



Associação Médica
de Nova Iguaçu
em Revista

ASSOCIAÇÃO MÉDICA DE NOVA IGUAÇU

Março de 2026

Número

155

Ano

16

Venda Proibida

ASSOCIAÇÃO MÉDICA DE NOVA IGUAÇU

INAUGURAÇÃO SEDE PRÓPRIA EM 21-6-75

DIRETORIA

DR. DONALDO PELOSO

DR. CARLOS ALBERTO RODRIGUES DE ALMEIDA

DR. CESAR FERREIRA

DR. WANDERLEY BARBOSA SANTOS

DR. CARLOS ALBERTO VIANNA

DR. JOSÉ LUIZ RIBEIRO

DR. GUIDO CABRERA CARDONA

COMISSÃO DE OBRAS

DR. CARLOS ALBERTO RODRIGUES DE ALMEIDA

DR. JOÃO DE ALMEIDA

DR. JOSÉ LUIZ RIBEIRO

DR. DONALDO PELOSO

FERNANDINA MOREIRA PRADO

PRESIDENTE

VICE-PRESIDENTE

DIR. DE FINANÇAS

1º SECRETÁRIO

2º SECRETÁRIO

DIR. CULTURAL

DIRETOR SOCIAL

PRESIDENTE

DIR. EXECUTIVO

SECRETÁRIO

TESOUREIRO

SECRETÁRIO

*Anni - 70 Anos: Quando
Cuidar Também É Preservar
A Própria História*

Pg.: 04



Eliel Figueiredo

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



Acesse o nosso site!

www.elielfigueiredo.com.br



Central de Atendimento

(21) 2450-8200



Scaneie
o QR Code
e saiba mais!



Consulte as nossas
Unidades



Nesta Edição

Caros leitores. Espero que todos estejam bem. Março está perto do fim, mas é um mês que nos convida à reflexão. Mais do que celebrar conquistas, é um momento de reconhecer o papel fundamental das mulheres na construção de uma sociedade mais justa, saudável e humana.

Na área da saúde, essa presença é ainda mais evidente. Mulheres estão nas linhas de frente do cuidado — como médicas, enfermeiras, pesquisadoras, gestoras e também como pacientes que, muitas vezes, sustentam o cuidado de toda a família. Falar sobre a mulher, portanto, é falar sobre saúde, acolhimento e qualidade de vida.

Entretanto, ao lado dos avanços e das conquistas, ainda enfrentamos desafios importantes. A violência contra a mulher permanece como um grave problema social e de saúde pública, deixando marcas físicas, emocionais e psicológicas que impactam não apenas as vítimas, mas toda a sociedade. Nesse contexto, o olhar atento dos profissionais de saúde torna-se essencial para identificar sinais, acolher e orientar.

Valorizar a mulher significa garantir acesso à saúde de qualidade, promover o autocuidado, incentivar a prevenção e fortalecer redes de proteção. Significa também reconhecer que o respeito e a dignidade devem estar presentes em todos os espaços — dentro de casa, no trabalho e nas instituições.

Neste mês da mulher, a Associação Médica de Nova Iguaçu reafirma seu compromisso com a promoção da saúde, da informação e do cuidado integral. Que possamos seguir avançando na construção de um ambiente mais seguro, igualitário e acolhedor para todas. Cuidar da saúde das mulheres é, acima de tudo, cuidar do futuro de toda a sociedade.

Um forte abraço e até a próxima.

Por Patrícia de Paula
Editora



COM A PALAVRA

TUMORES MUSCULOESQUELÉTICOS

INFORME PUBLICITÁRIO UNICRED

ONCOLOGIA

GERIATRIA - SAÚDE DO IDOSO

INFORME / UNIMED NI

ENDOCRINOLOGIA

VINHOS & PRAZERES

PMNI

NUTRIÇÃO & SAÚDE

PSIQUIATRIA

MEDICINA DA DOR

ESSÊNCIA DO COOPERATIVISMO MÉDICO

TRICOLOGIA

MERCADO/INVESTIMENTOS

DIREITO MÉDICO

SOCIAL AMNI

4

7

8

9

11

12

16

17

18

22

24

26

27

29

30

31

33

34

EXPEDIENTE

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



Número 155 • Ano 16
Março de 2026

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 e ela filiados e com duração indeterminada.

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

Presidente: Dr. Carlos Alberto Ramos
Vice-Presidente: Dr. José Roberto Pinto Barbosa
Primeiro-Secretário: Dr. Alex Serpa Biazucci
Segundo-Secretário: Dr. André Luis Marinho Ramos
Primeiro-Tesoureiro: Dr.ª Marizi Queiroz Ribeiro
Segundo-Tesoureiro: Dr. Carlos Alberto Vianna
Diretora Social: Dr.ª Cynthia de Souza Meyrelles
Diretor Científico: Dr. Clanir Marques Ribeiro
Conselheiro da Diretoria: Dr. Abdallah Elias Rizk
Editora: Patrícia de Paula | MTB 23892/RJ
Diagramação: Ronaldo C. Diniz
Impressão: Color Print Gráfica
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 | WhatsApp +55 21 97517-3101 | marco.assomedni@gmail.com
www.amni.org.br | facebook.com/www.amni.org.br | instagram.com/amni.org.br
TRIÊNIO 2023/2026 - A Casa do médico

AMNI – 70 ANOS: QUANDO CUIDAR TAMBÉM É PRESERVAR A PRÓPRIA HISTÓRIA

Há histórias que não pertencem apenas ao passado.

Elas vivem em nós. Pulsam em cada memória, em cada encontro, em cada passo dado por aqueles que acreditaram — e ainda acreditam — na força da união.

A Associação Médica de Nova Iguaçu é uma dessas histórias.

São 70 anos de dedicação silenciosa e constante. Sete décadas acolhendo médicos, construindo pontes, defendendo a profissão e, acima de tudo, cuidando de quem cuida.

Quantas vidas já passaram por nossa Casa?

Quantos sonhos nasceram dentro de suas salas?

Quantas decisões importantes foram tomadas em seu auditório?

Quantas amizades ali começaram e se fortaleceram ao longo do tempo?

A AMNI não é feita de paredes.

Ela é feita de pessoas.

De histórias.

De pertencimento.

Mas até mesmo os lugares mais cheios de vida precisam de cuidado para continuar existindo.

Hoje, nossa Casa do Médico pede ajuda.

Não em silêncio — mas com a dignidade de quem sempre esteve presente, de portas abertas, pronta para acolher. A estrutura que por tantos anos sustentou encontros, debates, aprendizados e conquistas agora precisa ser sustentada por todos nós.

Há urgência.

Há necessidade real.



Há um chamado que não pode ser ignorado.

Cada rachadura, cada desgaste, cada sinal do tempo em nossa sede não representa apenas um problema físico — representa o risco de vermos enfraquecer um espaço que sempre foi símbolo da força médica em Nova Iguaçu.

E é por isso que este não é apenas um texto.

É um apelo.

Um apelo aos médicos que aqui construíram sua

trajetória.

Aos associados que encontraram apoio nos momentos mais desafiadores.

Às empresas parceiras que caminham ao lado da AMNI.

Aos empresários e cidadãos iguaçuanos que reconhecem o valor de uma instituição que há 70 anos contribui para a saúde da nossa cidade.

A AMNI sempre esteve presente por todos.

Agora, ela precisa que todos estejam presentes por ela.

Cada contribuição financeira, independente do valor, é um gesto de amor.

É um ato de respeito por tudo o que já foi construído.

É a garantia de que essa história não será interrompida.

Não existe ajuda pequena quando o propósito é grande.

Quando muitos estendem a mão, o peso se torna leve.

Quando a solidariedade se transforma em atitude, o impossível se torna realidade.

Não estamos pedindo apenas recursos.

Estamos pedindo união.

Estamos pedindo compromisso.

Estamos pedindo que cada um reconheça que a AMNI também é sua.

Sua história.

Seu espaço.

Seu legado.

A chama da AMNI ainda está acesa.

Ela resiste.



Ela insiste.
 Ela continua iluminando caminhos, formando conexões e sustentando uma identidade coletiva que não pode se perder.
 Mas toda chama precisa ser alimentada.
 E alimentar essa chama, hoje, é responsabilidade de todos nós.
 Seguimos firmes.
 Seguimos de portas abertas.
 Seguimos à disposição dos nossos médicos, da nossa cidade e dos nossos parceiros.
 Mas precisamos de você.
 Precisamos do seu gesto.
 Da sua contribuição.
 Da sua presença.
 Porque preservar a AMNI é preservar a própria medicina em nossa região.
 É cuidar de quem sempre cuidou.
 É honrar o passado e garantir o futuro.
 Que março seja o mês da consciência.
 O mês da atitude.
 O mês em que cada um decide fazer parte dessa reconstrução.
 Juntos, podemos restaurar nossa Casa.
 Juntos, podemos proteger nossa história.
 Juntos, podemos manter viva essa chama que há 70 anos ilumina a medicina da Baixada Fluminense.
 E que não pode — e não vai — se apagar.
 AMNI – 70 anos.

**A Casa do Médico. Para o Médico.
 Para a cidade. Para todos nós.
 Ontem, hoje e sempre.**



ESCRITO POR:
Marco Antonio B. Nunes

- Gestor AMNI
- BN Consultoria

“AMNI: a nossa Casa”



BACELAR NUNES
 CONSULTORIA

GESTÃO DE EMPRESAS E DE PESSOAS

Marco Antonio

(21) 97517-3101

bacelar.nunes.consultoria@gmail.com

“MERCADO NÃO SE COMPRA,
 MERCADO SE CONQUISTA”

Videolaparoscopia
Videohisteroscopia
Reposição Hormonal
Terapia de Injetáveis
Cistoscopia
Colposcopia
CAF
Laser Íntimo
Urodinâmica
Vasectomia
Pospectomia (Fimose)

DR. DANILLO CDF

CVE
 Civesp
 Cirurgia Minimamente Invasiva

Rua Barão de Tinguá, 439 - Sala 101/102 - Nova Iguaçu / Centro
 Contato : (21) 2667-0512 / 2768-5019



Atenção Clientes Unimed Nova Iguaçu!

A **Clínica Villela Pedras**, unidade Centro, agora é credenciada para atender clientes Unimed Nova Iguaçu em diversos e importantes procedimentos:

- Angiotomografia Coronariana
- Cintolografias
- Densitometria
- Doppler
- Ecocardiograma
- Elastografia
- PET-CT
- PROBE/ROLL
- Terapias Radionuclídeas com Iodo-131
- Terapias Radionuclídeas com Lutécio-177-PSMA
- Terapias Radionuclídeas com Lutécio-177-DOTA
- Terapias Radionuclídeas com Rádio-223
- Teste Ergométrico
- Tomografia Computadorizada
- Ultrassonografia

Com essa parceria, oferecemos mais **acesso, conforto e tecnologia** em diagnósticos e tratamentos avançados.



TUMORES MUSCULOESQUELÉTICOS

METÁSTASES ÓSSEAS

As **metástases ósseas** acontecem quando um câncer que começou em outro órgão do corpo se espalha para os ossos. Isso não significa que o câncer “virou” câncer de osso, mas sim que células do tumor original migraram pela corrente sanguínea ou linfática e se instalaram no tecido ósseo. Os cânceres que mais costumam causar metástases ósseas são os de **Câncer de mama, Câncer de próstata, Câncer de pulmão**, além de rim e tireoide.

O sintoma mais comum é **dor óssea persistente**, que pode piorar à noite ou com movimento. Outros sinais podem incluir:

Fraturas com traumas leves (ossos ficam mais frágeis); Inchaço e dor local; Fraqueza nas pernas (quando atinge a coluna); entre outras.

Nem sempre há sintomas no início, por isso os exames de imagem são fundamentais.

Para investigar metástases ósseas, o médico pode solicitar diferentes exames:

1. Radiografia (Raio-X):

É geralmente o primeiro exame solicitado:

- Mostra áreas do osso que foram “destruídas” ou alteradas pelo tumor.
- Porém, só detecta alterações quando a lesão já está mais avançada.

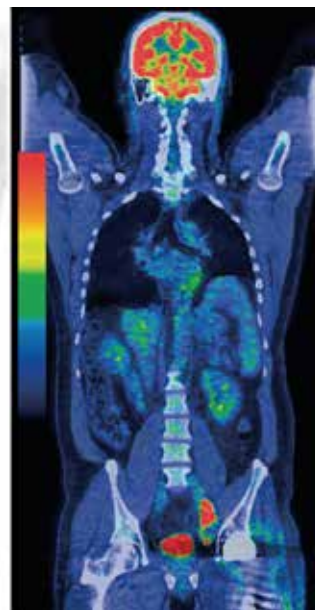
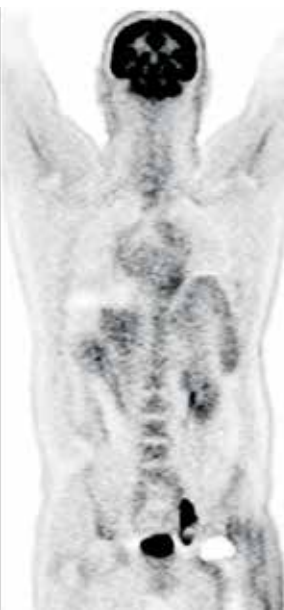
2. Cintilografia óssea:

É um exame que utiliza uma pequena quantidade de substância radioativa para identificar áreas do osso com atividade aumentada:

- Consegue detectar lesões antes que apareçam no raio-X.
- Muito usado para avaliar o esqueleto inteiro de uma vez.

3. Tomografia computadorizada (TC):

- Fornece imagens mais detalhadas dos ossos.
- Ajuda a avaliar risco de fratura e planejar cirurgias.



4. Ressonância magnética (RM):

- Excelente para avaliar a medula óssea, partes moles e acometimento pelo tumor.

5. PET-CT:

Exame mais moderno que combina tomografia com avaliação metabólica.

- Detecta áreas com alta atividade tumoral.
- Muito útil para estadiamento do câncer.

Identificar metástases ósseas permite o tratamento ortopédico dos pacientes com câncer, controla a dor e previne fraturas. Além disso, ajusta o tratamento do câncer do paciente com o novo estadiamento da doença. Hoje existem tratamentos eficazes para controlar a doença nos ossos, melhorar a qualidade de vida e reduzir complicações. O acompanhamento multidisciplinar dos oncologistas clínico com os ortopedistas oncológicos fornece um tratamento completo para os pacientes de metástases ósseas.



ESCRITO POR:

Dr.ª Luma Duarte Barbosa

Ortopedista

Para maiores informações e consultas:
Nova Neuro - Rua Getúlio Vargas, 121, Sala 809, Centro - Nova Iguaçu
21 3742-2264 | 21 96913-1313

Centro Social São Vicente
DOE E MANTENHA VIVA A ESPERANÇA!
Banco Santander (033)
Agência 3217
Conta corrente 13000456-0
Sociedade Filantrópica São Vicente
CNPJ 28718369/0001-53
OBRIGADO

Crédito Pessoal e Capital de Giro: o dinheiro certo no momento certo

Em um país em que a economia ainda se recupera dos efeitos da pandemia e enfrenta custos de financiamento historicamente elevados, ter acesso a dinheiro, seja para quitar uma dívida; equilibrar o orçamento, investir na modernização de sua empresa para potencializar seu crescimento ou abrir um novo negócio, pode fazer toda a diferença. Nesse cenário, modalidades como o crédito pessoal e o capital de giro não são apenas soluções de liquidez: são instrumentos estratégicos que refletem o momento econômico do Brasil e as expectativas de mercado.

Entendendo o crédito em tempos de juros altos

A taxa básica de juros da economia brasileira, a **Selic**, é um dos principais determinantes do custo do crédito no país. Após uma série de elevações em 2024 e 2025, a Selic chegou a **15% ao ano**, seu maior patamar em quase duas décadas. Um nível que elevou o custo do crédito para famílias e empresas e contribuiu para a retração de parte da demanda por empréstimos.

Esse ambiente de juros altos limita a capacidade de endividamento, pois empréstimos consomem uma fatia maior da renda disponível para pagar juros e amortizações. Nesse contexto, o crédito pessoal, apesar de flexível, pode tornar-se caro e oneroso quando usado sem planejamento. Do outro lado, empresas enfrentam custos elevados de capital ao buscar capital de giro para financiar estoques, pagar fornecedores ou atravessar períodos de baixa receita.

Tendência de queda nos juros e impacto no crédito

O cenário começa a mostrar sinais de mudança. As projeções do mercado financeiro, compiladas pelo Boletim Focus do Banco Central, apontam para uma **queda gradual da Selic ao longo de 2026**, com expectativa de que a taxa termine o período perto de **12,25% a.a.**, após iniciar o ciclo de redução no início do ano.

Essa possível trajetória de queda ocorre em um contexto de inflação sob controle e desaceleração gradual da atividade econômica, um ambiente que favorece ajustes na política monetária sem desancorar expectativas de preços. A perspectiva de juros menores pode estimular a economia de duas formas importantes:

*** Redução no custo do crédito pessoal:** taxas mais baixas diminuem o peso das parcelas no orçamento, permitindo que famílias financiem projetos pessoais ou reorganizem dívidas com menos pressões financeiras.

*** Melhor acesso ao capital de giro para empresas:** especialmente para micro e pequenas empresas, uma Selic menor tende a reduzir o custo de financiamento e tornar mais viável o uso de crédito para manter operações ou investir em crescimento.

Essas dinâmicas são centrais para estimular consumo, investimentos produtivos e, potencialmente, gerar um círculo virtuoso de recuperação econômica, destacando a importância de uma política monetária que acompanhe o momento conjuntural.

Estratégias para uso consciente do crédito

Mesmo diante de uma possível redução de juros, o uso do crédito, pessoal ou empresarial, deve ser pautado por **planejamento e discernimento**. Para

indivíduos, isso significa avaliar a real necessidade do empréstimo, comparando alternativas e considerando quanto cada parcela compromete da renda mensal. Para empreendedores, o capital de giro deve estar alinhado ao ciclo operacional da empresa, evitando financiamento de despesas fixas com recursos de curto prazo ou sem perspectiva de geração de receita.

A **educação financeira**, portanto, torna-se um componente essencial e não apenas para tomar decisões de crédito mais informadas, mas também para fortalecer a resiliência diante de ciclos econômicos que, como todos, têm fases de expansão e ajuste.

Ter dinheiro extra na conta, seja por meio de crédito pessoal ou de capital de giro, **pode fazer toda a diferença** quando faz parte de uma estratégia clara e consciente. Quando combinado com um ambiente de juros mais favorável, esse recurso tem o potencial de impulsionar tanto a recuperação financeira de famílias quanto o crescimento sustentável de empresas.

Em tempos de mudanças na política monetária, compreender o impacto econômico e usar o crédito de forma inteligente é mais do que uma escolha financeira, é uma vantagem competitiva no cenário atual.

Vanderlei Jahm
Consultor de Crédito
Unicred Porto Alegre



Quer saber mais?

Entre em contato e conte com a **Unicred Porto Alegre** para orientar as suas decisões financeiras, apoiando os seus projetos pessoais e profissionais.

UNICRED

O VALOR
DE QUEM CUIDA

MARÇO AZUL-MARINHO: O QUE O SEU INTESTINO TEM A VER COM PREVENÇÃO DO CÂNCER?

Nem sempre damos atenção ao funcionamento do intestino. Muitas vezes, alterações são atribuídas ao estresse, à alimentação ou à rotina corrida. Mas falar sobre saúde intestinal é também falar sobre prevenção do câncer colorretal, um dos tumores mais frequentes no Brasil.

O Março Azul-Marinho existe para trazer esse tema ao centro da conversa. Isso porque o câncer de cólon e reto costuma se desenvolver de forma lenta e silenciosa. Em grande parte dos casos, ele começa a partir de pólipos, pequenas lesões que podem ser identificadas e removidas antes de se transformarem em algo mais sério.

É por isso que o rastreamento faz tanta diferença. A colonoscopia, indicada geralmente a partir dos 45 ou 50 anos, conforme avalia-



ção médica e histórico familiar, permite não apenas diagnosticar precocemente, mas também prevenir a doença ao tratar lesões ainda iniciais.

Sinais como sangue nas fezes, alteração persistente do hábito intestinal, dor abdominal frequente ou perda de peso sem causa aparente devem ser avaliados. Na maioria das vezes, não significam câncer, mas ignorá-los pode atrasar diagnósticos importantes.

Além dos exames, escolhas do dia a dia também impactam o risco: alimentação equilibrada, prática de atividade física, controle do peso e evitar o tabagismo são medidas que contribuem para a saúde do intestino e do organismo como um todo.

Falar sobre câncer colorretal é ampliar o acesso à informação qualificada e reforçar que prevenção não é excesso de cuidado, é responsabilidade com a própria saúde. Quanto antes investigamos, maiores são as possibilidades de tratamento e melhores são os resultados.

Informação, neste contexto, também é uma forma de prevenção.



ESCRITO POR:

Dr. Paulo Sergio Perelson

Oncologista Clínico da Oncologia D'Or RJ

SEU CARRO IDEAL
É NA **CONSULTORIA**
DO CARRO

Carros **0km e Seminovos**

Blindagem **credenciada pela Target**

Consultoria para ajudar você a **encontrar seu modelo ideal**



Jerry Barboza
21 96419-7873



@consultoriadocarro



Auto Iguaçu

Novo Jetta GLI



Potência e design em perfeita harmonia.



Só na Auto Iguaçu



Aproveite para conhecer a linha SUVW, com Nivus GTS, T-Cross e Tiguan Allspace R-Line, e encontre o Volkswagen ideal para o seu dia a dia.

Nivus GTS



Design esportivo e potência 250 TSI.

O SUV coupé que une estilo, performance e tecnologia.

T-Cross



Compacto, versátil e cheio de tecnologia.

Perfeito para o dia a dia com estilo e segurança.

Tiguan



Espaço, elegância e performance R-Line.

Ideal para quem quer tudo em um só SUV.



Condições especiais para associados da amni e CNPJ.

(21) 2666-3100 @autoiguacu www.autoiguacu.com.br

Av. Getúlio de Moura, 320 - Centro, Nova Iguaçu - RJ

Vendedor
Cristiano



CUIDADOS COM A ALIMENTAÇÃO

Os cinco piores alimentos para quem tem Demência.

Para pacientes com demência (como na Doença de Alzheimer e outras demências), alguns alimentos podem piorar inflamação cerebral, resistência à insulina e estresse oxidativo, fatores ligados à piora cognitiva:

1. Açúcar e doces refinados:

Exemplos: refrigerante, balas, bolos, biscoitos recheados.

Aumentam resistência à insulina no cérebro.

Estão associados ao que alguns pesquisadores chamam de “diabetes tipo 3”, relacionado à Doença de Alzheimer.



2. Alimentos ultraprocessados:

Exemplos: salgadinhos, macarrão instantâneo, embutidos industrializados.

Contêm aditivos, conservantes e excesso de sódio.

Aumentam inflamação sistêmica e cerebral.

3. Gorduras trans:

Exemplos: margarinas hidrogenadas, frituras industriais, fast food.

Prejudicam circulação cerebral.

Associadas a pior memória e maior risco de demência.

4. Carnes processadas:

Exemplos: salsicha, presunto, mortadela, salame.

Ricas em nitritos e nitratos.

Podem aumentar inflamação e estresse oxidativo.

5. Carboidratos refinados:

Exemplos: pão branco, arroz branco em excesso, massas refinadas.

Elevam rapidamente a glicose no sangue.

Podem acelerar degeneração neuronal em pessoas suscetíveis.

Alimentos protetores para o cérebro:

- Peixes ricos em ômega-3 (sardinha, salmão);

- Azeite de oliva;

- Frutas vermelhas;

- Nozes e castanhas, e

- Vegetais verde-escuros

Para cuidar na prevenção de demência, consulte sempre um Médico!



ESCRITO POR:

Dr. André Ramos

Geriatria
Saúde do Idoso

Atendimento:

Nova Iguaçu 2667-4806

Whatsapp 98090-4806

Recreio 3695-2000


Whatsapp 98789-2000

Campanha



WWW.CASADOMENOR.ORG.BR

 /CasadoMenorSaoMiguelArcajo

 @casadomenorbrasil

"Um pouquinho para você é um milagre para nós!"

Sua doação faz a diferença!

FORMAS DE DOAR:

ACESSE:

WWW.CASA-DO-MENOR.TILDA.WS

APONTE A CÂMERA DO SEU
CELULAR PARA DOAR



CHAVE PIX

tesouraria@casadomenor.org.br

BANCO BRADESCO
AG: 0933 C/C 2307-8

BANCO ITAÚ
AG: 0201 C/C 54916-9

CNPJ: 32.011.876/0001-20

Telefones para contato

(21)98719-3997 (21)96408-1407



HOSPITAL REGIONAL METROPOLITANO LANÇA PROGRAMA PARA DEBATER CASOS CLÍNICOS

Com o propósito de fomentar a educação médica continuada, através do debate técnico qualificado, o Hospital Regional Metropolitano lançou o projeto Conexão Clínica, no dia 09 de março. A abertura foi realizada pelo presidente e pelo vice-presidente, Joé Sestello e Jorge Luiz Andrade, e contou ainda com a presença da diretora geral do HRM, Fernanda Cristina T. Rodrigues. O encontro, conduzido pelo chefe do serviço de radiologia do hospital, Alair Sarmet Santos, abordou os métodos de imagem em abdome agudo, e reuniu médicos cooperados, representantes de instituições de ensino e acadêmicos de medicina. A proposta, segundo Andrade, é enriquecer a prática clínica diária. “As sessões serão focadas na discussão de casos, troca de experiências e aprendizado entre profissionais”, diz. O diretor acrescenta que a programação também contará com a participação de convidados estratégicos como especialistas, professores, grupos de residência e sociedades médicas, fortalecendo ainda mais a integração entre a comunidade médica e a instituição.

Na abertura, Joé Sestello falou da honra em concretizar um sonho: “É uma honra inaugurar esse espaço que trará trocas qualificadas e novos conhecimentos a todos os participantes. Esse era um grande sonho que consigo concretizar e estou muito feliz. Não tenho dúvidas de que as sessões clínicas a serem realizadas irão transpor os muros do Hospital Regional Metropolitano”, enfatiza o presidente.



O médico Alair conduz o debate técnico e interage com participantes



Joé abre sessão e exalta alegria pela realização de um sonho



Jorge Luiz Andrade, Fernanda C. T. Rodrigues e Alair S. Santos celebram lançamento do programa

PACIENTES ONCOLÓGICOS RECEBEM MAIS CUIDADO E ACOLHIMENTO

A edição de março do Programa Cuidar Sempre trouxe a arteterapia para o encontro com os pacientes em tratamento de câncer no Espaço Cuidar Bem Oncologia da Unimed Nova Iguaçu. A sessão, ocorrida no dia 11 de março, na sede do centro oncológico, também contou com a participação do gerente Médico, Jorge Henrique Pereira, e do colaborador do setor de Ouvidoria, Anderson Salermo.

Em um bate-papo descontraído, Salermo falou da relevância do serviço de Ouvidoria para atendimento aos clientes da operadora, destacando seu papel de acolhimento e escuta ativa. A participação do colaborador foi sugerida por uma paciente, através da urna de contribuições “Plantando Ideias”.

Posteriormente, a mesa de conversa cedeu espaço para folhas em branco, canetas coloridas, revistas e muita imaginação. A equipe multidisciplinar do Núcleo de Atenção à Saúde (NAS) fez uma atividade de arteterapia e, entre colagens, palavras e reflexões, os pacientes expressaram seus sonhos e medos, dando voz às emoções. “Foi um momento rico, marcado por trocas de experiências, risos e aprendizados que levaram à reflexão, acolhimento de sentimentos e ressignificação dos próprios processos. Foi engrandecedor”, pontua a coordenadora do NAS, Michelle Calado.

O próximo encontro será dia 08 de abril, em dois horários: 8h e 12h. O Programa Cuidar Sempre é voltado aos pacientes em tratamento oncológico atendidos no Espaço Cuidar Bem Oncologia e seus acompanhantes.



Arteterapia propôs expressão de sentimentos com colagens, palavras e pinturas



Bate-papo descontraído alimenta a esperança dos pacientes em tratamento oncológico



Convidado especial, Anderson Salermo (centro), fala sobre a importância da Ouvidoria



O MEDO DA ANESTESIA AINDA É MAIOR QUE O MEDO DA CIRURGIA E ISSO PRECISA MUDAR.

Por Dr. Jorge Luiz Gonçalves Andrade

É curioso perceber que, em pleno século XXI, com avanços tecnológicos, protocolos rígidos de segurança e equipes altamente especializadas, muitas pessoas ainda entram no centro cirúrgico mais assustadas com a anestesia do que com o procedimento em si. Como anesthesiologista, escuto com frequência relatos de pacientes que dormem mal na véspera da cirurgia não pelo corte, pelo pós-operatório ou pela recuperação, mas pelo temor de não acordar, de sentir dor, de perder o controle ou de vivenciar algo irreversível durante a anestesia. Esse medo, embora compreensível, é desproporcional à realidade atual e precisa ser enfrentado com informação, diálogo e transparência.

Durante décadas, a anestesia foi cercada por histórias mal explicadas, experiências isoladas e mitos que atravessaram gerações. Muitas dessas narrativas nasceram em um tempo em que os recursos eram mais limitados e o acompanhamento menos preciso. Hoje, o cenário é outro. A anestesia moderna é uma especialidade altamente tecnológica, baseada em monitorização contínua, protocolos internacionais e decisões individualizadas. Cada paciente é avaliado de forma detalhada antes do procedimento, considerando histórico clínico, exames, tipo de cirurgia e até aspectos emocionais. Nada é feito de forma automática ou genérica.

Ainda assim, o anesthesiologista costuma ser visto como uma figura secundária, alguém que aparece rapidamente antes da cirurgia e desaparece logo depois. Essa percepção contribui para o medo, porque o desconhecido tende a assustar mais. Quando o paciente não entende o que

será feito, quais são os riscos reais e como eles são controlados, a imaginação preenche as lacunas com insegurança. O medo da anestesia, na maioria das vezes, não é medo do ato em si, mas medo da falta de informação.

É importante dizer de forma clara que todo procedimento médico envolve riscos, inclusive a anestesia. Negar isso seria desonesto. A diferença é que, hoje, esses riscos são amplamente estudados, previsíveis e, na imensa maioria das vezes, preveníveis. Complicações graves relacionadas exclusivamente à anestesia são raríssimas, especialmente quando comparadas aos riscos cotidianos que muitas pessoas assumem sem perceber, como dirigir um carro ou atravessar uma rua movimentada. A anestesia não é um salto no escuro, mas um processo cuidadosamente planejado e monitorado do início ao fim.

Outro ponto que alimenta o medo é a sensação de perda de controle. Dormir ou ficar sedado enquanto outra pessoa cuida do seu corpo exige confiança, porém, não deve ser cega. Ela precisa ser construída na conversa pré-anestésica, no espaço para perguntas, na escuta das angústias e no esclarecimento honesto das dúvidas. Quando o paciente entende que há um profissional dedicado exclusivamente a cuidar das suas funções vitais, da dor e da estabilidade durante todo o procedimento, a anestesia deixa de ser uma ameaça invisível e passa a ser um elemento de proteção.

Mudar essa percepção é uma responsabilidade compartilhada. Cabe aos anesthesiologistas se comunicarem melhor, se aproximarem mais dos pacientes e explicarem seu papel com clareza.

Cabe também à sociedade abandonar mitos antigos e buscar informação de qualidade. O medo da cirurgia costuma estar ligado ao resultado e à recuperação. O medo da anestesia, por sua vez, muitas vezes nasce da desinformação. E o medo que nasce da desinformação pode e deve ser superado.

Quando entendida pelo que realmente é, a anestesia deixa de ser o vilão da história e assume seu lugar correto como aliada fundamental da medicina moderna. Ela não é o momento mais perigoso do procedimento, mas uma das etapas mais controladas e seguras. Enquanto o medo da anestesia continuar maior do que o medo da cirurgia, teremos falhado em comunicar o que fazemos. E isso, definitivamente, precisa mudar.



Dr. Jorge Luiz Gonçalves Andrade é anesthesiologista e diretor vice-presidente da Unimed Nova Iguaçu

HEMORIO RECEBE COLABORADORES VOLUNTÁRIOS

Um grupo de colaboradores da Unimed Nova Iguaçu participou da campanha de doação de sangue no Hemorio, realizada em fevereiro. Organizada pelo setor de Sustentabilidade, a iniciativa une solidariedade e educação em saúde, além de reforçar a importância de um gesto simples e transformador que salva vidas.

Na opinião do diretor vice-presidente, Jorge Luiz Andrade, a campanha promovida entre os colaboradores é uma maneira eficaz de a cooperativa contribuir para a sociedade, salvando vidas e fortalecendo os laços internos. “Duas vezes ao ano realizamos essa ação, um gesto altruísta e solidário. O sangue é essencial para diversos tratamentos e intervenções urgentes. Não existe remédio que tenha o mesmo efeito. A única forma de ajudar a quem precisa é por meio da solidariedade. Por isso é tão importante contar com a ajuda de doadores voluntários”, observa o diretor.



Colaboradores unem solidariedade e conscientização para ajudar a salvar vidas

NOVA CENTRAL DE RELACIONAMENTO MARCA AVANÇO NO ATENDIMENTO AOS CLIENTES

A experiência dos clientes da Unimed Nova Iguaçu ganhou um importante reforço com a inauguração da nova Central de Relacionamento. Totalmente reestruturado e integrado, o setor passa a operar com fluxos mais ágeis e eficientes, otimizando os processos de atendimento e autorização, elevando o padrão de qualidade no relacionamento com beneficiários, cooperados e rede prestadora.

Para celebrar, a diretoria promoveu, no dia 12 de fevereiro, um coffee break com toda a equipe, reconhecendo o empenho dos colaboradores e reforçando o compromisso conjunto com a melhoria contínua dos serviços. Entre as novidades está a expansão da equipe e a criação da Central de Agendamento que dará suporte ao Centro de Imagem do hospital da cooperativa. O Fale Conosco e a Célula de Relacionamento com o Cliente (CRC) também foram ampliados, fortalecendo os canais de comunicação e proporcionando respostas mais rápidas, assertivas e humanizadas. De acordo com o vice-presidente, Jorge Luiz Andrade, as mudanças vão além da estrutura física. "Além da mudança estrutural, incrementamos a nossa capacidade organizacional, impactando positivamente nos processos de relacionamento com nossos clientes, proporcionando maior celeridade e sinergia, bem como melhoria em nossa capacidade de atender e se relacionar com nossos cooperados e rede prestadora", destaca.



Diretores e equipe da Central de Relacionamento celebram novo espaço



Centralização das atividades trará mais agilidade e qualidade ao atendimento aos clientes

Centro de Atendimento Multidisciplinar

Espaço Cuidar Bem - Centro Oncológico

Espaço Cuidar Bem - Laboratório

Cuide da sua saúde com quem está sempre perto de você.

Planos exclusivos, com recursos próprios, para um atendimento mais ágil e eficiente.

Central de Vendas
(21) 2667-2060

Unimed
Nova Iguaçu

ANEXO 100001

EXERCÍCIOS E SUPERAÇÃO



Dr.ª Sonia Fernandes - Superação e Saúde

A prática de exercícios é uma ferramenta poderosa para a superação física e mental, melhorando a saúde, aumentando a resistência e reduzindo sintomas de ansiedade e depressão. Atividades como caminhada, corrida, natação, musculação e ioga, fortalecem o corpo e promovem a superação de limites pessoais, sendo essenciais para a qualidade de vida.

Principais exercícios para superação e saúde:

- 1) Caminhada e corrida;
- 2) Musculação e treinos funcionais, e
- 3) Atividades aeróbicas (natação, ciclismo e dança).

Dicas para superação pessoal:

- Regularidade;
- Progressão;
- Apoio técnico, e
- Mentalidade.

O importante é escolher uma atividade que traga prazer e manter a regularidade, adaptando o ritmo às próprias limitações e celebrando cada pequena conquista.

O exercício ajuda na saúde mental (depressão e ansiedade).

Os exercícios podem ser uma terapia útil para melhorar a performance e capacidade funcional em indivíduos com doenças hepáticas. Ajudam a melhorar a esteatose hepática.

Exercícios de superação focam no desenvolvimento da resiliência, autoconfiança e disciplina, combinando práticas mentais e físicas para vencer limitações.



ESCRITO POR:

Dr. Renato Ramos Pinheiro

Endocrinologista


GRÁFICA COLORMARC

GRÁFICA OFICIAL DA


NOS ACOMPANHE NAS REDES SOCIAIS:

 / COLORMARC

 @GRAFICA_COLORMARC

Confiança e Qualidade

Tudo o que você precisa em um só lugar!

Venha conhecer nossa gráfica!

DESCONTOS PARA MÉDICOS E PARCEIROS DA ASSOCIAÇÃO MÉDICA DE NOVA IGUAÇU

9 RUA PRESIDENTE VARGAS, 106 - COMENDADOR SOARES - NOVA IGUAÇU
(21) 2882-5400 / (21) 96417-8381



COMO LER UM RÓTULO DE VINHO (E NÃO CAIR EM PEGADINHAS)!

É sempre um prazer escrever para a Coluna Vinhos e Prazeres da Revista da Associação dos Médicos de Nova Iguaçu. E se existe algo que ainda gera dúvida na hora de escolher um vinho, é o rótulo. Muitas informações, nomes estrangeiros e termos técnicos podem confundir — mas a verdade é que, com alguns pontos-chave, fica tudo mais simples.

O primeiro passo é identificar o país de origem. Isso já diz muito sobre o estilo do vinho. Países do chamado “Velho Mundo”, como França, Itália e Espanha, costumam destacar a região no rótulo. Já países do “Novo Mundo”, como Chile, Argentina e Brasil, normalmente destacam a uva. Falando em uva, esse é outro ponto importante.



Quando o rótulo traz nomes como Cabernet Sauvignon, Merlot ou Chardonnay, ele está indicando a principal variedade utilizada. Isso ajuda bastante na escolha, já que cada uva tem características próprias de aroma, corpo e acidez.

Outro item essencial é a safra, ou seja, o ano da colheita. Em vinhos jovens, que são a maioria no mercado, a safra mais recente costuma ser a melhor escolha. Já em vinhos mais estruturados, a safra pode influenciar bastante — mas aí entram outros fatores, como produtor e região.

O teor alcoólico também traz informação relevante. Vinhos mais leves geralmente ficam na faixa de 11% a 12,5%, enquanto vinhos mais encorpados podem ultrapassar 13,5% ou 14%. Não é regra absoluta, mas já ajuda a ter uma ideia do estilo antes mesmo de abrir a garrafa.

Outro termo comum é a denominação de origem, que indica uma região produtora com regras específicas. Exemplos como DOC, DOCG, AOC ou D.O. costumam estar associados a vinhos com maior controle de produção, embora isso não signifique automaticamente que sejam melhores — apenas seguem padrões mais definidos.

Por fim, vale observar o produtor e o importador. Com o tempo, conhecer produtores confiáveis facilita muito na hora da escolha. Muitas vezes, mais importante do que a uva ou a região é quem está por trás do vinho.



E aqui vai um ponto importante: nem sempre rótulos chamativos, nomes sofisticados ou descrições exageradas significam qualidade. O ideal é focar nas informações objetivas e, sempre que possível, contar com orientação profissional ou indicações de confiança.

Ler um rótulo não precisa ser complicado. Com atenção aos detalhes certos, ele deixa de ser um obstáculo e passa a ser um aliado na escolha.

Um brinde às boas escolhas e às taças bem informadas!



ESCRITO POR:

Vini Carta

Sommelier

Empresário da gastronomia, especialista em vinhos do Reservado Restaurante e Adega.
Instagram: @vini carta e @reservadodeli
Whatsapp: 21968544994

Legalização de Empresa
Contabilidade de Pessoa Jurídica e Física
Imposto de Renda de Pessoa Física

ARYDES
CONTABILIDADE

*Uma Contabilidade
especializada para médicos
(pessoa física e jurídica)
com consultoria tributária.*

arydescontabilidade_oficial
(21) 2667-1286 / (21) 2667-3358

Rua Sebastião Herculano de Matos, 88 - Nova Iguaçu - RJ

PREFEITURA DE NOVA IGUAÇU REFORÇA DEFESA E PROTEÇÃO DOS ANIMAIS



A defesa e a proteção dos animais vêm ganhando cada vez mais espaço, visibilidade e importância em Nova Iguaçu. Uma das primeiras cidades da Baixada Fluminense a contar com uma secretaria municipal exclusiva para a causa, criada em agosto de 2025, o município tem avançado na formulação e execução de políticas públicas voltadas ao bem-estar, à segurança e à saúde dos animais, especialmente os que vivem em situação de rua.

Para isso, a Secretaria Municipal de Defesa e Proteção dos Animais (SEMDEPA), vem desenvolvendo ações permanentes como a Campanha Municipal de Adoção de Cães e Gatos, o projeto educativo “Educar para Cuidar” e o serviço de castração gratuita, realizado com o Castramóvel.

“Além de aproximar os animais de rua da sociedade, essas ações ajudam a conscientizar sobre a responsabilidade e o respeito que todos merecem. Nosso objetivo é preservar vidas e evitar que novos casos de violência se repitam”, explica o secretário da SEMDEPA, Marcelo Reis, ao citar o caso do cão Orelha, morto após agressões em Florianópolis (SC), que teve repercussão nacional.

Mais de 300 adoções

Desde maio de 2023, a Prefeitura promove a Campanha Municipal de Adoção de Cães e Gatos. Mais de 300 animais já foram adotados ao longo de dezenas de edições, a mais recente realizada no sábado (07/02), no TopShopping, parceiro da iniciativa.

A ação conta com o apoio de protetores independentes, que resgatam e cuidam dos animais até que estejam aptos para a adoção. Os pets adultos são entregues castrados, vacinados e vermifugados. Filhotes também participam das campanhas e têm garantido o atendimento gratuito posteriormente.

“A campanha promove a guarda responsável e oferece um novo começo para animais que aguardam um lar. Nosso papel é aproximar a população dessa causa”, destaca Marcelo Reis. Para adotar, os interessados passam por uma entrevista e preenchem um formulário que avalia o ambiente, a rotina familiar e os cuidados oferecidos ao animal.

Educar para Cuidar

Lançado em setembro do ano passado, o projeto “Educar para Cuidar” é realizado em parceria com

a Secretaria Municipal de Educação e vai passar por 120 escolas da rede municipal. A iniciativa leva médicos-veterinários e protetores de animais a cerca de 8 mil alunos do 4º ano do ensino fundamental, promovendo a conscientização sobre proteção, responsabilidade e convivência com a fauna urbana.

“Ensinar nossas crianças a respeitar os animais é formar cidadãos mais conscientes e humanos. Esse aprendizado ultrapassa os muros da escola e se reflete em toda a sociedade”, afirma o secretário.

Castrações gratuitas

Em dezembro do ano passado, a Prefeitura iniciou o programa itinerante de castração gratuita de cães e gatos. O serviço é realizado por meio de um Castramóvel, que percorre diferentes regiões da cidade ao longo do ano.

O atendimento começou no bairro da Luz e, atualmente, o Castramóvel está em Vila de Cava, onde 260 animais serão castrados ao longo do mês de fevereiro. Ao todo, 470 procedimentos já foram realizados.

O próximo bairro a receber o serviço será divulgado em breve pela SEMDEPA.

ASSISTÊNCIA SOCIAL DE NOVA IGUAÇU REALIZA MAIS DE 5 MIL ATENDIMENTOS HUMANITÁRIOS PÓS-CHUVA

CRAS retomam funcionamento após atuação emergencial das equipes durante as chuvas

A Secretaria Municipal de Assistência Social (SEMAS) de Nova Iguaçu realizou 5.287 atendimentos a pessoas afetadas pelas fortes chuvas que atingiram a cidade em fevereiro, ao longo da última semana. As ações humanitárias alcançaram 1.872 famílias, que receberam apoio emergencial entre os dias 22 e 28 de fevereiro. O acompanhamento às vítimas dos temporais segue sendo realizado.

Durante esse período, as equipes da SEMAS estiveram mobilizadas nas ações domiciliares, o que levou à suspensão temporária do funcionamento dos Centros de Referência de Assistência Social (CRAS). As 11 unidades foram reabertas na segunda-feira (02/02), com a retomada integral dos serviços regulares.

Entre os atendimentos realizados, foram distribuídos kits de limpeza, colchões, travesseiros, lençóis, cobertores e cestas básicas. As ações

ocorreram após o forte temporal do dia 21 de fevereiro, que provocou mais de 370 ocorrências em diferentes pontos do município.

“Por se tratar de uma situação emergencial, precisamos fechar temporariamente nossos CRAS e concentrar todos os esforços das equipes da assistência social no atendimento humanitário às famílias atingidas, especialmente após o temporal do dia 21”, explicou a secretária municipal de Assistência Social, Elaine Medeiros. “Reabrimos os CRAS nesta segunda-feira e já estamos recebendo normalmente os usuários dos nossos serviços”, complementou.

Com a reabertura das unidades, os CRAS voltaram a ofertar normalmente os serviços da Proteção Social Básica (PSB), como inclusão no Cadastro Único, acesso a programas federais — entre eles o Bolsa Família e o Benefício de Prestação Continuada (BPC) — além de projetos vol-



tados às famílias em situação de vulnerabilidade social, como o PSB no Domicílio e o Pipas (Primeira Infância Protegida da Assistência Social). Os CRAS funcionam de segunda a sexta-feira, das 9h às 17h. Os endereços das 11 unidades estão disponíveis em www.novaiguacu.rj.gov.br/semas/equipamentos/cras/.

PREFEITURA DE NOVA IGUAÇU MANTÉM LIMPEZA E DESOBSTRUÇÃO APÓS FORTES CHUVAS



Públicos e Serviços Delegados prestam atendimento direto aos moradores. As equipes distribuem kits de limpeza, colchões, cobertores, travesseiros e alimentação. Também é oferecida a emissão de segunda via de documentos para famílias que tiveram perdas. Técnicos realizam vistorias em imóveis atingidos, além da limpeza de ralos, bueiros, valões e da desobstrução de vias. “Percorremos as ruas do Parque Estoril, Montevideo e Marambaia para visitar as famílias e oferecer o suporte necessário. A prioridade é retirar a água das casas, realizar a limpeza e permitir que os moradores retomem a rotina. Em caso de

Equipes de diferentes secretarias da Prefeitura de Nova Iguaçu seguem atuando para atender famílias afetadas pelas fortes chuvas desde do domingo (08/02). As ações se concentram no Parque Estoril e em trechos da Avenida Abílio Augusto Távora (antiga Estrada de Madureira), além dos bairros Danon, Valverde, Marapicu, Mangueira, Marco II e Alvorada. A cidade permanece em estágio de alerta.

Um ponto de apoio segue aberto no CRAS Terras de Marambaia, na Rua João Pelotas, 251, no Jardim Parque Estoril, para acolhimento e cadastramento da população.

As secretarias de Assistência Social, Defesa Civil, Serviços



nova chuva forte, orientamos que a população procure um ponto de apoio”, afirmou a secretária de Assistência Social, Elaine Medeiros.

A pedido do prefeito Dudu Reina, o Instituto Estadual do Ambiente (Inea) reforçou as ações com apoio operacional. O órgão disponibilizou duas retroescavadeiras, duas escavadeiras, oito caminhões, um caminhão vacol, com sistema de alta sucção, e um caminhão-pipa para atuação no Parque Estoril.

Nos oito primeiros dias de fevereiro, o maior volume de chuva foi registrado em Adrianópolis, com 292,6 mm. Segundo a Defesa Civil, o acumulado já representa 178% do volume esperado para todo o mês, estimado em 164,3 mm.

PARCERIA ENTRE PREFEITURA E SESC TRAZ BIBLIOTECA MÓVEL À NOVA IGUAÇU

A Prefeitura de Nova Iguaçu, por meio da Fundação Educacional e Cultural de Nova Iguaçu (FENIG), firmou parceria com SESC-RJ que incentiva a prática da leitura. A partir da quinta-feira (12/02), a cidade vai receber, semanalmente, a **BiblioSesc**, um caminhão adaptado que percorre diversas localidades com a missão de democratizar o acesso ao livro de graça, ajudando a formar novos leitores.



Até abril, o caminhão da **BiblioSesc** estará na Praça dos Direitos Humanos, na Via Light, região central da cidade. Ele vai funcionar todas as quintas-feiras, das 10h às 17h30. O leitor pode escolher até três livros para levar para casa. Ele é cadastrado e pode ser devolvido no próprio caminhão da **BiblioSesc** ou em qualquer unidade do Sesc.

“Proporcionar leitura para a população em todas as possibilidades de democratização do acesso ao livro é uma grande iniciativa educacional e cultural para ampliar o conhecimento”, destacou o presidente da Fenig, Miguel Ribeiro, que visitou a unidade móvel na quinta, junto com a técnica educacional da fundação, Andrea Macena.

O projeto conta com quatro bibliotecas móveis com opções de livros para adultos e crianças, e circula por diversas regiões do estado do Rio de Janeiro. A Prefeitura de Nova Iguaçu, por meio da FENIG, fez o convite ao Sesc-RJ para a

realização dessa ação no município e forneceu apoio de infraestrutura para a presença da biblioteca móvel.

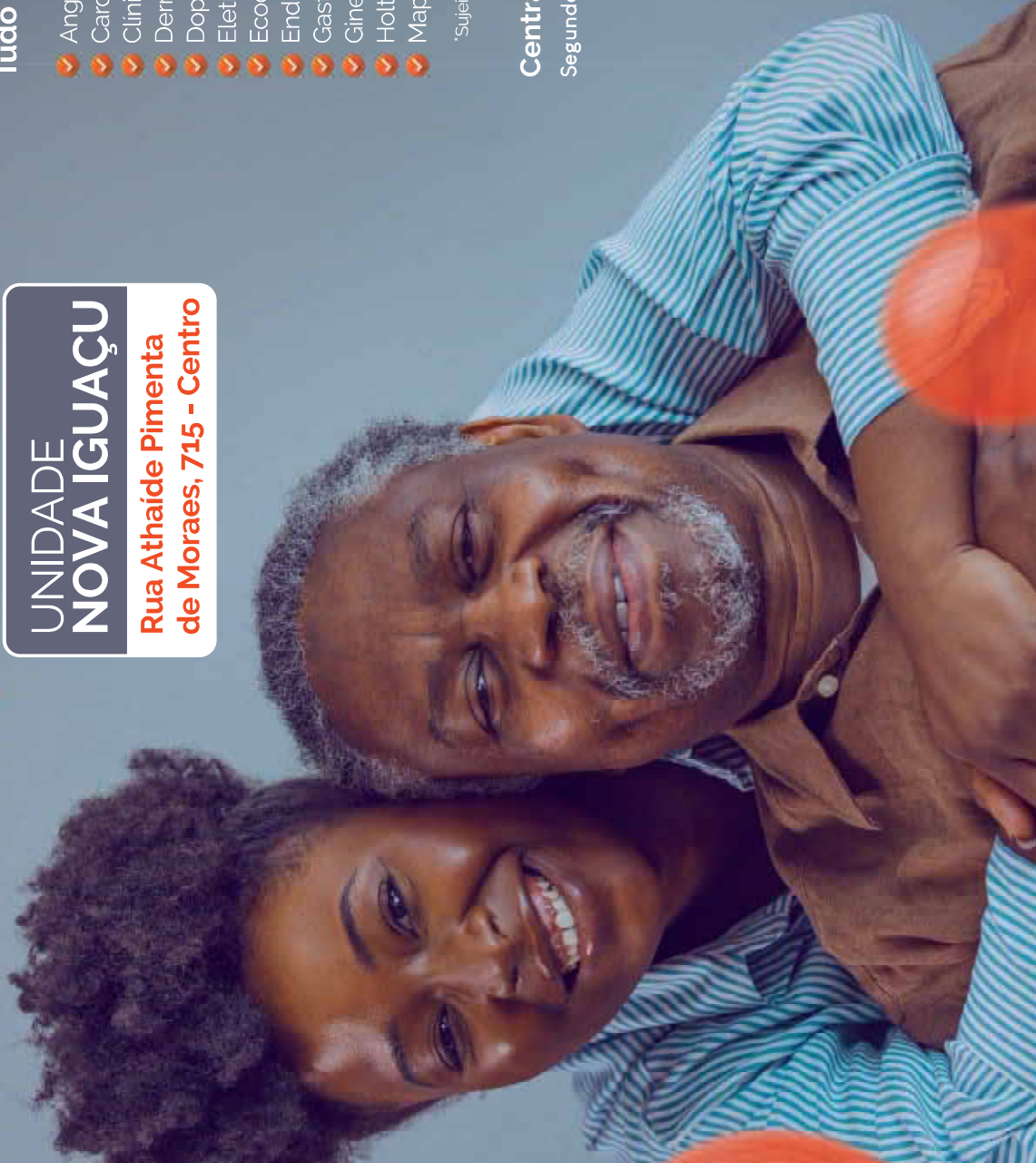
Além dos livros, a **BiblioSesc** disponibiliza atividades culturais como contação de histórias e apresentações artísticas para públicos de todas as idades.



CLÍNICA Leve CUIDA

UNIDADE
NOVA IGUAÇU

**Rua Athaide Pimenta
de Moraes, 715 - Centro**



Agende uma consulta ou exame e descubra como é fácil cuidar da saúde do jeito Leve.

Tudo que você precisa para cuidar da saúde em um só lugar.

- ✓ Angiologia
- ✓ Cardiologia
- ✓ Clínico Geral
- ✓ Dermatologia
- ✓ Doppler Colorido
- ✓ Eletrocardiograma
- ✓ Ecocardiograma
- ✓ Endocrinologia e Metabologia
- ✓ Gastroenterologia
- ✓ Ginecologia
- ✓ Holter
- ✓ Mapa

- ✓ Medicina de Família e Comunidade
- ✓ Neurologia
- ✓ Nutrição
- ✓ Ortopedia e Traumatologia
- ✓ Otorrinolaringologia
- ✓ Pediatria Geral
- ✓ Psicologia
- ✓ Psiquiatria
- ✓ Raio-X
- ✓ Reumatologia
- ✓ Ultrassonografia
- ✓ Urologia

*Sujeito à alteração sem aviso prévio

Central de marcação: 3952-4800

Segunda a sexta-feira: 7h às 18h | Sábado: 7h às 11h

Leve
saúde

O plano da sua vida

ROTA DA MULHER COMEÇA POR MIGUEL COUTO E REÚNE CENTENAS DE MULHERES EM MANHÃ DE SERVIÇOS E ACOLHIMENTO



Na manhã da segunda-feira (02/03) foi de movimento intenso e muitas oportunidades na Estrada Velha de Iguaçú, em Miguel Couto. Centenas de mulheres participaram da abertura da Rota da Mulher, iniciativa da Prefeitura de Nova Iguaçu que leva serviços gratuitos aos bairros em alusão ao Dia Internacional da Mulher. A ação seguiu até o dia 7 de março, percorrendo diferentes regiões do município. Coordenada pela Secretaria da Mulher, a mobilização reuniu atendimentos de saúde por meio do Ônibus Rosa e do mamógrafo móvel, em parceria com o Governo do Estado. O público também contou com encaminhamento para vagas de emprego pelo SINE, serviços da Sala do Empreendedor, orientações jurídicas e pedagógicas, atendimentos odontológicos e nutricionais, além de ações de beleza, distribuição de

mudas nativas da Mata Atlântica, atividades de prevenção e cuidados voltados ao bem-estar. Moradora de Miguel Couto há oito anos, Esther da Silva, de 21 anos, soube da ação pelas redes sociais e fez questão de participar. “Consegui agendar a colocação do Implanon, que eu estava esperando há muito tempo, fiz meu cadastro único, as unhas e ainda peguei mudas de plantinhas. Tudo o que eu vim fazer, eu consegui. Às vezes a gente não tem tempo ou recurso para se deslocar até esses serviços, e foi muito especial ver tudo isso chegando até nós”, contou. “Fui super bem atendida, tudo muito organizado. A palavra de hoje foi acolhimento.”

Moradora do bairro há 42 anos, Severina Ferreira, de 67, também aproveitou a oportunidade. “Vim pelas mudas, fiz as unhas e aferi

minha pressão. Hoje teve muito serviço disponível aqui. Fiquei feliz de ver”, disse.

Para a vice-prefeita e secretária municipal da Mulher, Dra. Roberta Teixeira, a proposta é descentralizar o atendimento e fortalecer a autonomia feminina. “Nosso município é muito extenso e sabemos que nem sempre os serviços chegam com facilidade a todas as regiões. Mais do que uma comemoração pelo Dia da Mulher, queremos garantir acesso real às políticas públicas. Neste momento pós-chuvas, por exemplo, a isenção para segunda via de documentos faz toda a diferença para muitas famílias. Estamos construindo uma rede de cuidado e oportunidade”, afirmou.

O mamógrafo móvel permanece em Miguel Couto até o dia 4 de março e seguiu para Jardim Guandu entre os dias 5 e 7.

HGNI RECEBE 33 NOVOS RESIDENTES E REFORÇA FORMAÇÃO DE ESPECIALISTAS NA BAIXADA FLUMINENSE

O Hospital Geral de Nova Iguaçu (HGNI) abriu um novo ciclo na formação médica da rede pública. A unidade apresentou, na quarta-feira (04/03), 33 novos médicos residentes que passam a atuar nos programas de especialização do hospital, referência em urgência e emergência na Baixada Fluminense.

Reconhecido pelo Ministério da Saúde como hospital de ensino desde a década de 1990, o HGNI combina atendimento de alta complexidade com formação prática. Agora, a unidade passa a contar com cerca de 80 médicos em especialização, distribuídos em 12 programas: anesthesiologia,

cirurgia geral, clínica médica, cirurgia vascular, infectologia, ginecologia, medicina de emergência, medicina intensiva, ortopedia, pediatria, endoscopia digestiva e neurologia.

A diversidade de casos e o volume de atendimentos atraem profissionais de diferentes estados. A médica Ellen Prado, de 24 anos, deixou o Norte do país para cursar pediatria na Baixada. Escolheu o hospital pela intensidade da rotina e pelo aprendizado prático. “Aqui temos contato com situações no dia a dia muito diferentes. Isso faz toda a diferença na nossa formação”, afirmou.

Para Vander Oliveira, de 39 anos, a residência em

ortopedia representa um retorno às origens. Morador de Nova Iguaçu, ele começou no hospital em 2005, como técnico de enfermagem. Duas décadas depois, volta como médico residente. “O HGNI tem perfil de hospital-escola. Aprende-se na prática, com orientação e apoio. É a realização de um ciclo para mim”, destacou.

Segundo o diretor-geral da unidade, Ulisses Melo, a procura crescente confirma o reconhecimento institucional. Neste ano, a Cirurgia Geral do HGNI foi o terceiro programa de residência mais disputado do estado do Rio de Janeiro. “O interesse pela unidade é resultado da rotina intensa e do compromisso das equipes em formar bons especialistas”, afirmou.

O ingresso no programa ocorre por meio do Exame Nacional de Residência (ENARE). A formação dura de dois a três anos, com atividades práticas supervisionadas pela Comissão de Residência Médica (COREME). Ao final do período, os profissionais recebem o título de especialistas.



Assessoria de Imprensa
Mais informações: (21) 96707-5471

INTESTINO SAUDÁVEL: O QUE REALMENTE FUNCIONA?

A saúde intestinal é fundamental para a imunidade, absorção de nutrientes e saúde mental. Ela se caracteriza por evacuações regulares, fezes macias e ausência de inchaço. Manter bons hábitos intestinais pode ajudar a prevenir problemas como refluxo e constipação, além de reduzir o risco de desenvolver doenças como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer. No entanto, muitas dicas e “atalhos de saúde” divulgados nas redes sociais não são sustentados por evidências sólidas. Veja, a seguir, o que realmente é respaldado pela ciência.

Alimentação e nutrição

- Hidrate-se bem:

Beber cerca de 1,5 a 2 litros de água por dia é uma boa referência, preferencialmente fora das refeições.

A necessidade pode variar conforme atividade física, temperatura ambiente, sudorese e tipo de profissão.

- Priorize as fibras:

Muitas pessoas não consomem fibras suficientes e isso faz diferença.

As fibras:

- ajudam a manter o intestino funcionando regularmente;
- alimentam os microrganismos intestinais, e
- contribuem para a saúde do sistema imunológico.



Como aumentar o consumo no dia a dia:

- adicione grão-de-bico às saladas;
- inclua lentilhas nas refeições principais;
- use feijão-branco em sopas;
- polvilhe chia, linhaça, farelo de trigo ou psyllium em iogurtes, cereais e saladas, e
- consuma mais frutas e vegetais.

Importante: aumentar fibras rapidamente pode causar gases e inchaço.

Prefira uma introdução gradual.

Consuma alimentos fermentados:

Iogurte, kefir, kombucha, missô e outros alimentos fermentados podem ajudar a povoar o intestino com bactérias benéficas.

Além disso, contêm compostos que:

- reduzem a inflamação, e

- ajudam a manter o revestimento intestinal saudável.

Adote uma dieta de estilo mediterrâneo

Esse padrão alimentar prioriza:

- frutas e vegetais;
- grãos integrais;
- leguminosas;
- nozes;
- peixes;
- azeite de oliva, e
- ervas.

Já se sabe que faz bem ao coração e evidências mais recentes sugerem benefícios também para sintomas intestinais.

Também está associada à redução do risco de constipação crônica, especialmente em adultos de meia-idade e idosos.

Estilo de vida e rotina:

- Sono regular e café da manhã.

O intestino segue um ritmo circadiano, assim como o cérebro:

- **Durante o sono:** o intestino desacelera.
- **Ao acordar:** o intestino volta a se contrair.

Rotinas irregulares de sono podem piorar:

- constipação;
- diarreia;
- inchaço, e
- refluxo.

Manter horários consistentes pode ajudar no funcionamento intestinal.

Tomar café da manhã logo após acordar também estimula o intestino.

O café (inclusive descafeinado) pode contribuir para esse estímulo.

Pratique atividade física:





O movimento ajuda diretamente o sistema digestivo:

- A gravidade favorece o trânsito intestinal, e
- A contração muscular estimula o funcionamento do intestino.

Caminhar, correr ou qualquer atividade regular contribui para a regularidade.

Pegue leve com o álcool:

Quanto menor o consumo, melhor para a saúde intestinal.

O uso frequente pode causar ou piorar:

- refluxo;
- gases;
- inchaço;
- constipação, e
- diarreia.

Também aumenta o risco de:

- sangramento intestinal;
- câncer colorretal, e
- doença hepática.

Além disso, pode levar ao chamado “intestino permeável”.

Um único episódio de consumo excessivo já pode prejudicar o revestimento intestinal, permitindo a passagem de toxinas e desencadeando inflamação.

Prevenção é fundamental:

Faça exames para câncer colorretal.

O rastreamento é uma das medidas mais importantes para proteger a saúde intestinal:

- É a segunda causa mais comum de mortes por câncer, e
- As taxas vêm aumentando entre pessoas de 20 a 40 anos.



Recomendação geral:

- iniciar aos 45 anos (exames de fezes ou colonoscopia), e
- iniciar antes, se houver histórico familiar.

Além do diagnóstico, a colonoscopia permite:

- identificar lesões pré-cancerosas, e
- removê-las durante o procedimento.

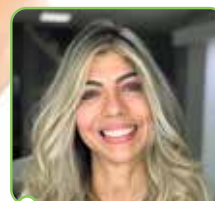
Resumo:

Mantenha uma alimentação saudável, baseada em comida de verdade, com baixo consumo de ultraprocessados.

Importante

Converse com seu médico e/ou nutricionista em caso de dúvidas ou sintomas.

A avaliação individual é essencial para definir a necessidade de suplementação.



ESCRITO POR:

Dr.ª Sonia Fernandes

Nutricionista
CRN 89100149

Para maiores informações e consultas:

Tel: 21 96498-1786

email: sfpdias@gmail.com

Instagram: soniafernandesnutri

PASCHOAL MARTINO
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

QUALIDADE E PRECISÃO DE RESULTADOS!

NOSSOS EXAMES

BIOQUÍMICA	URINA
HEMATOLOGIA	FEZES
HORMONAIS	ANATOMIA
IMUNOLÓGICOS	PATOLÓGICA

NOSSAS UNIDADES

NOVA IGUAÇU RUA BERNARDINO DE MELO, 1399 2 ANDAR TEL.: 2667 3717	NILÓPOLIS AV. GETÚLIO VARGAS, 1626 CENTRO TEL.: 2691 4867
---	--

CONVÊNIOS

CASSI | grupo caberj | gama | GEAP | Mediservice | JUTOSAN | Unimed | f1



MARÇO: SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE PRESSÃO E RECOMEÇOS

O mês de março marca, para muitos, o verdadeiro início do ano. Após o período de festas, férias e um janeiro frequentemente mais lento, é neste momento que a rotina se impõe com mais intensidade: cobranças profissionais, reorganização financeira, metas não cumpridas e a retomada de responsabilidades pessoais e familiares. Nesse contexto, março se torna um período particularmente sensível para a saúde mental.

A psiquiatria nos mostra que fases de transição e adaptação exigem um grande esforço psíquico. O cérebro humano precisa reorganizar ritmos, expectativas e prioridades, o que naturalmente demanda energia emocional. Quando esse processo ocorre sob pressão — seja interna ou externa —, o risco de adoecimento mental aumenta de forma significativa.

A expectativa de produtividade elevada, somada a frustrações acumuladas dos primeiros meses do ano, pode desencadear ou intensificar quadros de ansiedade, estresse crônico e episódios depressivos. Muitas vezes, o indivíduo inicia o ano com metas idealizadas e, ao se deparar com a realidade, vivencia sentimentos de inadequação, culpa e autocrítica excessiva.

É comum observarmos, nesta época, pacientes relatando:

- Sensação de sobrecarga e exaustão precoce;
- Dificuldade de concentração e queda de rendimento;
- Irritabilidade e alterações no sono;
- Sintomas físicos associados ao estresse, como cefaleia, tensão muscular e fadiga persistente;
- Sentimentos de fracasso ou incapacidade por metas não alcançadas.

Além disso, o cenário socioeconômico atual — especialmente em regiões como a Baixada Fluminense — traz desafios adicionais, como instabilidade financeira, insegurança e dificuldades no acesso a recursos, que impactam diretamente o equilíbrio emocional da população. A saúde mental não pode ser dissociada das condições de vida. Fatores sociais e econômicos exercem papel determinante na gênese e manutenção do sofrimento psíquico.



Outro ponto relevante é a chamada “normalização do sofrimento”. Muitos indivíduos passam a considerar o cansaço extremo, a ansiedade constante e a falta de prazer como algo esperado da vida adulta, retardando a busca por ajuda especializada. Esse atraso no cuidado frequentemente agrava quadros que poderiam ser manejados de forma mais simples em fases iniciais.

Diante disso, torna-se essencial reforçar um ponto fundamental: saúde mental não é luxo, é necessidade básica. Cuidar da mente é tão importante quanto cuidar de qualquer outro órgão do corpo.

Para a prática clínica, março é também um momento oportuno para incentivar estratégias de prevenção e cuidado. Pequenas mudanças podem ter impacto significativo no bem-estar:

- Revisão de expectativas: metas devem ser realistas, progressivas e adaptáveis às circunstâncias individuais;
- Organização gradual da rotina: evitar sobrecarga imediata e respeitar o tempo de adaptação;
- **Valorização do descanso:** o sono continua sendo um dos pilares fundamentais da regulação emocional e cognitiva;
- **Prática de atividade física:** comprovadamente eficaz na redução de sintomas ansiosos e depressivos;
- **Alimentação equilibrada:** influencia diretamente o funcionamento cerebral e o humor;
- Busca por apoio profissional precoce: não esperar o agravamento dos sintomas para procurar ajuda;
- **Fortalecimento de vínculos sociais:** o suporte emocional é fator protetor amplamente reconhecido;

- **Redução do uso excessivo de telas e redes sociais:** que podem intensificar comparações e sentimentos de inadequação.

Outro aspecto importante é o olhar do médico sobre si mesmo. Profissionais da saúde frequentemente negligenciam o próprio cuidado, especialmente diante de agendas sobrecarregadas, múltiplos vínculos de trabalho e pressões institucionais. A cultura da invulnerabilidade ainda persiste na medicina, dificultando que muitos reconheçam seus próprios limites.

Março também deve ser um convite à autorreflexão: como está a sua própria saúde mental?

A escuta qualificada, ferramenta central da prática psiquiátrica, precisa ser exercida também de forma interna. Reconhecer sinais de esgotamento, buscar apoio e respeitar limites não são sinais de fraqueza, mas de responsabilidade consigo mesmo e com o outro.

A psiquiatria contemporânea nos ensina que o cuidado começa na escuta — do outro e de si mesmo — e se fortalece na construção de estratégias possíveis, individualizadas e humanizadas.

Mais do que um mês de cobranças, março pode e deve ser ressignificado como um período de reorganização, equilíbrio e recomeço possível. Não se trata de alcançar um padrão idealizado de produtividade, mas de construir um caminho sustentável, que respeite a singularidade de cada indivíduo.

Em um mundo cada vez mais acelerado, aprender a pausar, ajustar e recomeçar torna-se uma habilidade essencial para a preservação da saúde

mental.
Cuidar da mente é, acima de tudo, cuidar da vida.

Sinais de Alerta para a Saúde Mental

É fundamental estar atento a manifestações que podem indicar sofrimento psíquico significativo. Entre os principais sinais de alerta, destacam-se:

- Tristeza persistente ou sensação de vazio por várias semanas;
- Ansiedade intensa ou constante, difícil de controlar;
- Alterações importantes no sono (insônia ou sono excessivo);
- Perda de interesse ou prazer em atividades antes valorizadas;
- Fadiga frequente e sensação de esgotamento;
- Dificuldade de concentração e tomada de decisões;
- Irritabilidade ou mudanças bruscas de humor;
- Isolamento social progressivo;
- Sintomas físicos sem causa clínica definida (dores, mal-estar, tensão), e
- Pensamentos negativos recorrentes, incluindo desesperança ou ideias de morte.

A presença desses sinais, especialmente quando persistentes ou progressivos, merece atenção e não deve ser negligenciada.

Quando Procurar um Psiquiatra

A busca por avaliação psiquiátrica deve ser

considerada sempre que houver prejuízo no funcionamento pessoal, social ou profissional. Alguns momentos são particularmente indicativos:

- Quando os sintomas emocionais interferem na rotina diária;
- Quando há sofrimento intenso ou sensação de perda de controle;
- Quando estratégias pessoais não são mais suficientes para lidar com as dificuldades;
- Quando há necessidade de diagnóstico diferencial ou avaliação medicamentosa;
- Em casos de histórico prévio de transtornos mentais, e
- Quando familiares ou pessoas próximas percebem mudanças significativas no comportamento.

Diante de pensamentos de morte ou ideação suicida — situação que exige atenção imediata.

O acompanhamento psiquiátrico não deve ser visto apenas como medida de tratamento, mas também como estratégia de prevenção, promoção de saúde e melhoria da qualidade de vida.

Fonte:

- *Organização Mundial da Saúde (OMS) – Relatórios sobre Saúde Mental e Bem-Estar (2022–2024);*
- *Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) – Diretrizes e publicações institucionais;*
- *Ministério da Saúde – Política Nacional de Saúde Mental, e*

- *Literatura científica em Psiquiatria Clínica, Psicologia da Saúde e Neurociências (revisões recentes).*



TEXTO SUGERIDO POR:

**Dr. Givanildo da
Silva Gomes**

Psiquiatra

Para maiores informações e consultas:
Via Light Metropolitan
Rua Otávio Tarquino, 410 – Sls 1014/1016
Centro – NI
Telefone: (21) 38939195 / 98301-7083
Instagram: @claraderm
Email: gjvagomes1998@gmail.com

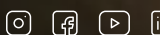
Temporada de Crédito

Linhas de Crédito Pessoal e Capital de Giro com taxas especiais a partir de

1,79% a.m.

para tirar planos do papel e organizar suas finanças com mais tranquilidade!

euescolhounicred.com.br

 @unicredportoalegre

*Crédito sujeito a análise

Faça parte!



UNICRED 
PORTO ALEGRE
O VALOR
DE QUEM CUIDA



TELEMEDICINA NO BRASIL — O QUE O MÉDICO PODE FAZER ONLINE E O QUE NÃO PODE

Entenda, em linguagem simples, como funcionam as receitas, pedidos de exames e procedimentos na consulta médica online e por que a telemedicina é diferente de conversar por WhatsApp.

A telemedicina é a prestação de serviços médicos à distância usando tecnologias de comunicação, como vídeo e plataformas seguras. No Brasil, essa prática é legal e regulamentada, desde que cumpridos critérios éticos e técnicos específicos. A base legal mais atual é a Lei nº 14.510/2022, que autoriza a telemedicina em todo o país, e a Resolução CFM nº 2.314/2022 do Conselho Federal de Medicina (CFM), que define como a telemedicina deve ser realizada.

O que o médico pode fazer durante uma teleconsulta?

Quando um médico realiza uma teleconsulta formal — ou seja, um atendimento médico por vídeo ou outra interface que garanta a identificação do paciente e do profissional, o sigilo, o registro em prontuário e a documentação adequada — ele pode:

1- Emitir receitas médicas digitais:

O médico pode prescrever medicamentos após avaliar o paciente na teleconsulta. As receitas digitais têm validade legal quando obedecem às normas de identificação do profissional e do paciente e são assinadas conforme os padrões exigidos.

2- Solicitar exames:

O médico pode pedir exames laboratoriais, como exames de sangue, e também exames de imagem (como radiografias, ultrassons, tomografias e ressonâncias), sempre com base na avaliação clínica feita no atendimento à distância.

3- Pedir procedimentos ou encaminhamentos:

Encaminhamentos para procedimentos diagnósticos ou terapêuticos podem ser documentados e enviados ao paciente após a teleconsulta.

4- Emitir atestados e relatórios clínicos:

Atestados de saúde e relatórios sobre a evolução clínica do paciente também podem ser gerados, desde que após avaliação médica registrada em prontuário.

O que não pode ser feito por “consulta por WhatsApp”?

É importante esclarecer que teleconsulta não é o mesmo que atendimento por mensagem de WhatsApp ou por outro meio informal. A legislação e as normas éticas exigem que o atendimento médico à distância seja estruturado, documentado e seguro, com objetivos clínicos claros.



Atendimentos realizados apenas por mensagens de texto ou áudio no WhatsApp não configuram uma teleconsulta legal, pois:

- não permitem identificação formal adequada do paciente e do médico,
- não asseguram o registro organizado em prontuário médico,
- não garantem a confidencialidade e a segurança dos dados como prevê a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD),
- e frequentemente não permitem coleta de informações clínicas suficientes para avaliação responsável.

Por isso, emitir uma receita, solicitar exames ou dar orientações terapêuticas apenas por WhatsApp pode ser considerado inadequado e eticamente questionável, pois foge ao modelo regulamentado de telemedicina.

Por que a teleconsulta exige estrutura e registro?

A regulamentação do CFM estabelece que o atendimento à distância deve ser registrado no prontuário médico do paciente, em forma física ou eletrônica, com todas as informações relevantes da consulta. Esse registro é um requisito ético fundamental, pois garante rastreabilidade e responsabilidade profissional. Além disso, a decisão de atender à distância ou presencialmente é do próprio médico, que deve avaliar se a teleconsulta é segura e adequada para cada caso. Em situações que exigem exame clínico presencial ou uma avaliação que a teleconsulta não comporta, o médico deve orientar o paciente a procurar atendimento presencial.

Conclusão:

A telemedicina é uma ferramenta legal, segura e eficaz, quando praticada com responsabilidade. Ela permite que o médico:

- Faça prescrições médicas digitais,
- Solicite exames laboratoriais e de imagem,
- Emita atestados, relatórios e pedidos de procedimento após avaliação clínica,

- Registre tudo no prontuário, garantindo segurança e conformidade.

Mas é importante reforçar: teleconsulta não é simplesmente conversar por WhatsApp. O atendimento médico à distância exige registro formal, identificação, privacidade e critérios técnicos para ser válido e ético.

Fontes:

https://sistemas.cfm.org.br/normas/arquivos/resolucoes/BR/2022/2314_2022.pdf?utm_source=chatgpt.com

https://pro.doctoralia.com.br/blog/clinicas/telemedicina-o-que-diz-a-lei-brasileira?utm_source=chatgpt.com

<https://www.abv.com.br/wp-content/uploads/2020/04/ABV-Advogados-ebook-Telemedicina-1.pdf>

https://quarkclinic.com.br/blog/receita-medica-online-como-funciona/?utm_source=chatgpt.com

https://portaltelemedicina.com.br/telemedicina-da-atestado?utm_source=chatgpt.com

https://www.conass.org.br/conass-informa-n-169-2022-publicada-a-resolucao-cfm-n-2314-que-define-e-regulamenta-a-telemedicina-como-forma-de-servicos-medicos-mediados-por-tecnologias-de-comunicacao/?utm_source=chatgpt.com

https://portal.cfm.org.br/noticias/apos-amplio-debate-cfm-regulamenta-pratica-da-telemedicina-no-brasil/?utm_source=chatgpt.com



ESCRITO POR:

Dr. Paulo Renato Fonseca

Médico Anestesiologista com Área de atuação

em dor pela AMB e Presidente da Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor-SBED 2020/2022. Editor de três Tratados sobre tratamento de pacientes portadores de dores crônicas.

Av. das Américas 3.500
Bloco 4 Toronto sala 508
Barra da Tijuca
(21) 97112-1248 | (21)3449-1129

ESPECIALIDADES:

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



3742-2264 / 96913-1313

EDIFÍCIO METROPOLIS / RUA GETÚLIO VARGAS, 121 - SALA 806

@INSTITUTONOVANEURO WWW.INSTITUTONOVANEURO.COM.BR



ESSÊNCIA DO COOPERATIVISMO MÉDICO

O COOPERATIVISMO MÉDICO

COMEÇA EM CADA UM DE NÓS

Vivemos um momento desafiador. A realidade do sistema de saúde, as transformações do mercado, as exigências regulatórias e as expectativas crescentes da sociedade colocam diariamente à prova o nosso modelo de atuação. Diante desse cenário, é natural que surjam dificuldades, questionamentos e a transferência de responsabilidades.

Mas é justamente aqui que o cooperativismo se diferencia.

A Unimed Nova Iguaçu não é apenas uma operadora de saúde. Ela é, acima de tudo, uma cooperativa médica. Isso significa que sua força, sua sustentabilidade e seu futuro não estão concentrados em um cargo, em uma diretoria ou em uma estrutura administrativa. Estão nas mãos de cada médico cooperado. O cooperativismo pressupõe corresponsabilidade. Não existe "a Unimed" de um lado e "os médicos" do outro. Somos todos parte do mesmo sistema.

Quando a cooperativa avança, todos avançamos. Quando enfrenta dificuldades, essas dificuldades também são coletivas.

O melhor caminho para enfrentar OS desafios atuais passa, necessariamente, pelo médico. Pelo nosso engajamento, pela nossa postura ética, pelo compromisso com a qualidade assistencial, pela defesa do modelo cooperativista e, principalmente, pela compreensão de que decisões individuais impactam diretamente o todo.

Cada atendimento realizado com excelência fortalece a marca. Cada médico que se sente parte, e não apenas usuário da cooperativa, contribui para um futuro mais sólido. Precisamos caminhar juntos.

O cooperativismo não é um conceito abstrato. Ele se materializa no dia a dia, nas pequenas atitudes, na forma como nos posicionamos diante das dificuldades e, sobretudo, na capacidade de entender que ninguém constrói uma cooperativa forte sozinho.

A Unimed Nova Iguaçu é o reflexo das escolhas dos seus médicos. O futuro que desejamos depende do nível de comprometimento que estamos dispostos a assumir hoje. É tempo de união, responsabilidade compartilhada e consciência cooperativista. Porque o melhor caminho, sempre, começa no médico, e se fortalece quando caminhamos juntos, não podemos esquecer: somos cooperados, donos, e juntos fazemos a diferença!



ESCRITO POR:

**DR. CARLOS
ALBERTO
VIANNA**
Segundo-Tesoureiro
AMNI





**Venha
fazer
parte
desta
casa e
desta
história!!!**



POR QUE É NECESSÁRIO MANTER TERAPIA MEDICAMENTOSA APÓS O TRANSPLANTE CAPILAR?

O transplante capilar é um procedimento cirúrgico utilizado principalmente para tratar a alopecia androgenética. Apesar de proporcionar melhora estética significativa, o transplante não interrompe o processo biológico responsável pela queda capilar. Por esse motivo, a manutenção de terapia medicamentosa, tanto oral quanto intradérmica, continua sendo recomendada após o procedimento.

A alopecia androgenética ocorre devido à ação do hormônio di-hidrotestosterona (DHT) sobre os folículos capilares geneticamente sensíveis. Esse hormônio promove a miniaturização progressiva dos fios, fazendo com que eles se tornem cada vez mais finos até deixarem de crescer. O transplante capilar consiste em retirar folículos de áreas doadoras resistentes ao DHT, geralmente da região occipital, e implantá-los nas áreas de rarefação ou calvície.

Entretanto, o transplante não impede que os fios originais da área receptora continuem sofrendo os efeitos da alopecia androgenética. Ou seja, enquanto os fios transplantados tendem a permanecer mais resistentes, os cabelos naturais ao redor podem continuar afinando e caindo com o passar do tempo. Isso pode levar a novas áreas de rarefação e comprometer o resultado estético obtido com a cirurgia.

Por essa razão, o tratamento medicamentoso é considerado parte fundamental da estratégia terapêutica. Entre as terapias orais mais utilizadas estão medicamentos que reduzem a ação do DHT, como os inibidores da enzima 5-alfa-redutase. Esses fármacos ajudam a diminuir a progressão da alopecia e preservam os fios nativos ainda existentes.

Além disso, terapias intradérmicas, como mesoterapia capilar ou microinfusão de medicamentos no couro cabeludo, podem ser utilizadas para



Terapia Medicamentosa

estimular os folículos, melhorar a circulação local e fornecer substâncias que favorecem o crescimento capilar. Esses procedimentos atuam diretamente no couro cabeludo, potencializando a saúde dos fios e ajudando a manter a densidade capilar.

Outro ponto importante é que a associação entre transplante capilar e terapia medicamentosa proporciona resultados mais duradouros e naturais. O tratamento contínuo ajuda a preservar os fios não transplantados, evitando que novas áreas de calvície apareçam e reduzindo a necessidade de futuras cirurgias.

Portanto, embora o transplante capilar seja uma solução eficaz para restaurar áreas já afetadas

pela calvície, ele não substitui o tratamento clínico da doença. A continuidade da terapia medicamentosa oral e intradérmica são essenciais para controlar a progressão da alopecia, preservar os cabelos existentes e manter os resultados obtidos com o procedimento cirúrgico.



microinfusão de medicamentos no couro cabeludo



mesoterapia capilar



ESCRITO POR:

Dr. Arthur Duarte Barbosa

Médico

Tel: 21 96887-3450

email: arthurduartebarbosa@gmail.com

VEM AÍ O TESOURO RESERVA, A CAIXINHA DO GOVERNO



Olá amigos. O Governo Federal anunciou em janeiro de 2026 a criação do seu mais novo Título Público, o Tesouro Reserva. É mais um Título Federal para a diversificada estante de ativos, que conta com Tesouro Selic, Tesouro IPCA, Tesouro Renda+ e outros.

Mas como vai funcionar o Tesouro Reserva?

Ele tem a proposta de operar 24 horas por dia, 07 dias por semana. Somente nesse caso vemos que trata-se de um desafio tecnológico gigantesco, pois hoje a plataforma do Tesouro Direto, funciona de segunda a sexta feira, das 09:30h às 18:00h.

Com esse produto, o governo federal pretende concorrer diretamente com a Caixinha do Nubank, o porquinho do Inter e o cofrinho do PIC PAY, que na verdade são Certificados de Depósitos Bancários, os famosos CDB's, mas com uma nomenclatura diferenciada por puro marketing. Esses produtos atraíram um público seletivo que exige liquidez diária também aos finais de semana. E o governo agora oferece um produto mais seguro que possa existir no mercado, que é a garantia do próprio governo.

A promessa é que o Título tenha também o PIX

integrado. Outra grande peleja para o governo, pois conforme resolução da CVM, os produtos do mercado financeiro permitem aplicações e resgates somente via Transferência Eletrônica Disponível – TED. Medida essa que visa coibir e mitigar a prática de crime de lavagem de dinheiro. Uma vez que a conta de origem está no nome do cliente e a conta de resgate também está no nome do próprio demandante.

O Tesouro Reserva será indexado à Taxa SELIC, mas não contará com a marcação à mercado. O que permitirá ao investidor saber no momento da aplicação, quando resgatará no final. Com investimento a partir de R\$ 1,00, vencimento em 03 anos, IOF (se resgatar antes de 30 dias) e IR conforme tabela regressiva.

Esse ativo tem a estratégia por parte do governo de atrair a geração Z, verdadeiros nativos digitais. Que anseiam por versatilidade, rapidez, polivalência. São inquietos por natureza. São nômades não apenas do mundo digital, mas também do mundo real. Costumam fazer previsões de curto prazo e não têm o hábito de ficar muito tempo no mesmo lugar. Veremos a capacidade do governo de atrair e reter esse público.

Um abraço e até o próximo artigo.

Referências Eletrônicas:

-www.cnn.com.br;

-www.xpi.com.br;

-www.infomoney.com.br.

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](https://www.instagram.com/cristiano_silva8022)

E-mail: cristiano.silva@versacapital.com.br



SEJA UMA EMPRESA PARCEIRA E AMIGA DA AMNI

Depois de tudo que sempre falamos e mostramos sobre a nossa Casa e este momento tão difícil que todos estamos vivendo... contamos muito com o seu apoio, seja uma empresa parceira e amiga de nossa Casa. Nestes tempos difíceis, precisamos de sua ajuda para manter 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, fale com o nosso Administrador, Marco Antônio:

WhatsApp: +5521975173101

LIMBO PREVIDENCIÁRIO – MARCAÇÃO DA PERÍCIA NO INSS (5º Capítulo)

Explicando um pouco melhor sobre o fluxo de requerimento de um auxílio-doença previdenciário, normalmente, é o próprio segurado quem faz este requerimento. Mas vale lembrar que, tanto empregado, como empregador, como o próprio INSS podem requerer ou processar esse benefício, respectivamente.

É o que extraímos do Decreto n. 3.048/199:

Art. 76. A previdência social deve processar de ofício o benefício, quando tiver ciência da incapacidade do segurado sem que este tenha requerido auxílio-doença.

Art. 76-A. É facultado à empresa protocolar requerimento de auxílio-doença ou documento dele originário de seu empregado ou de contribuinte individual a ela vinculado ou a seu serviço, na forma estabelecida pelo INSS.

Parágrafo único. A empresa que adotar o procedimento previsto no caput terá acesso às decisões administrativas a ele relativas.

Do texto transcrito emerge uma informação valiosíssima para empresas no sentido de se evitar o “limbo” e gerenciar afastamentos de longa duração. Trata-se do direito (prerrogativa) que essas instituições possuem de acompanhar o relacionamento de seus empregados com o INSS, em especial quando elas mesmas requerem os respectivos auxílios-doença. Nesses casos, as empresas terão acesso a todas as decisões administrativas, como por exemplo, aquelas que forem expedidas pelo serviço de Perícias Médicas da Previdência Social.

Administrativamente, o fluxo no serviço de Perícias Médicas segue o rito a seguir:

1º) Agenda-se a perícia médica inicial através da internet (www.inss.gov.br) ou pelo telefone 135.

2º) Nas perícias médicas previdenciárias o segurado deverá estar munido de toda documentação (atestados, relatórios médicos, laudos de exames, etc.) que dê sustentação ao afastamento pleiteado. Lembro que nos termos das Leis 605/1949 (art. 6º, § 2º) e 11.907/2009 (art. 30, inciso I), combinadas com a Resolução CFM



n. 1.658/2002 (art. 3º, parágrafo único, inciso IV), cabe legalmente ao Perito Médico Federal a concessão ou não do benefício previdenciário, mesmo que em discordância com o Médico do Trabalho e/ou Médico Assistente;

3º) Na perícia médica inicial, havendo concessão do benefício previdenciário, via de regra, o Perito Médico Federal fixará uma data de cessação do benefício (DCB) e, caso isso não aconteça, o benefício cessará automaticamente após o prazo de 120 dias, conforme apregoa os parágrafos 8º e 9º do art. 60 da Lei n. 8.213/1991;

4º) Nos 15 dias que antecedem a cessação do benefício (DCB), no entanto, o segurado que ainda permanecer e/ou se julgar incapaz poderá solicitar um Pedido de Prorrogação (PP) ao INSS, observando-se que:

a) se o prazo de espera para a avaliação médica por parte do INSS for inferior a 30 dias, a perícia que avaliará o Pedido de Prorrogação (PP) será marcada normalmente. Nessa perícia será fixada uma nova data de cessação do benefício, como já ocorria anteriormente (DCB);

b) conforme a Instrução Normativa INSS n. 90/2017, se o prazo de espera para a perícia que avaliará o Pedido de Prorrogação (PP) for superior a 30 dias, o INSS prorrogará automaticamente o benefício (por exatos 30 dias), sem necessidade da própria perícia. Essa nova data de cessação é chamada de DCA (data de cessação administrativa) e poderá ser aplicada até duas vezes dentro de um mesmo benefício. Somente não poderá ser aplicada nos seguintes casos:

(I) se a última ação referente ao benefício foi judicial;

(II) se a última ação foi para restabelecimento de um benefício já cessado;

(III) ou se a última ação foi via recurso administrativo.

Lembramos que, enquanto o PP é solicitado nos 15 dias que antecedem a data de término do benefício, o recurso administrativo é solicitado em até 30 dias após essa mesma data.

5º) Se novamente o prazo fixado pelo INSS (DCB) ou se esse segundo período de 30 dias automático (DCA) não for suficiente para a recuperação do segurado, será possível solicitar um novo Pedido de Prorrogação (PP), mas dessa vez será obrigatório o agendamento da avaliação médica pericial mesmo que o tempo de espera seja superior a 30 dias, não havendo mais prorrogação automática.

Em resumo, dentro de um mesmo benefício, o segurado poderá obter no máximo duas prorrogações administrativas (com DCA) e mais duas prorrogações via perícia médica (com DCB).

Usando das regras e conhecimentos obtidos à partir deste texto, que em última instância apenas enfatizam uma melhor relação com o INSS e seus servidores, já será possível observar algum impacto na diminuição dos casos de “limbo” em sua empresa.

Fonte/Autor: Marcos Henrique Mendanha



ESCRITO POR:

Dr. José Roberto Pinto Barbosa

Vice-Presidente AMNI

Para maiores informações e consultas:
Nova Neuro - Rua Getúlio Vargas, 121, Sala 809, Centro - Nova Iguaçu
21 3742-2264 | 21 96913-1313



KnowHow
consultoria

Especializada em Perícia Médica com amplo conhecimento e experiência em perícias cíveis, trabalhistas, criminais e securitárias.

Assistência Técnica que vai lhe assegurar um melhor resultado no seu processo Judicial e sua perícia médica, com competência.

Médico Responsável:

Dr. José Roberto Pinto Barbosa
CRM: 52.33870-2 | RQE: 20636

+55 21 99707-0905

✉ jrbarbosa@knowhowconsultoria.com.br

UMA VIDA DEDICADA AO CUIDADO: DR.^a ANDREA MARINS DIAS

Com profundo pesar, a Associação Médica de Nova Iguaçu comunica o falecimento de sua estimada associada, Dr.^a Andrea Marins Dias, ocorrido em 15 de março de 2026.

Profissional exemplar, dedicada à Medicina com competência, ética e sensibilidade, a Dr.^a Andrea marcou a todos não apenas por sua excelência técnica, mas, sobretudo, por sua humanidade, empatia e cuidado genuíno com seus pacientes e colegas. Sua presença deixará uma lacuna irreparável em nossa comunidade médica.

Sua partida, de forma tão inesperada e dolorosa, nos causa imensa consternação e profunda tristeza, reforçando ainda mais o quanto sua vida e trajetória foram valiosas para todos que tiveram o privilégio de conviver com ela.

Neste momento de dor, nos solidarizamos com seus familiares, amigos e entes queridos, expressando nossas mais sinceras condolências. Que encontrem conforto nas lembranças, no legado e no exemplo de vida que a Dr.^a Andrea nos deixa.



RECONHECIMENTO E REPRESENTATIVIDADE NA ORTOPEDIA FLUMINENSE



A Associação Médica de Nova Iguaçu celebra, com grande orgulho, a posse do nosso estimado associado, Dr. Claudio Feitosa, ocorrida em 19 de fevereiro de 2026, na diretoria da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia – Regional Rio de Janeiro (SBOT/RJ), onde passa a exercer o cargo de Diretor de Projetos.

Sua nomeação representa não apenas uma conquista pessoal, mas também o reconhecimento de uma trajetória marcada pela dedicação, competência e compromisso com a excelência na prática médica. À frente de projetos estratégicos, o Dr. Claudio contribuirá significativamente para o fortalecimento científico e institucional da ortopedia em nosso estado.

A atual gestão da SBOT/RJ, presidida pelo Dr. Marcello Serrão, ganha ainda mais consistência com a participação de profissionais comprometidos com o avanço da especialidade e com a valorização da classe médica.

Para a Associação Médica de Nova Iguaçu, é motivo de imenso orgulho ver um de nossos membros ocupar posição de destaque em uma entidade de tamanha relevância, levando consigo o nome de nossa instituição e representando, com dignidade, a medicina de nossa região.

Parabenizamos o Dr. Claudio Feitosa por esta importante conquista e desejamos pleno êxito em sua nova missão.



CAMPEONATO DE XADREZ POPULAR 2026

Nos dias 10 e 11 de janeiro de 2026, Nova Iguaçu foi palco de um importante evento do cenário enxadrístico fluminense: o Campeonato de Xadrez Popular do Rio de Janeiro, realizado no auditório da Associação Médica de Nova Iguaçu (AMNI).

A escolha da AMNI como sede do torneio reforça o papel da instituição, que há mais de 70 anos atua como referência não apenas na área médica, mas também como espaço de valorização cultural, educacional e esportiva em nossa cidade. Localizada na Rua Prof. Venina Correa Torres, 140, Centro, a Associação teve a honra de receber mais de 100 jogadores federados pela FEXERJ, promovendo um ambiente de integração, estratégia e excelência.

O evento contou com a participação especial da madrinha do torneio, a Dra. Sonia Fernandes, nutricionista, cuja presença brilhou ainda mais a competição.

Em nome da AMNI, sob a presidência do Dr. Carlos Alberto Ramos, com o apoio do Vice-Presidente Dr. José Roberto Pinto Barbosa, da administração de Marco Antônio Bacelar Nunes e com a dedicação do Dr. Renato Ramos Pinheiro — associado e organizador do torneio —, registramos nossa grande satisfação em sediar um evento tão significativo para o xadrez do Estado do Rio de Janeiro.

Em Nova Iguaçu, seguimos mantendo viva a chama desse esporte nobre, que estimula o raciocínio, a disciplina e a convivência saudável entre gerações.

Rendemos também uma homenagem especial ao Mestre Manoel Migueis (in memoriam), que dedicou sua vida ao ensino e à difusão do xadrez, formando gerações de enxadristas. Seu legado permanece vivo por meio de seus discípulos, que continuam esse importante trabalho em iniciativas como a Vila Olímpica de Mesquita, sob coordenação de Josimar e equipe, e na escola de xadrez AFLUX, que atende praticantes de todas as idades. Destaca-se, inclusive, o excelente desempenho dos alunos de Mesquita neste torneio. Agradecemos ainda ao presidente da FEXERJ, Sr. Edmilson Monteiro Rosas, bem como à equipe de arbitragem, liderada por Luziano, pelo profissionalismo e dedicação.

Classificação do Torneio:

- **Campeão:** MI Eduardo Thélío da Silva LIMP – 5,5 pontos
- **Vice-campeão:** MN Iago Henrique da Silva Souza – 5 pontos
- **3º lugar:** Tiago Sobreira Barbosa – 5 pontos
- **Melhor feminino:** Rafaela Martins Cardoso – 4 pontos
- **Melhor Classe B:** João Liza Aipperspach – 5 pontos
- **Melhor Classe C:** Miguel Campos da Silva Magalhães – 4,5 pontos
- **Melhor Sub-18:** CM Ian Telek Cavalcanti de Albuquerque – 5 pontos

A AMNI reafirma, com iniciativas como esta, seu compromisso com a valorização da comunidade, da educação e do desenvolvimento humano, abrindo suas portas para eventos que engrandecem nossa cidade.



ANIVERSARIANTES DO MÊS DE ABRIL

Dr. Hilton de Oliveira Nascimento	01/04	Dr. Yassushi Yoneshigue	16/04
Dr. Mauro Araújo Ozório	01/04	Dra. Cristiane Villas Bôas Legentil	17/04
Dr. Gerson Rodrigues Esterminio	02/04	Dra. Elaine Fonseca Bastos Goulart	17/04
Dra. Isabel Cristina Alonso Gomes	04/04	Dr. Marcello Bez	17/04
Dr. Fabiano de Souza Ramos	05/04	Dr. Dario Martins Bezerra Filho	18/04
Dr. Thiago Ferreira Moura	05/04	Dr. Fernando Gesualdi Fagundes Filho	18/04
Dr. Ueliton Vianna	05/04	Dra. Danny Christine de A. Guabiraba	19/04
Dr. Fabiano de Souza Ramos	06/04	Dr. Edson Alvares Rodrigues	19/04
Dra. Teresa Cristina Mendes Pinto	06/04	Dr. Heraldo Senne de Arruda	19/04
Dr. Gilmar de Oliveira Pacheco	07/04	Dr. José Luiz Ribeiro	19/04
Dra. Marina Rosa Lopes	07/04	Dr. Rodrigo Serapião da Silva	19/04
Dr. Sérgio Almeida Nunes	07/04	Dra. Belize Marques Barreto	20/04
Dra. Rosilene da Fonte Tavares Rodrigues	08/04	Dr. José Roberto Fernandes	20/04
Dr. Alessandro dos Santos Barbosa	09/04	Dr. Marco Antonio Lucena Costa	20/04
Dr. Joselito Barros Oliveira	11/04	Dra. Andréa Ferreira Pinheiro	21/04
Dr. Luiz Carlos de Assumpção Cavalcanti	11/04	Dr. Ralph Bittencourt Coutinho	21/04
Dra. Liliane Fagundes Santos Vieira	14/04	Dra. Maria Betânia Carvalho Souza Paiva	22/04
Dr. Jorge Luiz das Chagas Machado	14/04	Dr. Moisés Eliahu Mizrahi	22/04
Dr. Eduardo Duque Estrada Medeiros	15/04	Dr. Luiz Américo Ribeiro Silva	23/04
Dr. Flávio Marcio de Oliveira Segundo	15/04	Dr. João Luiz de Aquino Figueiredo	25/04
Dra. Giovana Breda Rodrigues	16/04	Dra. Maria Lucia Correa	28/04
Dra. Juliana Ribeiro da Costa Lino	16/04	Dra. Maria Conceição Rego B. Pugliese	29/04
		Dr. Octacílio Soares Júnior	29/04



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 Athaide Pimenta de Morais, 437 – Centro – Nova Iguaçu. | Tel.: (21) 2667-4295

ÓTICA VISOD: 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

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

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

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 Vitrificacão) End.: Rua Frederico de Castro Pereira, 548 – Centro – Nova Iguaçu | Tel.: (21) 96431-4812

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

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

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

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



Casa de Saúde
Nossa Senhora de
Fátima

Modernização Tecnológica de Ponta

- ♥ Tomógrafo CT Philips
INCISIVE 64 CH/128 SLICES
- ♥ Microscópio Zeiss TIVATO 700
- ♥ Equipamentos de Anestesia Draeger
Fabio Plus XL
- ♥ Equipamentos de Vídeo Cirurgia
4k Confiance
- ♥ Sala Cirúrgica equipada para
procedimentos endovasculares



EDUCAÇÃO PERMANENTE

*Treinamento
contínuo da equipe
multiprofissional



Rua Cel. Bernardino de Melo, 1465 - Centro - Nova Iguaçu - RJ
CEP: 26.255-140 Tel.: (21) 2125-3115



HOSPITAL DE CLÍNICAS ANTÔNIO PAULINO
PRONIL

PRONIL • HOSPITAL DE CLÍNICAS

ANTÔNIO PAULINO

Excelência em UTI de Adultos



CONVÊNIO

AMIL - BRADESCO SAÚDE - CNEN - ELETROS CEPEL - ELETROS SAÚDE
ELETROBRÁS - ENGEPROM - FAPES (BNDES) - GAMA SAÚDE
GAMA SEGUROS - GONDEN CROSS - MEDISERVICE - REAL GRANDEZA
SAÚDE CAIXA - SULAMÉRICA - VALE DO RIO DOCE

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

Aceitamos Cartões



Diretor Técnico
Dr. José Valente Ferreira
CRM 52.01924-0