amni

O ESTETO *em revista*

Outubro de 2022
Número **114** Ano **10**
Venda Proibida

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

OUTUBRO: AMNI 67 ANOS DE HISTÓRIA

Página 04

FECHAMENTO AUTORIZADO -
PODE SER ABERTO PELO CORREIOS

Eliel Figueirêdo

LABORATÓRIO E IMAGEM

Mais de **2.000 exames** em **um só lugar**!

Sexagem Fetal

Descubra o sexo do seu bebê

Exame de COVID-19

Saiba se está com a presença do vírus

**Consulte-nos*

Exame Toxicológico

Para Detran, Empresa, Concurso e Particular

Consulte as nossas **Unidades**

Acesse o nosso site!

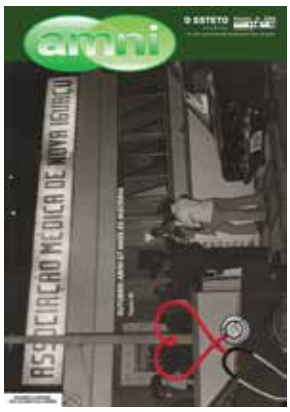
www.elielfigueiredo.com.br

Central de Atendimento

(21) 2450-8200

Scaneie o QR Code e saiba mais!

Nesta Edição



Olá leitores, como estão?
O mês de outubro marca muitas datas especiais, como o Dia das crianças, o Dia de Nossa Senhora de Aparecida e o Dia dos professores. E uma outra celebração importante para nós também acontece neste mês: a tradicional Festa do Dia do Médico da Associação Médica de Nova Iguaçu (AMNI), presidida pelo Dr. José Roberto Pinto Barbosa. A celebração, que não era realizada há dois anos, acontece na Hollywood Casa de Festas e também comemora os 67 anos da Associação.
Os homenageados nesta ocasião serão os médicos: Dr. Américo da Silva Souza e Mello (médico do ano), a Dr.ª Emília Maria Facciolli (médica do ano) e o Dr. Rodrigo Serapião da Silva (médico jovem revelação).
Este editorial é mais uma homenagem a estes e a todos os profissionais que têm a cura do próximo como missão de vida. Cuidar da saúde da população, amenizar suas dores e dar esperanças de uma vida melhor realmente é um trabalho que exige amor, dedicação, comprometimento e responsabilidade por parte do profissional. Este texto é apenas mais uma forma de reverência a esses homens e mulheres que enfrentam tantos desafios cotidianamente - em especial, no Brasil -, para cumprir sua missão com garra e coragem. Que todos nós possamos valorizar sempre estes profissionais que são tão fundamentais na nossa vida!
Um grande abraço e até novembro!

Por Patricia de Paula
Editora

COM A PALAVRA	4
DIRETORIA	6
ONCOLOGIA	7
ORTOPEDIA	9
INFORME UNIMED	10
CARDIOLOGIA	13
PMNI	14
ENDOCRINOLOGIA	17
GESTÃO DE PROP&MKT	18
VINHOS E PRAZERES	19
CLAUDIO MOURA - VIP'S	20
DIREITO MÉDICO	23
SAÚDE MENTAL	24
VIDA SAUDÁVEL	25
MERCADO/INVESTIMENTOS	26
GESTÃO CONTÁBIL	27
GERIATRIA - SAÚDE DO IDOSO	28
NEUROCIRURGIA	29
DICAS CULTURAIS	30
PLANEJAMENTO ALIMENTAR	32
GASTRONOMIA	33
SOCIAL AMNI	34

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 114 • Ano 10
outubro de 2022

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 Ribeiro Marques
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.

OUTUBRO: AMNI 67 ANOS DE HISTÓRIA

Mais uma edição chegando....
Há 67 anos, no dia 15 de outubro de 1955, nascia a nossa Casa.
Que linda e fascinante história!
Quantas crises econômicas! Mudanças de Moeda... Mudanças políticas!!!
Alegrias, tristezas etc...
A nossa Associação continua completamente ligada a nossa região, aos nossos médicos, aos nossos parceiros e amigos.
São tantas coisas para dizer, para mostrar, que não sabemos por onde começar.
Porém, o mais importante sabemos...
A nossa Instituição está viva por sua causa... mais forte pela luta de nossa sobrevivência (não está fácil), mais moderna e mais soberana.
O que podemos lembrar de nossa memória mais recente, principalmente dos últimos 10 anos, numa nova gestão: somos uma Instituição mais profissional, mais moderna, tentando dia após dia trazer novos filiados e se reinventando a todo momento...
Acreditamos que a primeira grande mudança foi com a nossa Revista, de um folhetim, para um jornal, uma pequena revista, uma revista e hoje uma grande revista, com 36 páginas (32 miolo + capas), moderna, diversificada, mensal, que alcança a todos da Classe Médica, nossos pacientes, parceiros e amigos. Ou seja, ela é nosso orgulho, pois hoje, em nossa região, não há outra revista, somente a nossa.
Nosso site (www.amni.org.br), moderno e atual, é mais uma ferramenta de comunicação com nosso associado.
Nossa lista de transmissão (Via WhatsApp), nossas Redes Sociais (Instagram: amni.org.br e Facebook: Associação Médica De Nova Iguaçu), informando, noticiando e sempre à sua disposição.
Nossos eventos, Ciclo de Gestão, Espaço Cultural Seresta (que no momento encontra-se sem patrocinador, mas vamos resolver)...
Todavia, a grande e verdadeira mudança foi a relação com nossos associados... mais humana, mais amiga e pronta para servir cada vez melhor aos donos desta Casa.
E sabemos, pois também vivemos... que os 02 últimos anos (2020/2021) foram muito tristes para todos nós, e os tempos atuais continuam sendo muito difíceis para o nosso país, para a nossa população e, principalmente, para a nossa Classe Médica e a área de saúde, que estavam na linha de frente durante a pandemia, que nos trouxe muitas baixas, muitos amigos perdidos e muita, muita tristeza.
Para a AMNI, tivemos ainda a perda de nosso Vice-Presidente (e Ex-Presidente), Dr. Hildoberto Carneiro de Oliveira, a qual muito, mas muito nos abalou; e, também, é claro, a perda de tantos outros médicos, enfermeiros e profissionais da saúde, que também eram muito queridos por todos nós, e que nos deixaram, fazendo grande falta para as nossas famílias e amigos.
Logo, e mais do que nunca, temos mais uma forte razão para continuar valorizando e promovendo a união da nossa Classe, bem como trabalhando pelas vidas e recuperação econômica de nossa região e do país.
E, após 02 anos sem as nossas celebrações, de muitas reuniões e considerando a nossa tradição, vimos a grande importância de celebrarmos o Dia do Médico e de comemorarmos juntos os 67 anos de existência de nossa querida Instituição.
E estas comemorações, que são tradicionais e já fazem parte de nossa história, têm como grandes objetivos: celebrar, homenagear e parabenizar o profissional médico e brindar a nossa Casa do coração.
Assim sendo, queridos associados, amigos e parceiros, na noite do dia 21 de outubro, na Casa de Festas Hollywood, celebraremos mais um ano de vida de nossa Casa e também o Dia do Médico.
Estas duas comemorações juntas têm o grande objetivo de unir a classe médica e reunir os nossos parceiros e amigos numa festa solene.
Na ocasião, poderemos rever velhos e novos amigos, curtir nossas famílias, dançar muito e vibrar com os brindes e mais brindes, com muita alegria e sensação de ser partícipe de algo nobre.
E também não podemos esquecer dos nossos queridos médicos homenageados. Sabemos que será uma noite de muitas emoções.
Esta festa é feita para você com muito carinho.
Venha nos prestigiar!
A sua presença é sempre muito gratificante para todos nós.
Não esqueçam, sem vocês não somos nada, participe, prestigie!! Tudo que a sua Casa faz é para

você, com responsabilidade e muito amor.
E vamos de **AMNI, a Casa do Médico** para o Médico! Continuamos trabalhando com muito afinco a fim de que todos continuem acreditando e apoiando o nosso trabalho e as nossas iniciativas.
A **AMNI** existe exclusivamente para você e por você! Vamos todos trabalhar para que a nossa Casa continue sempre valiosa para todos nós, um ponto de apoio e referência para todos que estão a nossa volta, incluindo os nossos colaboradores e amigos. Pense nisto!!!
Assim, prestigie cada vez mais a nossa Casa... escreva para a sua revista e site... leia e curta a nossa revista... prestigie nossos eventos... faça eventos em nosso auditório...participe... apresente opiniões...seja criativo...acorde...
A nossa existência, sobrevivência e utilidade dependem totalmente de você... e de todos nós; e a Instituição sempre estará contando com a sua contribuição para ser cada vez mais profissional e acolhedora.
E mais uma vez solicitamos aos associados que nos ajudem a trazer novos associados e novos parceiros a fim de nos auxiliarem a crescer e a manter erguida a nossa Instituição, a qual deve continuar sendo, em nossa região, **um foco de cultura, conhecimento, profissionalismo, amizade e vontade de fazer o melhor.**
E também vamos começar com o Projeto: "Empresa parceira e amiga da AMNI"... seja uma empresa parceira e amiga de nossa casa. Nestes tempos difíceis, precisamos de sua ajuda para mantermos a nossa Casa viva, nossa revista viva... doe... faça uma contribuição e ajude a nossa Instituição. Seja nosso parceiro, assim ajudaremos na divulgação de sua empresa para nossos associados e nossa rede de relacionamentos... para maiores informações, entre em contato com o nosso WhatsApp: +552197517301.
Só para lembrá-lo, somos a **Casa do Médico para o Médico!!!**
Ajudem-nos a cumprir a nossa **NOBRE MISSÃO! Façam parte do nosso projeto de trabalho e de vida. PENSEM SEMPRE POSITIVO, IMAGINEM SEMPRE O MELHOR PARA TODOS!**
Mais uma vez, temos que agradecer de coração aos nossos colunistas e a todos aqueles que dão vida a nossa revista, que é feita com muito carinho para todos vocês, especialmente em todo este período da Pandemia. Agradecemos também aos nossos queridos leitores, pois sem vocês a nossa revista não teria finalidade. Continuamos sempre abertos a novas sugestões e opiniões.
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!!
Deus nos proteja e ilumine as nossas mentes e corações!!!
AMNI
ADMINISTRAÇÃO
Triênio 2020/2023
"A CASA DO MÉDICO PARA O MÉDICO."
Estamos a sua disposição! Sempre!

ESCRITO POR:
Marco Antonio B. Nunes
- **Gestor AMNI**
- **BN Consultoria**

"AMNI: a nossa Casa"

É uma legislação que tem o objetivo de proteger a liberdade e a privacidade de consumidores e a privacidade de consumidores e cidadãos.
Criada em 2018 e prevista para entrar em vigor em 2021, ela demanda que EMPRESAS e ORGÃOS PÚBLICOS mudem a forma de coletar, armazenar e usar dados pessoais.
Segundo a L.G. de P de DP (LGPD), o DPO deve ser uma pessoa, natural ou jurídica, indicada pelo contratador, para atuar, principalmente, como um canal de comunicação entre o agente de tratamento, os titulares dos dados e a Autoridade Nacional de Proteção de dados (ANDP).
A LGPD, criada em final de 2018, entrou em vigor em setembro de 2020. Em agosto deste ano (2022), a possibilidade de punições para quem violar a lei começou a valer.

O que a LGPD faz?
A LGPD visa proteger os direitos de liberdade e de privacidade, criando normas a serem seguidas por empresas e governos para a coleta e o tratamento de dados pessoais (como nome, CPF, endereço) e de dados sensíveis (como Biometria e informações sobre política e religião).

Dois direitos merecem destaque mencionar:

- **CONSENTIMENTO**: em situações previstas por lei, uma empresa (E) (pública ou privada) deve pedir autorização ao titular dos dados pessoais (DP) para coletá-los e usá-los. Caso a pessoa não aceite, nada poderá ser feito com as informações pessoais nestes casos.

- **FINALIDADE**: as organizações devem informar de modo claro a finalidade e o objetivo da coleta dos dados pessoais.

A lei também define, entre outras coisas:

- O papel da ANPD (Autoridade Nacional de Proteção de Dados Pessoais);
- As responsabilidades de quem coleta (DP);
- Criação de regras para gestão de riscos;
- Penalidades no caso de falhas de segurança;

Qual é o numero da LGPD?
É a Lei 13.709.

Aproveitando, gostaria de parabenizar a todos os colegas pelo próximo dia 18 de outubro, Dia do Médico.

Por fim, é importante a conscientização de todos, médicos, secretárias e faturistas, para que os dados de pacientes coletados sejam preservados corretamente e a aplicação da LGPD seja feita de forma eficiente. O não cumprimento pode gerar multas com valores bastante significativos.
É importante que todos estejam com a cultura de preservação de informações, somente assim, com estes valores enraizados no fazer diário ao atendimento é que a LGPD será cumprida sem que seja vista como exigência e, sim, por fazer parte do dia a dia do processo de trabalho de todos.

ESCRITO POR:
DR. CARLOS ALBERTO VIANNA
Vice-Presidente AMNI

OUTUBRO ROSA:
A PREVENÇÃO AO CÂNCER DE MAMA PODE SALVAR VIDAS

Depois do câncer de pele não melanoma, o câncer de mama é o tipo de neoplasia mais comum no Brasil e também o de maior mortalidade entre as mulheres. A região de maior concentração de casos é a Sudeste. De acordo com o Instituto Nacional do Câncer (INCA), o número estimado de novos casos para 2022 é de mais de 60 mil.

A incidência de câncer de mama no mundo também é grande. De acordo com pesquisas da Agência Internacional de Pesquisa em Câncer (IARC, na sigla em inglês), o problema é um dos que mais aparece, juntamente com o câncer de pulmão e o colorretal. Em relação às mulheres, a neoplasia na mama ainda é a de maior frequência.

Por isto, a campanha Outubro Rosa objetiva levar informação sobre a doença e conscientizar a população, incentivando a adesão à consulta regular com o ginecologista, e se indicada com o mastologista, para o diagnóstico precoce. Assim como alguns outros tipos de câncer, a detecção do câncer nos estágios iniciais pode facilitar o tratamento, além de ajudar a reduzir as taxas de mortalidade.

Por ser uma doença rara em mulheres mais jovens, a mamografia é indicada como forma de rastreio para mulheres entre 40 e 69 anos, de acordo com o histórico de saúde, devendo ser realizada uma vez a cada dois anos. No entanto, quando existe indicação médica, este exame pode ser realizado a qualquer momento da vida.

A mamografia pode ser feita de forma gratuita, por meio do Sistema Único de Saúde (SUS), para mulheres que abrangem a faixa etária de 50 a 69 anos. Caso haja suspeita da existência do tumor, o médico responsável deve pedir um exame histopatológico, também conhecido como biópsia, que analisa uma pequena parte do material.

Conheça os principais fatores de risco para o câncer de mama

Apesar de não saber a causa exata do desenvolvimento da doença, existem alguns fatores de risco já conhecidos. O principal deles é ter nascido com o gênero feminino, pois os homens representam apenas 1% do total de casos.

Eles podem ser do tipo hereditário, hormonal e comportamental:

Hereditário

Apesar de corresponder à minoria das ocorrências, mulheres com histórico familiar têm maior probabilidade de desenvolver a doença. Fique atenta aos casos de câncer de útero em mãe, filha ou irmã antes dos 50 anos e em câncer de mama em todos estes exemplos e nos homens. Converse sobre isto com seu médico para decidirem, juntos, a melhor conduta.

Hormonal

As condições hormonais que apresentam risco para o desenvolvimento do câncer relacionam-se, em partes, com a história reprodutiva feminina. Mulheres que não tiveram filhos ou com a primeira gravidez após os 30 anos; uso prolongado de anticoncepcional; primeira menstruação antes dos 12 anos e menopausa após os 55 anos: todos estão na lista. Além disto, terapias como a reposição hormonal pós-menopausa por mais de 5 anos são também um fator de risco.

Comportamental

Em consultas médicas, é comum as pessoas tomarem conhecimento da importância da manutenção de hábitos saudáveis para a saúde, mas, mesmo assim, não seguem as recomendações. No caso do câncer de mama, a obesidade, o sobrepeso e o sedentarismo se apresentam como fatores de risco, juntamente com a exposição excessiva à radiação ionizante.

Sinais e sintomas

O câncer de mama não necessariamente apresenta sinais e sintomas desde o seu início. Desta forma, é preciso manter o acompanhamento médico regular para indicação da estratégia de monitoramento mais adequada. Porém, sempre é necessário estar alerta a alguns sinais e sintomas que podem estar presentes na ocorrência do câncer de mama. Neste ponto, conhecer o seu corpo é essencial. Como é possível identificar diferenças se você não sabe como era antes? Fique atenta aos sinais mais comuns:

Caroço ou nódulo nos seios, que podem ou não ser doloridos;

- Corrimento nos mamilos, que não tem a ver com leite materno;
- Pele da mama ou mamilo vermelha, seca, descamando, espessa ou com o aspecto de casca de laranja;
- Dor ou inchaço das mamas ou em parte delas;
- Retração dos mamilos;
- Linfonodos inchados nas axilas ou clavícula.

Apesar de não necessariamente estarem ligados ao câncer, é importante investigar toda e qualquer diferença em seu corpo. Nódulos em mulheres que ainda não entraram na menopausa podem ser normais, exceto se persistirem pelo período referente a mais de um ciclo menstrual.

E agora? Há uma forma de prevenir o câncer de mama?

Existem algumas formas de reduzir a probabilidade de desenvolver a doença. São elas: praticar exercícios físicos regularmente, alimentar-se de forma saudável, não fumar ou ingerir bebidas alcoólicas e amamentar, por exemplo. De acordo com o INCA, a adoção destas medidas pode diminuir em até 28% a chance do desenvolvimento do câncer de mama.

Mulheres que possuem mais chances de desenvolver o câncer, ou seja, aquelas que se identificam com os fatores de risco, podem realizar um teste genético, identificando ou não os genes BRCA1 e BRC2.

A informação é uma das melhores armas para a prevenção e para o tratamento precoce do câncer de mama. Ao menor indício, procure o posto de saúde mais próximo da sua residência e relate sua história.

Fontes:

https://femama.org.br/site/blog-da-femama/o--cancer-de-mama-em-numeros/

https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//cartilha_cancer_de_mama_2022_visualizacao.pdf

https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document/folder_mama_2022_periodo_eleitoral_0.pdf

ESCRITO POR:
Dr. Paulo Sergio Perelson
Oncologista

Casa de Saúde
Terezinha de Jesus

SIGA-NOS NAS REDES SOCIAIS

UM HOSPITAL FEITO PARA CUIDAR DE VOCÊ E SUA FAMÍLIA

A MELHOR INFRAESTRUTURA HOSPITALAR EM SÃO JOÃO DE MERITI / RJ

- Internações Clínicas e Cirúrgicas
- Consultórios e Ambulatórios
- Emergência 24H
- UTI Adulto
- Exames Especializados

- Ultrassom
- Tomografia
- Análise Clínica
- Mamografia
- Radiologia
- Endoscopia
- Colonoscopia

WWW.CSMTJ.COM.BR

R. GESSYR GONÇALVES FONTES, 153
CENTRO, SÃO JOÃO DE MERITI - RJ

DOR CRÔNICA

Muitas doenças cursam com dores crônicas, dores no corpo e musculoesqueléticas e podem estar relacionadas com patologias das mais simples até as mais complexas.

Algumas possíveis causas de quadros de dor e que devem ser investigadas em consultório: sedentarismo, postura inadequada, sobrecarga muscular por trabalho ou exercícios, ou ainda doenças sistêmicas, como as endócrinas, as metabólicas, as infecciosas, as vasculares, as reumatológicas ou até mesmo oncológicas. Dores por mais de 3 meses não devem ser negligenciadas, precisam de atenção minuciosa, de exame físico e outros exames, a fim de excluir causas secundárias de dor. Vale ressaltar que as investigações excessivas devem ser evitadas, e que os pacientes devem aceitar os diagnósticos e seguir com o tratamento proposto para melhora clínica.

É importante avaliar a história da dor do paciente, a localização, o tempo de início dos sintomas, a frequência desses sintomas, alguns fatores que pioram ou melhoram a dor, presença de sintomas associados, como cansaço, estresse, sono não reparador, perda de peso, redução de apetite, febre, entre outros.

Além disto, precisamos investigar o histórico de uso de drogas ou a presença de outras doenças crônicas, incluindo as psiquiátricas. Dor relacionada ao estresse físico ou psicológico, dor de localização e intensidade variável, dor do tipo queimação ou agravada por privação do sono. A pesquisa precisa ser aprofundada sobre a vida e o nível de dor do paciente. A avaliação de sensibilidade, edema articular, rigidez e entorses. Os exames complementares básicos devem ser solicitados na tentativa de excluir doenças infecciosas, metabólicas, endócrinas e inflamatórias.

Pacientes com dores crônicas tendem a ter perdas funcionais, sexuais, emocionais, laborativas e financeiras e até desenvolver algum distúrbio de ordem psíquica. É comum a elevada prevalência de transtornos psiquiátricos, como ansiedade ou depressão, em pacientes com dor crônica. A dor crônica tem capacidade de prejudicar a qualidade de vida física e emocional do ser humano. O diagnóstico de determinadas patologias deve ser cauteloso e pautado em diversos critérios.

O tratamento farmacológico precisa ser eficaz a fim de reduzir a intensidade da dor e melhorar a qualidade de vida do paciente. As substâncias são de diversos grupos e prescritas de acordo com cada quadro clínico e necessitam de acompanhamento frequente: para ajustes na dose e avaliação de efeitos colaterais nas medicações.

ESCRITO POR:
Dr.ª Luma Duarte Barbosa
Ortopedista

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

UNIMED NOVA IGUAÇU IMPLANTA TELEMEDICINA

Serviço inovador é exclusivo para casos de urgência clínica ou pediátrica sem gravidade

A partir de agora os clientes da Unimed Nova Iguaçu têm a opção de serem atendidos virtualmente, pelo celular ou computador, por meio da telemedicina. O serviço de pronto atendimento é exclusivo para consultas de urgência clínica e pediátrica nos casos de sintomas leves e sem sinais de gravidade. A inovação tecnológica está permitindo que, no conforto da sua residência e com maior segurança, casos simples recebam a assistência necessária com maior agilidade e de forma resolutiva. As consultas eletivas, por sua vez, permanecem sendo realizadas pelos cooperados em seus consultórios, sendo eles a referência na rede médica da Unimed Nova Iguaçu.

O Presidente, Joé Sestello, falou um pouco sobre a dinâmica: "A ferramenta funcionará 24 horas, os sete dias da semana, incluindo feriados. O teleatendimento fortalecerá a atuação do nosso médico cooperado, uma vez que o serviço direcionará a continuidade de qualquer tratamento para a nossa rede de cooperados. Eles sempre serão a referência dentro das respectivas especialidades", enfatizou. Sestello destacou ainda que o projeto prevê a instalação de cabines de telemedicina nos clientes empresariais, facilitando o acesso no ambiente de trabalho.

O pronto atendimento virtual está disponível aos clientes no site da Unimed Nova Iguaçu: https://www.unimed.coop.br/site/web/novaiguacu/teleatendimento

O cliente agora conta com a qualidade da assistência Unimed no conforto da sua residência

UNIMED NOVA IGUAÇU ESTÁ ENTRE AS 50 MELHORES EMPRESAS PARA TRABALHAR

Cooperativa alcança 87% de satisfação entre colaboradores

Pela quinta vez consecutiva, a Unimed Nova Iguaçu está entre as 50 melhores empresas para trabalhar (GPTW 2022) – Segmento de Planos de Saúde, no Estado do Rio de Janeiro. Conforme pesquisa realizada pela Great Place To Work – organização global de pesquisa e consultoria –, 87% dos colaboradores estão satisfeitos com o ambiente profissional e as boas práticas da Cooperativa. A coordenadora do setor de Gestão de Pessoas, Andreia Lengruber, recebeu a certificação e o troféu em solenidade ocorrida no dia 19 de setembro, na cidade do Rio de Janeiro. O trabalho usa como metodologia a opinião dos próprios colaboradores, de todos os níveis de hierarquia e setores, sendo um excelente indicador para o setor de gestão na tomada de decisões.

O Vice-Presidente, Jorge Luiz Andrade, exaltou a premiação. “Este resultado reflete a realidade que o nosso colaborador encontra no ambiente de trabalho, desde a relação direta com o seu líder ou gerente, a interação com os seus colegas de setor e demais colaboradores, assim como a percepção do trabalho conduzido pela atual diretoria executiva. Sabemos que temos pontos a serem melhorados, entretanto nossas pontuações, em vários quesitos, foram superiores às demais empresas do mesmo porte e do segmento saúde. Isto é uma evidência de que estamos trilhando um caminho assertivo”.

Andreia Lengruber (à dir.) leva troféu para a Cooperativa pelo quinto ano consecutivo

Carlos Alberto Vianna (Diretor Administrativo), Juliana Rodrigues (Gerente Administrativa), Gilmar Pacheco (Diretor Econômico-Financeiro) e Jorge Luiz Andrade (Vice-Presidente) exibem o troféu conquistado

DIRETORES PARTICIPAM DA 51ª CONVENÇÃO NACIONAL UNIMED

Dr. Jorge Luiz Andrade (à esq.), Dr. Carlos Alberto Vianna, Dr. Gilmar Pacheco e Dr. Joé Sestello

A diretoria executiva da Unimed Nova Iguaçu – Joé Sestello (Presidente), Jorge Luiz Andrade (Vice-Presidente), Gilmar Pacheco (Diretor Econômico-Financeiro) e Carlos Alberto Vianna (Diretor Administrativo) - participou da 51ª Convenção Nacional Unimed, com o tema central "O futuro do cooperativismo médico e o cooperativismo médico do futuro". O encontro reuniu os principais líderes do Sistema Unimed, além de convidados, e contou com programação estratégica sobre a saúde suplementar no Brasil.

– Este encontro foi da maior importância para o Sistema Unimed e todos os gestores. Uma gama de temas da atualidade foi abordada, nos provocando reflexões, trazendo novos conhecimentos e caminhos a serem trilhados. Além disto, a troca de expertises com os maiores nomes do cooperativismo médico e com representantes de entidades do segmento fortaleceu ainda mais a intercooperação. Muito desse aprendizado vamos aplicar no nosso plano de crescimento sustentável da nossa Cooperativa – declara Joé Sestello.

O evento também marcou o aniversário de 55 anos do Sistema Unimed no país, reconhecendo a relevância e o papel da marca na promoção do cuidado. A Unimed está presente em 9 de cada 10 cidades do Brasil, por meio do cooperativismo médico.

Convenção reuniu principais líderes do Sistema Unimed brasileiro

JUDOCA THAYANE LEMOS CONQUISTA OURO NO PAN AMERICANO OPEN

Mais uma medalha de ouro para a judoca iguaçuana Thayane Lemos (57 kg), patrocinada pela Unimed Nova Iguaçu. Desta vez a vitória foi no Pan Americano Open de Bogotá, na Colômbia, no dia 24 de setembro. O evento faz parte do processo de classificação para os Jogos Pan Americanos de Santiago 2023, maior competição multiesportiva das Américas.

Em sua caminhada rumo ao ouro na categoria Leve, Thayane Lemos superou as mexicanas Renata Ortiz, por ippon, e Paulina Garnica, por wazari, até chegar à decisão contra a anfitriã colombiana Maria Villalba, vencendo por punições quando tinha um wazari. "Eu me sinto muito feliz por estar participando de mais uma competição internacional e me consagrar campeã. Minha jornada foi de muitos treinos e dedicação. Saio daqui com a sensação de dever cumprido, por saber que fiz boas lutas, e volto para casa feliz e com foco na preparação para as outras competições", contou a atleta.

A Unimed Nova Iguaçu patrocina as irmãs gêmeas Thayane e Thayná Lemos desde 2012. Na opinião do Vice-Presidente, Jorge Luiz Andrade, as judocas são motivo de muito orgulho. "As atletas são modelo, principalmente, para as crianças e os jovens que almejam oportunidades melhores no futuro. Daí a relevância de a Cooperativa apoiar atletas e projetos que, além de representarem a região da Baixada Fluminense, são exemplo para todos nós".

Thayane Lemos se consagra mais uma vez e acumula mais uma medalha de ouro na carreira

DIA INTERNACIONAL DO IDOSO É CELEBRADO COM EMOÇÃO

Bate-papo sobre saúde, dinâmicas divertidas e homenagens surpresa enriqueceram o evento

Um encontro muito animado e emocionante celebrou o Dia Internacional do Idoso, comemorado no dia 01 de outubro. Realizado no auditório da Associação Médica de Nova Iguaçu pela equipe multidisciplinar do Núcleo de Atenção à Saúde (NAS), o evento reuniu colaboradores e clientes acima dos 60 anos de idade assistidos pelo setor.

Uma programação diversificada foi especialmente preparada, iniciando com a apresentação de um vídeo da Médica geriatra cooperada, Damiery Serapião. Posteriormente, a equipe do NAS conversou sobre a qualidade de vida nessa fase – seja ela física, ou mental, ou espiritual –, promoveu dinâmica e exercícios de alongamento, bem como exibiu diversos depoimentos gravados por familiares em homenagem a alguns participantes. A Gerente de Auditoria Médica, Sonia Pimentel, foi às lágrimas com a linda mensagem gravada pelo seu esposo e pela sua família. "As profissionais do NAS são muito felizes no que se propõem a fazer. Os eventos são maravilhosos e feitos com muito cuidado e amor", destaca.

Como todas as iniciativas elaboradas pelo setor, esse encontro também teve grande apoio da diretoria executiva. "Cuidar da vida do ser humano em todas as suas fases é essencial. A proposta deste trabalho é mais que disseminar informações de saúde, mas estimular a interação social, promover a alegria e o bem-estar dos participantes. O acolhimento dado aos clientes mostra o quanto são importantes para a Cooperativa. Este é o jeito de cuidar da Unimed Nova Iguaçu", enfatiza o Vice-Presidente, Jorge Luiz Andrade.

Clientes, colaboradores e equipe do NAS felizes com o sucesso do encontro

A Psicóloga Adriana Iannelli fala da importância do cuidado com a saúde física e mental

A Fisioterapeuta Michelle Calado conduz alguns exercícios de alongamento

A alegria, a conversa descontraída e a emoção deram o tom ao evento

DESTAQUE DO CONGRESSO EUROPEU DE CARDIOLOGIA – 2022 – ESTUDO PANTHER

Comparação entre inibidor da P2Y12 e Ácido Acetil Salicílico (AAS) na doença coronariana.

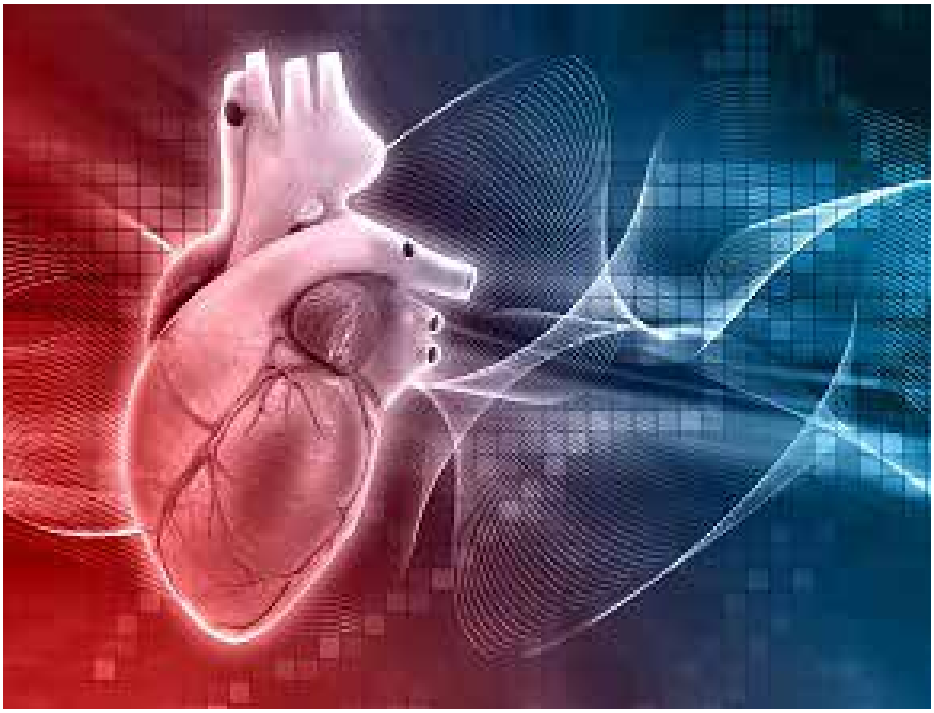
Nesta meta-análise, os autores avaliaram 35752 pacientes de sete estudos, comparando AAS contra qualquer inibidor da P2Y12. Excluídos os sem coronariopatia e os coronariopatas com dupla antiagregação e eventos precoces, foram estudadas 24325 pessoas.

Estas foram divididas em dois grupos: 12178 com i P2Y12 (62% clopidogrel e 38% Ticagrelor) e os demais 12147 pacientes em uso de AAS. A média da duração do tratamento foi de 557 dias. O Mace (desfecho primário) do estudo foi morte cardiovascular, IAM ou AVC.

A taxa de IAM foi menor no grupo i P2Y12, comparando ao grupo AAS (0,66 – 0,90 p= 0,01); com relação ao AVC, não houve diferença significativa. Hemorragia intracraniana mostrou-se menor no grupo i P2Y12 (0,14 – 0,75 p= 0,009), assim como a gastrintestinal (0,53 – 0,97 p= 0,027).

Concluiu-se, portanto, que a meta-análise mostrou menor risco do Mace (desfecho composto) de morte cardiovascular, IAM ou AVC com i P2Y12 do que com AAS, em monoterapia, em portadores de doença coronariana. É, portanto, justificado o uso de i P2Y12 em vez de AAS, na monoterapia de prevenção secundária em paciente com doença arterial coronária. Observou-se também menos efeitos adversos no grupo i P2Y12.

Referência: Valgimigli M et al. PANTHER (P2Y12 Inhibitor Versus Aspirin Monotherapy in Pacients with Coronary Artery Disease). ESC-2022.



ESCRITO POR:
Dr. Maurício De Souza Rocha Júnior
Presidente do Departamento de Cardiologia Clínica – SBC/RJ

DIA DAS CRIANÇAS É COMEMORADO ANTECIPADAMENTE NO HOSPITAL GERAL DE NOVA IGUAÇU

As crianças internadas na ala pediátrica do Hospital Geral de Nova Iguaçu (HGNI) ganharam uma tarde de diversão nesta sexta-feira (7). Elas participaram da comemoração antecipada do Dia das Crianças, que contou com brincadeiras, atividades lúdicas e entrega de presentes. A festa voltou a ser realizada depois de dois anos sem acontecer por causa da pandemia da Covid-19.

Os pacientes internados e seus familiares foram convidados para participar das atividades. Cada um recebeu lembrancinhas e brinquedos. A festa faz parte do calendário de atividades propostas pela Classe Hospitalar, que leva conteúdo escolar às crianças durante a internação, e contou com a parceria da Universidade Nova Iguaçu (UNIG), através do Grupo de Apoio Psicopedagógico e do Núcleo de Acessibilidade, de funcionários e da empresa que fornece alimentação ao HGNI.

O pequeno Brayan, de 8 anos, se recupera de uma cirurgia delicada. Mesmo um pouco abatido, ele pode se divertir um pouco com as outras crianças internadas. A mãe, Bruna Rodrigues, de 26 anos, destacou a importância disso para seu filho e também das atividades da Classe Hospitalar.

"A festinha deu uma levantada nele. Também quero reforçar que as aulas estão fazendo bem, pois ele está acostumado a ir para a escola e precisou mudar a rotina. Uma ótima iniciativa do Hospital", explica.

Raiane Teodoro, de 27 anos, diz que a festa do Dia das Crianças serviu para alegrar um pouco mais a filha Aylla Sophia, de 5, internada há dez dias. As duas tiveram uma tarde de diversão.

"É muito ruim passar por internação e para ela está sendo difícil também. Quando soubemos da festa ficamos alegres, porque nem em hospital particular há esses eventos", conta.

A Professora da Classe Hospitalar, Mônica Santos, explicou o planejamento das atividades para as crianças internadas e garantiu que a festa era uma forma de animar tanto os pais ou responsáveis quanto os filhos.

"Trabalhamos com as propostas de uma escola regular, trazendo a questão lúdica. Uma dessas propostas é a festa do Dia das Crianças que está acontecendo aqui no Hospital. É importante levar isso para a rotina a fim de que essas crianças e seus pais tenham um dia de alegria e que isso possa colaborar para melhorar a sua saúde", destaca.

Parceiro da Classe Hospitalar desde a sua criação, em 2006, o Grupo de Apoio Psicopedagógico da UNIG providenciou a decoração, doces e os brinquedos. A representante, Kátia Mattos, fez questão de exaltar a parceria com a Classe Hospitalar do HGNI.

"Nada mais justo que trazer uma festa para as crianças depois de dois anos sem nada, por causa da pandemia. É uma honra fazer parte deste projeto escolar que trabalha a inclusão dentro do hospital", conclui.

FISIOTERAPIA DO HOSPITAL GERAL DE NOVA IGUAÇU AJUDA NA RECUPERAÇÃO DOS PACIENTES INTERNADOS

Internada no Hospital Geral de Nova Iguaçu (HGNI) há cerca de uma semana para tratar de uma infecção, Dacleusa Marques Porto, de 70 anos, tem dificuldades para andar. Além dos cuidados médicos, a idosa também está recebendo assistência da equipe de fisioterapia, que a acompanha diariamente, promovendo exercícios para reabilitar suas funções motoras, como movimentar os braços e ajudar a caminhar pela enfermaria.

"Ainda dói um pouco fazer os movimentos, mas eu sei que preciso andar e a ajuda dos fisioterapeutas é importante neste processo", conta ela.

Com média de 3 mil atendimentos mensais, a equipe de fisioterapia tem um papel fundamental para ajudar na recuperação dos pacientes que chegam ao Hospital Geral de Nova Iguaçu (HGNI). A unidade recebe diariamente vítimas de trauma ou doenças graves que podem provocar sequelas motoras, neurológicas ou respiratórias. Os fisioterapeutas atuam desde a emergência até os setores de internação, incluindo as Unidades de Terapia Intensiva (UTIs), com uma assistência voltada à reabilitação destas disfunções.

Nesta quinta-feira, 13 de outubro, é comemorado o Dia Nacional do Fisioterapeuta e do Terapeuta Ocupacional. Dentro do ambiente hospitalar, este profissional é responsável por trabalhar na prevenção e tratamento de problemas funcionais de órgãos e sistemas do corpo. Para cuidar destes casos, as assistências da fisioterapia são realizadas através de técnicas e equipamentos específicos para o paciente internado, conforme seu diagnóstico.

"Uma emergência bem estruturada também se deve à assistência do fisioterapeuta. É o profissional que ajuda na ventilação mecânica, diminuindo o risco de infecção pulmonar, entre outras complicações. Também atua na reabilitação dos movimentos do paciente que sofreu um AVC, por exemplo, reduzindo o tempo de internação e auxiliando na recuperação mais rápida", destaca o Diretor-geral do HGNI, Joé Sestello.

O HGNI conta com 43 fisioterapeutas em seu quadro de funcionários. Estes profissionais são divididos em plantões diários e por setores. Na emergência, auxiliam na estabilização de casos graves, inclusive participando do processo de intubação e massagem cardíaca entre outras ações vitais. Na UTI, dão sequência aos cuidados com casos críticos, mas com possibilidades de tratamentos terapêuticos voltados à reabilitação. Já nas enfermarias, continuam a trabalhar as disfunções dos pacientes, sejam acamados ou fora do leito, conforme a necessidade. São utilizados recursos e técnicas voltadas ao tratamento respiratório, neurológico e musculoesquelético.

"A fisioterapia é acionada já na internação do paciente, atuando de imediato na porta de entrada do Hospital. Logo depois, a equipe acompanha cada caso de perto, trabalhando em todas as fases de recuperação da saúde do paciente dentro do hospital, atuando de maneira preventiva e reabilitativa", explica Washington Matos, coordenador do serviço de fisioterapia do HGNI.

ALUNOS COM DEFICIÊNCIA PARTICIPAM DE AÇÃO DE REFLORESTAMENTO EM NOVA IGUAÇU

Alunos da rede municipal de Nova Iguaçu tiveram um dia mais do que especial neste sábado (8). A Secretaria Municipal de Educação (SEMED) e a Secretaria Municipal de Esporte e Lazer (SEMEL), em parceria com a Secretaria Municipal de Meio Ambiente, promoveram uma aula-passeio à Serra do Vulcão a fim de que crianças e adolescentes com deficiência pudessem participar de uma ação de reflorestamento na APA Gericinó-Mendanha.

Cerca de 30 estudantes da E. M. Paul Harris, do CAIESP e alunos das turmas de natação para PCD do Centro Olímpico participaram da atividade, que teve como objetivo promover a interação, aprendizagem e socialização, além, é claro, de ajudar a salvar a natureza.

"Esta ação nos mostra que qualquer ambiente pode ser de inclusão. Este é um espaço importante para trabalharmos diversas vertentes dentro da educação especial inclusiva, dentre elas as questões sensoriais, o contato com seus pares e com a natureza. Aqui os alunos podem vivenciar na prática o que aprendem na escola", explica Nathália Araújo, Gerente da Educação Especial e Inclusiva de Nova Iguaçu.

Diretor do Parque Natural Municipal de Nova Iguaçu, Edgar Martins revela que somente na ação deste sábado foram plantadas cerca de 70 mudas de diversas espécies nativas da região e que o reflorestamento da Serra do Vulcão faz parte do Plano Municipal de Mata Atlântica, criado para recuperar áreas degradadas.

"A Serra do Vulcão passou por vários ciclos de degradação, mas estamos dando uma nova função a ela com o reflorestamento que vem sendo feito há alguns anos. Estamos plantando várias mudas que no processo de crescimento têm uma função ecológica importantíssima, que é a produção de árvores, alimentos para a fauna e um clima mais ameno para a cidade", explica Edgar, que pede a colaboração da população. "A Serra do Vulcão não é da Prefeitura de Nova Iguaçu, mas sim de toda a sociedade, que deve despertar cada vez mais o sentimento de pertencimento a este lugar para cuidar dele".

O Secretário Municipal de Esporte e Lazer, Fernandinho Moquetá, acredita que a ação conjunta entre os setores é benéfica não somente para o meio ambiente, mas também para a sociedade. "Em um momento em que a palavra "exclusão" tem sido tão utilizada, Nova Iguaçu está adotando a palavra "inclusão". Muitos acreditam que pessoas com deficiência são limitadas, mas esta atividade é a prova de que nosso pensamento é limitado, pois para eles não há limites", celebra.

Aluna da E. M. Paul Harris, a adolescente Rachel Rodrigues Pereira, 17 anos, tem deficiência intelectual. No entanto, não houve pedra no caminho em direção à Serra do Vulcão que a impedisse de subir e participar do reflorestamento. "Subi até aqui sem parar, sem cansar. Vim tomar um ar fresco, sentir a energia do corpo, da mente e da alma. Nunca me senti tão viva", afirmou Rachel, que plantou algumas mudas durante a ação e ensinou como é o processo. "É só colocar a muda no buraco, enterrar e regar para ela crescer e virar uma árvore".

Além do plantio de mudas, os alunos participaram de um piquenique e conheceram diferentes espécies de animais em conserva, levados diretamente da sede do Parque Natural para o evento. Uma jiboia (viva) foi a atração principal e chamou atenção de todos.

Assessoria de Imprensa / Mais informações: (21) 2666-4906
Fotos: Alziro Xavier / PMNI

NEWMEDIC

PRODUTOS MÉDICOS E HOSPITALARES

TUDO PARA SAÚDE TUDO POR VOCÊ!

Promoções

LUVA VINIL PARA PROCEDIMENTO NÃO CIRURGICO

24,90 CX COM 100 UNI

MÁSCARA TRIPLA DESCARTÁVEL

14,99 CX COM 50 UNI

AUTOTESTE DE ANTÍGENO COVID-19

44,90 CADA

BOLSA TÉRMICA NATURAL MULTIUSO MERCUR

89,90 CADA

TIRAS REAGENTE PARA MEDIÇÃO DE GLICOSE G-TECH

54,90 CADA

COTOVELEIRA KESTAL NEOSOFT AJUSTAVEL

30,28 CADA

APARELHO DE PRESSÃO DIGITAL DE PULSO SMART CONNECT G-TECH

159,99 CADA

ESFIGMOMANÔMETRO ANEROIDE COM ESTETOSCOPIO

99,90 CADA

TRIÂNGULO ABDUTOR

129,90 CADA

WAIST TWISTING DISK

106,99 CADA

Peça pelo nosso Delivery

Rua Comendador Soares, 248 - Centro - Nova Iguaçu
(21) 97566-8749 (21) 3584-7202

Rua Otávio Tarquino, 174 - Centro - Nova Iguaçu
(21) 97093-8195

Av. Delfim Moreira, 598 - Várzea - Teresópolis
(21) 97876-1051 (21) 2641-4986

Av. das Americas, 7707 bl 2 lj 104 - Shopping Millenium Barra da Tijuca - RJ
(21) 97163-5184 (21) 3437-8629

Av. Nossa Senhora de Copacabana, 610 - Copacabana - RJ
(21) 3268-9619 (21) 97517-2804

COMER ANTES DE DORMIR AUMENTA A FOME E DIMINUI O GASTO CALÓRICO

Um novo estudo realizado por pesquisadores do BRIGHAM AND WOMENS HOSPITAL e publicado no CELL METABOLISM descobriu que fazer a última refeição perto da hora de dormir diminui o gasto de energia, aumenta a fome e causa alterações no tecido adiposo. Estes fatores somados podem aumentar o risco de obesidade.
A obesidade atinge 650 milhões de adultos em todo o mundo e contribui para a carga global de doenças crônicas e incapacitantes ao elevar risco de uma ampla gama de problemas de saúde, incluindo diabetes e doenças cardiovasculares.

Como resultado, os pesquisadores perceberam que comer perto da hora de dormir aumenta a fome no período de vigília. Além disto, a alimentação tardia também mexe com a relação grelina -leptina, hormônios que regulam a fome e a saciedade. Outro impacto percebido foi a diminuição do gasto energético e as alterações na gordura corporal.
A Grelina e a Leptina são dois hormônios importantes de regulação metabólica.
Neste estudo, o que se percebeu, basicamente, foi que a leptina diminui e a grelina aumenta, o

que aponta que comer à noite acaba sendo um freio de mão para quem quer perder peso.
Se tenho menos leptina disponível, terei menos sinalização para parar de comer. E, com aumento da relação grelina-leptina, eu tenho um impulso para me alimentar.
O homem é um ser diurno e, por isto, seu corpo está programado para o ciclo de sono e vigília. Além das alterações na alimentação, mudanças do sono também impactam seu metabolismo digestivo.
O ser humano não nasceu para inverter estas funções.

ESCRITO POR:
Dr. Renato Ramos Pinheiro
Endocrinologista

VOCÊ JÁ OUVIU DIZER QUE O IMPRESSO ESTÁ MORRENDO?

E que em pouco tempo tudo que estávamos acostumados a consumir na forma física como livros, revistas, jornais e propagandas serão substituídos por seu equivalente no mundo digital. Da mesma forma, pregaram o fim do rádio e da televisão, mídias que se adaptaram e permanecem fortes até hoje.

É bem verdade que os meios digitais estão cada vez mais presentes na nossa forma de se comunicar, principalmente com a criação dos smartphones, onde a internet passou a ser elemento essencial para a vida das pessoas e com isto os aparelhos celulares quase passaram a fazer parte do nosso corpo, sendo inadmissível o simples fato de esquecer o celular em casa. Isto não é pelo fato de perdermos uma ligação importante, mas sim por ficarmos por fora do que está acontecendo enquanto estivermos desconectados. Por isto, dormimos e acordamos antenados em tudo que acontece no mundo.

E a forma de fazer propaganda acompanhou toda esta evolução. Se no início do século XXI a televisão era a grande influenciadora do consumo, hoje as mídias digitais, principalmente as redes sociais, já ganham cada vez mais espaço dentro de nossa sociedade, tornando-se um veículo de comunicação complementar importantíssimo. Assim, a TV, a Rádio e o Impresso se adaptaram ao contexto digital para continuarem vivos.

A Indústria Gráfica não poderia ficar de fora desta evolução toda, senão realmente morreria! E Hoje é um segmento que está sempre focado em apresentar novidades ao mercado, em se superar a cada ano com novas tecnologias e ampliar o seu nicho, criando cada vez mais possibilidades criativas e inteligentes. A sustentabilidade é uma das prioridades que deve crescer bastante no Brasil como embalagens, crachás, cartões, convites – enfim, materiais corporativos e de divulgação que podem se tornar novas plantas após o descarte. E já é uma realidade no mundo.

Os materiais impressos biodegradáveis e que germinam são uma novidade muito bem-vinda e aceita pelo público. É uma forma de agregar valor e alinhar a marca a uma causa maior, a um material que anteriormente poluiria os meios naturais e agora passará a gerar vida.

Esta transformação digital é um caminho sem volta. A impressão digital é fruto deste momento transitório, marcado pelo amplo avanço da tecnologia. É ela quem deve comandar o mercado gráfico nos próximos anos e já tem avançado bastante. E com todo este avanço o material impresso deve ganhar ainda mais detalhes e acabamentos de alta performance, com texturas, o formato do corte, o verniz localizado, laminação e outros elementos gráficos. A oferta tecnológica permitiu com que os materiais impressos tivessem ainda mais qualidade e variedade. Hoje, o mercado vê os resultados em investir em inovação no acabamento agregando valor ao material impresso.

Para isto, é preciso que se tenha parceria e ao seu lado uma gráfica de confiança e de qualidade. Afinal de contas, é exatamente isto que vai garantir que o seu trabalho saia exatamente da forma que você planejou entregar para o seu consumidor. Isto porque a imagem é algo extremamente importante quando falamos de clientes, já que é ela que vai causar a impressão de sua empresa no seu cliente e complementar tudo que você se propôs a fazer na sua rede social, é a concretização dela. Desta forma, ter uma gráfica que apresente e entregue materiais de qualidade é um ponto essencial para a manutenção do sucesso de sua empresa.

Alessandra Munck

Diretora Comercial

GRÁFICA COLORMARC

Rua Presidente Vargas, 106 Comendador Soares - Nova Iguaçu
Tel.: 2882-5400
Whatsapp: 96417-8381

OLÁ, AMIGOS!

Sou enófilo e consultor de vinhos há mais de 20 anos, com atuação principalmente no mercado de lojas especializadas de vinhos nacionais e importados.

Fui convidado por esta conceituada Instituição para mais um desafio: esclarecer e trocar experiências desta bebida milenar de forma clara e objetiva na coluna de enogastronomia denominada: “Vinhos & Prazeres”.

O vinho muitas vezes intimida as pessoas, que ficam com medo de errar por conta do glamour e da elegância provocados por aqueles que exageram. Este medo, às vezes, nos deixa estacionados no básico. -- branco com peixe e tinto com carne vermelha--. Mas você sabia que o prazeroso sanduíche de mortadela, o churrasco e a famosa feijoada podem ser sim harmonizados com um belo vinho?

Sem dúvidas, esta bebida milenar deve ser respeitada, contudo mesmo assim devemos nos permitir ousar e que nossos pratos preferidos possam ficar ainda melhores com uma bela taça de vinho, seja ele branco, rosé, espumante ou tinto. Seus sentidos devem ser continuamente aprimorados, mas se desprenda, ouse, beba e só assim você vai criar experiência. E um vinho coringa pode ser uma boa opção para começar. Existe hoje uma tendência proveitosa de dizer "vamos marcar um vinho": com este apelo, apareceram alguns bons lugares para apreciar e se encantar em nossa cidade, como lojas especializadas, restaurantes e pizzarias, que estão buscando atrair e fidelizar seus clientes com degustações dirigidas com leveza, sem nos deixar confusos ou cansados de detalhes supérfluos...

Então, meus Amigos, vamos acordar com um café e adormecer depois do nosso merecido vinho!

Até breve!

Um brinde à qualidade

Beber e harmonizar!

ESCRITO POR:
Jorge Moura Loureiro
Enófilo e consultor de vinhos

VIP'S

BY CLAUDIO MOURA

No passado dia 29 de setembro, no auditório da OAB Nova Iguaçu Mesquita, com a presença de familiares, autoridades do meio social, classe médica, empresarial, política e amigos, foi realizada, com coquetel de Adriana Mello, a solenidade do descerramento da placa Rua Vice-Governador Francisco Amaral (antiga Rua Bento Vasconcelos). Agradeço o convite para ser o Mestre de Cerimônias da noite. A seguir, nas fotos de Almir de Castro, alguns momentos que marcaram a merecida homenagem ao saudoso Advogado e político, Dr. Francisco Amaral:

O homenageado, Dr. Francisco Amaral

No descerramento da placa: a esposa Abadia Amaral, os filhos, os Advogados Luiz Cláudio e Márcio, a filha Ana Cristina e familiares

Abadia Amaral com os filhos Luiz Cláudio, Márcio e Ana Cristina

Os irmãos do Dr. Francisco Amaral: Malvina, Caguta e Crescêncio

O Prefeito de Nova Iguaçu, Rogério Lisboa

O Deputado Federal Dr. Luizinho

O Juiz da Comarca de Nova Iguaçu Dr. Octávio Teixeira

O Vereador Filipinho Ravis (autor da lei da troca de nome da Rua Bento Gonçalves para Rua Vice-Governador Francisco Amaral)

Na mesa diretora: Hilário Franklin (Pres. OAB NI Mesquita), Dudu Reina (Pres. da CMNI), Mário Lopes (Sec. da SEMDETTUR e Pres. da ACINI), Dr. Rubens Lopes (Pres. da Conf. de Futebol do Estado do RJ e Vice-Pres. da CBF) e Luiz Antônio Teixeira

Dr. Humberto dos Santos (Betinho My Boy) e sua esposa Niuléia, Dr. João Bosco Filho (Procurador da CMNI), Luiz Cláudio Amaral e Cláudio Anjos (Dinho), Advogado e Pres. do NI Country Club

Dr. Jorge Gama, Abadia Amaral e Cacau Karan

... e a placa da Rua Vice-Governador Francisco Amaral

ESCRITO POR:
Claudio Moura

Mestre de Cerimonias, Cerimonialista e Colunista Social

Cuidando de você e da sua família

@paschoalmartino

CONHEÇA NOSSOS EXAMES

Bioquímica
Hematologia
Hormonais
Imunológicos
Urina
Fezes
Anatomia Patológica

PASCHOAL MARTINO
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

Horário de Atendimento
Segunda a sexta das 07h às 17h
Sábado de 07h às 11h

Atendimento domiciliar

NOSSAS UNIDADES
Nova Iguaçu
Rua Bernardino de Melo, 1399
2 andar | Tel.: 2667 3717

Nilópolis
Av. Getúlio Vargas, 1626
Centro | Tel.: 2691 4867

www.labpaschoalmartino.com.br

ACESSE O SITE
PELO QRCODE

Espaço CUIDAR BEM

CONHEÇA O NOSSO PRIMEIRO
LABORATÓRIO PRÓPRIO

AGILIDADE, CREDIBILIDADE E ACOLHIMENTO PARA VOCÊ

Espaço CUIDAR BEM
Laboratório

Endereço: Rua Getúlio Vargas, 211 - Centro - Nova Iguaçu
Telefone: (21) 2882-9700 **Site:** www.espacocuidarbem.com.br

Unimed Nova Iguaçu

ANS - nº 344397

ÉTICA PROFISSIONAL
E RESPEITO AO
RECEITUÁRIO É NOSSA
MARCA REGISTRADA

DELIVERY GALANTI
4002-3768

DROGARIA GALANTI

SIGA E FAÇA SEU PEDIDO
PELOS NOSSOS
CANAIS DE ATENDIMENTO:

(21) 967672456 | /DROGARIAGALANTIOFICIAL | @DROGARIAGALANTI

ATENÇÃO PRIMÁRIA E JUDICIALIZAÇÃO

É bem sabido que a Atenção Primária em Saúde (APS) é pouco explorada no sistema de saúde suplementar, isto porque faltam profissionais qualificados para tal atuação, por consequência do desinteresse na área, e a população, num modo geral, não entende a importância do componente dos sistemas de saúde. A porta de entrada e referência à saúde da população deve ser pela atenção primária, uma vez que, como primeiro acesso, a APS presta atendimento aos pacientes sempre que necessário, seja mediante adoecimento, sensação de adoecimento, acompanhamento de doenças crônicas ou rastreamento.

A Atenção Primária em Saúde foi utilizada pela primeira vez no chamado Relatório Dawson, em 1920. Este documento tornou-se um marco na história da organização dos sistemas de saúde, pois propôs a implantação de um sistema integrado de medicina preventiva e curativa por meio de ações primárias, secundárias e terciárias. O Relatório Dawson está na base do sistema de saúde britânico e inspirou a organização de sistemas de saúde em vários outros países.

No cenário prático das operadoras de planos de saúde, em alguns casos, o que se vê, na larga escala, são beneficiários que buscam medicações/procedimentos/métodos de alto custo, que não constam no rol da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), ou que são off label, mas, ainda assim, com o ajuizamento de ações judiciais, alguns juízes deferem, a título de antecipação de tutela, o fornecimento dos fármacos e/ou procedimentos, ainda que não haja previsão contratual, e que não tenha propriamente a medicina baseada em evidências.

O aumento da judicialização tanto contra médicos, quanto contra operadoras de planos de saúde, aumentou cerca de 300% nos últimos cinco anos. Este dado é trazido pelo Tribunal de Justiça do Rio de Janeiro. Portanto, a judicialização deve estar como importante indicador à vista de que o aumento da sinistralidade, o custo das operações, e as indenizações judiciais trazem o desequilíbrio econômico-financeiro das relações contratuais.

Importante indicar ainda os fatores que influenciam a inflação em saúde, quais sejam:

Epidemiologia: novas doenças e doenças crônicas;

Demografia: migração; envelhecimento da população; e

Novas tecnologias: medicamentos, equipamentos etc.

Uma vez que, com a implementação da Atenção Primária em Saúde, espera-se que haja, pelo menos, o tratamento e controle de patologias, acompanhamento do quadro clínico e, por conseguinte, redução da sinistralidade.

A melhor hipótese se inclina com atendimento direto e contínuo com um médico da família, registrando em prontuário eletrônico o histórico da saúde do paciente, havendo, principalmente, abordagem com equipe multidisciplinar. Resta cristalino que os esforços têm que estar direcionados à saúde e excelência operacional no cuidado do paciente, buscando um atendimento de qualidade, seguro, respeitando a bioética, e equilibrando com os custos e desfechos da operadora de saúde. O paciente, ou beneficiário de um plano de saúde, ou a operadora propriamente dita, tem que estar ciente de que cuidar da saúde é menos caro do que cuidar da doença.

Para isto, eis um constrangimento epistêmico: seria a atenção primária um ponto importante para redução da judicialização?

ESCRITO POR:
Dr.ª Thaíssa da Silva Nunes de Jesus
Advogada / Vice-presidente da Comissão de Direito Médico da OAB Nova Iguaçu/Mesquita / Gerente Jurídica da Unimed Nova Iguaçu.

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

OUTUBRO ROSA E AZUL: A CONSCIENTIZAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO DA PERDA GESTACIONAL E NEONATAL

O mês de outubro, além de ser o mês de conscientização e prevenção ao câncer de mama é, também, o mês da sensibilização e conscientização da perda gestacional e neonatal, que é marcada pelo dia 15. Esta data foi escolhida porque em 1988, nos Estados Unidos, o mês foi instituído como o mês da Sensibilização à Perda Gestacional, Neonatal e Infantil. Em 2002 o movimento ganhou força e o dia 15 de outubro foi definido como a data oficial.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera perda gestacional a interrupção ocorrida até a 20ª semana. Após esta data, a medicina já entende que é necessário realizar o parto e atestar o óbito.

A gestação é uma experiência de profundas transformações corporais, em que o corpo da mulher se abre para abrigar outro corpo: o do bebê. Seja a gestação planejada ou não, a mulher se prepara, planeja roupas, brinquedos e o futuro junto ao filho(a) que está para chegar. Quando este ciclo é interrompido, sonhos e desejos também o são. Não é a perda de um embrião ou feto, é a perda de um bebê.

Segundo Kovács (1992), o luto é uma reação frente a perdas significativas, tal como a morte de alguém. Trata-se de uma perda brusca, de modo que é uma experiência mobilizadora de sentimentos e que tem potencialidade de desorganização. Sendo assim, um processo único e subjetivo.

O luto na perda gestacional é frequentemente silenciado e invisibilizado. Embora seja um momento muito difícil para as mulheres, muitas delas são subestimadas ou impedidas de sentirem a sua dor.

O silenciamento passa, muitas vezes, pela falta de estrutura dos hospitais e de treinamento dos profissionais de saúde para lidar com a situação. Há relatos de casos de mulheres no sistema de saúde que, após a perda, foram colocadas em enfermarias com outras puérperas e seus recém-nascidos.

A perda gestacional tem a particularidade de se tratar de uma morte experimentada literalmente no próprio corpo da mãe, quer dizer, é um bebê que morre, mas, é também o corpo da mulher que sangra, que sofre os procedimentos, que sente dor. Assim, as vivências de solidão, culpa e dor possuem uma tonalidade marcante neste processo.

Diferente de outros lutos, na perda gestacional, muitas vezes, não há fotos ou lembranças mais concretas do bebê. As marcas de que o bebê existiu ficam restritas, principalmente, à memória dos pais. As mães de natimortos possuem o que viveram em si mesmas, durante a gravidez, o registro da própria memória.

Por isto, encontrar formas de socializar e dar significado a esse luto pode ser um recurso fundamental neste processo.

O outubro rosa e azul traz à luz a conscientização e sensibilização de um tema muito importante. É necessário que esse luto seja vivenciado. E não há um período específico para isto, cada sujeito irá passar pelo processo no seu próprio tempo. Uma rede de apoio aos pais é importante neste momento.

Portanto, é necessário acolhimento a este luto desde a notícia e ao longo da vida, já que ele não se encerra no parto, enterro (quando há) ou nascimento de um novo filho. É possível constituir novos sentidos para a perda, para a relação com o bebê e para o modo de ser que havia sido desvelado na gestação.

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)

ESTEIRA – TRANSPORT - BIKE. QUAL EMAGRECE MAIS?

Partindo do princípio de que os três equipamentos citados no título deste artigo são os mais comuns, e encontrados nas academias. Irei apenas me prender a eles, mas a explicação servirá para qualquer tipo de atividade, tanto para cicloergômetro quanto para atividades livres (sem máquinas). Começo dizendo, que não é nenhuma máquina que irá fazer você emagrecer, mas, sim, o estímulo que você proporciona ao seu corpo, fazendo com que seu organismo tenha que criar adaptações fisiológicas, seja durante o treino e ou, principalmente, nos pós-treino.

Muitas das vezes pessoas, com pouco conhecimento sobre treinamento físico, tendem a se apegar a determinados aparelhos, achando que eles serão o "salvador da pátria" para elas conseguirem o tão desejado emagrecimento. Na verdade, toda atividade pode emagrecer. Esta tendência muitas das vezes parte de uma propaganda de TV, ou outra pessoa que teve resultado fazendo tal atividade.

Superficialmente falando, você pode executar dois tipos de atividades nos aparelhos com o objetivo de emagrecimento. Você pode praticar atividades AERÓBICAS, que são aquelas que se caracterizam por serem de baixa a moderada intensidade e com tempo de duração de médio a longo, (entre 30min a 60min). Ou atividades ANAERÓBICAS, que são atividades que fracionam vários momentos de alta intensidade seguidos de um tempo de recuperação, repetidos várias vezes, e tendo um tempo total de treino menor, algo entre 15min a 25min.

Estas duas atividades têm potencial de agir nas células de gordura e, junto com uma alimentação adequada, podem resultar no emagrecimento. A dica que eu dou é que você alterne estes dois estímulos durante sua semana de treino. Com isto você pode colher os benefícios que ambos têm para o emagrecimento e ainda tornar os treinos mais dinâmicos e menos monótonos.

Você pode fazer qualquer máquina (BIKE, TRANSPORT OU ESTEIRA), o mais importante é que você proporcione ao seu corpo estímulos aeróbicos e anaeróbicos, de preferência alternando-os. E, digo mais, que você pode alternar as máquinas! Não é preciso ficar preso somente a uma, por exemplo: a pessoa pode fazer um treino anaeróbico na BIKE num dia, e no outro dia um treino aeróbico na esteira, ou vice-versa. O principal é treinar sempre que puder, e na dúvida consulte um profissional de educação física para ajudá-lo.

ESCRITO POR:
Raphael Sacramento
Profissional de Educação Física

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

ESPECIALIDADES:
- NEUROCIRURGIA
- CIRURGIA DE COLUNA
- DOR AGUDA E CRÔNICA
- NEUROLOGIA
- NEUROLOGIA INFANTIL
- PSIQUIATRIA

NOVA NEURO
Instituto de Neurocirurgia de Nova Iguaçu
3742-2264 / 96913-1313
EDIFÍCIO METROPOLIS / RUA GETÚLIO VARGAS, 121 - SALA 806
@INSTITUTONOVANEURO WWW.INSTITUTONOVANEURO.COM.BR

INFLAÇÃO, DEFLAÇÃO E DESINFLAÇÃO

Quem viveu nos anos 80, sabe que os brasileiros passaram por um dos momentos econômicos mais difíceis de suas vidas, a Inflação. E não eram estes míseros 0,54% ou 1,01%, 1,62%, que vemos ao mês em 2022. Eram 110%, 150%, 180% ao mês. O trabalhador ao receber o salário corria para os supermercados, a fim de estocar alimentos, pois amanhã o preço já era outro. O então Governo Sarney (período: março de 1985 – março de 1990) partiu para uma desastrosa política de tabelamento de preços, que não deu certo (e que aliás, pela Literatura Econômica Mundial, não deu certo em lugar nenhum, vide a Argentina). Em virtude do tabelamento começaram a faltar produtos nos pontos de vendas. Quem não se lembra da famosa "fila da carne"? Pois é, graças a DEUS vivemos outros tempos, sobretudo com a implantação do Plano Real em 1994.

A Inflação é caracterizada como o aumento constante e generalizado de preços em determinado período. Deflação é o processo de queda de preços, de forma constante e generalizada, em dado tempo. E a Desinflação é caracterizada também pelo aumento de preços, no entanto de forma mais lenta e baixa.

Neste ano de 2022, vemos novamente o fenômeno da Desinflação se desenhar. A perspectiva da Inflação anual, que já esteve em 8,3% (apontamento feito pelo Credit Suisse e Santander no mês de abril), hoje, em outubro, a maioria das Instituições Financeiras aponta para uma Inflação anual em torno de 5,75% (Boletim Focus). Como podemos observar, na aferição mensal do IPCA (conforme tabela abaixo), constata-se uma queda nos últimos meses, principalmente a partir do mês de maio, e IPCA negativo a partir de julho.

IPCA	TAXA
jan/22	0,54%
fev/22	1,01%
mar/22	1,62%
abr/22	1,06%
mai/22	0,47%
jun/22	0,67%
jul/22	-0,68%
ago/22	-0,36%
Set/22	-0,29%

Fonte: IBGE

Mas deve-se tomar muito cuidado com a Deflação, pois se ela se mantiver por muito tempo, pode esconder problemas econômicos graves. Como podemos explicar no exemplo abaixo:

José, ao dirigir-se ao supermercado verifica que o preço da banana está menor com relação ao mês anterior. José fica muito contente e até compra mais bananas, pois afinal é a sua fruta preferida. O que José não sabe é que João, o produtor de bananas, não conseguiu vender a sua produção pelo preço que cobriria todos os seus custos, por isto teve que vendê-las por um preço mais barato. Mas se no próximo mês João não conseguir repassar integralmente os seus custos, ele terá que interromper a produção de bananas. E ao interromper o negócio, o seu funcionário Antônio será demitido. E a família de Antônio, com o objetivo de economizar, comprará menos na Mercearia do Joaquim. Joaquim, vendendo menos, terá que dispensar funcionários ou até fechar as portas.

Percebeu o risco de a Deflação se tornar um ciclo vicioso e prejudicar toda a Economia? O Brasil passou por um período de Desinflação, principalmente nos meses de maio e junho, e hoje vive um cenário de Deflação (meses de julho a setembro). Mas a Deflação que vivenciamos hoje pode ser explicada pela Política de desoneração Fiscal imposta pelo Governo Federal, bem como pela redução da alíquota de ICMS pelos governos estaduais. Resta saber até quando vamos usufruir de todas essas benesses: Taxa de Desemprego em baixa, Economia crescendo, aumento de renda e preços em queda.

Referências Eletrônicas:

- https://veja.abril.com.br/;
- https://agenciadenoticias.ibge.gov.br;
- https://www.infomoney.com.br;
- https://www.revistaapolice.com.br/;
- https://blog.toroinvestimentos.com.br/
- https://www.bcb.gov.br/publicacoes/focus

Disclaimer: Este artigo possui caráter meramente informativo, não constitui material promocional e não foi produzido como uma solicitação de compra ou venda de qualquer ativo ou instrumentos financeiros relacionados em qualquer jurisdição. Os dados, que por acaso venham a aparecer aqui, referem-se ao passado; e a rentabilidade obtida no passado não representa garantia de rentabilidade futura.

ESCRITO POR:
Cristiano Silva

Economista e Assessor de Investimentos
Instagram: cristiano_silva8022
E-mail: cristiano.silva@versacapital.com.br

STF CONFIRMA ISENÇÃO DE IMPOSTO DE RENDA SOBRE PENSÃO ALIMENTÍCIA

No dia 03/06/2022, o Supremo Tribunal Federal julgou a ADI e, por 8 votos a 3, atribuiu interpretação conforme à Constituição Federal ao artigo 3°, § 1°, da Lei n° 7.713/88, aos artigos 4° e 46 do Anexo do Decreto n° 9.580/98 e aos artigos 3°, caput e § 1°; e 4° do Decreto-lei n° 1.301/73, com o fito de "afastar a incidência do imposto de renda sobre valores decorrentes do direito de família percebidos pelos alimentados a título de alimentos ou de pensões alimentícias. A corte entendeu que o alimentante usa sua própria renda, já tributada, para cumprir a obrigação. Assim, a pensão alimentícia não representa renda, mas somente um montante retirado dos seus rendimentos para ser dado ao alimentado. A tese de julgamento prevalecente na Corte sustentou que o recebimento de renda pelo alimentante, renda da qual ele retira parte para pagar ao alimentando, já configura, por si só, o fato gerador do imposto de renda. Assim, se o rendimento

já tributado pelo alimentante fosse sujeito novamente à incidência do imposto de renda, quando percebido pelo alimentando, tal situação se revelaria uma violação do princípio da proibição do "bis in idem", o qual veda que o tributo recaia mais de uma vez sobre o mesmo fato gerador do contribuinte. Como adendo, vale salientar que a interpretação conforme a Constituição, assim dada ao contexto em análise, corresponde ao método hermenêutico cuja finalidade é atribuir ao texto normativo o sentido mais adequado e válido à luz dos preceitos constitucionais. O STF confirmou decisão que afastou a incidência do Imposto de Renda (IR) sobre valores recebidos a título de alimentos ou de pensões alimentícias estabelecidas com base no direito de família. O Plenário da corte máxima negou recurso que pedia para que a corte reconhecesse a não retroatividade da decisão, ou seja, que ela não valesse para benefícios anteriores. A União também pediu que a não incidência do IR ficasse limitada ao piso de isenção, solicitação que também foi negada pelo STF. A decisão foi dada pelo Supremo em junho, quando a Corte entendeu que a tributação de tais valores feria direitos fundamentais e atingia interesses de pessoas vulneráveis. A discussão se deu no bojo de uma ação impetrada pelo Instituto Brasileiro de Direito de Família. A União recorreu do acórdão, alegando que beneficiários poderiam entrar com pedidos de restituição dos valores, resultando em um impacto estimado em R$ 6,5 bilhões, considerando o exercício atual e os cinco anteriores. O governo ainda pedia que a não incidência do imposto fosse limitada ao piso de isenção do tributo, de R$ 1.903,98. O Ministro Dias Toffoli considerou que não há justificativa plausível para modular os efeitos da decisão dada pelo Supremo em junho. Ele também destacou que um dos "fundamentos da pensão alimentícia é a dignidade da pessoa humana, e um de seus pressupostos é a necessidade dos que a recebem". Com relação ao pedido de limitação da não incidência do IR, Toffoli indicou que, no julgamento realizado, não foi estabelecido nenhum limite do montante recebido pelo alimentando. O Ministro também lembrou que o entendimento da Corte foi o de que o imposto de renda tem por pressuposto acréscimo patrimonial, o que não ocorre no recebimento de pensão alimentícia ou alimentos decorrentes do direito de família. Outro ponto relembrado pelo relator foi o entendimento do Supremo no sentido de que a manutenção das normas que previam a incidência de IR nas obrigações alimentares resultava "em dupla tributação camuflada e injustificada e em violação de direitos fundamentais".

Fontes: Uol e econet

ESCRITO POR:
Alessandra Marcondes
Contadora, Pós-Graduada em Controladoria em Gestão Contábil e Liderança Empresarial

GERIATRIA - SAÚDE DO IDOSO

A primeira dúvida quando se fala sobre isto geralmente é com quantos anos se deve procurar um geriatra. A terceira idade no Brasil é definida a partir dos 60 anos, mas o acompanhamento especializado não tem uma regra fixa, podendo até mesmo começar antes, entre os 40 e 50 anos.

O médico especializado em geriatria tem como foco a qualidade de vida como um todo, já que o avançar da idade demanda maior atenção e cuidados específicos. Isto inclui não só os aspectos físicos da saúde, como também emocionais e psíquicos.

Além disto, preocupa-se com problemas sociais que possam fragilizar o idoso, como baixo suporte social e formas de discriminação, por exemplo.

O acompanhamento é realizado de forma contínua e sistemática, essencial para a prevenção e tratamento de doenças e o envelhecimento consciente e saudável. O médico geriatra geralmente estabelece maior contato com o paciente e a família, o que facilita ainda mais o processo. E, pela proximidade, é capaz de atuar em conjunto com outros especialistas, como psicólogos, fisioterapeutas e nutricionistas.

ESCRITO POR:

Dr. André Ramos

Geriatria - Saúde do Idoso

Atendimento:

Nova Iguaçu	2667-4806
Whatsapp	98090-4806
Recreio	3695-2000
Whatsapp	98789-2000

UNICRED

INVESTIMENTO PREMIADO

SEU MOMENTO DE INVESTIR

APLIQUE EM RENDA FIXA NA UNICRED RJ, PLANEJE SEU PATRIMÔNIO E AINDA CONCORRA A PRÊMIOS INCRÍVEIS.

Fale com seu gerente de relacionamento para aumentar suas aplicações ou começar a investir agora mesmo.

CONSULTE O REGULAMENTO NO SITE

unicred.com.br/centralrj/investimentopremiado

Agência Nova Iguaçu - Rua Dr. Paulo Fróes Machado, 164
Centro - Nova Iguaçu - Rio de Janeiro - CEP: 26255-170
Horário de funcionamento: 10h às 16h | Telefone: (21) 3759-9650

OUTUBRO: MÊS DE CONSCIENTIZAÇÃO DO COMBATE À DOR

No dia 17 de outubro é comemorada a conscientização da Dor. Atualmente considerado o quinto sinal vital e tão importante quanto: a frequência cardíaca, a frequência respiratória, a pressão arterial e a temperatura. Embora algumas vezes negligenciada pelos profissionais de saúde devido a sua subjetividade e a grande dificuldade em mensurá-la, ou seja, não temos um instrumento padrão capaz de quantificar ou mensurar a dor, tornando-a uma experiência interna, complexa e pessoal.

A Dor é caracterizada por uma experiência sensorial desagradável associada ou relacionada a uma lesão real ou potencial de um tecido/órgão, mas cada indivíduo utiliza o termo "dor" a partir de vários fatores, entre eles: sua característica genética, suas experiências pessoais anteriores, sua cultura e suas expectativas.

Assim como todo sintoma, deve ser investigado através dos sete principais atributos dos sintomas, como em qualquer anamnese, a saber: localização, intensidade, início, duração, frequência, fatores atenuantes e agravantes e manifestações associadas.

Interpretada como um mecanismo de defesa do corpo para preservação de sua integridade e sobrevivência quando duradoura, ou seja, persistente por mais de 3 meses. Neste caso, o que chamamos de dor crônica. Assim, o sistema nervoso passa a modificar sua maneira de interpretar a dor e não mais a entendendo como algo ameaçador à vida, o que torna um verdadeiro desafio o seu tratamento.

A dor crônica é um problema de saúde pública, atingindo mais de um quarto da população adulta mundial, além de crianças, recém-nascidos, adolescentes e idosos. Seu tratamento envolve abordagens multifatoriais; desta forma vários profissionais de saúde estão envolvidos direta ou indiretamente no processo, como os médicos da dor: anestesistas, ortopedistas, neurocirurgiões, psicólogos, enfermeiros, fisioterapeutas, nutricionistas e terapeutas ocupacionais.

Atualmente, nós profissionais de saúde possuímos um arsenal terapêutico extenso, farmacológico e não farmacológico, para ajudar no tratamento e controle da dor.

E se faz extremamente importante, para se alcançar o sucesso no tratamento, o equilíbrio entre a saúde física, a saúde mental e social.

Seja ativo no seu tratamento, descreva com clareza seus sintomas, retire suas dúvidas com os profissionais que estão fazendo seu acompanhamento. Ter conhecimento sobre sua dor, faz você estar seguro para seguir as orientações e recomendações de tratamento.

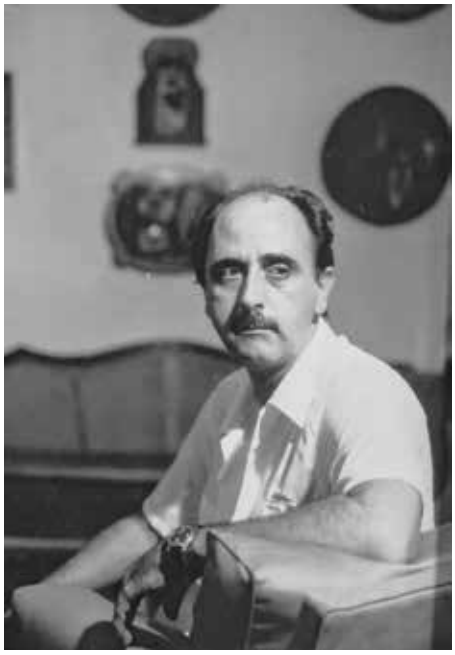
Não negligencie sua dor! Busque tratamento!

ESCRITO POR:
Dr. Felipe Mourão
Membro Titular da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia

INSTITUTO NOVA NEURO
Rua Getúlio Vargas, 121, Edifício Metrópolis, Sala 806.

A OBRA DE FARNESE DE ANDRADE

A arte contemporânea apresenta várias vertentes de expressão, seja na arte figurativa (descreve objetos externos), ou abstrata (não descreve objetos externos). Dentro do segmento da arte figurativa, o tipo de expressão que predomina é o da crítica social (há essencialmente um componente externo), em suas várias dimensões. Porém em menor grau, muitos dos artistas contemporâneos expressam sua arte através de elementos essencialmente autobiográficos (componente interno), descrevendo suas impressões de mundo, vinculados às suas memórias, traumas, alegrias e tristezas. Um dos casos mais conhecidos é o da artista plástica mexicana, Frida Kahlo. No Brasil, um dos artistas, que se notabilizou por produzir uma arte onde predomina sua intimidade, foi o artista mineiro FARNESE DE ANDRADE (1926-1996), que, em 2005, teve a apresentação de uma grande retrospectiva de sua obra no Centro Cultural do Banco do Brasil. Apesar de ser pintor e gravador, o que predominou em sua obra foram as chamadas ASSEMBLAGES ou MONTAGENS. Influenciado pelas composições dadaístas e pelos ready-made de Marcel Duchamp, como também pelo artista norte-americano Joseph Cornell (1903-1972), Farnese produz sua obra "montando", inserindo e superpondo objetos de seu interesse, criando um universo cheio de significados. O artista, nascido na cidade mineira de Araguari, após estudos em Belo horizonte, vai morar no Rio de Janeiro, e depois permanece por alguns anos na Espanha, em Barcelona, entre 1970-1975, retornando posteriormente e se fixando no Rio, quando passa a viver um tanto recluso. Teve um certo reconhecimento nos círculos de arte, entre os anos 60 e 70 (período mais dominado pela arte abstrata), mas, posteriormente, se torna pouco a pouco menos conhecido. Para compor suas obras, o artista coletava objetos abandonados em praias, ou por vezes os adquiria em antiquários. Apresenta suas obras em armários, estantes, ou muito frequentemente em pequenos oratórios, onde adiciona objetos que remetem à sua vida pessoal e familiar. É comum utilizar imagens ou figuras comuns dos ex-votos religiosos em suas composições, e utiliza também, como "suporte", madeiras já com aspecto envelhecido, ou objetos "envelopados" em resina. São lembranças do pai, de sua mãe, da família, e da cultura mineira que o cercava na sua infância e adolescência. São reminiscências de sua vida, que expressa em sua obra. Há uma nostalgia presente, mas com um elemento de comunicação "contemporâneo", através das montagens, havendo frequentemente um elemento enigmático em busca de esclarecimento. Os elementos de sua obra remetem a todo um universo existencial, onde a família é uma parte fundamental e central, mas que ao mesmo tempo, reelaborada pelo artista, se torna uma forma de lembrança afetiva e longínqua, e onde há um sentimento ambíguo de por um lado de desamparo e, de outro, pela tentativa de manter a própria família guardada em suas memórias, o que se expressa nos objetos enclausurados em oratórios, armários ou resina. A obra de Farnese é sem dúvida um desafio constante emocional e estético, riquíssimo, e gera em nós a tentativa contínua de ser decifrada.



Farnese de Andrade

Farnese de Andrade

ESCRITO POR:
Dr. Lafayette Suzano
Cardiologista e amante da cultura

ACNE E ALIMENTAÇÃO

A acne é uma doença anti-inflamatória multifatorial e alguns fatores podem agravar a exacerbação da doença; além do fator genético, o estresse e a dieta também estão relacionados. Há muito tempo criou-se um mito de que o consumo de chocolate agravaria a acne, mas com o desenvolver dos estudos científicos foi identificado que alimentos à base do cacau em si não estavam relacionados à doença, mas sim os demais ingredientes adicionados às barras de chocolates comerciais.

Hoje, sabemos que o que agrava a acne é uma alimentação com alto índice glicêmico e carga glicêmica, além de ter sido notado que uma maior ingestão de leite, gordura saturada e trans também exercem influência.

A dieta ocidental é caracterizada por alimentos de alto IG, grãos refinados, carne vermelha, leite e derivados, proteína do ovo e gorduras saturadas. Este tipo de dieta aumenta os níveis de glicose e produção de insulina, o que leva à alteração de alguns marcadores bioquímicos e transcrição de determinados genes que estão associados à atividade da glândula sebácea, inflamação e proliferação bacteriana, que juntos promovem o desenvolvimento da doença.

As hipóteses sobre a influência da dieta e agravamento da acne são reforçadas pela observação da baixa incidência da doença em culturas com "dietas paleolíticas", compostas por alimentos minimamente processados, vegetais, baixa quantidade de carboidrato e sem laticínios ou derivados, além de possuírem altos níveis de ácidos graxos poli-insaturados como ômega 3 e 6, que vão ser mediadores importantes na inflamação e impactar positivamente na acne.

A alimentação saudável deve fazer parte do controle e tratamento da doença, com o objetivo de melhorar marcadores inflamatórios e promover o controle glicêmico, colaborando para a diminuição da gravidade da acne. Compreender a etiologia multifatorial da acne é fundamental para fornecer uma abordagem abrangente ao paciente e atuar em conjunto com os tratamentos tradicionais de acordo com as condições peculiares de cada indivíduo.

ESCRITO POR:

Clara N. Filipak

Nutricionista

CRN: 20101893
Atendimento online e presencial: Nova Iguaçu, Tijuca e Ipanema.
Contato whatsapp: (21)97922-9542
Intagram: claranf.nut
Facebook: Clara N. Filipak

amni

CLUBE DE BENEFÍCIOS

EMPRESAS PARCEIRAS

BN CONSULTORIA (Gestão de Pessoas e Empresas): Treinamentos e Gestão de Funcionários, Processos Seletivos e Planejamento empresarial.
Tel.: (21) 97517-3101

ASSESSORIA JURÍDICA: Dr. Felipe Chalfun Florentino
Tel.: (21) 97044-1270

ASSESSORIA CONTÁBIL: Maurício Rezende Jr.
Tel.: (21) 2667-3535

MAISANO MADEIRAS E FERRAGENS (Produtos e serviços): End.: Rua Athaíde Pimenta de Morais, 437 – Centro – Nova Iguaçu. | **Tel.: (21) 2667-4295**

ÓTICA VISOO: End.: Av. Amaral Peixoto, 130, Sala 301 – Centro – Nova Iguaçu | **Tel.: (21) 2769-2335**

Óticas Carla: End.: Rua Dr. Luiz Guimarães, 269, Loja 16 – Centro – Nova Iguaçu. | **Tel.: (21) 2667-5149**

TUDO A RIGOR (Aluguel de Roupas): End.: Rua Antônio Melo, 85 – Centro – Nova Iguaçu
Tel.: (21) 2698-5076

MACROCELL: (Assistência Técnica de Telefones Celulares e Notebooks) End.: Travessa Almerinda Lucas de Azeredo, 25 – Centro - Nova Iguaçu
Tel.: (21) 96421-4051

BRUNA REZENDE & CIA: (Produção de eventos e animação) | **Tel.: (21) 98291-3304**

FP CHAVEIROS: (Venda e manutenção de chaves, Cópias e fechaduras). End.: no Top Shopping – G1
Tel.: 2667-2398

CONSULTORIA DO CARRO: (Consultoria, venda automotiva, Blindagem Veicular) **Tel.: (21) 2768-8563 e (21) 98888-7178**

BOX 1000 SERVIÇOS AUTOMOTIVOS:
(Venda e troca de óleo e filtros, serviços de mecânica leve, alinhamento e balanceamento) End.: Rua Mauro Arruda, 67 – Centro – Nova Iguaçu.
Tel.: (21) 2667-4513

PONTO AUTO BOSCH CAR SERVICE:
(Venda e troca de óleo e filtros, serviços de mecânica, alinhamento e balanceamento) End.: Av. Nilo Peçanha, 1180 – Centro – Nova Iguaçu | **Tel.: (21) 2668-5321**

OFICINA JR CAR MECÂNICA (Serviços de Mecânica, lanternagem, Pintura, polimento e Vitrificação)
End.: Rua Frederico de Castro Pereira, 548 – Centro – Nova Iguaçu | **Tel.: (21) 96431-4812**

OFICINA MSV (lanternagem, Pintura e polimento)
End.: Rua Luís Sobral, 677 – Califórnia – Nova Iguaçu
Tel.: (21) 3745-5289

COLARES AUTO ELÉTRICA: (Serviços de parte elétrica Automotiva e Venda de autopeças) End.: Av. Nilo Peçanha, 1168 – Centro – Nova Iguaçu
Tel.: (21) 2668-1317

DUDASOM (Loja de Alarmes, Venda de Acessórios, Insufilms e Som automotivo) End.: Av. Nilo Peçanha, 882 – Centro – Nova Iguaçu | **Tel.: (21) 2695-5003**

MORETTI AR CONDICIONADO VEICULAR:
(Instalação, Manutenção, higienização de ar veicular)
End.: Rua Otávio Tarquino, 994 – Centro – Nova Iguaçu
Tel.: (21) 2667-6033

MEGAFRIO:
(Instalação, Manutenção, higienização de ar veicular e manutenção de direção hidráulica) End.: Rua Alexandre Fleming, 380 – Vila Nova – Nova Iguaçu
Tel.: (21) 97041-6141

NOVA FAROL FOM FOM (Recuperação, regulagem e manutenção de faróis, lanternas, retrovisores – Nacionais e importados) End.: Av. Nilo Peçanha, 1305 – Centro – Nova Iguaçu | **Tel.: (21) 2668-2166 e 2668-1864**

GARAGEM 1210 (Higienização e Polimento, limpeza de interior de veículos a seco e Lavagem de sofás)
End.: Rua Dr. Mário Guimarães, 580 – Centro – Nova Iguaçu | **Tel.: (21) 98490-8871**

GRAND MIX: (Distribuidora de Produtos para higiene, limpeza e descartáveis) End.: Rua Dr. Barros Junior, 799 – Centro – Nova Iguaçu | **Tel.: (21) 97133-3821**

New Medic (Distribuidora de produtos médicos e hospitalares) End.: Rua Comendador Soares, 248 – Centro – Nova Iguaçu | **Tel.: (21) 97566-8749**

OLÁ MEUS CAROS!

Hoje, vamos com uma experiência nova, bem legal e surpreendente.

No último sábado eu e a família fomos a Niterói a fim de apanhar algumas coisas que eu tinha comprado para um barco, e aproveitamos a viagem para ir em algum lugar legal, aonde pudéssemos ter uma boa experiência gastronômica e que tanto a Nalu, que não come muito coisa diferente, e eu, que agora tenho minhas naturais restrições, pudéssemos aproveitar.

Então, considerando que hoje em dia quem não tem internet está frito, fomos ao Tripadivisor a fim de procurar um restaurante legal, e chegamos à conclusão que o Seu Antonio seria ótimo. Aproveitando que estávamos bem pertinho, a apenas 02 quarteirões, tocamos para lá.

O restaurante Seu Antonio aparece em primeiro lugar em todos os sites de sugestões para restaurantes em Niterói. Grande, "cheiíssimo", movimentado, tem sempre fila de espera. Haja paciência, pois chegamos lá às 13:00h e haviam 37 mesas, ou 1 hora e meia de espera. São mesinhas para ficar na calçada, esperando bebericando e degustando os bolinhos de bacalhau que são a atração; e mais, há até um bar na frente, que se chama exatamente Bar da Fila, do próprio restaurante, para quem não quer esperar tanto, ficando nos belisquetes; porém, este também estava igualmente cheio. A rua é fininha, com pouco lugar para estacionar, repleta de carros parados dos dois lados, muita gente, nível excelente, boa frequência, famílias e amigos fazem do local um acontecimento: e lá estava a gente, no meio daquilo tudo, com nosso vibracall, batendo papo e esperando.

Mas a espera vale a pena, um deleite da Terrinha, restaurante português "oh, pa" típico. Vou deixar o site para vocês verem; em outras épocas, eu teria feito uma sinfonia gastronômica e experimentado as várias opções, mas hoje em dia me dei por satisfeito em degustar o bolinho de bacalhau, um sonho; mas o que eu vi passando para as mesas ao lado e por perto dava água na boca: a panelinha de mexilhões, a porção de camarões com alho torrado e as sardinhas portuguesas saíam aos borbotões. As refeições, como bom português, são sempre para 02 pessoas, que no nosso caso deram para 04 pessoas e ainda trouxemos quentinha, pelo tanto que sobrou. Bacalhau de tudo quanto é jeito, cada prato mais interessante que o outro, lindíssimos e extremamente apetitosos: camarão no coco, polvo grelhado, calderada, rabada com agrião, Fran Rack, entre outras delicias. Deu vontade de comer todos, mas..... vontade dá e passa; pedimos um filé de Pargo com arroz de brócolis e batatas coradas, com alecrim e pirão. Como Nalu come bem peixe, ele veio grelhado à perfeição, belo arroz de brócolis e as batatas corretas, para nós 03, e ainda sobrou comida para mais 02 pessoas comer. As sobremesas são as portuguesas clássicas, entre todas dividimos um rocambole de Algárvio (laranja com amêndoas) divino, as bebidas em nossa fase light foram suco mesmo!

Para os pequenos há pratinho infantil, como disse anteriormente: Nalu dividiu conosco por comer muito bem filé de peixe grelhado.

Os preços justificam a refeição e a qualidade absurda, o atendimento muito bom, apesar de estar cheio, e muita atenção por parte de todos os funcionários: desde a porta de entrada. Quanto à muvuca, a galera de Niterói que frequenta já sabe que é assim sempre e quer mais é desfrutar!

Vale muito o passeio e a ida.

Vou deixar o site para dar água na boca!!! E também para vocês apreciarem a história do Seu Antonio.

http://www.menudigital.site/seuantonio/#5992
Rua Dr. Heleno de Gregório, 312. Cafubá
Niterói - RJ-Fone: (21) 2619-2000
Instagram: @restauranteseuantonio
Facebook: @restauranteseuantonio
Funcionamento: Aberto de terça a domingo: das 11:30 às 19:30h

ESCRITO POR:
Dr. Marcelo Nogueira
Cardiologista

Escrito por Marco Antonio B. Nunes

ANIVERSARIANTES DO MÊS DE NOVEMBRO

Dr. Flávio André Santiago Prata	03/11
Dra. Alessandra Lima Soares Sessim	04/11
Dr. Bruno Max Borguezan	04/11
Dra. Marcela de Castro Giffoni	04/11
Dr. Fernando Antonio Bianco de Soto	05/11
Dr. José Romildo Carneiro	05/11
Dr. Rafael Silva Ramalho	05/11
Dra. Sandra Regina Carvalho Gonçalves	05/11
Dra. Arlene Regina Morone	06/11
Dra. Elaine Maria dos Santos Gomes	06/11
Dra. Kiria Barbosa Santos	06/11
Dra. Carla Isabel dos Santos Silvestre	08/11
Dr. Dirceu Barbosa	08/11
Dr. Daniel Ramos Gonçalves Lopes	09/11
Dra. Cléria Regina Fagundes Madeira	10/11
Dra. Cristina Andrade Gomes Lima	11/11
Dr. Clanir Rosa Marques	12/11
Dr. Julio César Trindade da Costa	13/11
Dr. Archimedes de Sá Freire Filho	14/11
Dr. José Celestino Castro Castiñeira	14/11
Dra. Gabriela Babo Torres dos Santos	15/11
Dra. Ana Paula Conrado da Silva	17/11
Dr. Adriano Gonçalves Pereira	18/11
Dra. Rachell Thomaz de Aquino Cerqueira	18/11
Dr. Roberto Castro Baroni	19/11
Dr. Thales do Couto	21/11
Dr. Alexander de Oliveira Sodré	22/11
Dr. Cláudio Peixoto Crispi	22/11
Dra. Viviane Demeciano Filandro	22/11
Dr. Antonio Elias Massad	23/11
Dr. Hilton Somma	23/11
Dra. Eliane Cabral R. de A. de Oliveira	27/11
Dra, Érika Bárcia Alves	28/11
Dra. Fabricia Felix Cipriano	28/11
Dr. Lafayette Gomes Suzano	29/11
Dra. Sara Rodrigues Fioravante	29/11
Dra. Wilma Faria de Oliveira	29/11

MODERNIDADE E TECNOLOGIA EM MEDICINA LABORATORIAL

Riolabor
Medicina Diagnóstica

COM ATENDIMENTO ESPECIALIZADO EM NOVA IGUAÇU

Nova Iguaçu I
NOVO ENDEREÇO

Rua Dom Walmor, 383 sala 408
Centro (Prédio da Polícia Federal)

São João de Meriti

Rua Expedicionários, nº 62,
2º andar - Centro

Nilópolis

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

Duque de Caxias

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

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