecutivas é algo extraordinário. Demonstra, com certeza, que estamos fazendo muitas coisas certas – enfatiza o Presidente da Unimed Nova Iguaçu, Emilson Ferreira Lorca.

COOPERATIVA INVESTE NA CAPACITAÇÃO DE GERENTES E LÍDERES

Com o tema central "Inteligência Emocional", a Unimed Nova Iguaçu encerrou mais um ciclo de treinamento voltado aos seus gerentes e líderes. O Diretor Administrativo, Jorge Luiz Andrade, também marcou presença. Os cinco encontros remotos – ocorridos nos dias 17, 23 e 30 de setembro e 07 e 14 de outubro –, foram ministrados pelo Instituto Brasileiro de Coaching e buscaram debater o tema conceitualmente, provocar a autoanálise, assim como ajudar aos participantes a encontrarem soluções para os seus possíveis pontos vulneráveis.

Atividades individuais de reflexão foram propostas para maior aprofundamento e melhor aproveitamento. Segundo a Coordenadora do setor de Gestão de Pessoas, Andreia Lengruber, a capacitação foi focada no comportamento de cada um, no autoconhecimento, na busca pela melhora da performance. "Todas as atividades foram conduzidas de maneira a não expor nenhum participante. Mais do que crescer individualmente como pessoa e profissional, o treinamento nos deu ferramentas para que possamos avaliar a forma mais apropriada para colaborar com o nosso colega dentro de um ambiente de trabalho seguro e cooperativo", complementou Lengruber.

Treinamento promove reflexão e qualifica gestores

UNIMED NOVA IGUAÇU DEBATE O CÂNCER DE MAMA

Cooperativa tem conversa franca sobre câncer de mama com colaboradoras

O Outubro Rosa foi marcado na Unimed Nova Iguaçu por um conjunto de ações que envolveram orientações diversas, exibição de um vídeo e entrega da "garrafinha que acalma" às colaboradas de todos os setores da sede Administrativa e Comercial, além do Centro de Atendimento Multidisciplinar Unimed - CAMU. A iniciativa, desenvolvida pelo Núcleo de Atenção à Saúde – NAS, teve o propósito de conscientizar, principalmente, as mulheres sobre a importância do cuidado pessoal e do diagnóstico precoce do câncer de mama.

– O trabalho buscou debater, tirar dúvidas e prestar toda a informação necessária sobre o câncer de mama. Os encontros, realizados por setor para evitar a aglomeração, também visaram discutir questões emocionais deflagradas pela doença e a relevância do exercício permanente do autoconhecimento. Conseguimos abordar 172 colaboradoras – explica o Coordenador Luiz Cláudio Mota.

Segundo a Enfermeira Adkellen Beatriz Azeredo, a "garrafinha da calma" ou calming jar é inspirada na abordagem Montessori, com o objetivo de distrair e tranquilizar a pessoa, com o simples movimento da tinta e glitter colorido dentro do recipiente.

CLIENTES DA UNIMED CONTAM COM NOVA CENTRAL DE ATENDIMENTO

Com o objetivo permanente de buscar a excelência na prestação dos seus serviços, a Unimed Nova Iguaçu implantou a sua Central de Atendimento ao Cliente 0800. A novidade viabilizará o atendimento em nível nacional a mais de 60 mil beneficiários, 24 horas por dia, todos os dias da semana.

"Estamos sempre investindo em avanços tecnológicos que nos possibilitem não somente agilizar, qualificar e estreitar o nosso relacionamento com o cliente, bem como reduzir gastos. Com a central própria passamos a contar com um desempenho mais personalizado e adequado às demandas do mercado onde estamos inseridos", declara o Diretor Administrativo, Jorge Luiz Andrade.

Para o Diretor, além das vantagens já citadas, os dados registrados viabilizarão uma posterior análise técnica, gerando matéria-prima imprescindível para a tomada de decisões.

Nova central otimiza atendimento ao cliente Unimed Nova Iguaçu

UNIMED NOVA IGUAÇU IMPLANTA AUTORIZAÇÃO E REEMBOLSO ON-LINE

Com a finalidade de oferecer mais conforto e agilidade no atendimento, a Unimed Nova Iguaçu criou o serviço on-line de autorização para os seus usuários, prestadores e clientes de outras singulares, e de reembolso exclusivo para os seus beneficiários. Com mais este avanço tecnológico importante, a Cooperativa está facilitando a vida das pessoas, que anteriormente necessitavam levar presencialmente os documentos a um posto de atendimento.

Conforme o Diretor Administrativo, Jorge Luiz Andrade, cirurgias eletivas e exames de alta complexidade (cintilografia, ressonância magnética, colonoscopia, histeroscopia, dentre outros) são alguns dos procedimentos que já podem ter o pedido de autorização solicitado pelo site. "Esta conquista trará mais eficiência e rapidez ao serviço. E, se pensarmos que ainda enfrentamos uma pandemia causada pelo novo coronavírus, quando ofertamos soluções que possibilitem aos nossos clientes não saírem de casa, estamos pensando na preservação da saúde de todos".

Tecnologia veio facilitar a vida dos clientes e prestadores

Sangue
Urina
Fezes
Histopatológico
Colpocitologia

PaschoalMartino
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
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

DESTAQUES DO CONGRESSO EUROPEU DE CARDIOLOGIA 2020 Estudo EAST – AFNET- 4

Apresentado no Congresso virtual da Sociedade Européia de Cardiologia, o Estudo EAST- AFNET-4 comparou duas estratégias de tratamento na fibrilação atrial recente (menos de um ano de início da arritmia). A primeira seria a reversão da fibrilação atrial ao ritmo sinusal (cardioversão química ou elétrica, ablação). Na segunda, apenas o controle da frequência. Sendo mantido o padrão arrítmico nos dois braços, haveria o uso de anticoagulação.

No estudo, foram incluídos quase 3.000 pacientes de onze países europeus de maneira randomizada, porém o estudo foi aberto e a média de acompanhamento dos pacientes foi de cinco anos. Estes eram maiores de 75 anos, ou com AVC prévio ou com dois critérios a seguir: idade acima de 65 anos, mulher, diabetes, insuficiência renal estágio 3 ou 4, insuficiência cardíaca, hipertensão arterial e coronariopatia.

O objetivo primário do EAST- AFNET-4 era composto, definido como morte cardiovascular, AVC isquêmico ou hemorrágico, internação por IC ou DAC e a taxa de dias internados. O objetivo secundário foi avaliação de qualidade de vida e cognição.

Os resultados do estudo mostraram redução relativa de vinte por cento de eventos, no grupo "reversão ao ritmo sinusal" em relação aos pacientes do grupo com "controle da frequência".

A segurança e os objetivos secundários foram semelhantes nos dois grupos. Desta forma, tal estudo nos mostra que reverter precocemente o ritmo dos pacientes recém-diagnosticados é a melhor estratégia para evitar complicações cardiovasculares futuras. Lembro que com relação aos estudos passados o EAST- AFNET - 4 contempla técnicas mais modernas e refinadas de ablação por radiofrequência, e parece reduzir os riscos secundários à doença.

Referência bibliográfica:

• Kirchhof P, et al. Early Rhythm-Control Therapy in Patients with Atrial Fibrillation. The New England Journal of Medicine. August 29, 2020. DOI: 10.1056/NEJMoa2019422. Disponível em: https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJ-

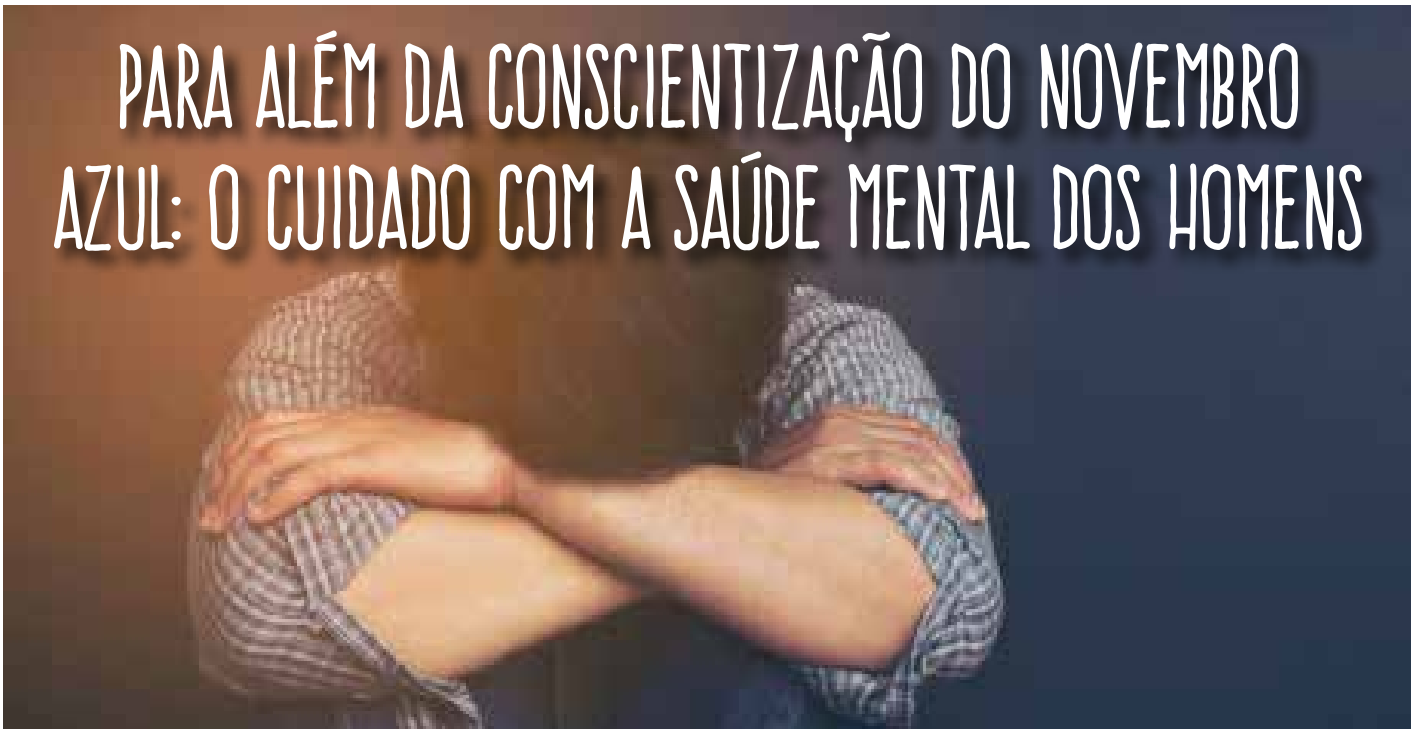
ESCRITO POR:

Dr. Paulo Roberto Pereira de Sant'Ana

&

Dr. Maurício de Souza Rocha Júnior

PARA ALÉM DA CONSCIENTIZAÇÃO DO NOVEMBRO AZUL: O CUIDADO COM A SAÚDE MENTAL DOS HOMENS



O movimento novembro azul promove o combate ao câncer de próstata. Em 2008, o "Instituto Lado a Lado pela Vida" foi o pioneiro a abordar questões relacionadas ao câncer de próstata no Brasil através da campanha "Um Toque, Um Drible". O objetivo era promover uma mudança de paradigmas em relação à ida do homem ao médico e trazer mais informação sobre a doença.

Para além da conscientização e cuidado com a saúde física, gostaria de fomentar aqui a conscientização sobre os cuidados com a saúde mental do homem.

Falar sobre a saúde mental dos homens, na atualidade, ainda é um tabu. Desde a infância, a maioria dos homens convive com o estigma negativo sobre os sentimentos, marcada com frases como, por exemplo: "homens não choram". Que traz a ideia de que o homem não pode expressar suas emoções ou fragilidade.

Como lidar com algo que o sujeito não vivenciou? A expressão de sentimentos e emoções é importante para que o sujeito consiga lidar com os mesmos. É necessário passar pelo processo de expressão e vivência para que, então, se possam encontrar meios possíveis para lidar com cada situação.

No período da adolescência do menino a ausência de expressão dos sentimentos pode ser mais latente. É um período de transição da infância e, com isto, algumas mudanças físicas, emocionais e sociais podem trazer desconforto e até sofrimento. E se não houver o cuidado necessário, podem acompanhar o adolescente até a vida adulta.

Logo, não dar vazão a sentimentos menos aceitos socialmente pode resultar em sentimentos e/ou comportamentos socialmente aceitáveis a um homem, como por exemplo, ter raiva, brigar, beber etc.

A pressão no trabalho, a busca pela estabilidade financeira e as responsabilidades familiares podem também causar frustração e ansiedade, provocando um desequilíbrio psicológico que pode desencadear um quadro de depressão.

Falar sobre ansiedade, depressão e suicídio do homem requer cuidados, porém são temas que não podem ser deixados em silêncio. A taxa de suicídio, por exemplo, é maior no sexo masculino. E um dos motivos é a resistência e/ou vergonha de procurar ajuda, pois ele acredita estar demonstrando algum sinal de fraqueza.

Portanto, é necessário atenção à saúde do homem em todos os campos, inclusive na saúde mental. O fato de se expressar não significa fraqueza, mas sim a possibilidade de elaboração e ressignificação. Sendo assim, a terapia pode ajudar o sujeito na possibilidade de conseguir colocar em palavras o que sente. Mais importante que tentar "entender" o outro, é saber ouvir e encaminhar a uma ajuda profissional, que respeite a singularidade de cada sujeito.

ESCRITO POR:

KELLY CORDEIRO RODRIGUES

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)

NEWMEDIC

PRODUTOS
MÉDICOS
HOSPITALARES

APARELHO
DE PRESSÃO
BRAÇO

TAPETE PARA YOGA

TERMOMETRO
DIGITAL
INFRAVERMELHO

Telefone/Whats: 21 97566-8749

Rua Comendador Soares, 248
Centro, Nova Iguaçu

Siga-nos no Instagram: @New_medic

NATAL DE CASTIÇAIS 2020

Este espetáculo de arte e fé vem sendo realizado nas catedrais e igrejas da Baixada Fluminense, completando neste ano sua décima primeira edição e já tendo sido visto por cerca de 10.000 pessoas.

Este ano já tem data marcada, será no dia 19 de dezembro às 18:30h, na Igreja Nossa Senhora de Fátima e São Jorge no centro de Nova Iguaçu. Você poderá assistir ao evento no local com todas as normas de segurança sanitárias, mas devido à pandemia também será transmitido em rede social.

O Natal de Castiçais vem encantando e emocionando as famílias, já que traz o verdadeiro sentido do Natal, com versos de clássicos musicais, na bela voz da cantora Fernanda Morais, acompanhada por uma camerata de cordas, com os músicos Beto Rocha, violão, e Israel Pessoa no violino, entre outros. O ator Marcelo Borghi fará a interpretação da história do nascimento de Jesus Cristo.

As luzes da igreja são desligadas, sendo iluminada somente por velas em vários castiçais, trazendo uma beleza cenográfica que vem encantando e emocionando as famílias presentes ao longo dos anos.

Este espetáculo já entrou para o calendário e é muito esperado por todos, a Diocese de Nova Iguaçu e o pároco Padre Max de Jesus estão acolhendo e convidando a todos para este momento especial.

A AMNI sempre nos apoia, assim como empresas e comerciantes, viabilizando a realização do Natal de Castiçais.

Este ano contamos com a agência Sight Publicidade, com produção de Marcelo Borghi Produções Artísticas, Fernanda Morais e a direção de Marcelo Borghi.

Esperamos todos vocês, pois neste ano o significado em tempos de pandemia terá um sentido ainda maior.

"Natal de Castiçais"
19 dezembro as 18:30h
Igreja Nossa Senhora de Fátima e São Jorge - centro de Nova Iguaçu
Entrada franca

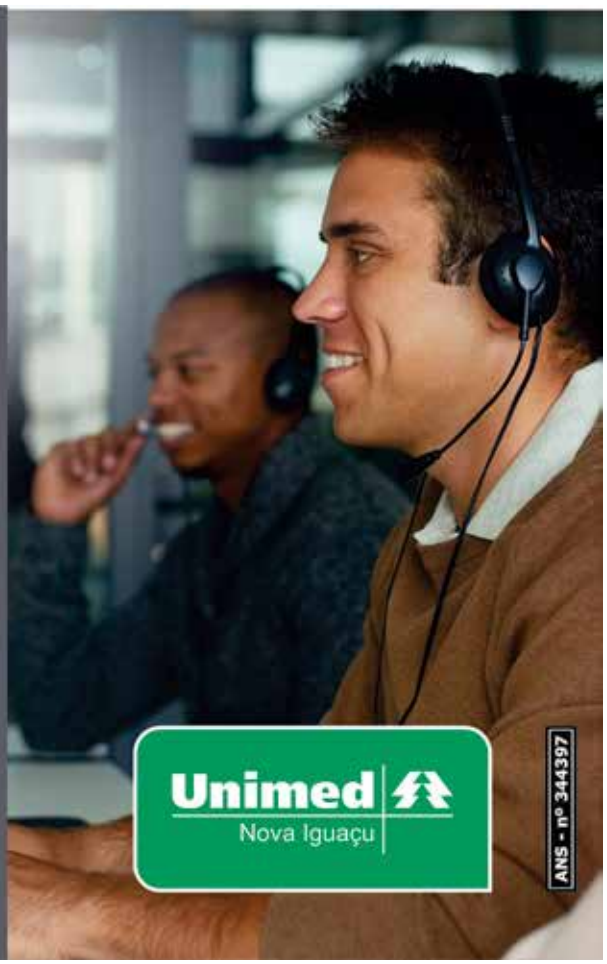
ESCRITO POR:
MARCELO BORGHI
Ator, Produtor Cultural do Shopping Nova Iguaçu

MAIS EFICIÊNCIA, RAPIDEZ E CONFORTO PARA VOCÊ!

AUTORIZAÇÃO E REEMBOLSO ON-LINE
Saiba mais em
unimed.coop.br/web/novaiguacu/servicos

CENTRAL DE ATENDIMENTO 24 HORAS
Anote nosso novo telefone: **0800 282 4464**

CENTRAL DE VENDAS
Anote nosso novo telefone: **(21) 2667-2060**



TOXOPLASMOSE & GRAVIDEZ

Definição: Doença causada pelo **TOXOPLASMA GONDII** cuja transmissão para o feto ocorre predominantemente em mulheres que adquirem a infecção primária durante a gestação, por via transplacentária. Em raros casos, a transmissão pode ocorrer em mulheres cronicamente infectadas cuja infecção tenha sido reativada devido a um status de imunocomprometimento (por exemplo, devido à AIDS ou tratamento com corticoesteroides).

Estima-se que o ritmo de infecção intrauterina seria de 15% no 1º trimestre, 30% no 2º e quase 60% no 3º trimestre. Sua gravidade é maior no início da gravidez, especialmente até 20 semanas.

Cerca de 10% da infecção pré-natal resulta em abortamento e apenas 10 a 20 % dos recém-nascidos infectados in útero mostram sinais de toxoplasmose ao nascimento.

FORMAS DE TRANSMISSÃO:

- **Fecal-oral**: ingestão de oocistos eliminados pelas fezes de gatos presentes em águas contaminadas e alimentos (frutas e vegetais);
- **Consumo de carne e produtos de origem crus ou mal cozidos:** contendo cistos teciduais;
- **Transmissão vertical (transplacentária)**: com a passagem de taquizoítas presentes na circulação materna durante a fase aguda da infecção;

A frequência da transmissão vertical aumenta com a idade gestacional, no entanto o acometimento fetal severo é mais comum nas infecções que ocorrem no primeiro trimestre.

As principais alterações fetais são:
ventriculomegalia, microcefalia, calcificações intracranianas, hepatoesplenomegalia, ascite, hidropsia;

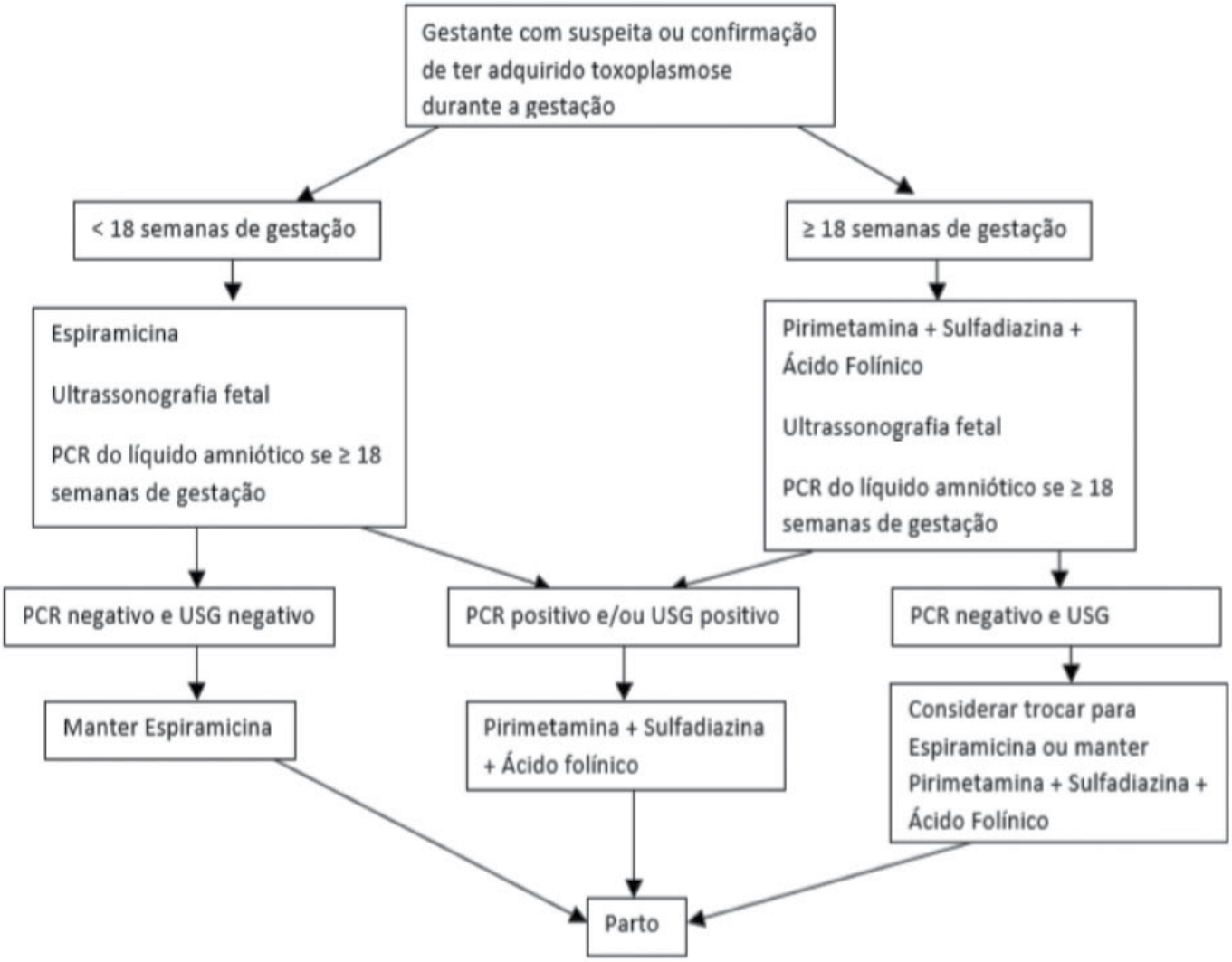
Sequelas graves ao recém-nascido como:
surdez, cegueira e atraso no desenvolvimento neuropsicomotor.

- Não há evidências de transmissão de Toxoplasma gondii através da amamentação.
- O quadro clínico é encontrado em um terço dos casos e a ausência de alterações ultrassonográficas não exclui a doença.

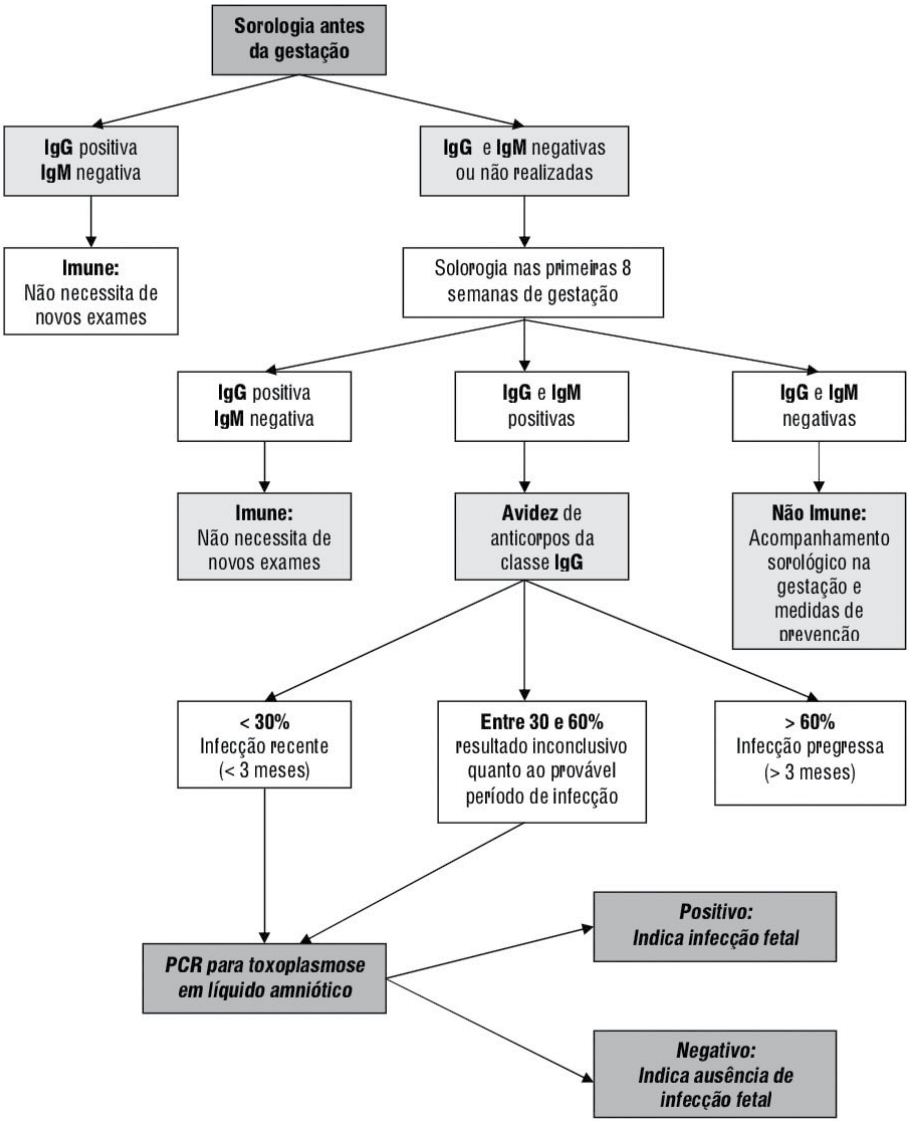
DIAGNÓSTICO: Laboratorial
O diagnóstico pode ser realizado através de testes sorológicos, exame de ultrassonografia e Amniocentese.

- Os testes sorológicos são exames de triagem que dosam anticorpos IgG e IgM (ELISA ou imunofluorescência) na primeira consulta de pré-natal.

FLUXOGRAMA : Condução da gestante com suspeita ou confirmação de ter adquirido toxoplasmose durante a gestação



• Nos casos de IgM e IgG reagentes antes de 16 semanas deve-se solicitar a avidez de IgG para definir se a infecção é aguda ou ocorreu antes da gestação. Nos casos do resultado mostrar alta avidez, considerar como infecção anterior à gestação e continuar o seguimento pré-natal. (Anticorpos com alta avidez por IgG se desenvolvem em torno de 12 a 16 semanas após a infecção, indicando infecção mais antiga);
• Se o teste de avidez não for acessível iniciar tratamento com Espiramicina.
• Se avidez intermediária (30-60%), deve-se repetir o teste de avidez em duas semanas.
• Gestantes de até 16 semanas de gravidez que apresentam IgM e IgG positivos, com baixa avidez de IgG, serão classificadas como infecção aguda.
•Se houver suspeita de infecção aguda, repetir sorologia com amostras pareadas em 2 a 3 semanas. Um aumento de 4 vezes no título de anticorpos IgG indica uma infecção recente.



DIAGNÓSTICO FETAL:
O rastreio da infecção fetal, a partir do diagnóstico materno, deve ser realizado utilizando-se a amplificação do DNA do Toxoplasma gondii no líquido amniótico (PCR), realizado por Amniocentese a partir de 18 semanas de gestação. Este exame apresenta valor preditivo negativo de 88% e especificidade e valor preditivo positivo de 100% (ou seja, resultado positivo significa infecção fetal).
Pesquisa de IgM para toxoplasmose no sangue fetal, obtido a partir de cordocentese, também confirma infecção fetal, visto que anticorpos IgM não atravessam a barreira placentária. No entanto, este exame só pode ser realizado após 22 semanas de gestação e apresenta maiores riscos ao concepto.

A realização de PCR do líquido amniótico deve ser considerada para as gestantes:
(1) que apresentam teste sorológico positivo ou altamente sugestivo de infecção adquirida durante a gestação ou em torno da concepção;
(2) que apresentam evidência de comprometimento fetal ao exame ultrassonográfico (por exemplo: ventriculomegalia, hepatoesplenomegalia ou calcificações intracranianas);
(3) que estejam significativamente imunossuprimidas com risco de reativação de infecção crônica (com exceção às pacientes com AIDS, devido ao risco de infecção fetal por HIV durante a amniocentese).

O rastreio ultrassonográfico deve ser recomendado para mulheres com suspeita ou diagnóstico de infecção por toxoplasmose adquirida durante ou próxima à concepção.

A Ressonância nuclear magnética também pode ser utilizada para pesquisa de anormalidades fetais.

Achados ultrassonográficos sugestivos de comprometimento fetal incluem: ventriculomegalia, calcificações hepáticas e cerebrais, hepatoesplenomegalia, ascite, hidropsia fetal, hiperecogenecidade intestinal, placentamegalia, crescimento intrauterino restrito.

TRATAMENTO:
• Espiramicina 3g/dia, VO, até o final da gestação.
• Se a infecção fetal for confirmada, alternar a espiramicina, em ciclos de 3 semanas, a partir do segundo trimestre, com a associação de:
- Sulfadiazina: 4 g VO por dia (2 cp 500 mg VO , 6/6 h);
- Pirimetamina: 25 a 50 mg VO por dia;
- Ácido folínico: 15 mg VO por dia.
• Suspender o esquema tríplice com 34 semanas, mantendo-se exclusivamente a espiramicina.
• Monitorar mensalmente a grávida que estiver se submetendo ao esquema tríplice com hemograma (série vermelha) e contagem de plaquetas.

Em casos de soroconversão acima de 30 semanas, quando não está indicado o procedimento invasivo, o tratamento tríplice deve ser iniciado mesmo sem a confirmação da infecção fetal, devido ao alto risco de transmissão vertical.
Em relação ao acompanhamento fetal, deve ser realizado com controle ultrassonográfico a cada quinze dias, pesquisando sinais de anemia fetal como a hidropsia. Além disto, aconselha-se a avaliação de vitalidade fetal semanal.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO:
• Ingerir carne bem cozida. Lembrar que carnes defumadas ou carne seca podem estar infectadas.
• Evitar o contato com mucosas, enquanto manusear carne crua.
• Lavar bem as mãos após contato com carne crua.
• Evitar contato com materiais potencialmente contaminados por fezes de gatos (caixa de areia ou jardins) e, se necessário, usar luvas.
• Desinfetar caixa de areia de gatos com água fervente por 5 minutos, antes de enchê-la novamente.
• Lavar e desinfetar bem frutas e vegetais antes do consumo.
Beber somente água filtrada.

ESCRITO POR:
DR.ª MAÍRA FACCIOLLI
Ginecologista - Obstetra

VIP`S BY CLAUDIO MOURA

Ainda em outubro, no "Dia das Crianças", no Hotel Portobello Resort e Safari em Mangaratiba, um momento família do Dr. Cristiano Castro (aniversariante do dia 8/10), a esposa, a Médica Melissa Duarte de Castro, e as filhas Maria Fernanda e Manuella.

Muitas felicidades ao Médico João Ricardo Pilotto que, ao lado da esposa Soraya Rollo (foto), familiares e amigos, comemorou no dia 31 de outubro mais um ano de vida

Festa em dose dupla! Parabéns aos primos, os Médicos Gustavo Serapião e Damiery Serapião, que comemoraram, respectivamente nos dias 9 e 11 de outubro, mais um ano de vida.

... e aqui na ala de frente, comandando no dia 11 de outubro o encontro festivo, os aniversariantes Gustavo e Damiery Serapião com seus queridos familiares e amigos.

Também em outubro, no dia 9, o Médico Mário Alexandre completou 27 anos e, no dia 8, sua irmã, a futura Médica Mariana França completou 22 anos. Parabéns!

ESCRITO POR:
CLAUDIO MOURA
Mestre de Cerimonias, Cerimonialista e Colunista Social

CENTENÁRIO DA INSULINA: O NASCIMENTO DE UMA IDEIA

Às 2 h do dia 31 de outubro de 1920, Frederick G. Banting, cirurgião que trabalhava em Londres, teve a ideia de isolar a secreção interna do pâncreas. Na semana seguinte, ele se encontrou com o famoso cientista John J. R. Macleod em Toronto, Canadá, e eles desenvolveram um plano de pesquisa. Em agosto de 1921, Banting e seu aluno assistente Charles H. Best preparam um extrato eficaz de um pâncreas canino. Em janeiro de 1922, o bioquímico James B. Collip isolou uma insulina que era suficientemente pura para uso humano. Em 25 de outubro de 1923, Banting e Macleod receberam o Prêmio Nobel de Fisiologia ou Medicina pela descoberta da insulina.

Sir Frederick Grant Banting nasceu em 14 de novembro de 1891, em Alliston, Canadá, em um vilarejo a 70 km ao norte de Toronto.

Ele era um estudante mediano, cuja ética de trabalho lhe valeu o ingresso na Universidade de Toronto, inicialmente para estudos teológicos.

Em 1912 transferiu-se para a faculdade de medicina e escolheu a cirurgia como especialidade.

Seu colega de classe foi Norman Bethune, que mais tarde serviu no exército de Mao Zedong e ajudou a reformar o atendimento médico na China.

Já tendo se alistado para o serviço na Primeira Guerra Mundial, Banting completou seu curso acelerado de medicina em dezembro de 1916 e se apresentou como oficial do corpo médico do exército canadense.

Chegando à Inglaterra na primavera de 1917, ele foi promovido a capitão e colocado perto da linha de frente na França.

Depois do trabalho com a insulina, as carreiras dos quatro cientistas divergiram amplamente.

Banting atingiu um status quase mitológico no Canadá, recebendo uma doação vitalícia para continuar a pesquisa médica.

Até o momento, Banting é o mais jovem ganhador do Prêmio Nobel de Fisiologia ou Medicina.

Ele também perseguiu seus interesses artísticos, tornando-se um pintor de paisagens bem conceituado.

Ele morreu em um acidente de avião em 21 de fevereiro de 1941, enquanto servia durante a Segunda Guerra Mundial.

Hoje em dia, como a sociedade busca o desenvolvimento acelerado de curas (por exemplo, a operação Warp Speed a fim de encontrar uma vacina para a Covid-19), o exemplo da insulina é milagroso.

Frederick Banting (à direita) e Charles Best (à esquerda)

Frederick Grant Banting (1891-1941)

John James Rickard Macleod (1876-1935)

James Bertram Collip (1892-1965)

Charles Herbert Best (1899-1978)

ESCRITO POR:

DR. RENATO RAMOS PINHEIRO

Endocrinologista

REPARCELAMENTO DO SIMPLES NACIONAL

INSTRUÇÃO NORMATIVA RFB N° 1.981, DE 09 DE OUTUBRO DE 2020 (DOU DE 13.10.2020)

Segue mais uma informação, para que entendam e vejam tudo que está acontecendo com as novas leis e seus direitos. Então, fale com o seu contador, leia e se quiser maiores informações estamos à sua disposição:

"Altera a Instrução Normativa RFB n° 1.508, de 4 de novembro de 2014, que dispõe sobre o parcelamento de débitos apurados no Regime Especial Unificado de Arrecadação de Tributos e Contribuições devidos pelas Microempresas e Empresas de Pequeno Porte (Simples Nacional), e de débitos apurados no Sistema de Recolhimento em Valores Fixos Mensais dos Tributos abrangidos pelo Simples Nacional (Simei) devidos pelo Microempreendedor Individual (MEI), no âmbito da Secretaria da Receita Federal do Brasil.
O SECRETÁRIO ESPECIAL DA RECEITA FEDERAL DO BRASIL, no exercício da atribuição prevista no inciso III do art. 350 do Regimento Interno da Secretaria Especial da Receita Federal do Brasil, aprovado pela Portaria ME n° 284, de 27 de julho de 2020, e tendo em vista o disposto no art. 55 da Resolução CGSN n° 140, de 22 de maio de 2018,

RESOLVE:

Art. 1° A Instrução Normativa RFB n° 1.508, de 4 de novembro de 2014, passa a vigorar com as seguintes alterações:
§ 2° Observado o disposto no inciso II do § 3° do art. 1°, será admitido reparcelamento de débitos constantes de parcelamento em andamento ou que tenha sido rescindido, hipótese em que o contribuinte deverá desistir expressamente de eventual parcelamento em vigor.
§ 3° O deferimento do pedido de reparcelamento a que se refere o § 2° fica condicionado ao recolhimento da 1ª (primeira) parcela, cujo valor deverá corresponder:
I - a 10% (dez por cento) do total dos débitos consolidados; ou
II - a 20% (vinte por cento) do total dos débitos consolidados caso haja débito com histórico de reparcelamento anterior.
§ 3°-A. Fica sujeito ao prazo máximo de 60 (sessenta) meses, previsto no caput do art. 1°, o reparcelamento a que se refere o § 2°.

O pedido de reparcelamento deverá ser feito exclusivamente por meio do site da RFB na Internet, nos Portais e-CAC ou Simples Nacional.

"(NR)Art. 2° Esta Instrução Normativa será publicada no Diário Oficial da União e entrará em vigor no dia 1° de novembro de 2020.""

ESCRITO POR:
ALESSANDRA MARCONDES
Contadora, Pós-Graduada em Controladoria em Gestão Contábil e Liderança Empresarial

CRCRJ-076833/0-0
Alessandra Marcondes
Contabilidade e Administração de Condomínios
Sua Contabilidade em boas mãos!
(21) 2767-0860
(21) 2767-9664
(21) 98865-0860
Av. Dr. Mário Guimarães, 428 • Salas 619/620
(Le Monde Office) Centro • N.Iguaçu • RJ
CEP: 26.255-230
www.alessandramarcondes.com.br

MARKETING PROMOCIONAL: DESPESA OU INVESTIMENTO?

Não basta para uma empresa produzir um produto ou executar um serviço de qualidade é preciso conquistar clientes, o que pode exigir uma alta demanda de tempo e investimento em ações voltadas a este fim para conquistar resultados relevantes, especialmente no cenário de alta competitividade do mercado atual.

Estudos mostram que investir na fidelização da base de clientes pode custar às organizações até 5 vezes menos que o necessário para atrair novos clientes e, ainda, um consumidor que já conhece uma empresa tende a gastar mais em seus produtos ou serviços.

São diversas as ações que podem ser adotadas com o objetivo de fidelizar, contudo uma das mais comumente adotadas e que produz resultados comprovados é o Marketing Promocional que por sua grande variedade de opções atende a diferentes segmentos.

Marketing Promocional é uma operação na qual a essência se baseia numa ação de promoção de vendas. Uma atividade de marketing promocional tem, como particularidade, a interação de marcas, produtos ou serviços com seu público-alvo (Wikipédia, a enciclopédia livre).

O Marketing Promocional vem se destacando a cada dia e tem sido uma relevante ponte entre a marca e os clientes. Muitas pessoas ainda confundem marketing promocional com propaganda, mas são conceitos diferentes. A propaganda gera no cliente uma mudança nas suas atitudes e o Marketing Promocional trabalha com a mudança de comportamento desse cliente. E para se entender melhor esta diferença: a atitude é intenção e o comportamento é ação.

Existem diversas ferramentas que podemos utilizar no marketing promocional, como exemplo: Sorteios, Merchandising, Descontos etc. Mas iremos falar especialmente do BRINDE.

Como em qualquer estratégia de marketing, para oferecer brindes deve-se pensar na impressão a causar nos presenteados. O brinde é útil? É interessante? Quais dos clientes receberá um exemplar e por quê?

Um presente diferente do habitual chama a atenção e alcança maior interesse dos clientes. Além disto, é uma forma de passar uma imagem mais sofisticada da sua marca.

Além de criar a percepção de que a empresa se importa em entregar um bom serviço e com o relacionamento com o cliente. Mas é importante traçar uma estratégia. Você pode, por exemplo, dar um brinde para clientes que fazem a primeira compra ou pode dar um brinde mais especial para os clientes que gastam mais que um determinado valor.

Não são apenas os clientes que podem se beneficiar com os brindes e terem uma imagem positiva da sua empresa. Você pode entregar brindes para os seus colaboradores e criar um vínculo melhor com eles. Eles irão se sentir valorizados e se sentirão empenhados em melhorar o desempenho.

Quando você reconhece sua equipe é garantia de que o resultado do trabalho sairá melhor.

Agora, é preciso ter qualidade - Nunca dê produtos de má qualidade, pois a imagem da sua empresa vai estar fixada em algo ruim. Senão, imediatamente os brindes vão ser jogados fora e vão falar mal de você. Procurar atrelar a imagem da sua empresa aos brindes é fator primordial.

Com a recessão no cenário econômico brasileiro, uma constatação geral é que é preciso enxugar despesas, eliminar custos, enfim, fazer os ajustes necessários para garantir a rentabilidade em um momento desfavorável para as vendas. Muitas empresas, no entanto, já perceberam a importância de economizar, mas fazem isto de maneira muito criteriosa: a ordem é cortar excessos e não investimentos.

Sim, porque apesar da crise não é possível parar. Faça chuva ou faça sol, os consumidores continuarão existindo e podem até diminuir seus gastos, mas continuarão consumindo. Portanto, se esconder de quem quer comprar não é uma boa estratégia.

Uma unanimidade para agradar qualquer tipo de consumidor, independentemente da faixa etária, sexo ou classe social, é o brinde personalizado. Afinal, todo mundo gosta de ganhar um mimo. Ainda mais quando o brinde é pensado e totalmente adequado às necessidades de quem o recebe.

Por desconhecer o poder que os brindes possuem como influenciadores na decisão do consumidor, infelizmente, muitas empresas os tratam como itens supérfluos, deixando de obter os resultados excelentes que esta importante ferramenta de divulgação pode propiciar, inclusive em momentos de crise.

Eliminar custos é preciso sim. Todavia, eliminar investimentos de divulgação, como os brindes personalizados, que agradam aos consumidores e resultam em vendas não é uma boa pedida.

Valorize o seu cliente, superando suas expectativas com serviços e produtos. Encante, seja diferente! E sua marca ficará no coração e na mente das pessoas. Quanto mais respeitada é a sua marca, mais conquistará espaço no mercado.

ESCRITO POR:
ALESSANDRA MUNCK
Diretora Comercial
Rua Presidente Vargas, 106 Comendador Soares - Nova Iguaçu
Tel.: 2882-5400 | Whatsapp: 96417-8381

SERVIÇO SOCIAL DO HGNI AJUDA PACIENTE A REENCONTRAR A FAMÍLIA APÓS QUASE 20 ANOS

"Estou muito feliz. Voltei a ter família". Entre sorrisos e lágrimas, Carlos Roberto Lessa, de 65 anos, recebeu alta do Hospital Geral de Nova Iguaçu (HGNI), nesta quinta-feira (5), e reencontrou sobrinhos que não via há quase 20 anos. A aproximação só foi possível graças ao trabalho do Serviço Social da Unidade, que fez uma busca ativa em órgãos públicos para encontrar parentes de Lessa, que há seis anos vivia em uma casa de recuperação no município de Japeri.

"Encontrar meu tio foi um sentimento incrível. Quando vi a foto dele e o contato do Hospital, eu fiquei muito emocionada. Mostrei para toda a família. Sentimos muita saudade dele durante todos esses anos", disse Ivonete de Melo, de 59 anos, que, entre um carinho e um abraço no tio, tentou resumir o sentimento do reencontro.

O trabalho de localização da família de Carlos Roberto pelo Serviço Social começou assim que o idoso deu entrada na emergência do HGNI, na última segunda-feira (2), com a abertura do prontuário social para acompanhar o caso. Durante abordagem, ele explicou que não via a família há muito tempo e manifestou o desejo de reencontrá-los. Foi então que as assistentes sociais, tanto da emergência quanto do setor de enfermaria, fizeram busca ativa e encontraram os parentes do paciente, que passou por uma cirurgia vascular. Na quarta-feira (4), o sobrinho Renato Lessa, de 52 anos, o visitou.

"De início ele não me reconheceu, mas, quando falei meu nome, ele me abraçou, um abraço de quase 20 anos. Infelizmente, por problemas da vida, houve desencontros. Chegamos a pensar que ele pudesse estar morto, pois não tínhamos notícias dele, mas, graças a Deus e ao Hospital, estamos nos reencontrando. É um sentimento de felicidade enorme poder abraçar meu tio mais uma vez", destacou Renato.

Ao deixar o HGNI, Carlos Roberto agradeceu a todos os profissionais que cuidaram dele durante a internação e ressaltou o trabalho do Serviço Social. "Eu só tenho a agradecer por tudo que as assistentes sociais e o Hospital fizeram por mim", reforça.

"Quando se tem amor e carinho, já temos tudo preparado. Vamos reunir toda a família e cuidar dele", completou Ivonete na saída, ao lado de Expedito Bernardo, de 69 anos, seu marido, e Renato, que também estiveram presentes no momento da alta.

HGNI ESTÁ COM ESTOQUE DE SANGUE EM NÍVEL CRÍTICO E PRECISA DE DOAÇÕES

O Hospital Geral de Nova Iguaçu (HGNI) precisa de doadores de sangue. O número de doações vem caindo e o estoque atingiu nível crítico. Para atender a demanda que chega de toda a Baixada Fluminense, o banco de sangue precisa coletar 600 bolsas por mês, porém, este ano, em média, somente 291 doações mensais foram registradas, o que representa uma queda de mais de 50%. Esta redução é provocada, principalmente, pela pandemia do novo coronavírus, que vem afetando diversos hemonúcleos pelo país.

Os interessados podem fazer o agendamento pelo telefone (21) 97663-9352, de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h. A doação acontece das 7:30h às 12:30h. Todo o ambiente é higienizado e seguro. Uma bolsa de sangue pode ajudar a salvar até quatro vidas. O banco de sangue do Hospital Geral de Nova Iguaçu fica na Av. Henrique Duque Estrada Meyer, n° 953, na Posse, Nova Iguaçu, próximo à recepção geral da Unidade.

Quem pode doar:

- Pessoas entre 16 e 69 anos que estejam bem de saúde e pesem mais de 50 quilos;
- É preciso levar documento original com foto;
- Menores de idade precisam da autorização dos pais ou responsáveis, disponível no site do Hemorio (http://www.hemorio.rj.gov.br/html/pdf/menor_idade.pdf); e
- Não é preciso estar em jejum, mas não poderá doar quem ingeriu comida gordurosa nas últimas quatro horas ou bebida alcoólica no dia anterior.

MEUS CAROS

O ano era 2002, parece que foi há alguns meses atrás, mas lá se vão 18 anos. No Recreio dos Bandeirante ainda havia muitos lugares inertes desde a década de 70: ruas de chão, a grande maioria; a Av. das Américas era só de uma pista ainda; a estrada dos Bandeirantes era fechada como um túnel de árvores, e lá era só um lugar de sítios e restaurantes distante; o ROCK IN RIO tinha acabado de ser realizado um ano antes no Maracanã, depois de uma briga para ser realizado no local de origem ter sido perdida; e a região do Autódromo de Jacarepaguá ainda era um grande pântano com algumas construções iniciadas do Rio 2, porém, paradas por causa do escândalo da Encol; quem lembra disto? Naquela época já havia uma rua que cortava a então parte de trás do Autódromo ao meio, desde a estrada dos Bandeirantes até a Abelardo Bueno, era a estrada Cel. Pedro Correa, que nada mais era do que uma rua de chão de barro, onde a única coisa notória era um Motel famoso e escondido chamado Amarelinho, que está lá até hoje; de resto era tudo terreno baldio em meio a um grande manguezal, normal naquela área de Curicica/Jacarepaguá. Ali surgia, naquele mesmo ano de 2002, um restaurante com cara de peixaria, com aquelas paredes de azulejo até o teto, com uma característica que até hoje talvez permaneça a única remanescente desde a inauguração, a proa de uma traineira, como a região sugeria o nome do restaurante, que não poderia ser mais apropriado: **No Mangue!**

Chegar lá era uma vitória. Fomos em 2002 mesmo, depois de um "disse que me disse" de um restaurante de frutos do mar que era caprichado, mas muito simples. Realmente, a gente quase atolava o carro para chegar lá se estivesse chovendo, mas a comida era para reis: lagostas, camarões, polvos, peixes nobres, tudo muito fresco, direto para a mesa. Hoje, 18 anos depois, o No Mangue está enterrado no meio do Rio 2, atrás do Bora Bora e da segunda fase do Rio 2, numa rua que outrora era de barro e, hoje, está toda asfaltadinha: com pista de BRT; praças; parques; e a Cidade Jardim por trás. Se você não vai lá há algum tempo, passa pelo No Mangue e quase não o nota, em meio à selva de pedra. Aquele um dia isolado restaurante, no meio do mato, hoje está no meio de uma das maiores concentrações de prédios da Barra da Tijuca/Recreio/Jacarepaguá.

Porém, o No Mangue continua arrebentando nos seus pratos à base de frutos do mar. Nunca foi barato, mas sempre uma opção segura de refeição saborosa. Hoje, totalmente repaginado, moderninho, bem decorado; as paredes de azulejo branco até o teto sumiram, dando lugar a um ambiente charmoso e confortável: um belo bar na antiga varanda; a proa da traineira continua lá no mesmo lugar, à frente do restaurante, agora com manobreiros.

Destaque para o camarão no abacaxi, o bobó de camarão, peixes grelhados (filé de cherne delicioso, entre outros); as entradinhas, como casquinha de siri clássica com uma farofa de dendê deliciosa; mexilhões grelhados muito bons; uma carta de drinks corretos e bem refrescantes; bem como sobremesas deliciosas e surpreendentes. O No Mangue hoje é famoso, mas, para quem não vai há muito tempo, vale uma revisita, afinal de contas ele já não fica tão escondido como ficava há 18 anos atrás!

http://www.nomangue.com.br/

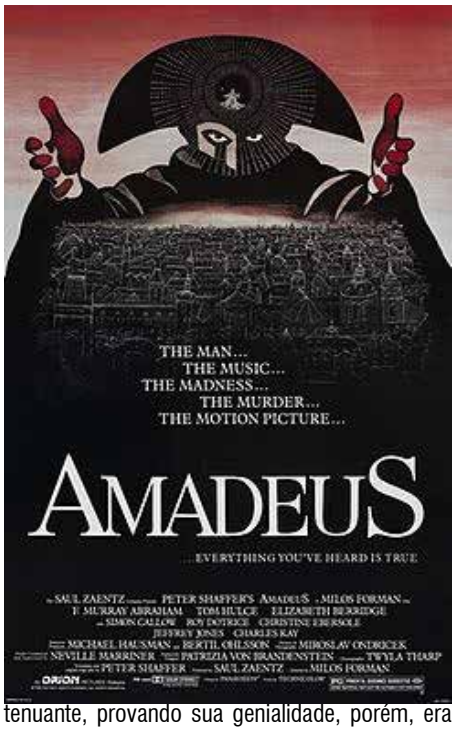
Sejam Felizes!!!

ESCRITO POR:
DR. MARCELO NOGUEIRA
Cardiologista

O FILME AMADEUS E A INVEJA

A obra de arte suscita todo um universo de emoções, pensamentos e reflexões, e nos mostra quem somos nós. O filme AMADEUS, de 1984, de MILOS FORMAM, ganhador de vários ÓSCARES, nos traz à reflexão de um de nossos sentimentos mais disseminados e fortes, que é a INVEJA. Filme belo, roteiro, fotografia, figurino, música, perfeitos, além da atuação brilhante dos atores. O filme, ambientado no século XVIII, período que o genial compositor WOLFGANG AMADEUS MOZART viveu, descreve o desenvolvimento da inveja entre o gênio MOZART e o compositor SALIERI, apadrinhado do rei do império austríaco; e que no filme é retratado como um compositor medíocre, mas influente e ardiloso. O filme se desenrola em parte dentro de um hospício, onde ao final da vida Salieri foi internado e, diante de um padre atônito, o compositor confessa ter assassinado Mozart. Salieri conta toda a trajetória de sua vida, desde a infância, e na juventude, onde diante da cruz de Cristo promete uma devoção total, abnegação e castidade ao criador, desde que Ele lhe forneça a sabedoria e sensibilidade musical para criar uma música genial e sublime, para a glória do Senhor. Consegue o posto de regente da corte do imperador do império austríaco, onde

tem poder, influência e status. Tempos depois, numa cerimônia ao imperador, ele conhece Mozart, que à época já tinha muita fama. Salieri vê o comportamento sem educação, inocente e infantilizado de Mozart, mas ao mesmo tempo percebe o brilhantismo e a genialidade dele. Salieri não acredita, vendo a vulgaridade de Mozart, que aquele ser, "aquela criatura" à sua frente, era o gênio, que compunha uma música celestial. Salieri se apaixona pela genialidade, criatividade e domínio técnico de Amadeus, o qual, por sua vez, chega a zombar da simplicidade da música de Salieri. Na intimidade, Salieri, diante da cruz, pergunta ao criador por que teria dado a Mozart aquele dom, aquela genialidade, e não a ele. Apesar de vários contratempos, Mozart continua a sua criação de óperas, sinfonias, de maneira ininterrupta e ex-

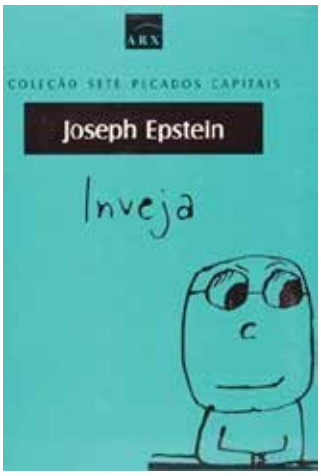


tenuante, provando sua genialidade, porém, era observado ardilosamente a cada passo por Salieri. Salieri, remoído pela inveja, não vendo seus pedidos correspondidos por Deus, trama matar Mozart. Com a saúde de Mozart muito fragilizada, pelo trabalho excessivo e boemias intermináveis, Salieri crê que ao solicitar uma sinfonia fúnebre a Mozart (um réquiem), estaria participando e precipitando a morte do gênio. Sabendo das dificuldades financeiras de Mozart, vai até sua casa disfarçado, com um sobretudo negro e uma máscara negra, e "contrata" o réquiem. Mozart apavorado com a visão do mascarado desconhecido, mas premido pelas necessidades, aceita a encomenda. Trabalhando incessantemente em vários projetos ao mesmo tempo, e extremamente adoentado, acaba trabalhando no final da vida com o próprio Salieri, que se apresenta como alguém que poderá lhe ajudar a terminar a obra musical. Mozart, enfim morre, presenciado por Salieri, e é sepultado como indigente numa cova comum. Ao final, retornando ao hospício, diante do incrédulo padre, Salieri confessa que teria assassinado Mozart e com isto teria tido sua vingança contra Deus. Por outro lado, como punição, Deus teria lhe dado uma vida longa, podendo testemunhar, a cada dia de sua vida sofrida, a música e a genialidade de Mozart, as quais eram cada vez mais reconhecidas, amadas e tocada (a música), enquanto a sua própria obra (de Salieri) era esquecida. Apesar dos exageros do filme, ao que tudo indica, na vida real Salieri não era um compositor medíocre, e também não há nenhuma prova de que o gênio tenha sido envenenado, tudo indica ter tido morte natural; o núcleo do filme se centraliza na INVEJA de Salieri em relação ao gênio Mozart. Conforme o escritor JOSEPH EPSTEIN, que escreveu um livro de ensaios sobre a inveja, e do qual extraí várias avaliações, segundo o autor, a inveja já estava presente no antigo testamento bíblico e nos gregos antigos. Na idade média, no século VI, o Papa Gregório elabora a lista dos

sete pecados capitais, dos quais um deles é a inveja (os outros são: orgulho, ira, avareza, gula, luxúria e preguiça). No livro, Epstein descreve de forma abrangente a "inveja" desde sua definição, seus motivos psicológicos e sociais, sua disseminação na sociedade, o prazer com o fracasso dos outros, a relação da inveja com o ressentimento e com a injustiça, os diversos graus de ressentimento, as diferenças entre o sentimento nos homens e nas mulheres, a inveja com a idade (inveja da juventude), a inveja nas sociedades e nos grupos sociais, entre amigos, colegas e familiares, nas universidades, nas artes e entre os artistas; e, ainda, analisa a si próprio, pois confessa ter inveja, apesar de sua idade, mas

que agora consegue "temperar a inveja", com a maturidade. O que todos sabem é que a INVEJA é o desejo de ter os bens materiais, mas também diversos outros atributos, como poder, riqueza, fama, influência, sucesso, status, juventude, beleza, habilidades, conhecimento...), DO OUTRO!! Para o autor, a inveja faz parte da constituição humana, e mesmo em sociedades que desejaram abolí-la, ela se impôs e se espalhou. Porém, na sociedade capitalista competitiva, há o desejo vaidoso (vaidade, orgulho, soberba, outro grupo dos pecados capitais) de mostrar aos outros qualquer vantagem, seja em bens materiais, ou qualquer outro atributo, o que intensifica enormemente o sentimento da inveja. Num certo grau, a inveja pode ser positiva, quando nos estimula a traçar metas para obtermos uma melhora de vida honestamente e de forma equilibrada; mas pode ser devastadora, quando ela se apossa de nossa alma. No filme, a ficção exagera, propositalmente, mostrando o compositor medíocre, o qual acaba se "intoxicando" com sua vaidade em relação ao gênio Mozart. Fica a mensagem de que devemos encarar esse nosso pecado, a nossa fraqueza psicológica, que não nos deixará; e entendendo que só com maturidade e reflexão poderemos suportar e reduzir este sentimento que nos habita de forma tão profunda.

Fonte e apoio de leitura:



Livro Inveja - escritor JOSEPH EPSTEIN

ESCRITO POR:
DR. LAFAYETTE SUZANO
Cardiologista e amante da cultura

ESCRITO POR: **MARCO ANTONIO B. NUNES**

NOTA DE FALECIMENTO

Com grande pesar, informamos que no dia 28 de outubro de 2020, nosso Associado, Pediatra e um dos fundadores da Cooperativa Médica em Nova Iguaçu, Dr. Thales do Couto, nos deixou. Na Cidade de Nilópolis, onde viveu por muitos anos, foi político e Diretor do INPS por 10 anos. No Rio de Janeiro e na Baixada Fluminense prestou serviços sociais como voluntário e na sua área de atuação com muito profissionalismo, dedicação e amor ao próximo. Desejamos aos familiares e amigos os nossos mais sinceros sentimentos.

E, para continuar, recebemos esta linda homenagem, declaração de amor e afeto, de sua Neta, Ticianne Couto:

"Há mais ou menos sete anos, eu estreava como editora da Revista AMNI e, logo em minha primeira edição, recebi um presente: escrever sobre uma pessoa que muito me inspirava: meu

avô, Dr. Thales do Couto.

Muitos poderiam ter achado o quão simples seria falar de alguém tão próximo e que amamos, porém, falar sobre este homem foi algo bem complexo por duas questões: Na época, como contar 90 anos de uma história ainda fresquinha na memória e resumir riquezas de detalhes sobre toda sua trajetória? E a pior parte, como não me emocionar contando a vida do meu avô? Por estas duas razões, acho que esta tenha sido a matéria mais complexa de se realizar, até o momento!

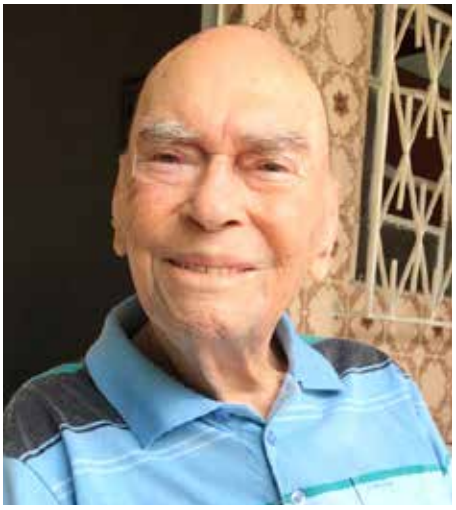
Hoje, ao ser convidada para escrever sobre ele novamente, precisei respirar fundo e engolir em seco antes de responder, mas criei coragem, deixei o orgulho de lado e estou aqui. Não na função de jornalista, mas simplesmente como a neta Ticianne, para prestar um último tributo.

Para quem não o conheceu, meu avô nasceu em Itaocara, interior do Estado do Rio de Janeiro, filho único de um casal muito humilde. Chegou em Nilópolis em 1940, com a transferência do seu pai, pastor da Igreja Metodista. Precisou abandonar os estudos e trabalhar para ajudar no sustento da família. Cresceu no município, casou e formou uma linda família ao lado da professora Maria de Almeida Couto (em memória), tendo quatro filhos, vários netos e bisnetos.

Foram 66 anos exercendo a medicina com muita paixão, e ao longo de sua carreira ganhou no-

toriedade, conquistando cargos importantes na área administrativa e política. Iniciou a carreira logo após a sua formatura em 1953, na Clínica Pediátrica do Hospital Naval Nossa Senhora da Glória, onde permaneceu até a sua aposentadoria. Acumulou a função de destaque por onde passou, foi Diretor por 10 anos do INPS de Nilópolis; Chefe do Posto Marechal Floriano, em Nova Iguaçu por 14 anos; Diretor da maternidade do antigo Hospital Municipal Juscelino Kubitschek; e chefiou a maternidade da extinta Casa de Saúde Regina. Dois outros feitos de que ele se orgulhava muito eram ter sido Vice-Prefeito de Nilópolis e assumido a Prefeitura em 1962 e ser um dos fundadores e o primeiro Presidente da Unimed Nova Iguaçu.

Além deste currículo invejável, a trajetória de vida do meu avô foi marcada pela bondade e amor ao



próximo. Seu propósito era ajudar a quem mais precisava, e assim fez. Dedicou sua vida inteira a projetos sociais e mesmo com a aposentadoria e a idade avançada manteve, fielmente, o trabalho social que realizava na Igreja Metodista, até seus 92 anos. Fruto deste trabalho incontestável, em 2001, meu avô foi homenageado com o Troféu Beija-Flor, do Rio Voluntário. Em 2013, a Associação Médica de Nova Iguaçu o condecorou e eu tive a honra de entregar esta homenagem pelos anos de dedicação, comprometimento e realizações como médico. Entretanto, a maior honraria recebida foi em 2012, ano em que foi condecorado com a Medalha Tiradentes e o diploma de Portador da Comenda Dom Pedro I, concedido pela ALERJ, através do projeto de resolução Nº 735/2012.

As honrarias são dignas de tudo o que ele representou, como médico, cidadão, cristão e patriarca da família. Um homem justo, íntegro, de uma generosidade sem igual, que ensinou valores – trabalho, família, honestidade e, acima de tudo, o amor a Deus - que iremos carregar e passar de geração em geração. O seu legado ficará em nós e todos aqueles que tiveram a oportunidade de conhecer o ser iluminado, que foi meu avô!

Eu me despeço, emocionada é claro, e mais uma vez muito honrada por poder contar um pouco da sua história, que tanto nos orgulha!

Te amo muito, sua neta, Ticianne Couto!"

AMNI 65 ANOS, DIA DO MÉDICO E POSSE DA DIRETORIA – 23/10/2020

Fundada em 15 de outubro de 1955, a AMNI completou neste ano 65 anos de existência, com uma bela história, ligada a nossa região e a nossa cidade.

A AMNI é a Casa do Médico para o Médico, está viva e continua aberta a todos.

Hoje, temos a nossa Revista "O ESTETO", que é um grande sucesso; a nossa Sede, que está mais bonita e acolhedora; o nosso site, que está operacional; e ainda, a nossa Diretoria, que com muito esforço e carinho continua mantendo a Instituição cada vez mais profissional e forte.

A nossa Instituição não tem fins lucrativos e todos os valores recebidos para a nossa manutenção originam-se dos anúncios na Revista da AMNI, das mensalidades dos Associados e do uso de nosso Auditório, que por causa da Pandemia teve vários eventos suspensos.

Os tempos atuais têm sido difíceis, mas mesmo assim continuamos trabalhando seriamente de forma a cumprir os desígnios de nossa Organização, com o objetivo permanente de mantê-la viva e ativa, recebendo a todos sempre de braços abertos: colaboradores, clientes e amigos.

A nossa Diretoria tem realizado, também, um grande esforço para transformar a nossa Casa em um polo de irradiação cultural, de nossa sobrevivência e de mostrar para todos que somos a Casa do médico para o médico.

Este ano, em função de tudo que está ocorrendo, não tivemos o nosso tradicional baile, não celebramos a nossa festa e nem o dia do médico.

Em 2021, pretendemos fazer um evento incrível para homenagear a todos os médicos, o pessoal da área de saúde, os amigos e os parceiros. Enfim, por todos que acreditam e apoiam o nosso trabalho.

Mas não podíamos passar totalmente em branco, e seguindo todos os protocolos de segurança, relacionados a ambientes fechados, com poucos convidados, no dia 23 de outubro de 2020, às 19:30h em nosso auditório, já reinaugurado, fizemos a posse da Diretoria, que foi reeleita no dia 31 de agosto, em eleições on-line, confirmando a chapa: "AMNI - A Casa do médico para o médico.", para o Triênio 2020/2023, que é composta pelos seguintes médicos associados:

Presidente: Dr. José Roberto Pinto Barbosa
Vice-Presidente: Dr. Carlos Alberto Vianna
Primeiro-Secretário: Dr. Alex Serpa Biazucci
Segundo-Secretário: Dr. Abdallah Elias Rizk
Primeiro-Tesoureiro: Dr. Carlos Alberto Ramos
Segundo-Tesoureiro: Dr.ª Marizi Queiroz Ribeiro
Diretora Social: Dr.ª Cynthia de Souza Meyrelles
Diretor Científico: Dr. Clanir Marques Ribeiro

E mais uma vez, continuamos muito contando com o seu inestimável apoio, participe das ações de sua Casa, pois a sua participação e a sua presença são fundamentais.

A AMNI existe exclusivamente para você e por você!

Desejamos que este novo Triênio seja coroado de muito êxito e muitas conquistas, escudado no trabalho profícuo da nossa Diretoria, nossos associados, nosso gestor e funcionários, e, sobretudo, amparado por nossos colaboradores e amigos.

Logo tudo isto vai passar, logo teremos a vacina e novos tempos vão chegar.

E temos que estar preparados para isto! O tempo não para! Vamos, cada um, executar bem a sua parte!

Não podemos deixar de agradecer a todos os amigos, parceiros e patrocinadores de nossa casa.

E este ano foi muito interessante e com ele percebemos como somos queridos por todos, e como uma demonstração de união e de muita força, tivemos ajuda: com a Placa (Homenagem ao Dr. Hildoberto Carneiro de Oliveira), reforma na pintura do auditório, Tapetes capachos novos com a Logo da Associação e no pequeno, e simples evento da Posse da Diretoria.

Então mais uma vez, a todos que nos ajudaram, publicamente agradecemos com uma salva de palmas:

1. ***Alessandra Marcondes Contabilidade e Administração de Condomínios;***
2. ***Cedifi - Centro Especializado em Doenças Digestivas e do Fígado.***
3. ***Conserv Iguaçu Prestação de Serviços;***
4. ***Consultoria do Carro;***
5. ***Direcional Serviços Contábeis Ltda;***
6. ***Drogarias Galanti;***
7. ***Eco Rio Comércio e Serviços Ltda;***
8. ***Hospital Pronil;***
9. ***Hospital Prontonil;***
10. ***Hospital: Casa de Saúde Terezinha de Jesus;***
11. ***Hospital Casa de Saúde Nossa Senhora de Fátima;***
12. ***Laboratórios Médicos Eliel Figueiredo;***
13. ***Laboratório Riolabor Medicina Diagnóstica;***
14. ***New Medic Produtos Médicos e Hospitalares;***
15. ***Oncologia Rede Dor;***
16. ***Paschoal Martino Laboratório de Análises Clinicas;***
17. ***Roberto Cabral Corretora de Seguros;***
18. ***Segmedic;***
19. ***SINPRONIG;***
20. *Unicred Serramar; e*
21. *Unimed Nova Iguaçu.*

Não podemos deixar de agradecer ao carinho dos parceiros que nos ajudaram na realização do evento:

1. ***Bruna Rezende & Cia Eventos – Produção e organização;***
2. ***Adriana Mello Buffet; e***
3. ***Sublime Drinks.***

E também não podemos deixar de agradecer, o carinho, a força, a dedicação de toda a equipe da AMNI, Secretaria, Administração e Diretoria.

Estamos à sua disposição.

AMNI - TRIENIO 2020/2023

"A Casa do Médico para o Médico."

SOCIAL AMNI

REINAUGURAÇÃO DO AUDITÓRIO AMNI – 23/10/2020

O ano de 2020 tem sido um ano muito triste e muito difícil para todos. Continua ainda sendo muito difícil para o nosso país, para a nossa população e, principalmente, para a nossa Classe Médica e para a nossa área de saúde, que está na linha de frente, nesta terrível pandemia, que nos trouxe muitas baixas, muitos amigos perdidos e muita, muita tristeza.

Para a AMNI, a perda de nosso Vice-Presidente, Dr. Hildoberto Carneiro de Oliveira, muito nos abalou, e é claro de tantos outros médicos, enfermeiros e profissionais da saúde, que também eram muito queridos e que nos deixaram, fazendo grande falta para as nossas famílias e amigos.

Logo, a AMNI e todos nós, associados, trabalhadores, parceiros, colaboradores, clientes e amigos, mais do que nunca, temos uma forte razão para continuar valorizando e promovendo a união da nossa Classe e dos que estão a nossa volta, bem como trabalhando pelas vidas e recuperação econômica de nossa região e do país.

Então, a Diretoria, TRIÊNIO 2017/2020, presidida pelo DR. JOSÉ ROBERTO PINTO BARBOSA, agora reeleita para o novo TRIÊNIO 2020/2023, decidiu homenagear o nosso ex-Vice-Presidente, reinaugurando o nosso Auditório, em nossa Sede (e reformado), que a partir do dia 23 de outubro de 2020, recebeu o nome do nosso querido, ex-Vice-Presidente, Professor, Membro Titular da Academia Nacional de Medicina, Cadeira 77, DR. HILDOBERTO CARNEIRO DE OLIVEIRA; homenagem esta feita em reconhecimento por sua magnífica e longa carreira e por todo o seu amor, dedicação e carinho para com a nossa Casa e a população de nossa região e de todo o Rio de Janeiro.

Enfim, agradecemos por toda a sua luta e por tudo o que fez por esta Casa!

Uma salva de palmas ao nobre amigo, que ora retorna aos braços de Deus, nosso Pai de amor e misericórdia infinitos!

Diretoria AMNI
TRIENIO 2020/2023
"A Casa do Médico para o Médico."

ANIVERSARIANTES DO MÊS DE DEZEMBRO

Dr. Gisley de Araújo Rangel	01/12
Dr. Pedro Henrique Stussi Cunha	02/12
Dra. Romana Freire Marques Bello de Campos	02/12
Dr. Armando Aquino de Carvalho	03/12
Dra. Érika Ferreira da Rocha Oliveira	03/12
Dra. Juliana de Oliveira Gonçalves Côrtes	03/12
Dra. Bárbara Azevedo Mello	04/12
Dra. Telma Maria Rodrigues de Souza	04/12
Dr. Yassushi Yoneshigue Junior	04/12
Dra. Kênia Lara Pena de Azevedo	05/12
Dra. Danielle Cristina Pereira e Silva de Freitas	06/12
Dr. José Henrique Herdy Leão	06/12
Dra. Laura Feld	06/12
Dra. Renata Santana dos Santos	06/12
Dra. Carla Borges Cugliana	07/12
Dr. Vilson de Lemos	07/12
Dra. Andreia Cristiane Eslabão de Araujo	08/12
Dr. Lino Sieiro Netto	08/12
Dra. Vivianne Lopes Antonio Dias	08/12
Dra. Beatriz Rodrigues A. da Costa	09/12
Dra. Luziane Herzog de Azeredo Ramalho	09/12
Dra. Marisa Mahêda de Souza	09/12
Dra. Angeli Braga Raphael	10/12
Dr. Carlos Alberto Rodrigues de Almeida	10/12
Dr. Jorge Luiz Gonçalves Andrade	10/12
Dr. Eduardo da Silva Vaz	11/12
Dr. Rafael Lima da Silva	11/12
Dra. Paula Carolina da Rocha Silva	14/12
Dra. Thaís Ribeiro da Costa Lino	14/12
Dra. Renata Távora Novais	15/12
Dr. Luiz Antonio de Souza Teixeira Junior	15/12
Dr. Antonio Martins dos Santos Cunha	16/12
Dr. Douglas Marcelo Vilas Boas	16/12
Dra. Thaís Boldrim Santos de Freitas Lima	16/12
Dr. Arthur dos Santos Silva	17/12
Dra. Camila Provençano Montella	20/12
Dr. Jean Max Figueiredo	20/12
Dra. Renata Araújo Veríssimo da S. Cardoso	24/12
Dr. Antonio Henrique M. Raposo de Almeida	25/12
Dra. Tânia de Jesus Barros Soares	25/12
Dr. Sebastião Herculano de Mattos Neto	28/12
Dr. Rui Cesar da Silva	29/12
Dra. Débora Mascaro da Silva	30/12
Dra. Gisele Ribeiro Moura Brasil	30/12
Dra. Cecília Mercedes Cid Cruz de Souza	31/12

DR.EMERSON

LABORATÓRIO E IMAGEM

EXAMES LABORATORIAIS EM CASA

- EVITE FILA DE ESPERA
- NÃO PAGUE CARO
- NÃO GASTE COM PASSAGEM
- RESULTADO PELA INTERNET

Sempre levando conforto e segurança aos pacientes

99792-9777 | 2882-9200

Bradesco Saúde | SulAmérica Saúde | Grupo NotreDame Intermédica | cedae saúde | Postal Saúde — Sua vida, nossa existência

PRONIL • HOSPITAL DE CLÍNICAS

Excelência em UTI de Adultos

ANTÔNIO PAULINO

Unimed

CONVÊNIOS

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

MasterCard VISA AMERICAN EXPRESS

Diretor Técnico
Dr. José Valente Ferreira
CRM 52.01924-0