

# A IA, O MÉDICO, O PACIENTE

Conexão: Médico - Paciente, p.32 e 33



# REVISTA

amni

Número **156** Ano **16**

Abril de 2026

Venda Proibida



# 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](http://www.elielfigueiredo.com.br)



Central de Atendimento

(21) 2450-8200



Scaneie  
o QR Code  
e saiba mais!



Consulte as nossas  
**Unidades**

Queridos leitores, como estão?

Abril está chegando ao fim e esse mês trouxe uma importante campanha no calendário da saúde da mulher. Uma doença ainda pouco conhecida, mas que começa a ganhar luz e merece toda a nossa atenção: a adenomiose. Silenciosa em muitos casos e frequentemente confundida com outras alterações ginecológicas, a adenomiose merece atenção, informação e diagnóstico adequado.

A adenomiose ocorre quando o tecido que normalmente reveste o interior do útero (endométrio) passa a crescer na parede muscular uterina. Esse crescimento anormal provoca inflamação, aumento do útero e alterações no funcionamento do ciclo menstrual. Embora possa atingir mulheres em diferentes fases da vida, é mais comum entre aquelas na faixa dos 30 aos 50 anos.

Entre os principais sintomas estão cólicas menstruais intensas e progressivas, fluxo menstrual abundante, dor pélvica crônica e sensação de pressão na região abdominal. Em alguns casos, a condição também pode estar associada à dificuldade para engravidar, impactando diretamente a qualidade de vida física e emocional.

O diagnóstico da adenomiose nem sempre é simples. Muitas vezes, os sintomas são confundidos com outras condições, como a Endometriose ou miomas uterinos. Exames de imagem, como ultrassonografia especializada e ressonância magnética, são fundamentais para uma avaliação mais precisa.

O tratamento varia de acordo com a intensidade dos sintomas, idade da paciente e desejo reprodutivo. Pode incluir o uso de medicamentos hormonais para controle da dor e do fluxo menstrual, dispositivos intrauterinos hormonais e, em casos mais severos, procedimentos cirúrgicos. O acompanhamento médico individualizado é essencial para definir a melhor abordagem.

Falar sobre adenomiose é um passo importante para romper o silêncio em torno da dor feminina, muitas vezes normalizada ou negligenciada. Abril se torna, assim, um convite à informação, ao acolhimento e à busca por diagnóstico precoce.

Conscientizar é também cuidar. Ao ampliar o conhecimento sobre essa condição, promovemos mais qualidade de vida, respeito ao corpo e acesso a tratamentos adequados para milhares de mulheres.

Até a próxima.

**Por Patrícia de Paula**  
Editora



# Nesta Edição



COM A PALAVRA	4
TUMORES MUSCULOESQUELÉTICOS	7
INFORME PUBLICITÁRIO UNICRED	8
ONCOLOGIA	9
GERIATRIA - SAÚDE DO IDOSO	11
INFORME / UNIMED NI	12
ENDOCRINOLOGIA	16
VINHOS & PRAZERES	17
PMNI	18
NUTRIÇÃO & SAÚDE	22
PSIQUIATRIA	24
MEDICINA DA DOR	27
TRICOLOGIA	29
MERCADO/INVESTIMENTOS	30
DIREITO MÉDICO	31
CONEXÃO MÉDICO-PACIENTE	32
SOCIAL AMNI	34

## EXPEDIENTE

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



Número 156 • Ano 16  
Abril 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.

**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

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

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: uma Casa que só existe porque existem médicos

Existem instituições que são construídas com concreto, paredes e estruturas. E existem aquelas que são construídas com presença, confiança, encontros e sentimentos. A Associação Médica de Nova Iguaçu sempre foi assim.

Ao longo de 70 anos, nossa Casa do Médico nunca foi apenas um endereço. Ela se tornou um espaço de acolhimento, convivência, escuta e pertencimento. Um lugar onde médicos encontraram apoio nos momentos difíceis, dividiram experiências, fortaleceram amizades e ajudaram a construir a história da medicina em nossa região.

Mas a verdade mais importante de todas é simples: A AMNI só existe porque existem médicos. Sem os médicos, não há Associação. Sem seus associados, parceiros e amigos, não há continuidade. Sem união, não há força. Tudo o que a AMNI representa nasceu das mãos, da dedicação e do compromisso de homens e mulheres que escolheram cuidar da vida. Foram médicos que ergueram essa Casa. Foram médicos que mantiveram suas portas abertas ao longo das décadas. Foram médicos que fizeram da AMNI um símbolo de representatividade e respeito em Nova Iguaçu e na Baixada Fluminense.

Nossa sede carrega o peso bonito do tempo. São décadas de história preservadas em cada ambiente, em cada parede, em cada detalhe que testemunhou reuniões, debates científicos, assembleias, homenagens, reencontros e tantos momentos marcantes da vida médica de nossa região.

Mas o tempo também deixa marcas físicas. Uma Casa que atravessou gerações, acolheu milhares de pessoas e permaneceu firme durante tantos anos agora precisa, com urgência, de cui-

dado, manutenção, modernização e renovação.

Hoje, nossa estrutura pede atenção.

Precisamos avançar nas reformas da sede, na modernização elétrica, na recuperação dos espaços internos, na revitalização do auditório e em

É garantir que as futuras gerações de médicos também tenham um espaço de encontro, acolhimento e representatividade.

É manter viva uma instituição que, há 70 anos, faz parte da história da nossa cidade. Não estamos falando apenas de reformas.

Estamos falando de pertencimento.

De legado.

De continuidade.

Estamos falando de uma Casa que envelheceu junto com a história da medicina em Nova Iguaçu e que agora precisa da ajuda daqueles que sempre fizeram parte dela.

Por isso, neste mês de abril, queremos fazer um pedido sincero e humano.

Precisamos de ajuda.

Precisamos de união.

Precisamos sensibilizar todos aqueles que reconhecem o valor da AMNI.

Chamamos nossos médicos associados, ex-associados, parceiros, empresas amigas, patrocinadores e toda a sociedade iguaçuana para caminharem conosco neste momento tão importante.

Cada contribuição importa.

Toda ajuda financeira representa um passo na preservação da nossa Casa.

Cada parceria fortalece nossa capacidade de continuar existindo. Cada gesto de apoio ajuda a manter viva uma instituição construída com dedicação, esforço coletivo e amor pela medicina.

Não existe contribuição pequena quando o objetivo é tão grande.

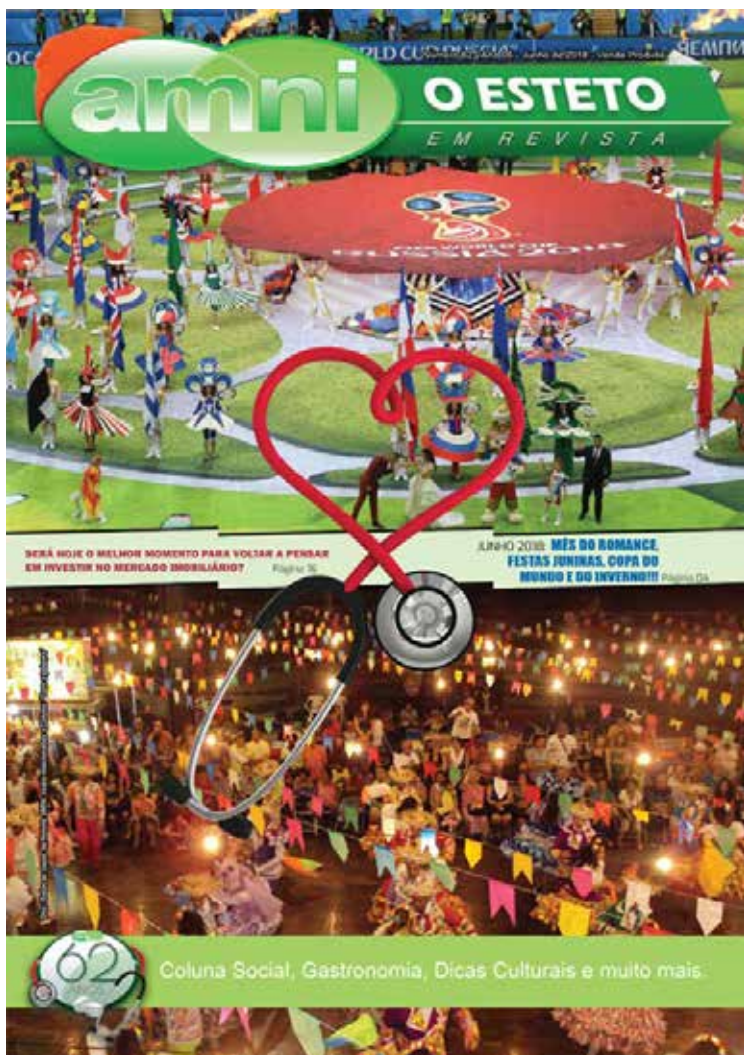
Porque quando alguém ajuda a AMNI, ajuda também a fortalecer

a medicina regional, a acolher profissionais de saúde e a preservar uma instituição que sempre esteve de portas abertas para sua classe e para sua cidade.

A AMNI vive para os médicos.

E vive com os médicos.

Nossa missão sempre foi servir, apoiar, representar e fortalecer aqueles que dedicam suas vidas



melhorias fundamentais para garantir segurança, funcionalidade, conforto e dignidade para todos que utilizam nossa Casa.

E essa não é apenas uma necessidade estrutural. É um compromisso com a continuidade da nossa história.

Preservar a AMNI é preservar a memória da medicina da Baixada Fluminense.

ao cuidado com o próximo.  
 E é exatamente por acreditar profundamente nesse propósito que seguimos firmes, mesmo diante das dificuldades.  
 Seguimos de portas abertas.  
 Seguimos acreditando na força da união.  
 Seguimos acreditando que juntos podemos restaurar, modernizar e revitalizar nossa Casa para que ela continue viva pelos próximos 70 anos.  
 Talvez o maior significado dessa história seja justamente entender que nenhuma instituição



permanece viva sozinha.  
 Ela permanece viva quando existe amor.  
 Quando existe pertencimento.  
 Quando existe responsabilidade coletiva.  
 A AMNI pertence aos médicos.  
 Pertence à nossa história.  
 Pertence à Baixada Fluminense.  
 E continuará existindo enquanto houver pessoas dispostas a cuidar dela como ela sempre cuidou de todos nós.  
 Que abril seja um mês de sensibilidade, união e compromisso.  
 Que possamos olhar para nossa Casa com carinho, responsabilidade e esperança.  
 Porque preservar a AMNI é preservar parte da nossa própria história.  
 Ontem.  
 Hoje.  
 E sempre.

AMNI – 70 anos.  
 A Casa do Médico. Para o Médico.  
 Porque sem os médicos, nós não existimos.



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)**

**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

## TUMORES FIBROSOS

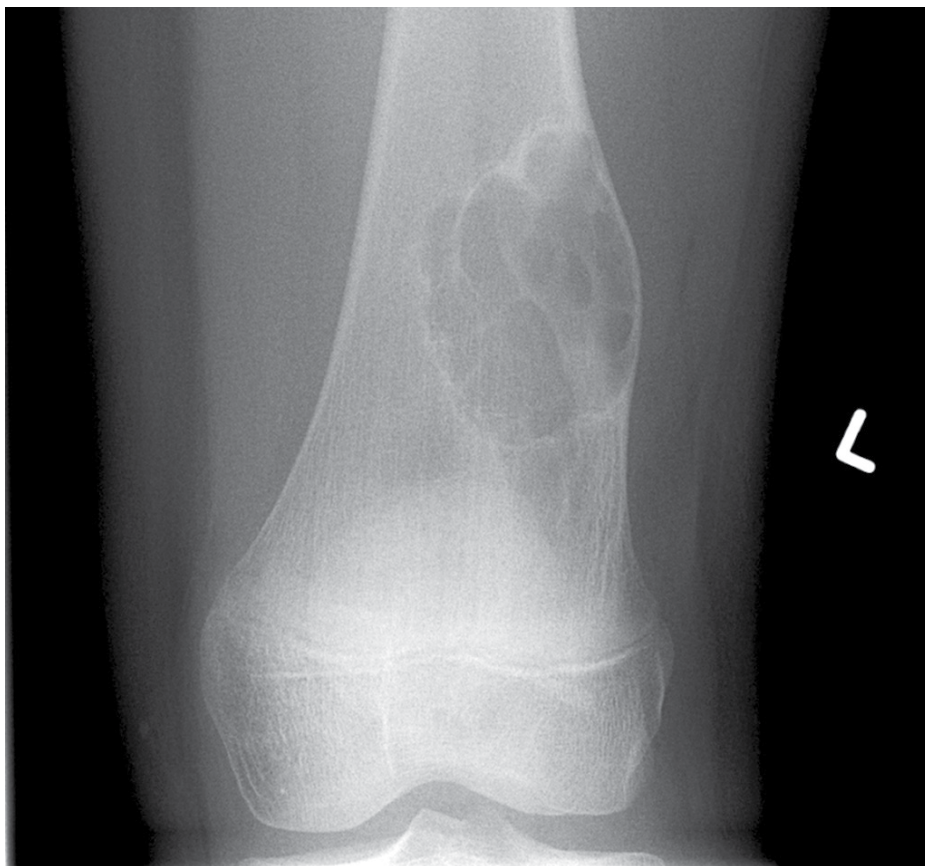
Os **tumores fibrosos no osso** são alterações em que parte do osso é substituída por um tecido parecido com cicatriz (tecido fibroso). Na maioria das vezes, eles são **benignos**, ou seja, não são câncer.

Um exemplo comum é a **displasia fibrosa**, que pode afetar um único osso ou vários. Esses tumores geralmente surgem durante a infância ou adolescência e podem permanecer estáveis por muitos anos.

Muitas pessoas **são assintomáticas** e descobrem o problema por acaso em exames de imagem. Quando há sintomas, os mais comuns são: deformidade do osso, aumento de volume local e dor leve.

O diagnóstico costuma ser feito com exames como radiografia, tomografia ou ressonância magnética. Em alguns casos, pode ser necessário retirar um pequeno fragmento do osso (biópsia) para confirmação.

Outro exemplo de tumor fibroso no osso é o **fibroma não ossificante**. Esse é um dos tumores ósseos benignos mais comuns em crianças e adolescentes. Ele ocorre quando uma pequena área do osso é preenchida por tecido fibroso em vez de tecido ósseo normal. Na maioria dos casos, o fibroma não ossificante: **não causa sinto-**



**mas**, é descoberto por acaso em um raio-X, pode desaparecer sozinho com o crescimento.

Quando é maior, pode enfraquecer o osso e aumentar o risco de fraturas, principalmente após traumas.

O tratamento depende dos sintomas. Quando não há dor ou risco, pode ser apenas acompanhamento. Já nos casos com dor, deformidade ou fraturas, pode ser necessário usar medicamentos ou realizar cirurgia.

De forma geral, o prognóstico é **bom**, especialmente porque a maioria desses tumores não se transforma em câncer e pode ser bem controlada com acompanhamento médico adequado.



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**

## Seguro de Vida: proteção que vai muito além do dinheiro

Falar sobre seguro de vida é, muitas vezes, falar sobre o cuidado com quem amamos, com os nossos planos e com o nosso futuro. Mais do que um benefício financeiro, ele representa tranquilidade em momentos de incerteza e garante que pessoas especiais estejam amparadas diante dos imprevistos.

Muitos ainda associam o seguro de vida à morte, mas ele vai muito além disso. Hoje, existem coberturas que protegem o segurado em vida, em caso de invalidez, doenças graves ou afastamento temporário do trabalho. É um instrumento que preserva a estabilidade financeira e evita que uma eventualidade se transforme em uma crise.

Além disso, o seguro é uma ferramenta de planejamento. Ele pode ser usado para sucessão patrimonial, proteção de sócios em empresas e até como complemento de renda em situações inesperadas.

Ter um seguro de vida não é sinal de pessimismo, mas de

maturidade. É reconhecer que a vida é imprevisível, e que cuidar de quem depende de nós é um gesto de amor e responsabilidade.

**Fernanda Casalini Pileri**

Consultora de Soluções Financeiras  
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

# ABRIL LILÁS: ALERTA AOS HOMENS JOVENS SOBRE CÂNCER DE TESTÍCULO

A campanha Abril Lilás foi criada para conscientizar homens jovens sobre o câncer de testículo, uma neoplasia pouco conhecida, mas que acomete homens entre 15 e 35 anos. A boa notícia é que quando diagnosticado bem no início, este câncer apresenta alta chance de cura, acima de 95%.

Ao promover informação, a campanha incentiva o reconhecimento precoce de sinais e sintomas, além de reforçar a importância do autoexame e da busca por avaliação médica. Devido à alta chance de cura, o conhecimento sobre os sintomas e como é feita a autoavaliação é de grande importância para a população masculina mais jovem.

Esse tipo de tumor se origina, na maioria das vezes, das células germinativas, responsáveis pela produção de espermatozoides e hormônios masculinos. Quando estas células se multiplicam de forma descontrolada, leva à formação do tumor. Se não tratado, o câncer pode se espalhar para outras partes do corpo e se tornar uma condição mais grave.

A autoavaliação é uma prática simples e que deveria ser adotada por todos os homens na faixa etária indicada (15 a 35 anos), mensalmente.



Basta apalpar cada testículo por vez e ficar atento a qualquer alteração de forma, tamanho ou textura.

O sintoma mais comum é o aparecimento de

um nódulo ou aumento de volume do testículo. Também pode ocorrer dor ou sensação de peso. O diagnóstico precoce permite tratamentos menos agressivos e aumenta significativamente as chances de cura.

Abril Lilás reforça que a informação e o cuidado com o próprio corpo salvam vidas. O diagnóstico precoce permite tratamentos mais eficazes e menos agressivos, com altas taxas de cura. Estar atento aos sinais e buscar avaliação médica ao menor sinal de alteração é um passo essencial para um desfecho positivo.



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](http://www.autoiguacu.com.br)

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

Vendedor  
Cristiano



# APNEIA DO SONO E A RELAÇÃO COM A PERDA DE MEMÓRIA

A Apneia do Sono acontece quando a pessoa para de respirar por alguns segundos durante o sono, várias vezes por noite. Essas pausas reduzem a oxigenação do cérebro e fragmentam o descanso, mesmo que a pessoa nem perceba. Ou seja, a pessoa até “dorme”, mas não descansa de verdade.

Com o tempo, isso começa a impactar funções importantes como atenção, concentração e memória. É comum que quem tem apneia relate esquecer compromissos, ter dificuldade para aprender coisas novas ou sentir a mente “lenta” no dia a dia. Isso acontece porque o cérebro precisa de um sono profundo e contínuo para organizar e armazenar informações — e a apneia atrapalha exatamente esse processo.

Durante o sono saudável, o cérebro passa por fases importantes, como o sono profundo e o sono REM, que são essenciais para consolidar a memória. Na apneia, essas fases são interrompidas repetidamente, impedindo que o cérebro “registre” corretamente o que foi vivido ao longo do dia. É como tentar salvar um arquivo várias vezes e o sistema travar antes de concluir.

Além disso, a queda repetida de oxigênio no sangue pode gerar inflamação e estresse no cérebro, prejudicando áreas ligadas à memória e ao raciocínio. A longo prazo, isso pode aumentar o risco de problemas cognitivos e até de doenças neurodegenerativas, como a Doença de Alzheimer.

Mas não é só a memória que sofre. A apneia do sono também está associada a outros problemas de saúde importantes, como hipertensão, doenças cardíacas, ganho de peso, diabetes e



até alterações de humor, como irritabilidade e sintomas de depressão. Muitas pessoas também apresentam sonolência excessiva durante o dia, o que aumenta o risco de acidentes, principalmente no trânsito e no trabalho.

Alguns sinais de alerta incluem ronco alto, pausas na respiração observadas por outra pessoa, engasgos durante o sono, boca seca ao acordar, dor de cabeça pela manhã e cansaço constante. Pessoas com sobrepeso, pescoço mais largo ou histórico familiar têm maior risco, mas a apneia

pode afetar qualquer pessoa — inclusive quem não ronca tanto.

O diagnóstico geralmente é feito por meio de um exame chamado polissonografia, que avalia o sono durante a noite. O tratamento pode incluir perda de peso, mudanças de hábitos, uso de aparelhos intraorais ou o CPAP (um equipamento que ajuda a manter a via aérea aberta durante o sono).

A boa notícia é que, quando tratada corretamente, a apneia pode trazer melhora significativa na memória, na disposição e na qualidade de vida. Muitas pessoas relatam sentir a mente mais clara e produtiva após iniciar o tratamento.

Se você ronca alto, acorda cansado ou percebe falhas frequentes de memória, vale a pena investigar. Dormir bem não é luxo, é necessidade — especialmente para manter o cérebro saudável. 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**

**AMIGO DA CRIANÇA**

WWW.CASADOMENOR.ORG.BR

[/CasadoMenorSaoMiguelArcaujo](#)

[@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](http://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**

# AGO APROVA RESULTADOS DE 2025 E CONFIRMA AVANÇO

Por unanimidade as contas do exercício de 2025 – Relatório da Gestão, Balanço, Demonstrativo da Conta de Sobras e Perdas e Pareceres dos Auditores Independentes e Conselho Fiscal – foram aprovadas pelos cooperados em Assembleia Geral Ordinária (AGO), ocorrida dia 30 de março, no auditório do Hotel Mercure. Reunindo 104 cooperados em formato online e 22 de forma presencial, a AGO demonstrou a concretização da primeira etapa de reestruturação financeira da operadora e ampliação dos recursos próprios, pautados pelo rigor técnico, pela transparência e pelo foco na sustentabilidade.

Após o anúncio dos membros eleitos para o Conselho Fiscal, mandato 2025/2026, a diretoria executiva deu seguimento à apresentação dos resultados. Foram destacados a boa performance do trabalho de retenção e recuperação de clientes e a evolução dos recursos próprios. Outros pontos também foram apresentados: taxas de sinistralidade (contratos PJ, PF e Adesão), evolução da produção cooperada (local e intercâmbio), evolução da produção dos serviços e recursos próprios, evolução do capital social e patrimônio



Diretoria executiva conduz assembleia com total transparência



Presidente anuncia membros eleitos para o Conselho Fiscal mandato 2025-2026

dos cooperados, além do resultado operacional bruto e líquido.

Questões relacionadas à operação financeira Sale And Leaseback; aspectos do Termo de Assunção de Obrigações Econômico-Financeiras – TAOEF, que cumpre Resolução Normativa 523; as regras mais rígidas de governança e compliance, assim como os desafios ainda enfrentados com o intercâmbio federativo mereceram esclarecimentos mais detalhados.

O ano de 2025 concretizou relevante ampliação dos recursos próprios da cooperativa: abertura de mais dois laboratórios (Unidade Nova Iguaçu II e Belford Roxo), inauguração da primeira fase do Hospital Regional Metropolitano com o Centro de Diagnóstico por Imagem e reestruturação da Central de Relacionamento com o Cliente (CRC).

Para 2026, o Conselho de Administração prosseguirá com a abertura das próximas fases do hospital, assim como concluirá o projeto de expansão da Central de Terapias (TEA) implementando laboratório especializado para coleta em crianças especiais.

## Conselho Fiscal (2025/2026)

### Titulares

Newman Teixeira de Nigro - 81 votos  
Gustavo Resse Lascasas Serapião - 81 votos  
Rosângela Almeida Peixoto Berçot - 77 votos

### Suplentes

Sessin Akl Gajar - 62 votos  
Andrea Filomena Baccaro Sanches - 41 votos  
Joaquim Henrique Taranto Pereira - 38 votos



Cooperados, presentes e online, aprovam por contas apresentadas



AGO destacou a primeira etapa de reestruturação financeira da operadora

# CORRETORA METROPOLITANA: NASCE UM NOVO RECURSO PRÓPRIO

A Unimed Nova Iguaçu dá mais um passo estratégico rumo à ampliação de seus negócios e ao fortalecimento de sua sustentabilidade com o lançamento da Corretora Metropolitana. A nova empresa nasce com o propósito de diversificar o portfólio da operadora e ampliar sua atuação no mercado, agregando valor ao ecossistema da cooperativa.

A Corretora Metropolitana passa a operar de forma complementar as atividades já desenvolvidas pela Unimed Nova Iguaçu, oferecendo soluções em seguros para diferentes perfis de clientes. A iniciativa acompanha uma tendência de mercado em que operadoras de saúde buscam expandir suas frentes de atuação, garantindo maior solidez financeira e novas oportunidades de crescimento.

O portfólio da corretora é amplo e contemplam produtos como seguros odontológicos, residenciais, de vida, previdência, acidentes pessoais, viagens, responsabilidade civil, assistência funeral, proteção patrimonial, diária por incapacidade temporária, além de opções mais específicas, como seguro para bicicletas e celular. Essa diversidade permite atender pessoas físicas e jurídicas, ampliando significativamente o alcance da atuação comercial.

De acordo com Joé Sestello, a criação da corretora



representa um movimento estratégico importante. “A cooperativa inaugura uma nova fase, marcada pela diversificação de receitas e pelo seu fortalecimento. O universo de relacionamento da cooperativa faz a corretora nascer com ótimas

perspectivas e amplia nossa presença no mercado, com o endosso da marca Unimed”, destaca o presidente.

Saiba mais: <https://www.unimed.coop.br/site/web/novaiguacu/corretora>

## CORRETORES PARCEIROS VISITAM HOSPITAL DA COOPERATIVA

Com o objetivo de estreitar o relacionamento com parceiros estratégicos e apresentar a estrutura do novo recurso próprio da operadora, o setor de Mercado promoveu um encontro com corretores externos, entre os dias 17 e 26 de março, na sede do Hospital Regional Metropolitano.

Durante a programação, os participantes realizaram um tour guiado pelos principais ambientes do complexo hospitalar, incluindo quartos de inter-

nação, Unidade de Terapia Intensiva (UTI), centro cirúrgico, centro de diagnóstico por imagem e a nova central de relacionamento com o cliente. Encantados com a qualidade e a modernidade das instalações, os corretores aproveitaram a oportunidade para aprofundar conhecimentos sobre os diferenciais da operadora, além de registrar o momento com fotos e interagir com a equipe. A iniciativa proporcionou uma visão completa da estrutura e dos serviços oferecidos.

As administradoras mantêm uma sólida parceria com a cooperativa fluminense, com forte atuação na comercialização de planos de saúde PME – segmento que possui grande relevância financeira e estratégica para a sustentabilidade da carteira de clientes e da operadora. A ação reforça o compromisso da diretoria executiva em investir em relacionamento, transparência e valorização de seus parceiros comerciais, fortalecendo ainda mais sua presença no mercado.



Vendedores se surpreendem com o alto padrão de qualidade do complexo hospitalar



O tour incluiu quartos, UTI, centro de imagem e outras dependências

# ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL É TEMA DE PALESTRA NA EMBELLEZE

A promoção da saúde e da qualidade de vida segue como prioridade para o Núcleo de Atenção à Saúde da Unimed Nova Iguaçu, que realizou, no dia 19 de março, mais uma importante ação junto à empresa cliente Embelleze. Desta vez, a iniciativa foi voltada à conscientização dos colaboradores sobre a importância da alimentação saudável para a saúde renal e o controle do peso.

A palestra destacou a obesidade como um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças renais, reforçando a necessidade de adoção de hábitos alimentares equilibrados e um estilo de vida mais saudável. Também foram discutidas as doenças associadas à obesidade e as necessidades nutricionais diárias, trazendo orientações práticas que podem ser facilmente incorporadas à rotina dos colaboradores.

– A ação cumpriu seu propósito de informar, conscientizar e incentivar mudanças positivas no dia a dia dos participantes, reforçando o compromisso da Unimed Nova Iguaçu com a promoção da saúde integral. Iniciativas como essa fortalecem a parceria com a Embelleze e demonstram o valor do cuidado preventivo, contribuindo para o bem-estar e a qualidade de vida dos colaboradores – declara o vice-presidente Jorge Luiz Andrade.

## MÊS DA MULHER É CELEBRADO COM AÇÕES VOLTADAS AO EMPODERAMENTO E VALORIZAÇÃO FEMININA

Ao longo do mês de março, a Unimed Nova Iguaçu promoveu uma programação especial em celebração ao Mês da Mulher, reafirmando seu compromisso com a valorização feminina e o fortalecimento do protagonismo das mulheres no ambiente de trabalho. Com o tema inspirador “Ela Pode!”, as ações foram conduzidas pelo setor de Gestão de Pessoas e envolveram colaboradoras das sedes Administrativa e Comercial.

Mais do que uma agenda comemorativa, a iniciativa reforça um pilar essencial da organização: o reconhecimento do papel estratégico das mulheres na construção diária da singular. Atualmente, elas representam 283 colaboradoras, o que corresponde a 67% do corpo funcional. Além disso, 55% ocupam posições de liderança, conduzindo equipes com competência, sensibilidade e dedicação – atributos que contribuem diretamente para a excelência dos serviços prestados.

A programação teve início nos dias 9 e 10 de março, com momentos de cuidado e integração. As colaboradoras puderam desfrutar de sessões de massagens relaxantes, além de um coffee break especial preparado para promover acolhimento e bem-estar. Um espaço instagramável também foi disponibilizado, incentivando a troca, o registro e o fortalecimento dos laços entre as equipes.



Na cooperativa elas correspondem a 67% do corpo funcional

Dando continuidade às ações, no dia 20, foi realizada a palestra “Vista-se de Autoestima: Quando a Mulher se Reconhece, Tudo Muda!”, conduzida pela consultora Elizete Barroso de Castro. O encontro proporcionou reflexões profundas sobre autoconfiança, identidade e valorização pessoal, gerando forte engajamento entre as participantes. Para encerrar o mês de forma simbólica e afetiva, no dia 31, a diretoria executiva presenteou todas as colaboradoras, em um gesto de reconhecimento pelo papel fundamental que desempenham no dia a dia da instituição. Segundo a analista do setor de Gestão de Pessoas, Fabiana Ribeiro, o principal objetivo das

ações foi evidenciar a força feminina dentro e fora do ambiente corporativo. “Queríamos mostrar que cada mulher, com sua força e obstinação, tem a coragem necessária para se cuidar e realizar o que quiser. A palestra, por exemplo, foi simplesmente impactante. Muitas disseram que o tema foi um verdadeiro divisor de águas”, destacou.

A Unimed Nova Iguaçu segue comprometida em promover um ambiente cada vez mais inclusivo, respeitoso e inspirador, onde as mulheres são protagonistas de suas trajetórias e agentes fundamentais na construção de uma saúde mais humana e de qualidade.



A palestrante Elizete de Castro ressalta o poder interno feminino



A programação contou com mimos e cuidados especiais para relaxar

# SUSTENTABILIDADE QUE TRANSFORMA: INICIATIVAS GERAM IMPACTO AMBIENTAL E SOCIAL

A Unimed Nova Iguaçu segue fortalecendo seu compromisso com a sustentabilidade e a responsabilidade social por meio de iniciativas que geram impacto real na comunidade e no meio ambiente. Mais do que promover saúde, a cooperativa reafirma diariamente seu propósito de contribuir para uma sociedade mais consciente, solidária e sustentável.

Um dos destaques recentes vem do Hospital Regional Metropolitano, que já destinou mais de 1 tonelada de papelão para reciclagem. A ação transforma resíduos que seriam descartados em benefícios concretos, contribuindo tanto para a preservação ambiental quanto para o apoio a instituições parceiras. A iniciativa reforça a importância da gestão responsável de resíduos e demonstra como práticas simples podem gerar resultados significativos quando há engajamento e propósito.

No campo social, a cooperativa também mobilizou seus colaboradores em uma ação especial de Páscoa, levando alegria a diversas crianças da região de abrangência. Por meio de uma campanha interna, foram arrecadados 354 chocolates, distribuídos entre 08 instituições, impactando centenas de crianças. A iniciativa evidencia a força do cooperativismo e do engajamento coletivo, transformando solidariedade em momentos de afeto e cuidado.



Essas ações refletem uma visão ampliada de sustentabilidade, que vai além das questões ambientais e incorpora também o compromisso com o desenvolvimento social e humano. As iniciativas, na opinião do vice-presidente e diretor da pasta, Jorge Luiz Andrade, traduzem, na prática, os valores da cooperativa: “As ações de sustentabilidade da cooperativa refletem o nosso

compromisso em ir além da assistência à saúde. Quando conseguimos unir cuidado com o meio ambiente e impacto social positivo, estamos cumprindo o verdadeiro papel do cooperativismo. Cada colaborador engajado e cada iniciativa realizada representam um passo importante na construção de uma sociedade mais consciente, solidária e sustentável.”

## Da prevenção ao tratamento, a Unimed Nova Iguaçu está ao seu lado em todas as etapas do cuidado.

Com **estrutura própria**, oferecemos mais **agilidade**, **integração** e **qualidade** para você.

Centro de Atendimento Multidisciplinar

Espaço Cuidar Bem - Centro de Imagem

Espaço Cuidar Bem - Laboratório

Espaço Cuidar Bem - Centro de Imagem

Espaço Cuidar Bem - Centro Oncológico

Espaço Cuidar Bem - Centro de Imagem

**Venha fazer parte do melhor plano de saúde da região.**

**Central de Vendas**  
(21) 2667-2060

## OBESIDADE E CÂNCER

A obesidade está associada a um aumento do risco de câncer, incluindo câncer endometrial, esofágico, gástrico, renal, colorretal, hepático, de vesícula biliar, pancreático, de próstata, de mama pós-menopausa, ovariano e tireoideano. Sobrepeso e obesidade respondem por aproximadamente 10% dos novos diagnósticos de câncer por ano nos Estados Unidos e por até 50% de certos tipos de câncer, como os endometriais e hepatobiliares. O tecido adiposo se acumula devido a uma combinação de fatores, incluindo excesso de ingestão calórica, dietas com baixa densidade nutricional (por exemplo, alta ingestão de carboidratos simples como monossacarídeos), falta de atividade física e predisposição genética.

Muitos cânceres associados à obesidade, como o câncer de mama, próstata e melanoma, ocorrem em tecidos que estão em estreita proximidade com o tecido, sugerindo que o excesso de adiposidade pode ser um fator de risco para câncer independente do IMC.

O excesso de gordura corporal provoca um estado de inflamação crônica e aumento nos níveis de determinados hormônios, que promovem o crescimento de células cancerígenas.

O câncer geralmente leva a perda de peso involuntária e rápida (emagrecimento) devido ao consumo de energia pelo tumor, inflamação e falta de apetite, quadro conhecido como caquexia.



A obesidade ou o excesso de gordura corporal

representam um grande desafio global para a saúde, estando associada não apenas ao diabetes mellitus e as doenças cardiovasculares, mas também sendo um importante fator de risco para o desenvolvimento e a mortalidade relacionados a um subgrupo de cânceres. O excesso de gordura corporal resulta em um aumento de aproximadamente 17% no risco de mortalidade específica por câncer. A relação entre obesidade e o risco associado ao desenvolvimento e a recorrência do câncer não é totalmente compreendida e envolve alterações no metabolismo de ácidos graxos. Exercícios estruturados, em combinação com suporte dietético e terapia comportamental, são intervenções eficazes.

A obesidade aumenta o risco e a mortalidade por câncer.



ESCRITO POR:

**Dr. Renato  
Ramos Pinheiro**

Endocrinologista



### Impressão Offset

- Prontuários e fichas de pacientes
- Blocos de anamnese e atestados
- Cartões de agendamento
- Pasta personalizada para documentos



Blocos e atestados



Receituários personalizados



Envelopes para exames



### DESCONTOS EXCLUSIVOS

Para médicos membros da Associação de Nova Iguaçu



**(21) 96417-8381**  
Rua Presidente Vargas 106,  
Comendador Soares - Nova Iguaçu

# SAFRA IMPORTA SEMPRE?

Salve, salve!

É sempre um prazer escrever para a coluna Vinhos e Prazeres da Revista da Associação dos Médicos de Nova Iguaçu.

“Vinho, quanto mais velho, melhor?”

Essa é, talvez, a frase mais repetida quando o assunto é vinho. E a resposta é simples: nem sempre.

Esse é um dos mitos mais comuns. Diferente do que muita gente imagina, o vinho não melhora automaticamente com o tempo. Na verdade, a maioria dos vinhos disponíveis no mercado é feita para ser consumida jovem, valorizando frescor, fruta e leveza.

E é aqui que entra uma distinção importante: vinhos jovens e vinhos de guarda.

Os vinhos jovens são pensados para consumo mais rápido, geralmente poucos anos após a safra. São mais diretos, frutados e acessíveis. Nesses casos, o tempo não é aliado — pode, inclusive, prejudicar o vinho. Por isso, a escolha mais segura costuma ser sempre a safra mais recente. Já os vinhos de guarda seguem outra lógica. São elaborados com estrutura suficiente para evoluir ao longo dos anos, seja pela presença de taninos, acidez ou concentração. Com o tempo, esses vi-



nhos se transformam: a fruta fresca dá lugar a aromas mais complexos, como especiarias, couro e frutas secas. Aqui, o envelhecimento pode, sim, agregar valor — desde que o vinho tenha sido feito para isso.

E onde entra a safra?

A safra indica o ano da colheita e pode ter maior ou menor impacto dependendo do estilo do vinho. Em vinhos jovens, essa diferença costuma ser pequena. Já em vinhos de guarda, as condições climáticas de cada ano influenciam diretamente o resultado, tornando algumas safras mais equilibradas que outras.

Outro ponto essencial é o produtor. Bons produtores conseguem manter consistência mesmo em anos mais difíceis, ajustando o processo conforme o clima. Por isso, muitas vezes, conhecer o produtor é mais importante do que focar apenas no ano.

No fim das contas, a pergunta correta não é se o vinho é velho ou novo, mas sim se ele foi feito para envelhecer.

Entender isso faz toda a diferença — e garante que cada garrafa seja aproveitada no seu melhor momento.

Um brinde às boas escolhas e às taças no tempo certo!



ESCRITO POR:

**Vini Carta**

Sommelier

Empresário da gastronomia, especialista em vinhos do Reservado Restaurante e Adega.  
Instagram: @vinicarta 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.*

Instagram: arydescontabilidade\_oficial  
(21) 2667-1286 / (21) 2667-3358

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

# PREFEITURA DE NOVA IGUAÇU INAUGURA CENTRO VOLTADO AO DESENVOLVIMENTO DA PRIMEIRA INFÂNCIA

A Prefeitura de Nova Iguaçu inaugurou, na segunda-feira (09/03), no bairro Rancho Novo, o Centro de Referência e Serviços para o Crescimento e Desenvolvimento da Primeira Infância (CRESCER). O novo equipamento público, vinculado à Secretaria Municipal de Assistência Social (SEMAS), é voltado ao atendimento de crianças de 0 a 6 anos, além de suas famílias e cuidadores, com foco no fortalecimento do desenvolvimento infantil e na proteção social de famílias em situação de vulnerabilidade.

Integrado à Política Nacional de Assistência Social, o CRESCER atuará em articulação com o Sistema Único de Assistência Social (SUAS) e outras políticas públicas, como educação, saúde e direitos humanos. O espaço foi criado para pro-

mover o desenvolvimento infantil, prevenir violações de direitos, apoiar a parentalidade positiva e fortalecer os vínculos familiares.

A iniciativa faz parte das ações da Prefeitura de Nova Iguaçu para ampliar a rede de proteção social no município, com foco no cuidado integral às crianças e no apoio às famílias em situação de vulnerabilidade. “A primeira infância é uma fase decisiva para o desenvolvimento humano.



Com o CRESCER, vamos oferecer um espaço de acolhimento, estímulo ao aprendizado e apoio às famílias, fortalecendo vínculos e garantindo mais proteção social às crianças que mais precisam”, destacou a secretária municipal de Assistência Social, Elaine Medeiros.

As inscrições para participar das atividades foram abertas nesta terça-feira (10) e devem ser feitas presencialmente no próprio CRESCER até sexta (13), das 10h às 16h. O equipamento fica na

Rua dos Comerciantes, nº 164, no bairro Rancho Novo. Podem se inscrever famílias com gestantes, crianças de até 6 anos e seus cuidadores, especialmente aquelas em situação de vulnerabilidade socioeconômica, beneficiárias de programas de transferência de renda, com histórico ou risco de violação de direitos ou com fragilização de vínculos familiares.

A unidade terá capacidade para atender até 24 crianças por dia, sendo 12 por turno, nos períodos da manhã e da tarde. Entre as atividades oferecidas estão reforço escolar e clube de leitura. Inicialmente, o espaço irá funcionar duas vezes por semana, sempre às segundas e quintas-feiras, das 9h às 17h.

## HOSPITAL GERAL DE NOVA IGUAÇU É RECONHECIDO ENTRE AS MELHORES UTIS DO BRASIL

O Hospital Geral de Nova Iguaçu (HGNI) passou a integrar o grupo das melhores UTIs do Brasil. O Centro de Terapia Intensiva da unidade foi reconhecido com a premiação “UTI Top Performer 2026”, organizada pela Epimed Solutions em parceria com a Associação de Medicina Intensiva Brasileira (AMIB), que reúne os hospitais com melhor desempenho no atendimento a pacientes críticos no país.

Segundo a AMIB, a certificação tem como objetivo reconhecer unidades que alcançam melhores resultados assistenciais e estimular a melhoria contínua da qualidade da terapia intensiva no país. A certificação é baseada em dados do Registro Nacional de Terapia Intensiva, que avalia indicadores como qualidade da assistência, perfil dos pacientes e desfechos clínicos.

A premiação integra uma avaliação mais ampla, que contempla quatro categorias e reconheceu, ao todo, 332 hospitais com UTIs de excelência em 2026. O principal destaque desta edição foi o crescimento de 29,3% na participação de unida-

des públicas entre as certificadas, em relação ao ano anterior, indicando um avanço na qualidade do atendimento prestado pelo Sistema Único de Saúde. Dentro desse cenário, o HGNI está entre os 217 hospitais selecionados na categoria Top Performer, sendo um dos 36 da rede pública. Na Baixada Fluminense, é um dos três hospitais públicos a conquistar o selo.

Atualmente o hospital conta com 44 leitos de terapia intensiva, distribuídos entre três CTIs e a unidade pós-operatória, atendendo casos de média e alta complexidade de toda a Baixada Fluminense.

Para o secretário municipal de Saúde, Luiz Carlos Nobre Cavalcanti, o reconhecimento reflete o trabalho das equipes e a estrutura da unidade.

“Esse resultado mostra a capacidade do hospital de oferecer um atendimento qualificado mesmo diante de uma demanda elevada. O cuidado com o paciente crítico exige organização, equipe preparada e estrutura adequada, e o HGNI tem se consolidado como referência nesse tipo de assistência”, afirmou.



### Segurança do Paciente

Em 2025, o HGNI também foi reconhecido pela Epimed Solutions, em parceria com o Instituto Brasileiro para Segurança do Paciente (IBSP), com o Selo Segurança do Paciente. A certificação destaca instituições que adotam boas práticas na gestão de incidentes e na melhoria contínua dos processos assistenciais. Ambos os reconhecimentos reforçam a consistência de um trabalho integrado e alinhado entre os diferentes setores da unidade.

# AULAS DE DEFESA PESSOAL FORTALECEM AUTONOMIA E SEGURANÇA DE MULHERES EM NOVA IGUAÇU



Uma experiência de violência doméstica vivida há duas décadas transformou a vida da cabeleireira Yuri Lúcia Burity Nakamura, hoje com 54 anos. Após ser agredida pelo então marido na frente do filho de apenas 10 anos, ela decidiu romper o relacionamento e reconstruir a própria história. Anos depois, encontrou nas aulas gratuitas de Defesa Pessoal Feminina, oferecidas pela Prefeitura de Nova Iguaçu, uma forma de resgatar a autoconfiança e se sentir mais segura. “Foi uma situação que me marcou muito. Nenhuma mulher merece ser agredida. Hoje encontro segurança ao aprender a me defender”, afirma. Há três meses, Yuri passou a frequentar as aulas na Vila Olímpica de Nova Iguaçu. Como ela, cerca de 20 mulheres de diferentes idades participam da atividade, que reúne técnicas de artes



marciais e orientações práticas para prevenção e reação em situações de violência.

Durante os treinos, as alunas aprendem movimentos de defesa e estratégias para se desvencilhar de possíveis agressões. “Aprendi gol-

pes como o jab direto e técnicas para me soltar quando alguém me segura. Mesmo sabendo que o homem pode ser mais forte, existem movimentos que ajudam a imobilizar ou afastar o agressor”, conta. Mais do que ensinar golpes, o projeto busca desenvolver autoconfiança, atenção ao ambiente e postura diante de situações de risco. As aulas são destinadas a mulheres a partir dos 16 anos. A professora de defesa pessoal Andreza Martins explica que o foco da atividade é a proteção em casos de violência, e não o enfrentamento de assaltos.



“O objetivo não é ensinar desarmamento ou confronto em roubos. Trabalhamos prevenção e reação em situações de agressão. A mulher aprende a manter postura, não dar as costas para o agressor e agir quando necessário para sair de uma situação de risco”, explica.

Além das técnicas físicas, as participantes recebem orientações de segurança para o cotidiano, como evitar locais isolados, observar o entorno e adotar cuidados ao utilizar carros de aplicativo. Segundo Andreza, muitas mulheres chegam às aulas após vivenciarem episódios de violência ou



tentativas de agressão. Ao longo das atividades, porém, o que se observa é uma transformação emocional.

“Muitas chegam inseguras, vulneráveis, achando que não são capazes de se defender. Com o tempo, ganham confiança e percebem que podem reagir. A aula acaba funcionando também como uma espécie de terapia, porque fortalece a autoestima”, afirma.

As aulas de Defesa Pessoal Feminina acontecem às terças e quintas-feiras, das 15h às 16h, na Vila Olímpica de Nova Iguaçu, na Rua Luís de Lima, 288, no Centro. As inscrições devem ser feitas diretamente no local, sempre na primeira semana de cada mês, nas segundas, terças e quintas-feiras, das 8h às 17h.

Atualmente, mais de 1.200 alunos estão matriculados nas atividades esportivas da Vila Olímpica.



## NOVA IGUAÇU AMPLIA FROTA DO SAMU COM A CHEGADA DE TRÊS NOVAS AMBULÂNCIAS

Nova Iguaçu vai ampliar a frota do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU) com a chegada de três novas ambulâncias. Os veículos foram entregues na quinta-feira (26/03), pelo Ministério da Saúde. A previsão é que mais três ambulâncias cheguem nos próximos meses. Com isso, o município aumentará a frota, chegando, neste primeiro momento, a 16 veículos



em operação, e, posteriormente, pode alcançar 19 ambulâncias, agilizando o atendimento em ocorrências de urgência e emergência.

A entrega faz parte de um pacote de investimentos do Governo Federal para fortalecer o Sistema Único de Saúde (SUS) no estado do Rio de Janeiro. As ambulâncias foram entregues em um evento do Ministério da Saúde.

Somente neste ano, o SAMU de Nova Iguaçu já recebeu mais de 30 mil chamados, sendo mais de 24 mil atendimentos realizados com o uso de ambulâncias. Com a ampliação da frota, a expectativa é reduzir o tempo de resposta e ampliar a cobertura, especialmente em casos de maior gravidade.

“Esse investimento reforça o compromisso com a ampliação e a qualificação da rede de saúde,



garantindo um atendimento mais eficiente e seguro para a população iguaçuana. Com o aumento da frota, o socorro médico chega mais rápido, pois quando se trata de salvar vidas, cada minuto é crucial”, afirmou o secretário municipal de Saúde, Luiz Carlos Nobre Cavalcanti.

# CLÍNICA Leve **GUIDA**

UNIDADE  
**NOVA IGUAÇU**

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

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

# PREFEITURA DE NOVA IGUAÇU E INSTITUTO AYRTON SENNA ACELERAM APRENDIZAGEM E JÁ MOSTRAM RESULTADOS NA REDE MUNICIPAL

A educação de Nova Iguaçu está em ritmo acelerado — e os primeiros resultados já aparecem. A Prefeitura, por meio da Secretaria Municipal de Educação (SEMED), apresentou, na sexta-feira (20/03), o balanço do primeiro ano da parceria com o Instituto Ayrton Senna, que tem impulsionado a rede municipal na aprendizagem dos alunos. O evento, realizado no auditório da SEMED, reuniu gestores, educadores e autoridades para apresentar os resultados da parceria iniciada em 2025. A iniciativa já impacta quase 50 mil alunos, com foco na recomposição da aprendizagem, alfabetização e correção da distorção idade-série.

Nova Iguaçu se destacou em seu primeiro ano no projeto ao adotar uma postura ousada. Ele foi o único município do país a enviar 100% dos dados educacionais ao Instituto, permitindo um diagnóstico preciso e a definição de estratégias mais eficazes para o avanço dos estudantes.

“Nós conseguimos evoluir bem já neste primeiro ano de parceria. Esta mudança, que está apenas começando, é fruto de um excelente trabalho de diagnóstico, planejamento e execução da Secretaria de Educação em conjunto com o Instituto Ayrton Senna”, afirmou o prefeito Dudu Reina, que se emocionou durante sua fala.

Vice-presidente do Instituto Ayrton Senna, Ewerthon Fulini comparou o uso de dados a um sistema de telemetria educacional. “Só conseguimos corrigir rotas quando conhecemos os dados. Em poucos meses, já aumentamos a taxa de aprovação e reduzimos a distorção idade-série em Nova Iguaçu”, destacou. Segundo ele, o município tem potencial para ir ainda mais longe: “Acreditamos que pode se tornar um case de sucesso não só no estado do Rio de Janeiro, mas em todo o Brasil”.

## Soluções educacionais

Os primeiros resultados mostram que a rede municipal de ensino está aprimorando seu desempenho em diferentes frentes. O programa Se



Liga, voltado à correção da distorção entre idade e série, apresentou avanços importantes em apenas quatro meses. Houve redução significativa dos estudantes nos níveis mais baixos de Língua Portuguesa — de 60% para 36% — e aumento expressivo no hábito de leitura, que passou de 1,5 para 3,9 livros por aluno.

O Acelera Brasil também apresentou evolução consistente, com melhoria no desempenho da escrita, avançando de 38% para 58%, além da ampliação da leitura entre os estudantes, que saltou de 2,3 para 4,4 livros por aluno. Nos anos finais, o Fórmula da Vitória tem atuado diretamente na melhoria da Língua Portuguesa, contribuindo para reduzir a reprovação e a exclusão escolar. Juntas, as iniciativas funcionam de forma integrada para elevar o rendimento escolar.

Outros programas aplicados na rede municipal incluem o Gestão Nota 10, que fortalece a atuação de diretores e lideranças escolares, garantindo melhor acompanhamento de metas e indicadores, e o Circuito 360, voltado aos anos iniciais com foco na educação integral e na gestão da aprendizagem. As iniciativas integram o Plano Anual 2026 do Instituto Ayrton Senna, apresen-

tado pelo Ministério da Cultura por meio da Lei de Incentivo à Cultura.

“A educação do nosso município tem trabalhado de maneira mais integrada, como rede, compreendendo os dados e fortalecendo pontos estratégicos para alcançar resultados cada vez mais positivos”, destacou a secretária municipal de Educação, Virginia Rocha, ressaltando o papel decisivo dos professores. “O envolvimento deles tem crescido e impactado diretamente o desempenho dos nossos alunos”.

Entre os exemplos dessa transformação está o estudante Gabriel Santana Teixeira, ex-aluno da rede municipal e atualmente aprovado no Cefet. Ele credita parte da conquista ao Instituto Ayrton Senna. “O programa Fórmula da Vitória foi muito importante para mim, pois contribuiu no meu aprendizado e na forma de estudar. Tive apoio da escola e do Instituto, e isso foi fundamental para a minha aprovação”, afirmou.

Pai de Gabriel, o técnico em manutenção de máquinas de lavar Bruno Teixeira também esteve presente no evento, onde acompanhou a homenagem ao filho e celebrou o impacto do projeto, que, segundo ele, vai além da sala de aula. “Eu vi a evolução dele não só na escola, mas como pessoa. Ele ficou mais responsável e mais focado”. O balanço positivo do primeiro ano da parceria entre a Prefeitura de Nova Iguaçu e o Instituto Ayrton Senna demonstra que o município não apenas avançou com consistência, mas também se posiciona para alcançar novos patamares. “Não tenho dúvida de que, ao chegarmos a 2028, Nova Iguaçu estará em um novo nível educacional, transformando a vida das nossas crianças e de suas famílias”, projetou o prefeito Dudu Reina.



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

# COMO EVITAR O EFEITO REBOTE?

*O caminho para um emagrecimento duradouro e saudável*

Se você já perdeu peso e depois recuperou tudo, ou até mais, saiba que não está sozinho. Esse fenômeno, conhecido como efeito sanfona, é muito comum e está diretamente ligado à forma como o emagrecimento é conduzido. A boa notícia? É possível evitar esse ciclo. E o segredo não está em dietas radicais, mas sim em mudanças consistentes e sustentáveis.

## Por que o efeito sanfona acontece?

O nosso corpo é programado para sobreviver. Quando você faz uma dieta muito restritiva, com pouca ingestão de calorias, o organismo interpreta isso como um “período de escassez”.

### Como resposta, ele:

- Desacelera o metabolismo
- Economiza energia
- Aumenta a tendência de acumular gordura

Quando a dieta termina e a alimentação volta ao normal, o corpo continua nesse “modo economia”, favorecendo o ganho de peso, muitas vezes maior do que antes.

## Mais do que estética: os riscos do efeito sanfona

Além da frustração emocional, o efeito sanfona pode trazer consequências reais para a saúde:

- Aumento do colesterol ruim
- Hipertensão
- Maior risco de doenças cardíacas
- Problemas renais
- Enfraquecimento do sistema imunológico
- Flacidez e estrias

Ou seja: não é só sobre peso, é sobre saúde como um todo.



## O que realmente funciona?

Esqueça soluções rápidas. O caminho mais eficaz é a reeducação alimentar, combinada com hábitos saudáveis e consistentes.

### Isso significa:

- Comer melhor, não necessariamente menos
- Respeitar o tempo do corpo
- Construir uma rotina sustentável

## Estratégias práticas para evitar o efeito rebote

### 1. Evite dietas restritivas

Cortes radicais ativam mecanismos de defesa do organismo e aumentam as chances de recuperar o peso.

### 2. Emagreça de forma gradual

Perder cerca de 0,5 kg a 1 kg por semana permite que o corpo se adapte sem entrar em “modo de economia”.



ANSIEDADE

### 3. Invista em musculação

Exercícios de força ajudam a preservar a massa muscular, essencial para manter o metabolismo ativo.

### 4. Priorize alimentos de verdade

#### Dê preferência a:

- Proteínas magras (frango, peixe, ovos)
- Fibras (frutas, legumes, integrais)
- Gorduras boas

Esses alimentos aumentam a saciedade e ajudam no controle da fome.

### 5. Cuide do emocional

Estresse e ansiedade influenciam diretamente o comportamento alimentar e os hormônios.



Invista em exercícios

## 6. Durma bem

Poucas horas de sono aumentam o cortisol e favorecem o acúmulo de gordura.

## 7. Hidrate-se

A água ajuda na saciedade e no bom funcionamento do organismo.

## Preciso comer de 3 em 3 horas?

Essa estratégia pode ajudar algumas pessoas a controlar a fome, mas não é uma regra universal. O mais importante é:

- Evitar longos períodos sem comer
- Não chegar nas refeições com fome excessiva
- Manter regularidade alimentar

## O que evitar no dia a dia

- Pular refeições
- Cortar completamente grupos alimentares (como carboidratos)
- Uso de medicamentos sem orientação médica
- Excesso de ultraprocessados
- Comer rápido e sem atenção



Emagreça de forma gradual

## E o papel da saúde intestinal?

### Um intestino saudável contribui para:

- Melhor controle do apetite
- Maior sensibilidade à insulina
- Melhor absorção de nutrientes

Ou seja, cuidar da microbiota também faz parte do processo.

### A importância do acompanhamento profissional

#### Cada organismo é único. Por isso, contar com apoio especializado faz toda a diferença:

- Nutricionistas
- Médicos (endocrinologistas ou nutrólogos)
- Psicólogos

Eles ajudam a criar um plano individualizado e sustentável.

### Em resumo

**Evitar o efeito sanfona não depende de força de vontade extrema, depende de estratégia.**



- Troque dietas restritivas por reeducação alimentar
- Emagreça com calma
- Mantenha hábitos consistentes
- Cuide do corpo e da mente

Porque, no fim das contas, emagrecer de verdade não é sobre perder peso rápido, é sobre não precisar recomeçar toda hora.



EFEITO SANFONA



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**

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

**CONVÊNIOS**

CASSI | grupo caberj | gama | GEAP | Mediservice | JATOSAN | Unimed | fl

# ABRIL AZUL: O MÊS DA CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE O AUTISMO

O mês de abril carrega uma cor especial: o azul. Esta tonalidade não é apenas estética, mas um símbolo global de conscientização, respeito e inclusão para milhões de pessoas que convivem com o Transtorno do Espectro Autista (TEA). No dia 02 de abril, celebramos o Dia Mundial de Conscientização sobre o Autismo, uma data instituída pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 2007 para lançar luz sobre uma condição que, embora cada vez mais diagnosticada, ainda enfrenta barreiras de preconceito e desinformação.

Como médico, vejo diariamente que a maior ferramenta de cuidado não é apenas o tratamento clínico, mas a compreensão da sociedade. O autismo não é uma doença a ser “curada”, mas uma forma diferente de o cérebro processar informações e interagir com o mundo. Esta perspectiva, conhecida como neurodiversidade, nos convida a olhar para a pessoa autista não pelo que lhe falta, mas pela maneira única como ela percebe a realidade.

Informação Chave	Detalhes importantes
O que é o TEA?	Um transtorno do desenvolvimento neurológico que afeta a comunicação, interação social e comportamento.
Por que “Espectro”?	Porque o autismo se manifesta de formas muito variadas. Não existem dois autistas iguais: cada um possui um perfil único de desafios e habilidades.
Prevalência Atual	Dados recentes do CDC (2025) indicam que 1 em cada 31 crianças é diagnosticada com autismo, um aumento significativo que reflete melhores métodos de diagnóstico.



**Entendendo os Sinais: O Olhar Além do Óbvio**  
Para quem não é da área da saúde, identificar o autismo pode parecer complexo. No entanto, existem sinais que servem como “alertas” importantes, especialmente na infância. É fundamental entender que o diagnóstico precoce é o divisor de águas para o desenvolvimento da criança. Quanto mais cedo as intervenções começam, maior é a plasticidade cerebral e a capacidade de adaptação. Os sinais costumam se manifestar em três áreas principais, que descrevo a seguir de forma simplificada:

**1. Comunicação e Interação Social:** A criança pode ter dificuldade em manter contato visual direto, não responder quando chamada pelo nome (parecendo, por vezes, não ouvir) ou preferir brincar sozinha de forma repetitiva. A fala pode demorar a surgir ou ser usada de maneira peculiar, como repetir frases de desenhos animados fora de contexto (ecolalia).  
**2. Comportamentos e Interesses:** É comum observar movimentos repetitivos, como balançar as mãos (flapping) ou girar o próprio corpo. Há também um apego intenso a rotinas; uma mudança simples no trajeto para a escola pode causar grande sofrimento emocional.  
**3. Sensibilidade Sensorial:** Muitos autistas sentem o mundo de forma “amplificada”. Um barulho de liquidificador pode

ser doloroso, a luz do sol pode ser cegante ou a etiqueta de uma roupa pode causar uma irritação insuportável na pele. O Diagnóstico e o Caminho da Inclusão O diagnóstico do autismo é essencialmente clínico, baseado na observação do comportamento e no relato dos familiares. Não existe um exame de sangue ou de imagem que “aponte” o autismo, o que reforça a importância de um acompanhamento médico atento e multidisciplinar, envolvendo psicólogos, fonoaudiólogos e terapeutas ocupacionais. Muitas famílias



recebem o diagnóstico com medo, mas ele deve ser visto como uma chave para o entendimento. Saber que uma criança é autista permite que os pais parem de puni-la por comportamentos que ela não consegue controlar e passem a oferecer o suporte necessário para que ela floresça. “O autismo não é um processamento de erro; é um sistema operacional diferente.” — Autor Desco-

nhecido Como podemos ajudar no dia a dia? A conscientização do Abril Azul deve se transformar em ações práticas de inclusão. Ser um aliado da causa autista significa: Respeitar o tempo e o espaço: Se você vir uma criança em crise em um local público, não julgue os pais como “sem autoridade”. Ofereça ajuda ou, se não puder, apenas não olhe com reprovação. Promover a acessibili-

dade: Ambientes com menos ruído e iluminação suave são muito mais acolhedores para pessoas com TEA. Educar e informar: O preconceito nasce da ignorância. Compartilhe informações de fontes confiáveis e ensine as crianças a conviverem com as diferenças desde cedo. Neste mês de abril, nosso compromisso como sociedade deve ser o de construir um mundo onde ser diferente não signifique ser menos. Que o azul de abril nos inspire a enxergar as cores infinitas que existem dentro de cada indivíduo no espectro autista. Nota: Esta matéria tem caráter informativo e não substitui a consulta médica. Em caso de dúvidas sobre o desenvolvimento de uma criança, procure um pediatra ou



ESCRITO 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

# A instituição financeira da saúde.

[unicred.com.br/poa](https://unicred.com.br/poa)

 @unicredportoalegre

Faça parte!



**UNICRED** 

O VALOR DE QUEM CUIDA





Casa de Saúde  
**Terezinha de Jesus**

SIGA-NOS NAS  
REDES SOCIAIS



# UM HOSPITAL FEITO PARA **CUIDAR** DE VOCÊ E SUA FAMÍLIA

A MELHOR INFRAESTRUTURA

HOSPITALAR EM  
SÃO JOÃO DE MERITI / RJ

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

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



 [WWW.CSMTJ.COM.BR](http://WWW.CSMTJ.COM.BR)

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

# DOR DE CABEÇA QUE PIORA COM O REMÉDIO: QUANDO O ALÍVIO VIRA PROBLEMA

Muita gente convive com dor de cabeça e recorre aos analgésicos como solução rápida. O que poucos sabem é que o uso frequente desses medicamentos pode transformar e piorar a dor, criando um ciclo difícil de quebrar. Essa condição é chamada de cefaleia por uso excessivo de analgésicos.

## O que está acontecendo?

Quando usamos analgésicos muitas vezes por semana — mesmo aqueles comuns, “de farmácia” — o cérebro pode se tornar mais sensível à dor. Com o tempo, a dor deixa de ser episódica e passa a ser quase que diária, mais resistente e mais limitante. Ou seja: o remédio que deveria ajudar passa a manter o problema ativo.

## Sinais de alerta

### Fique atento se você:

- Tem dor de cabeça em muitos dias do mês (mais de 10 a 15 dias)
  - Precisa tomar remédio com frequência crescente
  - Sente que o efeito do analgésico está cada vez menor
  - A dor volta assim que o efeito passa
- Esses são sinais típicos de que a dor pode estar sendo alimentada pelo uso excessivo de medicação.

### O que NÃO fazer:

- Não aumente a dose por conta própria
- Não misture vários analgésicos sem orientação
- Não trate a dor apenas com medicação sintomática por longos períodos
- Não ignore a frequência das crises



Essas atitudes podem agravar ainda mais o quadro.

## O que fazer para resolver:

**A boa notícia é que tem tratamento — e ele funciona quando bem conduzido.**

- Procurar avaliação com médico especialista em dor ou cefaleia;
- Fazer um plano de retirada gradual dos analgésicos (quando indicado);
- Iniciar tratamento preventivo, que reduz a frequência das crises;
- Ajustar hábitos de vida: sono, hidratação, alimentação e estresse, e
- Identificar e tratar fatores associados, como ansiedade e tensão.

Esse processo deve ser feito com acompanhamento médico, pois a retirada inadequada pode causar piora temporária da dor.

Por que procurar um especialista?

A dor de cabeça não é “tudo igual”. Existem vários tipos, e cada um exige uma abordagem específica.

O especialista em dor ou cefaleia consegue:

- Identificar o tipo correto de dor
- Evitar tratamentos inadequados
- Reduzir a dependência de analgésicos
- Melhorar sua qualidade de vida de forma duradoura

## Informação confiável faz diferença.

Para saber mais sobre dores de cabeça e tratamentos atualizados, consulte a Sociedade Brasileira de Cefaleia.

Se você tem dor de cabeça frequente e usa analgésicos com regularidade, não normalize isso. Pode não ser apenas “uma dor comum”. Com o tratamento certo, é possível sair desse ciclo e recuperar sua qualidade de vida.

Fonte: <https://www.sbce.med.br>



ESCRITO POR:

**Dr. Paulo Renato Barreiros da Fonseca**  
MD, FIPP, MBA.

52.46874-4 | RQEs 9166 e 14810

Ex-Presidente da Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor-SBED 2020/2022 • Mentor da Pro Clinic Academy"

## 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





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



# QUEDA CAPILAR DURANTE O USO DE CANETAS EMAGRECEDORAS (TIRZEPATIDA, RETATRUTIDA E OUTRAS)

O uso de medicamentos injetáveis para emagrecimento, como tirzepatida e retatrutida, tem se tornado cada vez mais comum no tratamento da obesidade e do sobrepeso. Embora esses fármacos apresentem alta eficácia na redução de peso, alguns pacientes relatam aumento da queda capilar durante o tratamento. Esse fenômeno, na maioria das vezes, não está diretamente relacionado ao medicamento em si, mas às mudanças metabólicas e nutricionais associadas ao emagrecimento rápido.

A principal causa da queda capilar nesses casos é o eflúvio telógeno, uma condição caracterizada pela queda difusa dos fios após um gatilho fisiológico. A perda de peso rápida representa um estresse para o organismo, levando um grande número de folículos a entrarem simultaneamente na fase telógena (fase de queda). Como consequência, ocorre aumento perceptível da queda cerca de dois a três meses após o início do processo de emagrecimento.

Outro fator importante é a possível deficiência nutricional. Durante o uso dessas medicações, é comum haver redução do apetite e da ingestão calórica, o que pode resultar em menor consumo de proteínas, ferro, zinco e vitaminas essenciais para o crescimento capilar. A deficiência desses nutrientes compromete a produção de queratina e enfraquece os fios.

Além disso, alterações hormonais e metabólicas também podem contribuir para a queda. A melhora da resistência insulínica e as mudanças no perfil hormonal podem impactar o ciclo capilar de forma transitória. Em alguns pacientes, espe-



cialmente aqueles com predisposição à alopecia androgenética, o emagrecimento pode evidenciar ainda mais a rarefação capilar já existente.



É importante destacar que, na maioria dos casos, a queda capilar associada ao uso de canetas emagrecedoras é temporária e reversível. Com a

estabilização do peso e a correção de possíveis deficiências nutricionais, o ciclo capilar tende a se normalizar gradualmente.

O manejo inclui orientação nutricional adequada, com ingestão suficiente de proteínas e micronutrientes, além de suplementação quando indicada. Em alguns casos, pode-se associar tratamentos tópicos ou sistêmicos para estimular o crescimento capilar e reduzir a queda.

Portanto, embora a queda capilar possa ocorrer durante o uso de medicamentos como tirzepatida e retatrutida, ela geralmente está relacionada ao processo de emagrecimento e não ao efeito direto da medicação. O acompanhamento médico é fundamental para garantir um tratamento seguro e minimizar os impactos sobre a saúde capilar.



ESCRITO POR:

**Dr. Arthur Duarte Barbosa**

Médico

Tel: 21 96887-3450

email: arthurduartebarbosa@gmail.com



# O TRABALHADOR AUTÔNOMO PLATAFORMIZADO E A SUA REVOLUÇÃO SILENCIOSA

Prezados amigos, o trabalho plataformizado está gerando uma verdadeira disrupção no mercado de trabalho formal. E nesse artigo vamos explicar como. Trabalhadores plataformizados são pessoas que utilizam plataformas de aplicativos como meio de trabalho. As mais comuns são: UBER, 99 e Ifood. O Projeto de Lei Complementar PLP 152/2025, de autoria do Deputado Federal Luiz Gastão (PSD-CE) e cuja relatoria foi atribuída ao Deputado Federal Augusto Coutinho (Republicanos – PE) visa regulamentar a atividade desses trabalhadores, mas sofreu resistência por parte dos próprios entregadores e motoristas beneficiados.



Os principais pontos do PLP 152/2025 incluem: regulamentar a profissão com o título de trabalhador autônomo plataformizado, taxa de serviço para motoristas, remuneração para entregadores, recolhimento para a previdência social (compartilhado com a plataforma), isenção de IPI e IOF para a compra de veículos e seguros contra acidentes (com prêmio mínimo).

É fato que esses profissionais enfrentam inúmeros desafios, tais como: precarização e informalidade; renda pressionada e jornada exaustiva; subordinação algorítmica; complementação de renda e áreas de risco. Sabe-se que muitos deles não possuem planos de saúde e muito menos contribuem para o INSS, outros ganham menos que 01 salário mínimo e convivem (às vezes) com a ilusão de serem os próprios patrões. Com



a felicidade inicial de gerirem o próprio horário, mas se deparam com a tirania do algoritmo, que muitas vezes se revela um chefe cruel e impiedoso. Podemos mencionar também que muitos deles possuem o seu emprego formal, e utilizam as plataformas como complementação de renda. Acrescenta-se também a violência dos grandes centros urbanos, com cada vez mais áreas dominadas pela criminalidade.

Igualmente é notório que muitos conseguem usufruir de uma “boa renda”, diante da realidade do mercado de trabalho brasileiro. Vamos a um exemplo prático e real. Um moto entregador do município de Nilópolis – RJ, realiza entregas para um restaurante. Ele ganha R\$ 4,00 por entrega e realiza 35 entregas por dia, totalizando um ganho diário de R\$ 150,00. Considerando que ele trabalha 06 dias por semana, então tem um ganho de R\$ 900,00 semanais. Se considerarmos um mês de 04 semanas, ele terá uma renda mensal de R\$ 3.600,00. Finalmente chegamos à conclusão que essa receita bruta é muito melhor que muitos trabalhadores formais possuem. Visto que precisam se deslocar semanalmente por grandes distâncias, enfrentando um transporte público ruim. É claro que o exemplo anterior por mais que seja um fato real é um caso isolado. Mas já é significativa a influência dos aplicativos na dinâmica do mercado de trabalho. Muitas empresas já encontram dificuldades para contratarem e reterem empregados de nível fundamental e médio. Pois nos dias atuais, muitos deles não percebem van-

tagens em serem celetistas.

Em ano eleitoral, esse projeto é um prato cheio para o governo. Todo mundo quer ser pai da criança! Mas o tema requer um debate muito mais profundo, principalmente com a oitiva dos trabalhadores. Pode parecer utópico, mas é necessário que seja sem viés eleitoral. Um abraço e até o próximo artigo.

### Referências Eletrônicas:

- [www1.folha.uol.com.br](http://www1.folha.uol.com.br);

- [www.agenciabrasil.ebc.com.br](http://www.agenciabrasil.ebc.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](mailto: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 – QUAL ALTERNATIVA? (6º Capítulo)

*Perito Médico Federal x “Médico da Empresa”: que decisão tem mais força legal?*

A decisão do Perito Médico Federal prevalece do ponto de vista legal, sobre a decisão do Médico do Trabalho/Médico Examinador (ou “Médico da Empresa”).

“Na hipótese de divergência entre a conclusão do médico perito do INSS e o empregador sobre a aptidão do empregado para a retomada do posto de trabalho, prevalece a decisão da autarquia previdenciária, em decorrência da manifesta presunção de legitimidade e veracidade, devendo ser imputado à empresa a responsabilidade pelo pagamento dos salários.”

Uma alternativa é a possibilidade de readaptação deste trabalhador na empresa.

Conforme corrente jurídica majoritária, ressalvadas as possibilidades previstas no art. 473 da CLT, com o término/negação da concessão do benefício previdenciário, o contrato de trabalho não está suspenso e, portanto, não se encaixa na situação prevista na CLT, art. 476 e Lei n. 8.213/1991, art. 63, mesmo que o empregado tenha interposto recurso administrativo ou processo judicial em face do INSS e se encontre aguardando as respectivas decisões ou nova perícia. O contrato então está em plena vigência, ainda que o empregado esteja apenas à disposição do empregador (enquadrando-se no artigo 4º da CLT), cujo tempo nessa condição deve ser remunerado como se estivesse, efetivamente, trabalhando.

Dessa forma, mesmo que o empregado tenha interposto recurso administrativo ou processo judicial contra o INSS e se encontre aguardando as respectivas decisões ou nova perícia, a possibilidade de remanejar o trabalhador para função compatível temporariamente ou definitivamente (readaptação) deve ser considerada quando: a) a empresa, através do Médico do Trabalho/



Médico Examinador, tenha qualificado trabalhador como “apto” no ASO do exame ocupacional realizado após empregado ter sido “liberado pelo INSS”, ainda que com as devidas “recomendações” de ordem médica e por obediência legal, b) a empresa disponha de um posto de trabalho inócuo (não nocivo) à saúde do trabalhador, e esteja disposta a remanejá-lo (readaptação) para este local enquanto o empregado não estiver em condições de voltar a exercer as atividades de sua função original.

O inconveniente dessa prática empresarial reside no fato do funcionário vir a apresentar novos atestados médicos de abono de dias, e recair sobre a empresa o ônus de novos dias não trabalhados.

**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




## 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](mailto:jrbarbosa@knowhowconsultoria.com.br)

## QUANDO A TECNOLOGIA ENCONTRA A HUMANIDADE: O DESAFIO DA MEDICINA NA ERA DA INFORMAÇÃO



A Medicina vive um dos momentos mais desafiadores e, ao mesmo tempo, mais transformadores de sua história. Em 2026, os consultórios já não recebem apenas pacientes em busca de respostas. Recebem pessoas que chegam carregando pesquisas feitas no Google, vídeos assistidos nas redes sociais, opiniões de influenciadores digitais e, cada vez mais, interpretações produzidas por ferramentas de Inteligência Artificial.

### O paciente mudou. E o médico também precisou mudar.

Hoje, é comum que consultas comecem com frases como: “Pesquisei meus sintomas”, “A inteligência artificial sugeriu essa doença”, ou “Li que esse medicamento pode ser melhor”. Essa nova realidade tem provocado impactos profundos na relação entre médico e paciente — relação essa que sempre foi construída sobre confiança, escuta e responsabilidade.

A Associação Médica de Nova Iguaçu acompanha com atenção e preocupação esse cenário. Não porque o acesso à informação seja algo negativo. Muito pelo contrário. O conhecimento pode estimular a prevenção, despertar cuidados importantes e aproximar as pessoas do universo da saúde. O grande risco está na desinformação, nas interpretações equivocadas e na falsa sensa-

ção de segurança que a internet pode transmitir.

Nenhuma plataforma digital conhece o paciente em sua integralidade.

A Inteligência Artificial consegue cruzar milhares de dados em segundos, mas não consegue avaliar emoções, histórico familiar detalhado, aspectos sociais, sinais clínicos sutis, limitações individuais e, principalmente, aquilo que muitas vezes não aparece em exames: o sofrimento humano.

A Medicina vai muito além de sintomas digitados em uma tela.



Existe uma diferença enorme entre “ter acesso à informação” e “ter capacidade técnica para interpretar corretamente uma condição de saúde”. Muitas doenças possuem sintomas semelhantes.

Um simples cansaço pode representar desde estresse até doenças cardíacas, hormonais ou neurológicas. Uma dor aparentemente comum pode esconder algo grave. Da mesma forma, medicamentos vistos como “simples” podem causar reações perigosas quando utilizados sem avaliação médica.

### É justamente nesse ponto que o papel do médico se torna ainda mais essencial.

O profissional de saúde não atua apenas para diagnosticar doenças. Ele acolhe, investiga, compara possibilidades, interpreta exames, acompanha evolução clínica e toma decisões baseadas em ciência, experiência e responsabilidade ética.

Ao mesmo tempo, também é importante reconhecer que os pacientes desejam participar mais ativamente de seus tratamentos. E isso é legítimo. Perguntar, querer entender e buscar informações faz parte de uma sociedade mais conectada e consciente.

O problema não está em pesquisar. O problema está quando a internet substitui a consulta médica. Quando opiniões virtuais passam a valer mais que uma avaliação clínica presencial. Quando conteúdos superficiais geram ansiedade, automedicação e até conflitos dentro dos consultórios.

Infelizmente, muitos médicos têm relatado desgaste emocional crescente diante dessa realidade. Profissionais experientes vêm enfrentando consultas mais tensas, questionamentos agressivos e pressão para seguir “diagnósticos” encontrados online. Isso impacta diretamente a saúde mental da classe médica, já tão sobrecarregada por longas jornadas, responsabilidades extremas e cobranças constantes.

Por isso, a Associação Médica de Nova Iguaçu entende que este é um momento que exige equi-



líbrio, maturidade e, acima de tudo, humanização dos dois lados.

Os médicos precisam continuar exercendo a escuta acolhedora, compreendendo que, muitas vezes, a pesquisa feita pelo paciente nasce do medo, da ansiedade e da tentativa de encontrar

respostas rápidas para suas dores.

E os pacientes precisam compreender que a Medicina não é uma fórmula automática. Cada organismo reage de maneira diferente. Cada história clínica possui particularidades. E nenhuma tecnologia existente hoje substitui a experiência, o raciocínio clínico e o olhar humano de um médico preparado.

A Inteligência Artificial será, sem dúvida, uma ferramenta importante para auxiliar diagnósticos, organizar informações e ampliar o acesso ao conhecimento. Porém, ela deve atuar como apoio — nunca como substituição da relação médico-paciente.

### Porque nenhuma máquina oferece acolhimento.

Nenhum algoritmo segura a mão de um paciente diante de uma notícia difícil.

Nenhuma pesquisa online substitui a responsabilidade ética assumida por um médico ao cuidar de uma vida.

Talvez o maior desafio da saúde em 2026 não seja tecnológico. Seja humano.

Precisamos reconstruir pontes de confiança em uma sociedade cada vez mais acelerada, ansiosa e inundada por informações. Precisamos fortalecer o diálogo respeitoso dentro dos consultórios.



Precisamos lembrar que médicos e pacientes não estão em lados opostos — estão do mesmo lado: o lado da vida.

A Associação Médica de Nova Iguaçu reafirma seu compromisso com uma Medicina ética, científica, responsável e profundamente humana. Seguiremos valorizando nossos profissionais, defendendo a boa prática médica e incentivando uma relação baseada no respeito mútuo, na escuta e na confiança.

### Porque, no final, a tecnologia pode evoluir infinitamente.

Mas a essência da Medicina continuará sendo humana.

**CENTRO MÉDICO**  
SISTEMA GESTOR

# Sistema Gestor Centro Médico

## Sua gestão nunca foi tão simples!

O sistema Gestor Centro Médico é comprovadamente o mais simples de operar, tornando a gestão da sua clínica mais eficiente do que nunca.

Criado com um design moderno e prático, para garantir a facilidade operacional de todos os seus colaboradores e um total controle administrativo.

- ✓ Controle personalizado de atendimento
- ✓ Prontuário eletrônico
- ✓ Notificação automática via Whatsapp
- ✓ Relatórios gerenciais diários

**E muito mais!**



Módulo exclusivo para  
**CARTÃO FIDELIDADE**

## CONTATOS

(21) 99462-6448

@gestorcentromedico



# ANIVERSARIANTES DO MÊS DE MAIO

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



## 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 Vitriificação) 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