

O FUTURO COMEÇA COM A SUA PARTICIPAÇÃO!

Com a palavra, p. 4 e 5



REVISTA

amni

Número **159** Ano **16**

Julho 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



Consulte as nossas
Unidades



Acesse o nosso site!

www.elielfigueiredo.com.br



Central de Atendimento

(21) 2450-8200



Scaneie
o QR Code
e saiba mais!



Vivemos uma era de avanços extraordinários na Medicina. Inteligência artificial, exames de alta precisão, cirurgias cada vez menos invasivas e tratamentos personalizados ampliam as possibilidades de diagnóstico e cuidado como nunca antes. A tecnologia transformou a prática médica e continuará desempenhando um papel fundamental na construção de uma assistência mais eficiente e segura.

No entanto, em meio a tantas inovações, um recurso permanece insubstituível: a capacidade de ouvir.

A escuta atenta é, muitas vezes, o primeiro passo para um diagnóstico preciso e para a construção de uma relação de confiança entre médico e paciente. Mais do que identificar sintomas, ouvir significa compreender histórias, medos, expectativas e necessidades que nem sempre aparecem em exames ou prontuários.

Cada consulta representa um encontro entre conhecimento científico e experiência humana. De um lado, está o profissional preparado para interpretar sinais e buscar as melhores condutas. Do outro, uma pessoa que carrega dúvidas, inseguranças e a esperança de encontrar não apenas respostas, mas acolhimento.

Em um cenário marcado pela rapidez, pela sobrecarga dos serviços de saúde e pelo grande volume de informações disponíveis, preservar o diálogo tornou-se um desafio — e também um compromisso. A escuta qualificada fortalece vínculos, favorece a adesão aos tratamentos e contribui para decisões compartilhadas, tornando o cuidado mais efetivo e mais humano. Isso não significa abrir mão da tecnologia. Pelo contrário. Os avanços científicos ampliam a capacidade de diagnóstico e tratamento, enquanto a escuta dá sentido a essas ferramentas, permitindo que sejam utilizadas de forma individualizada e respeitosa.

A Medicina do futuro certamente será cada vez mais tecnológica. Mas continuará sendo, acima de tudo, uma profissão construída sobre relações humanas. Nenhum algoritmo é capaz de substituir a sensibilidade diante da dor, a tranquilidade transmitida por uma palavra de conforto ou a confiança gerada por um profissional que dedica tempo para ouvir.

Que possamos seguir valorizando a ciência, sem perder de vista aquilo que sempre esteve no centro da prática médica: o ser humano. Porque, antes de qualquer diagnóstico, existe uma história. E toda história merece ser escutada.

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
VINHOS & PRAZERES	17
PMNI	18
NUTRIÇÃO & SAÚDE	22
PSIQUIATRIA	24
MEDICINA DA DOR	26
ENTRE ROTAS & NEGÓCIOS	28
TRICOLOGIA	29
MERCADO/INVESTIMENTOS	30
DIREITO MÉDICO	31
ENDOCRINOLOGIA	32
SOCIAL AMNI	34

EXPEDIENTE

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

Fundada em 15 de outubro de 1955 e considerada de utilidade pública pela Resolução n.º 2002 da Câmara Municipal de Nova Iguaçu, de 09 de junho de 1967, e pela Lei n.º 5873 da Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro, de 14 de junho de 1967, com sede própria e foro na cidade de Nova Iguaçu – RJ, é uma sociedade civil sem fins lucrativos, representativa dos médicos a ela filiados e com duração indeterminada.

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

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

TRÍENIO 2023/2026 - A Casa do médico



Número 159 • Ano 16
Julho de 2026

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. Cláudio 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

AMNI – 70 ANOS: O FUTURO DA NOSSA CASA COMEÇA COM A PARTICIPAÇÃO DE CADA UM!

Existem momentos na história de uma instituição que definem muito mais do que o presente.

Definem o seu futuro.

A Associação Médica de Nova Iguaçu chega ao mês de julho vivendo exatamente um desses momentos.

Celebrar 70 anos é motivo de orgulho. Poucas instituições conseguem atravessar tantas décadas mantendo-se fiéis à sua missão. A AMNI conseguiu. E conseguiu porque, ao longo dessa caminhada, nunca perdeu sua essência: existir exclusivamente para os médicos, defender a classe médica, promover conhecimento e fortalecer a medicina da Baixada Fluminense.

Mas nenhuma história permanece viva apenas pelas lembranças.

Ela continua sendo escrita todos os dias.

E hoje, essa história precisa da participação de todos nós.

Nossa Casa do Médico continua firme, de portas abertas, acolhendo médicos, parceiros, empresas, instituições e a comunidade. Porém, o tempo deixou suas marcas.

São 70 anos de uso contínuo.

Setenta anos recebendo gerações de médicos.

Setenta anos de reuniões, cursos, palestras, assembleias, eventos científicos, encontros de confraternização e momentos históricos que ajudaram a construir a medicina em nossa região. Toda essa trajetória trouxe orgulho.

Mas também trouxe o desgaste natural de uma estrutura que precisa ser preservada.

Nossa sede necessita de reformas importantes.

Precisamos modernizar nossas instalações, revitalizar nossos ambientes, concluir melhorias na rede elétrica, recuperar espaços comuns, renovar nosso auditório e garantir que nossa Casa continue preparada para receber, com segurança e dignidade, todos aqueles que fazem parte da família AMNI.

Não estamos falando apenas de uma obra. Estamos falando da preservação de um patrimônio construído ao longo de sete décadas.

Estamos falando de manter viva uma instituição que pertence aos médicos. Cada parede da AMNI guarda histórias. Cada sala representa dedicação. Cada corredor testemunhou encontros que fortaleceram amizades, construíram parcerias e defenderam a medicina.

Por isso, nosso pedido continua sendo o mesmo: precisamos de ajuda. Precisamos da participação dos nossos associados. Precisamos do apoio das empresas parceiras. Precisamos da confiança dos patrocinadores. Precisamos da solidariedade dos amigos da AMNI e de toda a sociedade da Baixada Fluminense. Cada contribuição importa. Não importa seu tamanho. Importa o significado. Quando alguém contribui com a AMNI, não está apenas ajudando a reformar um prédio. Está preservando uma história.

mo: precisamos de ajuda.

Precisamos da participação dos nossos associados.

Precisamos do apoio das empresas parceiras.

Precisamos da confiança dos patrocinadores.

Precisamos da solidariedade dos amigos da AMNI e de toda a sociedade da Baixada Fluminense.

Cada contribuição importa.

Não importa seu tamanho.

Importa o significado.

Quando alguém contribui com a AMNI, não está apenas ajudando a reformar um prédio.

Está preservando uma história.

ranças para discutir temas fundamentais para o desenvolvimento das organizações e da nossa região, como clima organizacional, planejamento em tempos de crise, gestão e liderança, atendimento humanizado, redes sociais e o potencial econômico da Baixada Fluminense.

O Ciclo de Gestão representa muito mais do que uma sequência de palestras.

Ele demonstra que a AMNI continua produzindo conhecimento, promovendo desenvolvimento e cumprindo seu papel social.

Mesmo enfrentando desafios financeiros e estruturais, seguimos investindo em pessoas.

Porque acreditamos que conhecimento transforma instituições.

E pessoas transformam o mundo.

Agosto também marcará outro momento decisivo para nossa Associação.

No dia **13 de agosto de 2026**, acontecerá a eleição para o novo **Triênio 2026/2029** da Associação Médica de Nova Iguaçu.

Toda eleição representa renovação.

Representa responsabilidade.

Representa democracia.

Mas, acima de tudo, representa participação.

A AMNI não pertence a uma diretoria.

A AMNI pertence aos seus associados.

São eles que constroem a legitimidade da nossa instituição.

São eles que definem seus caminhos.

São eles que mantêm viva a representatividade da classe médica em nossa região.

Por isso, fazemos um convite especial a cada associado.

Participe.

Se inscreva.

Exerça seu direito de votar (votação online – Edital na Página 08 desta edição).

Sua presença na votação é muito mais importante do que um simples voto.

Ela demonstra que você acredita na força da nossa Associação.

Que acredita na importância da união da classe médica.

Que acredita que vale a pena preservar uma instituição construída por tantas gerações.

Uma Associação forte depende de associados presentes.

Uma Casa viva depende de médicos participativos.

Uma história de 70 anos só continuará sendo escrita se cada médico compreender que também é responsável pelo próximo capítulo dessa trajetória.

Nos últimos anos, enfrentamos dificuldades que colocaram à prova nossa capacidade de resistência.



Está fortalecendo uma instituição que há 70 anos trabalha em favor da medicina.

Está investindo em um espaço que continuará formando lideranças, promovendo conhecimento e aproximando pessoas.

E é exatamente esse compromisso com o futuro que poderá ser visto já no próximo mês.

A partir de agosto, nosso auditório voltará a receber um dos projetos mais importantes da Associação Médica de Nova Iguaçu: o **12º Ciclo de Gestão & Marketing AMNI 2026**.

Mais uma vez, reuniremos especialistas, empresários, gestores, profissionais da saúde e lide-

E seguimos em frente.

Graças ao trabalho sério, comprometido e transparente realizado por esta Diretoria.

Graças ao empenho diário de sua administração.

Graças aos colaboradores, parceiros e patrocinadores que nunca deixaram de acreditar na AMNI.

E, principalmente, graças aos médicos que continuam caminhando ao nosso lado.

Ainda temos muito a fazer.

Temos reformas para concluir.

Projetos para desenvolver.

Eventos para realizar.

Parcerias para fortalecer.

E uma Casa inteira para preservar.

Mas temos algo muito maior do que qualquer dificuldade.

Temos uma história.

Temos credibilidade.

Temos pessoas.

E enquanto existirem médicos que acreditam na força da união, a chama da Associação Médica de Nova Iguaçu continuará acesa.

Que julho seja o mês da participação.

Da consciência.

Da responsabilidade.

E da certeza de que o futuro da nossa Casa depende de cada um de nós.

Porque a AMNI não é apenas um patrimônio da medicina.

Ela é um patrimônio de Nova Iguaçu.

É um patrimônio da Baixada Fluminense.

É um patrimônio de todos aqueles que acreditam que cuidar de quem cuida também é uma forma de cuidar da nossa sociedade.

AMNI – 70 anos.

A Casa do Médico. Para o Médico.

Ontem, hoje e, com a união de todos, por muitas gerações ainda.



ESCRITO POR:

Marco Antonio B. Nunes

- Gestor AMNI
- BN Consultoria

“AMNI: a nossa Casa”



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

CVE
Centro Cirúrgico Minimamente Invasivo

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.**



CENTRO
R. México, 98
3º - 6º andar

LEBLON
R. Carlos Góis, 375
1º e 2º andar

CAMPO GRANDE
R. Jaguaruna, 44
Campo Grande

PETRÓPOLIS
Av. Dom Pedro, I, 166
Centro

NITERÓI I
R. Lopes Trovão, 390
Icaraí

NITERÓI II
R. Prof. Miguel Couto, 354
Icaraí

OSTEOPOROSE PRECOCE: QUANDO OS OSSOS ENVELHECEM ANTES DO TEMPO

OSTEOPOROSE OSSOS FRÁGEIS. RISCOS REAIS.

A osteoporose enfraquece os ossos e aumenta o risco de fraturas.



Quedas podem causar fraturas graves



Dores nas costas e perda de altura



Menos mobilidade e qualidade de vida

COMO PROTEGER SEUS OSSOS:



PRATIQUE EXERCÍCIOS REGULARMENTE



TERMINA UMA ALIMENTAÇÃO RICA EM CÁLCIO



TOME SOL E MANTENHA A VITAMINA D EM DIA



EVITE CIGARRO E EXCESSO DE ALCOOL



FAÇA AVALIAÇÕES E ACOMPANHAMENTO MÉDICO



CUIDAR DOS OSSOS HOJE É GARANTIR UM FUTURO COM MAIS SAÚDE, LIBERDADE E QUALIDADE DE VIDA!

A osteoporose é uma doença que deixa os ossos mais frágeis e aumenta o risco de fraturas. Embora seja mais comum em idosos, ela também pode surgir em pessoas jovens e de meia-idade, situação conhecida como **osteoporose precoce**.

Entre as principais causas estão a predisposição genética, menopausa precoce, baixa ingestão de cálcio e vitamina D, sedentarismo, tabagismo, consumo excessivo de álcool e o uso prolongado de alguns medicamentos, especialmente corticoides. Algumas doenças hormonais, intestinais e inflamatórias também podem favorecer a perda óssea.

A boa notícia é que grande parte dos casos pode ser evitada com hábitos saudáveis:

- Praticar exercícios físicos regularmente, principalmente caminhada e exercícios de força;
- Manter uma alimentação rica em cálcio e proteínas;
- Garantir níveis adequados de vitamina D, por meio da exposição solar orientada e, quando necessário, suplementação;
- Evitar cigarro e excesso de álcool;
- Procurar avaliação médica em caso de histórico familiar de osteoporose ou uso prolongado de medicamentos que afetam os ossos.

A osteoporose é conhecida como uma “doença silenciosa”, pois muitas vezes não apresenta sintomas até ocorrer à primeira fratura. Por isso, cuidar da saúde óssea deve começar cedo e durar a vida toda.

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



EDITAL DE CONVOCAÇÃO ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

A Diretoria da Associação Médica de Nova Iguaçu vem, de acordo com a letra b do artigo 25º de seu Estatuto Geral, convocar seus associados para a realização de Assembleia Geral Ordinária, no dia 13 de agosto de 2026, no horário de 08:30h às 17:30h, com a seguinte pauta:

- Eleições para a nova Diretoria da Associação Médica de Nova Iguaçu para o período 2026/2029.
- Eleições para os Delegados e Diretoria da Associação Médica do Estado do Rio de Janeiro (SOMERJ) e Associação Médica Brasileira (AMB), sendo que as próprias entidades (SOMERJ e AMB) cuidarão de suas próprias eleições.

As eleições e apurações serão organizadas e dirigidas pela Comissão Eleitoral da AMNI, assegurando-se em todos os níveis e momentos a participação de fiscais ou representantes legais das chapas concorrentes.

Será permitido o pagamento do débito de associados não quites até o dia da votação. O pedido de registro de chapas para a Diretoria deve ser feito na Secretaria da Associação Médica de Nova Iguaçu até 72 horas antes da data fixada para o pleito, sendo o registro das chapas solicitado por sócios efetivos em pleno gozo de seus direitos.

A nossa eleição da nova Diretoria AMNI será on-line (de forma digital). E o método escolhido por nossa Casa foi o Google Forms, que é um aplicativo de gerenciamento de pesquisas lançado pelo Google, muito seguro e eficaz.

Todos os Associados em dia e aptos a votar em nossa eleição têm **até o dia 7 de agosto de 2026, até às 18:00h**, para se inscreverem, e devem, para confirmar a sua inscrição, enviar email para: assomedni.eleicoes@gmail.com, e no Assunto colocar: "Eleição Triênio 2026/2029" e no corpo do email: **digite seu email, seu nome e número de seu telefone celular.**

No dia 11 de agosto de 2026, cada Associado apto receberá o link de votação, via Email e via WhatsApp (se não receber o link entre em contato com a AMNI).

No dia 13 de agosto de 2026, a partir das 08:30h até às 17:30h, será o horário da votação da nossa Assembleia Geral Ordinária. E, a partir das 19:00h do mesmo dia, será informado, via Email, via WhatsApp e nas nossas redes sociais o resultado da mesma.

Então, a nossa Assembleia Geral será digital (on-line) e deverá começar às 08 horas e 30 minutos. Contamos com a participação dos nossos Associados em pleno gozo dos seus direitos. E contamos também com a sua participação, visando prestigiar a nossa Casa e mantê-la viva e unida.

Nova Iguaçu, 15 de Maio de 2026

Dr. Carlos Alberto Ramos
Presidente da AMNI
2023/2026

JULHO VERDE: UM SINTOMA PERSISTENTE MERECE ATENÇÃO

Quando pensamos em câncer, é comum imaginarmos uma doença silenciosa. No entanto, o câncer de cabeça e pescoço costuma dar sinais desde as fases iniciais. O problema é que esses sintomas frequentemente são confundidos com alterações comuns do dia a dia e acabam sendo negligenciados. É justamente para chamar a atenção para esses sinais que existe a campanha Julho Verde, dedicada à conscientização sobre um grupo de tumores que, quando diagnosticados precocemente, apresentam maiores chances de cura e menores impactos na qualidade de vida.

O termo "câncer de cabeça e pescoço" não se refere a uma única doença, mas a um conjunto de tumores que podem surgir em diferentes estruturas dessa região. Os locais mais frequentemente acometidos são a boca — incluindo língua, gengivas, bochechas e céu da boca —, a garganta (faringe), a laringe, onde estão as cordas vocais, a cavidade nasal, os seios da face e a nasofaringe. Embora apresentem características distintas, esses tumores compartilham fatores de risco semelhantes e têm em comum um aspecto fundamental: o diagnóstico precoce é decisivo para um tratamento mais eficaz.

Como essas estruturas desempenham funções essenciais para a comunicação, a alimentação e a respiração, qualquer alteração persistente merece atenção. Feridas na boca que não cicatrizam, rouquidão por mais de duas ou três semanas, dor ou dificuldade para engolir, sensação de corpo estranho na garganta, caroços no pescoço, dor de ouvido persistente,

sangramentos pela boca ou pelo nariz sem causa aparente e obstrução nasal de apenas um lado são sintomas que devem motivar uma avaliação médica. Na maioria das vezes, essas manifestações têm origem em doenças benignas, mas sua persistência nunca deve ser ignorada.

Também conhecemos bem os principais fatores que aumentam o risco de desenvolver esses tumores. O tabagismo continua sendo o mais importante deles, seguido pelo consumo excessivo de bebidas alcoólicas, especialmente quando ambos estão associados. Nos últimos anos, a infecção pelo papilomavírus humano (HPV) passou a desempenhar papel relevante, principalmente nos cânceres de orofaringe. Já a exposição solar prolongada e sem proteção é um fator de risco importante para o câncer de lábio. Além disso, hábitos de vida pouco saudáveis, higiene bucal inadequada, exposição ocupacional a determinadas substâncias químicas e histórico familiar também podem contribuir para o desenvolvimento da doença.

A boa notícia é que muitos desses fatores são modificáveis, tornando a prevenção uma ferramenta poderosa. Evitar o tabaco, consumir bebidas alcoólicas com moderação, aderir à vacinação contra o HPV e proteger os lábios da exposição solar são medidas capazes de reduzir o risco de adoecimento.

Quando o câncer de cabeça e pescoço é identificado em seus estágios iniciais, as chances de sucesso do tratamento aumentam de forma significativa. Além de ampliar as



possibilidades de cura, o diagnóstico precoce permite, em muitos casos, tratamentos menos agressivos e maior preservação de funções fundamentais, como falar, mastigar, engolir e respirar. Em uma doença que pode comprometer aspectos tão importantes da vida cotidiana, reconhecer os sinais de alerta e buscar atendimento especializado sem demora pode fazer toda a diferença no prognóstico e na qualidade de vida do paciente.



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

FIAT PULSE

@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



NOVAS CARREIRAS E HOBBIES: NUNCA É TARDE PARA RECOMEÇAR

A aposentadoria já não representa, para muitos idosos, o fim da vida produtiva. Pelo contrário: ela pode marcar o início de uma fase repleta de descobertas, aprendizado e realização pessoal. Cada vez mais, homens e mulheres com mais de 60 anos decidem iniciar uma faculdade, viajar sozinhos, abrir pequenos negócios ou desenvolver hobbies que sempre desejaram experimentar, mas que ficaram em segundo plano durante a vida profissional. O envelhecimento atual é diferente do que era há algumas décadas. Com maior expectativa de vida, avanços na medicina e melhores condições de saúde, muitos idosos chegam à aposentadoria com disposição física e mental para realizar sonhos antigos e construir novos projetos de vida.

O prazer de voltar a estudar

Ingressar em uma faculdade após os 60 anos é uma experiência transformadora. Além da aquisição de novos conhecimentos, o ambiente acadêmico favorece a socialização, estimula o raciocínio, fortalece a memória e aumenta a autoestima. Muitos idosos escolhem cursos por paixão, sem a pressão de construir uma carreira, simplesmente pelo prazer de aprender.

Viajar sozinho: liberdade e autoconfiança

Viajar sozinho também tem conquistado cada vez mais adeptos na terceira idade. Essa experiência proporciona autonomia, amplia horizontes, estimula a adaptação a novos ambientes e cria oportunidades para conhecer pessoas e culturas diferentes. Com planejamento adequado e atenção à saúde, viajar pode ser uma das formas mais prazerosas de envelhecer.

Empreender depois da aposentadoria

Outro fenômeno crescente é o empreendedorismo sênior. Muitos aposentados transformam talentos e experiências acumuladas ao longo da vida em pequenas empresas ou negócios familiares. Produção artesanal, culinária, consultorias, comércio online e prestação de serviços são apenas alguns



exemplos. Além da possibilidade de complementar a renda, empreender proporciona sensação de utilidade, independência e propósito.

Hobbies que promovem saúde

Pintura, jardinagem, fotografia, dança, música, culinária, escrita, idiomas e atividades manuais são hobbies que exercitam o cérebro, reduzem o estresse e favorecem o convívio social. Estudos mostram que pessoas que mantêm atividades prazerosas apresentam menor risco de isolamento, depressão e declínio cognitivo.

Benefícios para o corpo e para a mente

Manter-se ativo intelectualmente e socialmente oferece inúmeros benefícios, entre eles:

- Estimula a memória e a concentração.
- Reduz sintomas de ansiedade e depressão.
- Aumenta a autoestima e a sensação de independência.
- Favorece novas amizades e fortalece vínculos sociais.
- Dá mais significado e propósito à vida.

Nunca é tarde para começar

A idade não deve ser encarada como um obstáculo, mas como uma etapa repleta de oportunidades. O conhecimento adquirido ao longo da vida é um patrimônio valioso que pode

ser utilizado para aprender, ensinar, empreender e inspirar outras pessoas.

A aposentadoria não significa parar; significa ter a liberdade de escolher novos caminhos. Recomeçar é um privilégio que acompanha quem envelhece com saúde, curiosidade e vontade de viver.

O verdadeiro envelhecimento saudável acontece quando continuamos cultivando sonhos. Nunca é tarde para aprender uma nova profissão, descobrir um talento escondido, conhecer novos lugares ou iniciar um projeto que faça o coração bater mais forte. Afinal, viver bem é continuar escrevendo novos capítulos da própria história.



ESCRITO POR:

**Dr. André
Ramos**

Geriatria
Saúde do Idoso

Atendimento:

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

COLOR PRINT
GRÁFICA

Impressão Offset

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

Blocos e atestados Recetários personalizados Envelopes para exames

DESCONTOS EXCLUSIVOS
Para membros da Associação de Nova Iguaçu
amni

(21) 96417-8381

Rua Presidente Vargas 105,
Comendador Soares - Nova Iguaçu

UNIMED NOVA IGUAÇU CELEBRA 55 ANOS COM EXPANSÃO DA REDE PRÓPRIA E NOVOS INVESTIMENTOS NA SAÚDE DA BAIXADA FLUMINENSE



A Unimed Nova Iguaçu celebra 55 anos de história, reafirmando seu compromisso com a promoção da saúde e o desenvolvimento da Baixada Fluminense. Em julho também é comemorado o Dia Internacional do Cooperativismo, reforçando os valores de cooperação, responsabilidade e cuidado que acompanham a trajetória da cooperativa desde sua fundação.

Ao longo de mais de cinco décadas, a cooperativa consolidou sua atuação como referência em assistência segura e de qualidade na região, renovando seu compromisso de continuar investindo em inovação, excelência assistencial e no desenvolvimento da saúde da Baixada Fluminense. Hoje, a Unimed Nova Iguaçu reúne mais de 55 mil beneficiários, 508 médicos cooperados, mais de 400 colaboradores, além de uma ampla rede composta por 116 clínicas, 31 laboratórios e nove hospitais.

Rede de serviços própria fortalece assistência e compromisso com a saúde

Nos últimos anos, a diretoria executiva também deu um passo importante em sua estratégia de crescimento com a expansão da rede própria de serviços. O investimento fortalece a verticalização da assistência, amplia a integração do cuidado e proporciona mais qualidade, agilidade e segurança aos beneficiários.

A rede própria reúne o Espaço Cuidar Bem Terapias, os laboratórios próprios Espaço Cuidar Bem Nova Iguaçu I, Nova Iguaçu II e Belford Roxo, o Espaço Cuidar Bem Centro Oncológico e o Centro de Diagnóstico por Imagem, primeira fase do Hospital Regional Metropolitano. Os serviços foram planejados para oferecer infraestrutura moderna, tecnologia e atendimento humanizado, permitindo que o paciente encontre diferentes soluções de saúde em uma rede cada vez mais integrada.

Mais do que ampliar sua estrutura, a Unimed Nova Iguaçu investe em um modelo assistencial que coloca as pessoas no centro do cuidado, fortalecendo a sustentabilidade da cooperativa e preparando a instituição para os desafios do futuro.

"Celebrar 55 anos é reconhecer nossa história, mas principalmente reafirmar o compromisso de continuar investindo em uma assistência cada vez mais integrada, inovadora e humanizada para a população da Baixada Fluminense", declara o diretor-presidente, Joé Sestello.

AGE REÚNE COOPERADOS E DEBATE TEMAS ESTRATÉGICOS

A diretoria executiva da Unimed Nova Iguaçu realizou, no dia 26 de junho, mais uma Assembleia Geral Extraordinária (AGE), em formato on-line, reunindo médicos cooperados para deliberar sobre temas estratégicos relacionados à gestão e ao fortalecimento da organização.

Na pauta foram apresentados e debatidos assuntos como o compartilhamento de usuários da Federação das Unimeds do Estado do Rio de Janeiro (FERJ), a reforma estatutária, a criação de fóruns de especialistas, o fluxo operacional das auditorias médica e de enfermagem e questões relacionadas à OPME (Órteses, Próteses e Materiais Especiais).

Para o presidente Joé Sestello, a participação dos cooperados é essencial para o desenvolvimento da instituição. "Cada Assembleia representa uma oportunidade de fortalecer a nossa governança e construir, de forma coletiva, os caminhos para uma cooperativa cada vez mais sólida, sustentável e preparada para os desafios do futuro. A participação ativa dos médicos cooperados é fundamental para que as decisões reflitam os interesses da nossa operadora e contribuam para a excelência da assistência prestada aos

nossos beneficiários", destaca.

A Assembleia Geral Extraordinária reafirma o compromisso da diretoria da Unimed Nova Iguaçu com a transparência, a gestão

participativa e os princípios do cooperativismo, valorizando o diálogo e o envolvimento de todos nas deliberações que impactam o presente e o futuro da singular.



Diretores, conselheiros e gerentes conduzem a AGE

GOVERNANÇA NO SETOR OPME GERA R\$ 4,8 MILHÕES DE ECONOMIA

A gestão eficiente do setor de OPME tem proporcionado uma economia importante para a cooperativa. Com a revisão dos processos de trabalho implementados pela diretoria executiva, a governança foi restabelecida, promovendo maior transparência, previsibilidade orçamentária e garantindo maior sustentabilidade para a operadora. No período de dezembro de 2025 a março de 2026, por exemplo, a redução dos gastos com órteses, próteses e materiais especiais foi de aproximadamente R\$ 4,8 milhões.

Para cumprir as diretrizes da Resolução Normativa nº 424 da ANS, foram instituídos protocolos mais rigorosos para análise de pedidos de consultoria técnica, segunda opinião e juntas médicas. Neste contexto, a modernização da área integrou enfermeiros auditores na avaliação pré e pós-cirúrgica, responsáveis pela emissão de pareceres técnicos que subsidiam as juntas médicas, sempre respaldados horizontalmente pela regulação médica. Essa estrutura reflete o compromisso institucional da cooperativa com a transparência, eficiência e alinhamento ético.

— Essa economia reflete o compromisso da diretoria executiva com a gestão eficiente dos custos, sem comprometer a qualidade e a segurança na assistência aos beneficiários. A

variação de preços dos produtos do segmento de OPME pode ser expressiva, o que torna a negociação imprescindível a fim de garantir valores justos e competitivos. Dessa forma, a adoção de boas práticas é um diferencial para a sustentabilidade financeira da nossa organização — destaca o presidente, Joé Sestello.



COOPERATIVISMO: UM MODELO QUE CUIDA DE PESSOAS E TRANSFORMA REALIDADES

Por Carlos Alberto Vianna

Celebrado no primeiro sábado de julho, o Dia Internacional do Cooperativismo nos convida a refletir sobre a força de um modelo de negócio que alia desenvolvimento econômico, participação democrática e compromisso social. Em 2025, essa reflexão ganha ainda mais relevância com o reconhecimento da Organização das Nações Unidas (ONU), que declarou o ano como o Ano Internacional das Cooperativas.

No Brasil, o cooperativismo vive um momento de expansão. Segundo o Sistema OCB, atualmente, são mais de 25 milhões de cooperados, representando cerca de 12% da população brasileira, além de mais de 578 mil empregos diretos gerados pelas cooperativas em diferentes setores da economia.

Na saúde, o impacto é ainda mais expressivo. O cooperativismo reúne aproximadamente 24 milhões de beneficiários de planos médicos e odontológicos, consolidando-se como um dos principais pilares da assistência suplementar no país. As cooperativas de saúde estão presentes em mais de 90% do território nacional, ampliando o acesso aos serviços e promovendo um cuidado mais próximo e humanizado.

Nesse cenário, o Sistema Unimed se destaca como a maior experiência de cooperativismo médico do mundo. São mais de 115 mil médicos cooperados; cerca de 19,5 milhões de clientes; mais de 30 mil hospitais, clínicas e serviços credenciados; e participação de aproximadamente 38,5% do mercado de planos médico-hospitalares do Brasil. Além disso, a marca está presente em 92% dos municípios brasileiros, contribuindo para a geração de emprego, renda e desenvolvimento regional.

Mais do que números, o cooperativismo representa uma forma diferente de construir



resultados. Trata-se de um modelo baseado na união de esforços, na gestão compartilhada e na valorização das pessoas. Na saúde, esses princípios se traduzem em atendimento de qualidade, sustentabilidade dos serviços e compromisso permanente com o bem-estar das comunidades.

Na Unimed Nova Iguaçu, temos orgulho de fazer parte desse movimento. Acreditamos que cooperar é construir soluções coletivas para desafios cada vez mais complexos, mantendo o ser humano no centro de todas as decisões. Neste Dia Internacional do Cooperativismo, celebramos não apenas uma data, mas uma

filosofia que demonstra, todos os dias, a força da união, da colaboração e do compromisso coletivo na construção de uma sociedade mais sustentável e humana. Nesse contexto, reforço a importância da participação e do engajamento dos nossos cooperados no dia a dia da nossa Unimed. É por meio dessa atuação conjunta que fortalecemos nossa cooperativa, ampliamos nosso impacto positivo e geramos cada vez mais valor para a sociedade.

Carlos Alberto Vianna é Segundo-Tesoureiro da AMNI e Diretor Administrativo da Unimed Nova Iguaçu

COOPERATIVA INCREMENTA SETOR DE ESG E SUSTENTABILIDADE

A Unimed Nova Iguaçu inicia um novo capítulo de sua trajetória institucional com a criação do Setor de ESG e Sustentabilidade, incorporando de forma estruturada os princípios ESG, sigla mundialmente adotada para Environmental, Social and Governance (Ambiental, Social e Governança) à estratégia corporativa. Essa decisão marca um movimento transformador, reforçando o compromisso da cooperativa com ética, transparência e geração de valor compartilhado para colaboradores, cooperados, clientes, fornecedores, comunidade e demais stakeholders.

Mais do que projetos socioambientais, o ESG representa uma mudança de paradigma: um modelo de gestão transversal que integra aspectos ambientais, sociais e de governança à tomada de decisão empresarial. Essa estrutura dedicada permitirá maior integração entre áreas, acompanhamento de resultados e alinhamento

às melhores práticas de mercado.

“A diretoria executiva definiu como prioridade traçar novos rumos em busca da maturidade ESG, estabelecendo políticas, indicadores, metas e processos que consolidem a sustentabilidade como parte essencial da cultura organizacional e do planejamento estratégico”, declara Priscilla Silva, especialista em ESG e Sustentabilidade Corporativa pela FGV.

A partir dessa transformação, segundo o diretor Administrativo Carlos Alberto Vianna, a Unimed Nova Iguaçu fortalece sua reputação institucional: “A iniciativa traduz uma visão de futuro que equilibra desempenho econômico com responsabilidade socioambiental e excelência em governança, preparando a nossa cooperativa para os desafios de um mercado cada vez mais exigente e conectado às demandas da sociedade.”



A gerente administrativa Elaine Olegário, o diretor administrativo Carlos Vianna e Priscila Silva – alinhados para desenvolver o setor

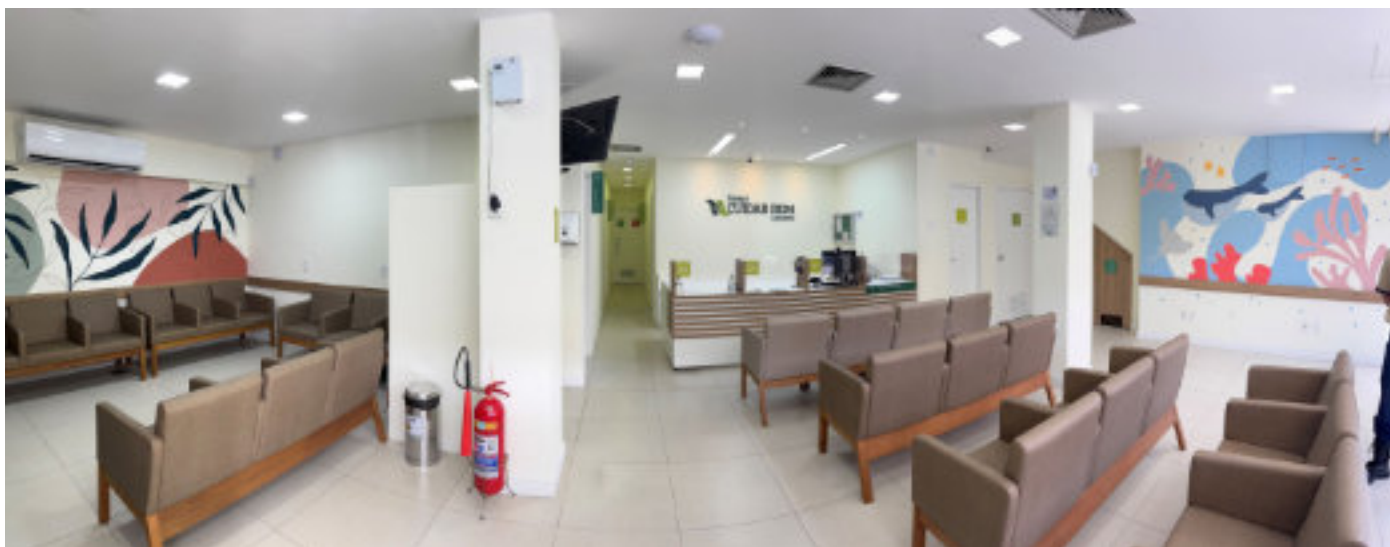
LABORATÓRIOS PRÓPRIOS CELEBRAM MAIS UM ANO E REFORÇAM COMPROMISSO COM O CUIDADO

A cooperativa celebra um importante marco em sua trajetória com os aniversários de seus laboratórios próprios. O Espaço Cuidar Bem Laboratório Nova Iguaçu I, primeiro laboratório da singular, completa cinco anos de funcionamento. Já as unidades Belford Roxo e Nova Iguaçu II comemoram o primeiro ano de atuação, ampliando o acesso a um serviço de diagnóstico moderno, ágil e acolhedor.

Os espaços foram projetados pela diretoria executiva para oferecer uma experiência diferenciada aos clientes, com ambientes acessíveis, arquitetura moderna e tecnologia de ponta. Cada unidade tem capacidade para realizar até 30 mil exames por mês, contando com uma equipe de profissionais altamente qualificados para garantir precisão, segurança e qualidade em todas as etapas do atendimento. Para o presidente Joé Sestello, o maior diferencial está na forma como o serviço é prestado. “A diferença se faz no atendimento ágil, na escuta presente, no acolhimento e na segurança transmitida em cada gesto, respeitando a singularidade de cada indivíduo”, destaca.



Os diretores Christian Ferreira (à esquerda), Carlos Alberto Vianna, Joé Sestello e Jorge Luiz Andrade em inauguração do segundo laboratório em Nova Iguaçu



Unidades Belford Roxo e Nova Iguaçu II completam primeiro ano de funcionamento

DIRETORIA AMPLIA AÇÕES DE CONTROLE E COMBATE ÀS FRAUDES

As fraudes na saúde suplementar consomem entre 10% e 12% das receitas totais das operadoras de planos de saúde no país, gerando um desvio estimado em cerca de R\$ 30 bilhões anuais, segundo o Instituto de Estudos de Saúde Suplementar (IESS). Para enfrentar esse importante desafio, a diretoria executiva criou o setor de prevenção de risco e fraude. Os impactos desse cenário afetam diretamente o equilíbrio financeiro das operadoras contribuindo para o aumento das mensalidades pagas pelos beneficiários.

Combinando tecnologia e processos capazes de identificar desvios, a nova área foi estruturada com base em quatro pilares fundamentais: compliance, gestão de riscos, auditoria interna e governança corporativa.

Historicamente, as fraudes mais comuns estão relacionadas a reembolsos sem desembolso, fracionamento de recibos, empréstimo de carteirinhas, falso estado clínico e cobrança por procedimentos não realizados. Além disso, os prestadores de serviços também passam por análises criteriosas, e eventuais indícios de irregularidades são tratados imediatamente, com todo o respaldo técnico e jurídico necessário.

— Esta é mais uma importante iniciativa da diretoria voltada à sustentabilidade da nossa operadora. Vale ressaltar que os prejuízos

decorrentes dessas práticas também atingem nossos clientes, uma vez que aumentam artificialmente os custos assistenciais, impactando o valor dos planos de saúde para todos. Estamos empenhados no combate às fraudes para preservar o patrimônio dos nossos

cooperados e garantir uma assistência de qualidade aos beneficiários. Nosso objetivo não é restringir a utilização do plano de saúde, mas identificar e combater, dentro da legalidade, pessoas e empresas que atuam de forma criminosa — destaca o presidente Joé Sestello.



cuidando de **você**

Nova Iguaçu

Descubra como essa **história** pode ser contada em **números**.

+DE 55.000
Beneficiários

+DE 500
Médicos Cooperados

+DE 450
Colaboradores

7
Recursos Próprios

3 Laboratórios, 1 Centro Oncológico, 1 Hospital, 1 Centro de Imagem e 1 Centro de Terapias.

Mais do que **números**, são **pessoas**, **histórias** e **vidas** que fazem parte da nossa trajetória.

Central de Vendas
(21) 2667-2060

O MELHOR UPGRADE PARA O SEU VINHO CUSTA QUASE NADA

Salve, salve!

É sempre um prazer escrever para a Coluna Vinhos e Prazeres da Revista da Associação dos Médicos de Nova Iguaçu. E hoje quero falar sobre algo que pode transformar completamente a experiência com um vinho, sem precisar comprar uma garrafa mais cara.

Muitas vezes, investimos na escolha do rótulo e esquecemos dois detalhes que fazem toda a diferença: a temperatura de serviço e a taça.

Vamos começar pela temperatura. Quem nunca ouviu alguém dizer que "vinho tinto se bebe em temperatura ambiente"? A frase até fazia sentido. .. quando foi criada. O problema é que ela surgiu na Europa, há séculos, quando a temperatura ambiente girava em torno de 16 a 18 °C. No verão brasileiro, facilmente passamos dos 30 °C. Nessas condições, o álcool se torna mais evidente, o vinho perde frescor e os aromas ficam desequilibrados.

Na prática, a maioria dos tintos fica muito melhor entre 15 e 18 °C. Já os brancos costumam mostrar todo o seu potencial entre 8 e 12 °C, enquanto os espumantes pedem temperaturas ainda mais baixas, entre 6 e 8 °C. Não é preciso usar um termômetro a cada garrafa, mas vale lembrar que, na dúvida, é melhor servir um vinho ligeiramente mais frio do que mais quente.

Afinal, ele aquece naturalmente na taça.

E já que falamos nela, vale desmistificar outro assunto: a taça.



Não é necessário ter um armário cheio de modelos diferentes para cada uva. Uma boa taça de cristal ou vidro fino, com bojo generoso e boca levemente fechada, atende muito bem a grande maioria dos vinhos. O importante é permitir que os aromas se concentrem e que haja espaço para girar o vinho sem derramar. Outro hábito comum é encher a taça até a borda. Além de pouco elegante, isso dificulta a oxigenação e impede que os aromas se desenvolvam. O ideal é servir aproximadamente um terço da taça, deixando espaço para movimentar o vinho e apreciar toda a sua expressão.

São detalhes simples, mas que fazem muita diferença. Um mesmo vinho, servido na temperatura correta e em uma boa taça, pode parecer outro. Muitas vezes, o melhor investimento não está em comprar uma garrafa mais cara, mas em aproveitar melhor aquela que já está sobre a mesa.

No universo do vinho, pequenas mudanças costumam produzir grandes resultados. E talvez esse seja um dos segredos que tornam essa bebida tão fascinante: sempre há algo novo para aprender, experimentar e compartilhar.

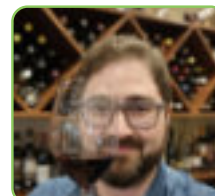
Um brinde às boas taças, às boas escolhas e aos pequenos detalhes que fazem toda a diferença!



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.*

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

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

PREFEITURA DE NOVA IGUAÇU ENTREGA CENTRO DE ESPECIALIDADES ODONTOLÓGICAS E PRIMEIRO AMBULATÓRIO DE ENDOMETRIOSE



A rede municipal de saúde de Nova Iguaçu ganhou dois importantes reforços no sábado (13/06) com a entrega do Centro de Especialidades Odontológicas (CEO) e do primeiro ambulatório especializado no atendimento a mulheres com endometriose. Os novos serviços funcionam dentro da Policlínica Dom Walmor, no Centro, de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h.

O Centro de Especialidades Odontológicas foi totalmente reformado e modernizado para se tornar referência municipal em atendimentos especializados de baixa e média complexidade. Com capacidade para atender cerca de mil pacientes por mês, a unidade oferecerá serviços como clínica odontológica especializada, endodontia (tratamento de canal), periodontia, odontopediatria e pequenas cirurgias bucomaxilofaciais.

O espaço também contará com atendimento voltado a pacientes com necessidades especiais e mulheres vítimas de violência doméstica, que terão acolhimento especializado e ambientes preparados para garantir privacidade e conforto durante o tratamento.

Presente na entrega, o prefeito Dudu Reina destacou a importância de ambos os equipamentos para os moradores de Nova Iguaçu.

“Estamos entregando uma estrutura moderna, equipada e preparada para atender a população

com mais qualidade. Nosso objetivo não é apenas oferecer espaços novos, mas garantir eficiência, acolhimento e um atendimento cada vez mais humanizado para os moradores de Nova Iguaçu”, afirmou.

Ambulatório de Endometriose

Além do CEO, a Secretaria Municipal de Saúde inaugurou o primeiro ambulatório de endometriose da história do município. O novo serviço foi criado para oferecer atendimento especializado a mulheres diagnosticadas ou com suspeita da doença, ampliando a assistência à saúde feminina na rede pública.

A endometriose é uma doença crônica que afeta milhares de mulheres em idade reprodutiva e pode causar dores intensas, infertilidade e prejuízos significativos à qualidade de vida. O diagnóstico costuma levar anos para ser concluído, o que torna fundamental a existência de um serviço especializado para acompanhamento e tratamento.

O ambulatório contará com atendimento multiprofissional, oferecendo acompanhamento especializado, encaminhamento para exames e suporte contínuo às pacientes. A proposta é acelerar o diagnóstico e garantir um cuidado integral às mulheres atendidas pela rede municipal.

O secretário municipal de Saúde, Luiz Carlos Nobre Cavalcanti, ressaltou a importância dos

novos serviços para o fortalecimento da rede pública de saúde.

“A sensação é de realização por poder entregar equipamentos tão importantes. Sou médico do município há 26 anos, me formei, estudei e construí minha trajetória profissional em Nova Iguaçu e participar deste momento é algo que me orgulha de pertencer a essa cidade. Seguimos trabalhando para ampliar os serviços, qualificar o atendimento e entregar cada vez mais à população”, afirmou.

Como funcionarão os atendimentos

Para ter acesso ao Centro de Especialidades Odontológicas, o paciente deve procurar uma Clínica da Família, Unidade Básica de Saúde ou policlínica da rede municipal para uma avaliação odontológica inicial. Caso haja necessidade de tratamento especializado, o profissional fará o encaminhamento por meio do Sistema Municipal de Regulação, responsável pelo agendamento da consulta no CEO.

O mesmo fluxo será adotado para o Ambulatório de Endometriose. Mulheres com sintomas ou suspeita da doença devem procurar uma unidade de saúde da rede municipal para avaliação médica. Havendo indicação para acompanhamento especializado, a paciente será encaminhada pelo sistema de regulação e receberá o agendamento para atendimento no ambulatório.

MORADORA DE NOVA IGUAÇU TRANSFORMA LUTO EM ACOLHIMENTO PARA CRIANÇAS AFASTADAS DE SUAS FAMÍLIAS

Quando perdeu o marido para o câncer, em março do ano passado, a assistente social Daniele Basílio, de 46 anos, encontrou forças para seguir um propósito que os dois construíram juntos: acolher crianças afastadas judicialmente de suas famílias. Em meio ao luto e à reconstrução da própria vida, ela abriu as portas de casa para dois irmãos, de 1 e 3 anos, em situação de vulnerabilidade. Acolhidas pelo Serviço de Acolhimento Familiar (SAF), da Prefeitura de Nova Iguaçu, as crianças vivem com Daniele desde novembro de 2025 e compartilham com ela a mesma casa, a mesma rotina e o mesmo afeto.

A história de Daniele ajuda a mostrar a importância do SAF, implantado em setembro de 2018 para oferecer acolhimento familiar temporário a meninos e meninas afastados judicialmente de suas famílias. Considerado uma alternativa aos abrigos institucionais, ele permite que crianças e adolescentes possam viver temporariamente em um ambiente familiar, recebendo afeto, proteção e acompanhamento individualizado. Desde sua implementação, 48 acolhimentos já foram realizados.

Foi através do SAF que Daniele iniciou sua trajetória como família acolhedora. Há cerca de três anos, após conhecer o serviço em uma unidade da assistência social do município, ela e o marido Geraldo Basílio decidiram abrir as portas de casa — e do coração — para crianças que precisavam de proteção temporária. Desde então, a família já participou de quatro acolhimentos. Geraldo esteve presente nos três primeiros, mesmo em meio ao tratamento contra o câncer.

“Meu esposo faleceu durante nosso terceiro acolhimento. Esse era um propósito nosso, então pensei em não acolher mais, porque achei que não daria conta sozinha. No último dia de acolhimento daquela criança, recebi uma ligação do SAF perguntando se eu estaria disposta a receber um casal de irmãos”, conta Daniele, que aceitou o novo desafio. “Neste serviço, lidamos com vidas, com crianças que já chegam emocionalmente fragilizadas. Eu não poderia recusar essa missão”, relembra.

Os irmãos atualmente acolhidos foram afastados da família por determinação judicial e passaram a receber proteção por meio do serviço. Enquanto o caso é acompanhado pela Justiça e pela rede de proteção, eles vivem em ambiente familiar e mantêm contato com os pais por meio de visitas assistidas.

“O que percebemos é que essa passagem temporária por um lar acolhedor favorece a construção de vínculos, do afeto e do apego seguro — elementos fundamentais para esse processo de transição, seja para a reintegração à família de origem ou extensa, seja para o encaminhamento à adoção por uma família

substituta”, explica Larissa La Cava, psicóloga do SAF.

Para Daniele, o acolhimento vai muito além de oferecer abrigo temporário.

“Família acolhedora é isso: colocar no colo, puxar para perto, dar calor humano. Você não muda o que aquela criança viveu, mas pode tornar a caminhada dela mais leve. Pode fazer parte de um processo de mudança. A criança recebe amor, mas a gente também recebe muito delas”, afirma.

Emocionada ao lembrar do companheiro, que participou dos primeiros acolhimentos da família, ela resume o que considera a essência do SAF. “Eu acredito muito nesse serviço. As crianças precisam viver em família, sentir carinho, rotina e afeto. É isso que transforma.”

Município busca novas famílias acolhedoras

Apesar da importância do SAF na vida de crianças e adolescentes, o número de famílias participantes ainda é pequeno. Atualmente, apenas dez estão habilitadas, sendo quatro delas responsáveis pelo acolhimento de cinco crianças. Hoje, 41 meninos e meninas vivem em acolhimento institucional no município. Por isso, a Prefeitura segue cadastrando famílias interessadas em abrir as portas de seus lares para o acolhimento temporário.

O SAF busca compreender os motivos que levaram ao afastamento judicial da criança ou adolescente da família de origem e trabalha para sua reinserção familiar até que todas as possibilidades sejam esgotadas. Em último caso, a criança ou adolescente é encaminhado para adoção. Por isso, as famílias cadastradas no serviço assinam um termo de não interesse em adoção.

“O acolhimento familiar é considerado menos prejudicial e mais benéfico para o desenvolvimento de crianças e adolescentes do que o acolhimento institucional. Em uma família, elas recebem cuidados individualizados, com atenção às suas necessidades específicas, diferentemente da dinâmica coletiva existente em abrigos e instituições”, reforça Larissa.

As famílias acolhedoras recebem uma ajuda de custo destinada exclusivamente às despesas dos acolhidos. Ainda assim, Daniele destaca que o principal combustível do serviço é o compromisso com o bem-estar das crianças.

“Esse serviço não é emprego. É doação de amor, carinho e afeto. Ninguém acolhe sozinho. Existem familiares, amigos, vizinhos e pessoas da igreja que ajudam e fazem parte dessa rede de cuidado”, afirma ela, que mantém contato com todas as crianças que já passaram por sua casa. “Os pais dizem que eu faço parte da história dos filhos deles. Isso não tem preço. Esse é o verdadeiro retorno.”

Histórias como a de Daniele ajudam a mostrar o impacto do acolhimento familiar e a importância

de ampliar o número de famílias participantes do serviço, permitindo que mais crianças e adolescentes possam viver temporariamente em um ambiente de afeto, proteção e convivência familiar.

Como acolher

Para fazer parte do Serviço de Acolhimento Familiar, é preciso morar em Nova Iguaçu há pelo menos dois anos, ter uma residência com condições adequadas para atender às necessidades básicas da criança, entre outros requisitos. Também é fundamental que todos os membros da família estejam de acordo com a participação no serviço e cientes de que não se trata de adoção, mas da oferta de um lar temporário para o acolhido.

As famílias interessadas passam por avaliação psicossocial e por um processo de capacitação para que estejam preparadas para acolher crianças e adolescentes afastados judicialmente de seus lares de origem.

Os interessados em se cadastrar podem procurar a sede do serviço, localizada na Rua Dr. Luiz Guimarães, 956, no Centro de Nova Iguaçu. Também é possível entrar em contato pelo WhatsApp (21) 99575-1913 ou pelo e-mail familiaacolhedora.ni@gmail.com.



CLÍNICA Leve GUIA

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 Metabolologia
- ✓ 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

NOVA IGUAÇU OFERECE EXAME DE ELASTOGRAFIA HEPÁTICA GRATUITAMENTE NA REDE MUNICIPAL DE SAÚDE



A técnica de enfermagem Renata de Oliveira Correia, de 51 anos, chegou ao Centro de Saúde Vasco Barcelos preocupada após receber, em consulta médica, a suspeita de gordura no fígado. Em poucos minutos, o exame de elastografia hepática, oferecido gratuitamente pela rede municipal de saúde de Nova Iguaçu, trouxe a resposta: uma alteração leve, sem sinais de gravidade. O procedimento, considerado um dos métodos mais modernos para avaliação do fígado, passou a ser disponibilizado gratuitamente pelo município.

"Eu estava preocupada e queria saber se havia algum comprometimento maior no fígado. O resultado veio rápido e junto com ele um alívio enorme. Esse exame geralmente custa um valor alto no particular e ter essa oportunidade de fazê-lo pelo SUS é muito importante para a população cuidar da saúde", contou.

Situações como a de Renata agora fazem parte da rotina da rede municipal de saúde. O exame de elastografia hepática passou a ser oferecido gratuitamente às segundas-feiras no Centro de Saúde Vasco Barcelos e, em apenas três meses, mais de 90 procedimentos já foram realizados. O método permite identificar doenças como fibrose, cirrose e esteatose hepática (gordura no fígado) de forma rápida e não invasiva,

substituindo a biópsia em muitos casos.

A estudante de biologia Lucimara Alves da Silva, de 53 anos, também realizou o exame após a descoberta de um nódulo e a necessidade de uma investigação mais detalhada.

"Os exames anteriores não mostraram alterações importantes, mas era necessário um exame mais aprofundado. O resultado apontou apenas uma cicatriz, e fiquei muito aliviada. Eu sabia que esse era um exame caro e não teria condições de fazê-lo na rede particular", afirmou.

A elastografia hepática utiliza ondas sonoras para medir a rigidez do fígado, em um processo semelhante ao ultrassom. O exame dura entre 15 e 20 minutos, é indolor, seguro, não utiliza radiação e permite avaliar com precisão a presença e a evolução de doenças hepáticas.

Segundo o secretário municipal de Saúde, Luiz Carlos Nobre Cavalcanti, a oferta do exame representa mais um avanço na ampliação dos serviços especializados da rede pública municipal.

"Estamos ampliando o acesso da população a exames modernos e de alta precisão diagnóstica. Nosso objetivo é garantir que os moradores de Nova Iguaçu tenham acesso a tecnologias que muitas vezes estão disponíveis apenas na rede privada", destacou.

Responsável pelo serviço no Centro de Saúde Vasco Barcelos, o médico gastroenterologista Leonardo Barbosa da Cunha explica que o equipamento, conhecido como FibroScan, é considerado padrão ouro na avaliação de doenças hepáticas.

"Hoje o exame é fundamental para identificar fibrose hepática, cirrose, inflamações e a esteatose hepática. Muitos pacientes convivem com essas alterações sem apresentar sintomas. Quanto mais cedo conseguimos identificá-las, maiores são as chances de acompanhamento adequado e prevenção de complicações", explicou.

O especialista destaca ainda que o equipamento possui alto custo e está disponível em poucas unidades de saúde no estado.

"Nem todos os planos de saúde cobrem esse exame, que pode custar até R\$ 2 mil na rede privada. Em Nova Iguaçu, ele é oferecido gratuitamente mediante encaminhamento médico pela rede municipal", ressaltou.

Para realizar a elastografia hepática, o paciente deve procurar uma Clínica da Família ou Unidade Básica de Saúde. Após avaliação médica e indicação do exame, o encaminhamento é feito pelo sistema de regulação da Secretaria Municipal de Saúde, responsável pelo agendamento do procedimento no Centro de Saúde Vasco Barcelos.

FESTA DO AIPIM DE TINGUÁ ENCERRA 17ª EDIÇÃO COM MAIS DE 11 MIL VISITANTES

Durante três dias, foram consumidas cerca de cinco toneladas de aipim, ingrediente simbólico da região



Mais de 11 mil visitantes e cerca de cinco toneladas de aipim consumidos em apenas três dias. Este é o balanço da 17ª edição da Festa do Aipim, realizada em Tinguá entre os dias 10 e 12 de julho. Declarada patrimônio histórico, cultural e imaterial do Estado do Rio de Janeiro, a tradicional festa – realizada pela Prefeitura de Nova Iguaçu e organizada pela Associação de Moradores e Amigos de Tinguá – reuniu gastronomia, artesanato, cultura e atrações musicais.

O público presente ao evento pôde experimentar diversas receitas preparadas com o aipim, ingrediente simbólico da região, vendidas pelos produtores locais em 16 estandes gastronômicos. Diferentemente dos anos anteriores, nesta edição os estandes foram todos posicionados ao lado do canteiro central que separa a Estrada Zumbi dos Palmares e a Estrada Boa Esperança.

"A organização da festa está cada vez melhor, tem mais espaço para caminhar e mesas para sentar e comer com conforto. A gastronomia é muito boa e as apresentações musicais também são maravilhosas", disse o oficinheiro mecânico Flávio Ferreira, 52 anos, que foi à festa acompanhado da esposa Maura Onhas, 48. O casal, que mora no bairro Gerard Danon,

foi à festa na noite de sexta-feira (10) e mostrou talento para a dança ao som da banda Forrozin na Praça.

Embora receba milhares de visitantes, a Festa do Aipim também é celebrada pelos moradores de Tinguá. Vivendo no bairro desde os sete meses de vida, a aposentada Alba Martins Pimenta, 83 anos, garante não ter perdido uma edição sequer. "Eu participei de todas! Quando tem festa eu nem faço comida em casa. Venho pra cá e sempre experimento um prato diferente", conta Alba.

Um dos fundadores da Festa do Aipim, Carlos Alberto Campos, conhecido na região de Tinguá como "seu" Nonô explica que o evento possibilita que os produtores comercializem aipim de qualidade e gerem renda extra durante três dias, mas também é uma oportunidade para fomentar o turismo local.

"A Festa do Aipim é de grande importância para nossa comunidade, que está sempre de braços abertos para receber os turistas com muito carinho. Espero ainda poder participar de muitas edições deste grande evento", disse Nonô, demonstrando grande entusiasmo aos 76 anos.

Além da gastronomia, o público curtiu apresentações musicais

que reuniram forró, samba, MPB, pop, rock e sertanejo. O evento contou ainda com apresentação da Quadrilha Junina Dragão de Fogo, a mais antiga em atividade em Nova Iguaçu, fundada em 1982.



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

QUAIS SÃO OS BENEFÍCIOS DO ÔMEGA-3? DEVO SUPLEMENTAR?

O ômega-3 é um ácido graxo essencial, ou seja, o organismo não consegue produzi-lo. Ele é importante para a saúde cardiovascular, cerebral e ocular. Estudos indicam que seus principais tipos, EPA e DHA, têm forte ação anti-inflamatória, ajudam a controlar os níveis de triglicerídeos e contribuem para a proteção das artérias.

Qual é o papel do ômega-3 no organismo?

- Cérebro:

É essencial para a função cognitiva e para a formação do tecido cerebral, sendo especialmente recomendado durante a gravidez.

- Coração:

Ajuda a diminuir a inflamação nas paredes das artérias, reduzindo fatores de risco para doenças cardiovasculares.

- Olhos:

O DHA é um importante componente estrutural da retina.

Como obter ômega-3?

As principais fontes alimentares são os peixes de águas marinhas profundas, como salmão, sardinha e atum. Também existem fontes vegetais, como sementes de linhaça, chia e nozes.

A suplementação em cápsulas é outra opção bastante comum para garantir a quantidade diária necessária, já que obter ômega-3 apenas pela alimentação pode ser desafiador na rotina moderna.

Dosagem e cuidados

Para a maioria das pessoas, o óleo de peixe é



seguro. Os efeitos colaterais mais comuns incluem gosto residual de peixe, náuseas leves e diarreia.

Tomar as cápsulas junto com alimentos ou escolher produtos sem odor pode ajudar a reduzir o sabor de peixe.

Os produtos com prescrição médica, que contêm EPA em alta dose, também costumam ser bem tolerados. No entanto, podem aumentar ligeiramente o risco de batimentos cardíacos irregulares, como a fibrilação atrial, e de sangramentos.

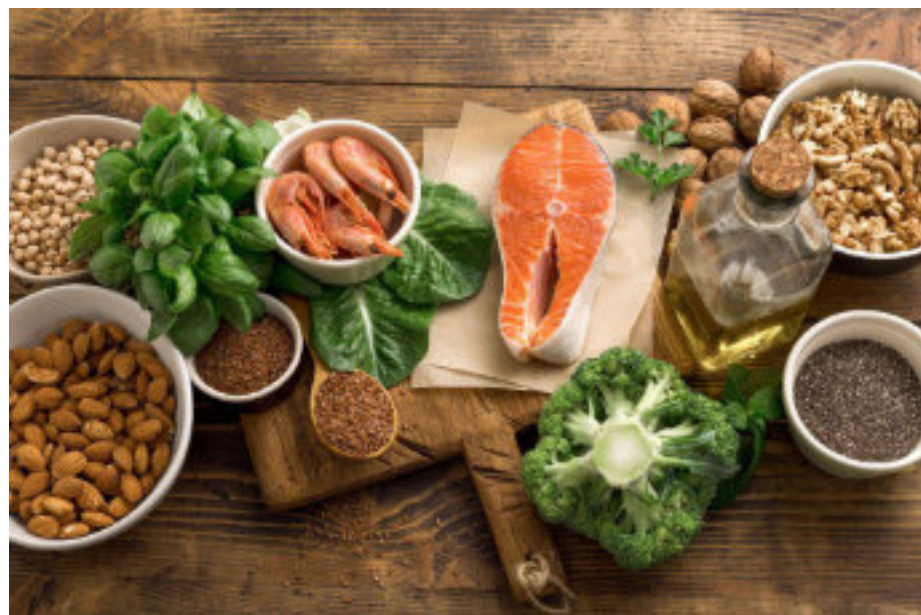
Para a maioria dos adultos, considera-se seguro o consumo de até 3 gramas diários de EPA e DHA combinados, provenientes de suplementos. Doses mais elevadas, utilizadas para condições médicas específicas, devem ser tomadas sob supervisão médica.

A Fundação do Coração recomenda o consumo de duas a três porções de peixe oleoso por semana. Essa quantidade forneceria entre 250 e 500 mg de EPA e DHA por dia.

Se você não come peixe, um suplemento de óleo de peixe pode ajudar a suprir suas necessidades de ômega-3. Para vegetarianos ou veganos, existe a opção do óleo de algas.

Para pessoas com doença cardíaca associada a triglicerídeos altos ou com artrite inflamatória, o óleo de peixe pode oferecer benefícios adicionais. Entretanto, a dose e o tipo de produto são importantes, por isso é necessário conversar com um profissional da saúde.

Para a maioria das pessoas, duas ou três porções de peixe oleoso por semana continuam



sendo a forma mais simples, segura e nutritiva de obter ômega-3.

Como incluir ômega-3 no cardápio?

É possível incorporar o ômega-3 à alimentação com opções práticas e saborosas, como salmão grelhado ou assado com crosta de castanhas, patê de sardinha para o lanche e smoothies com sementes de chia ou linhaça no café da manhã.

- Peixes de águas frias

Os peixes gordurosos são as melhores fontes de ômega-3 dos tipos EPA e DHA.

- Salmão ao forno com crosta de castanhas

Asse o filé de salmão com uma cobertura de castanhas trituradas, como pistache ou castanha-de-caju, azeite e ervas.

- Sardinhas assadas com pimenta

Tempere a sardinha fresca com sal, azeite e pimenta-calabresa e leve ao forno.

- Salada de atum com abacate

Misture atum em lata, conservado em óleo ou água, com cubos de abacate, azeite e temperos frescos.

- Fontes vegetais

As opções vegetais são ricas em ômega-3 do tipo ALA. Elas são excelentes para dietas vegetarianas ou para variar a alimentação no dia a dia.

- Smoothie de açaí com chia

Bata a polpa de açaí com banana e acrescente uma colher de sopa de sementes de chia.

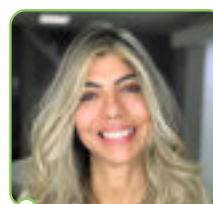
- Iogurte com linhaça

Misture uma colher de sopa de sementes de linhaça trituradas ao iogurte matinal ou às saladas.

Quando tomar suplementos de ômega-3?

A suplementação de ômega-3 normalmente é feita por meio de cápsulas que contêm óleo de peixe, óleo de krill, óleo de fígado de bacalhau ou produtos vegetarianos feitos com óleo de algas. Esses suplementos devem ser recomendados por um médico ou nutricionista.

As cápsulas de suplementos à base de óleo de peixe contêm, em média, 1.000 mg de óleo de peixe cada. Desse total, aproximadamente 180 mg correspondem ao EPA e 120 mg ao DHA.



ESCRITO POR:

Dr.ª Sonia Fernandes

Nutricionista
CRN 89100149

Para maiores informações e consultas:
Tel: 21 96498-1786
email: sfpdias@gmail.com
Instagram: [soniafernandesnutri](https://www.instagram.com/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, Green Cross, gama, GEAP, Mediserv, Medica, Unimed RJ

SAÚDE MENTAL E DOENÇAS CRÔNICAS: CUIDAR DA MENTE TAMBÉM FAZ PARTE DO TRATAMENTO

"Não existe saúde sem saúde mental." Essa frase, frequentemente utilizada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), resume uma realidade que ainda precisa ser amplamente compreendida pela sociedade: o cuidado com a mente deve caminhar lado a lado com o tratamento do corpo.

No mês de julho, quando o Brasil promove a campanha **Julho Amarelo**, dedicada à conscientização sobre as hepatites virais, surge uma importante oportunidade para refletirmos sobre um aspecto muitas vezes negligenciado da assistência médica: o impacto psicológico causado pelo diagnóstico e pelo tratamento das doenças crônicas.

Receber a notícia de que se conviverá com uma doença por muitos anos — ou até por toda a vida — costuma provocar uma verdadeira transformação na rotina e no equilíbrio emocional. Medo, insegurança, tristeza, ansiedade e até sentimentos de culpa podem surgir, independentemente da idade ou da condição social da pessoa.

É justamente nesse momento que a Psiquiatria assume um papel fundamental.

Quando o diagnóstico muda a vida

Imagine alguém que chega ao consultório acreditando estar apenas realizando exames de rotina e, poucas semanas depois, recebe o diagnóstico de uma hepatite viral, diabetes, câncer, insuficiência cardíaca, doença renal crônica ou qualquer outra enfermidade que exigirá acompanhamento permanente.

Além das preocupações com medicamentos, exames e mudanças de hábitos, surgem inúmeras dúvidas:

"Vou conseguir continuar trabalhando?"

"Minha família vai sofrer?"

"Minha vida será a mesma?"

"Vou depender de outras pessoas?"

Esses questionamentos são absolutamente naturais.

O problema acontece quando a ansiedade deixa de ser uma reação esperada e passa a comprometer o sono, a alimentação, a concentração, o relacionamento familiar e até mesmo a adesão ao tratamento médico.

O peso invisível das doenças crônicas

Muitas pessoas acreditam que o maior desafio



de uma doença crônica seja apenas o aspecto físico.

Entretanto, estudos mostram que pacientes portadores dessas enfermidades apresentam risco significativamente maior de desenvolver transtornos mentais, especialmente ansiedade e depressão.

Isso ocorre porque conviver diariamente com consultas médicas, exames, limitações físicas, uso contínuo de medicamentos e incertezas sobre o futuro exige grande capacidade de adaptação emocional.

Em muitos casos, o paciente passa a sentir que perdeu parte de sua autonomia.

Alguns deixam de praticar atividades que apreciavam, reduzem o convívio social ou passam a evitar encontros familiares por vergonha da própria condição.

Outros desenvolvem medo constante de complicações ou da evolução da doença.

Esse sofrimento nem sempre é percebido pelos familiares ou pelos profissionais de saúde.

A importância do acolhimento

O tratamento de qualquer doença deve ir muito além da prescrição de medicamentos.

O acolhimento, a escuta ativa e o respeito às emoções do paciente fazem parte da assistência médica de qualidade.

Cada pessoa reage de maneira diferente diante de um diagnóstico.

Enquanto alguns conseguem reorganizar rapidamente a rotina, outros necessitam de acompanhamento psicológico ou psiquiátrico para enfrentar essa nova etapa da vida.

Buscar ajuda não significa fraqueza.

Pelo contrário.

Reconhecer que a saúde emocional precisa de atenção demonstra maturidade e aumenta significativamente as chances de sucesso do tratamento.

Ansiedade e depressão não são falta de fé

Ainda existe muito preconceito quando o assunto é saúde mental.

É comum ouvir frases como:

"Você precisa ser mais forte."

"Isso é falta de pensamento positivo."

"É só ocupar a cabeça."

Infelizmente, esse tipo de comentário apenas aumenta o sofrimento de quem já enfrenta uma doença física.

Ansiedade e depressão são condições médicas reconhecidas internacionalmente.

Possuem causas biológicas, psicológicas e sociais, podendo surgir em qualquer pessoa, especialmente diante de situações de grande impacto emocional.

Assim como ninguém escolhe desenvolver hipertensão arterial ou diabetes, ninguém decide desenvolver um transtorno mental.

Por isso, essas doenças merecem tratamento



adequado e livre de preconceitos.

A família também precisa de cuidados

Quando uma pessoa adoecer, toda a família passa por mudanças.

Pais, filhos, cônjuges e cuidadores frequentemente assumem novas responsabilidades.

Muitas vezes, eles próprios desenvolvem sintomas de ansiedade, esgotamento físico e emocional.

Por isso, o cuidado integral também deve incluir aqueles que acompanham diariamente o paciente.

Conversar, dividir responsabilidades e buscar orientação profissional quando necessário fortalece toda a rede de apoio.

O papel da Psiquiatria

A Psiquiatria moderna trabalha de forma integrada com diversas especialidades médicas.

O psiquiatra não atua apenas nos transtornos mentais graves.

Também acompanha pacientes que apresentam sofrimento emocional relacionado a doenças clínicas, cirurgias, internações prolongadas ou mudanças importantes na vida.

Quando necessário, medicamentos podem ser indicados para controlar sintomas de ansiedade, depressão ou insônia.

Entretanto, o tratamento não se resume aos remédios.

A combinação entre acompanhamento médico, psicoterapia, apoio familiar, atividade física, alimentação equilibrada e fortalecimento dos vínculos sociais costuma produzir resultados muito mais eficazes.

Cuidar da mente melhora o tratamento

Diversos estudos científicos demonstram que pacientes emocionalmente assistidos aderem melhor aos tratamentos, comparecem com maior regularidade às consultas, utilizam corretamente as medicações e apresentam melhor qua-

lidade de vida.

Isso significa que cuidar da saúde mental não é um complemento do tratamento.

É parte dele.

A medicina moderna compreende o ser humano como um todo.

Corpo e mente não funcionam separadamente. Quando um sofre, o outro inevitavelmente também é afetado.

Um compromisso com a saúde integral

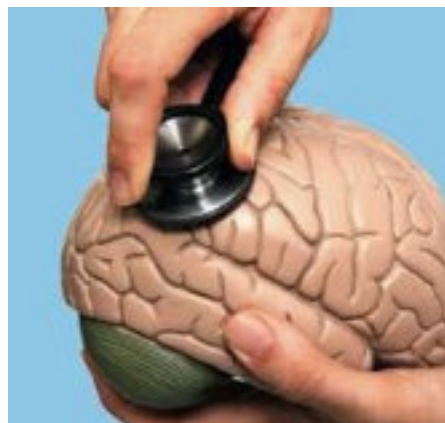
A Associação Médica de Nova Iguaçu acredita que promover informação é uma das formas mais eficazes de prevenção.

Ao falar sobre saúde mental, contribuímos para reduzir o preconceito, estimular o diagnóstico precoce e incentivar as pessoas a procurarem ajuda antes que o sofrimento se torne incapacitante.

Julho nos lembra da importância da prevenção das hepatites virais.

Mas também nos convida a refletir sobre outra prevenção igualmente necessária: a do sofrimento emocional que tantas vezes acompanha as doenças físicas.

Cuidar da mente é cuidar da vida.



E uma medicina verdadeiramente humanizada reconhece que cada paciente é muito mais do que um diagnóstico. É uma pessoa com sentimentos, medos, sonhos e esperança.

Fontes:

- Organização Mundial da Saúde (OMS). **Mental Health**. Disponível em: <https://www.who.int/health-topics/mental-health>
- Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). **Saúde Mental**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental>
- Ministério da Saúde. **Julho Amarelo – Conscientização sobre as Hepatites Virais**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude>
- Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP). **Cartilhas e Informações sobre Saúde Mental**. Disponível em: <https://www.abp.org.br>
- Organização Mundial da Saúde. **Constitution of the World Health Organization** (conceito de saúde como bem-estar físico, mental e social).



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: givagomes1998@gmail.com

Campanha

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

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)96488-1487

PLASMA RICO EM PLAQUETAS: UMA VIRADA HISTÓRICA PARA QUEM SOFRE COM O DESGASTE DAS ARTICULAÇÕES

Se você tem mais de cinquenta anos, é bem provável que conheça — na própria pele ou na de alguém próximo — aquela dor no joelho que aparece ao subir escadas, o quadril que "trava" pela manhã ou a coluna que reclama depois de um dia mais puxado. São queixas do dia a dia, mas por trás delas costuma estar um processo silencioso e progressivo: o desgaste das articulações, que chamamos de **doenças osteodegenerativas**, sendo a artrose (ou osteoartrite) a mais conhecida delas.

Durante anos, uma das ferramentas mais promissoras para ajudar essas pessoas viveu numa espécie de limbo no Brasil. Falo do **PRP**, sigla para **Plasma Rico em Plaquetas**. E é justamente sobre ele que trago, nesta coluna, uma notícia que considero um marco: o **Conselho Federal de Medicina (CFM)** finalmente reconheceu o uso do PRP na prática médica.

Afinal, o que é o PRP?

A ideia é, ao mesmo tempo, simples e engenhosa. Colhe-se uma pequena quantidade de sangue do próprio paciente, como em um exame comum. Esse sangue é colocado em um aparelho chamado centrífuga, que gira em alta velocidade e separa seus componentes. De um lado ficam as células vermelhas; de outro, uma fração especial do plasma, riquíssima em plaquetas.

As plaquetas são muito mais do que as responsáveis por estancar sangramentos. Elas carregam os chamados **fatores de crescimento** — pequenas "mensageiras" que orientam o corpo a reduzir a inflamação e a estimular o reparo dos tecidos. Concentradas e aplicadas diretamente na região lesionada, elas funcionam como um empurrão nos próprios mecanismos de cura do organismo. E como o material vem do próprio paciente, o risco de rejeição ou alergia é praticamente nulo.

Por que havia tanta polêmica?

Apesar de o PRP ser usado no mundo inteiro há muitos anos, no Brasil ele estava classificado como procedimento "experimental" desde 2011, entendimento reforçado por uma resolução de 2015. Na prática, isso significava que o tratamento só poderia ser oferecido dentro de pesquisas científicas formais, e não no atendimento comum de consultório.

O problema é que a realidade caminhou mais rápido que a norma. Diante de pacientes com dor e de evidências científicas cada vez mais robus-



tas, muitos médicos já aplicavam o PRP no dia a dia. Criou-se uma situação desconfortável: uma técnica amplamente utilizada, porém sem respaldo formal do próprio conselho da categoria.

O que mudou com a decisão do CFM

Em 2026, após mais de uma década de restrições e de um cuidadoso processo de análise — que ouviu sociedades médicas e especialistas —, o CFM passou a **autorizar o uso do PRP na prática clínica**, desde que respeitados critérios técnicos, científicos e éticos.

Essa mudança é importante por dois motivos. Primeiro, porque devolve segurança: ao paciente, que passa a ser tratado dentro de uma prática reconhecida; e ao médico, que ganha respaldo ético e jurídico para indicar o procedimento. Segundo, porque reconhece a evolução da ciência — novos estudos ajudaram a definir com mais clareza em quais situações o PRP realmente ajuda.

Um alerta necessário: PRP não é milagre

Aqui preciso ser honesto com você, leitor. A liberação do PRP é uma excelente notícia, mas vem acompanhada de responsabilidade. O PRP **não "cura" a artrose nem reconstrói uma cartilagem já desgastada** — nenhuma diretriz cien-

tífica séria afirma isso hoje. O que os estudos mostram é que, em casos bem selecionados, ele pode aliviar a dor, melhorar a função da articulação e, em algumas situações, adiar ou até evitar uma cirurgia.

Por isso, a palavra-chave é **indicação criteriosa**.

Nem todo paciente é candidato ao procedimento. A decisão deve nascer de uma avaliação individual, considerando o diagnóstico, a gravidade do desgaste, os tratamentos já tentados e as evidências para cada caso. E o PRP não substitui o básico que funciona: fisioterapia, fortalecimento muscular, controle do peso e cuidado com os fatores de risco. Ele é uma peça a mais — muitas vezes valiosa — dentro de um plano de tratamento completo.

Um novo tempo para a medicina regenerativa

Como **membro fundador da Associação Brasileira de Medicina Regenerativa**, acompanho de perto essa área há anos e vejo essa decisão com entusiasmo, mas também com os pés no chão. A medicina regenerativa — que busca estimular a capacidade natural do corpo de se reparar — deixou de ser promessa distante para ocupar espaço concreto no cuidado de milhões de brasileiros que convivem com dor crônica e desgaste articular.

O reconhecimento do PRP é, acima de tudo, um convite à maturidade: usar a inovação com critério, sem alimentar expectativas irreais nem cair no uso indiscriminado. É esse equilíbrio entre esperança e responsabilidade que separa a boa medicina do modismo.

Se você convive com dores articulares, minha recomendação é simples: informe-se, converse com um médico de sua confiança e desconfie de promessas de cura milagrosa. A boa notícia é que, a partir de agora, temos mais uma ferramenta legítima para oferecer qualidade de vida a quem mais precisa.



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"



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

A CORRIDA DA DOAÇÃO IMOBILIÁRIA

Nos últimos meses têm se observado um estranho movimento nos Cartórios de todo o Brasil, principalmente no que se refere à doação imobiliária. Segundo dados do Colégio Notarial do Brasil (CNB), principal entidade representativa dos Tabeliães de Notas do país, somente no ano de 2025 foram lavradas 185.861 escrituras públicas de doação de imóveis (o maior número da série histórica).

Mas qual o motivo da pressa excessiva e porque tanta preocupação, por parte dos proprietários de imóveis, sobretudo os de mais idade? Isso se deve principalmente ao advento da Lei Complementar nº 227 de 2026, que autoriza cada estado a estabelecer uma faixa de alíquota do imposto de doação de no máximo 8% (teto nacional). Sendo que essa alíquota será flutuante de acordo com o valor do imóvel, isto é, quanto maior o valor mais caro o imposto.

O ITD ou ITCMD ou ainda ITCD, é um imposto de doação de competência dos governos estaduais. Sendo que alguns estados já promulgaram as suas respectivas Leis, em outros o Projeto de Lei encontra-se em tramitação e em muitos não há

nem Projeto. Mas afinal, o que é o ITD? É um imposto que incide sobre a doação de bens imóveis. Não confundir com o ITBI, imposto de competência municipal, que incide sobre transações imobiliárias de compra e venda.

Caro leitor, talvez você esteja pensando que basta declarar o valor venal, que é aquele valor do imóvel que geralmente consta no carnê do IPTU e é comumente desatualizado. Pois bem, a Lei Complementar nº 227, autoriza o governo a utilizar o valor de mercado na base de cálculo. Ou seja, aumento de tributação à vista. No estado do RJ o ITD já foi adaptado e a alíquota encontra-se na faixa de 4% a 8%.

Para fugirem do aumento, as pessoas de mais idade estão antecipando as doações para os filhos, com o usufruto em seu nome. Como assim? I don't understand. Vou explicar. Suponhamos que um casal de idosos, possuem 02 filhos, adultos, casados e independentes. Os pais resolvem doar a casa para os filhos, com o usufruto em seus próprios nomes (dos pais). Ou seja, o

imóvel foi doado para os filhos, mas permanecerá com o uso (usufruto) dos pais enquanto estiverem vivos.

Mas não há motivo para pressa, muitos estados ainda nem possuem Projeto de Lei tramitando, como é o caso do Espírito Santo e a maioria dos do Nordeste. É importante mencionar igualmente que qualquer Lei que vise o aumento de impostos, precisa cumprir os princípios na anualidade e da noventena. O primeiro es-



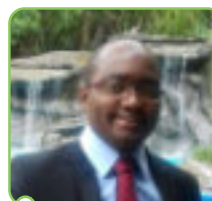
tabelece que o aumento só será cobrado no próximo ano e o segundo determina que além disso será respeitado um intervalo de 90 dias. Infelizmente, em se tratando de Brasil, ao mencionar qualquer rumor de aumento de impostos, as pessoas entram em estado de pânico e indignação.

Um abraço e até o próximo artigo.

Referências Eletrônicas:

- www.infomoney.com.br;
- www.notariado.org.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

ESPECIALIDADES:

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



**NOVA
NEURO**
Instituto de Neurocirurgia
de Nova Iguaçu

3742-2264 / 96913-1313

EDIFÍCIO METROPOLIS / RUA GETÚLIO VARGAS, 121 - SALA 806

@INSTITUTONOVANEURO

WWW.INSTITUTONOVANEURO.COM.BR



EFLÚVIO TELÓGENO



O eflúvio telógeno é uma das causas mais frequentes de queda capilar difusa e caracteriza-se pelo aumento temporário da queda de cabelos devido a uma alteração no ciclo de crescimento dos folículos pilosos. Nessa condição, um número maior de fios entra precocemente na fase telógena, conhecida como fase de repouso, resultando em queda acentuada cerca de dois a três meses após o fator desencadeante.

Diversos eventos podem provocar o eflúvio telógeno, incluindo estresse físico ou emocional, cirurgias, infecções, febre alta, parto, perda rápida de peso, dietas restritivas, deficiências nutricionais, doenças sistêmicas e uso ou suspensão de

determinados medicamentos. Em muitos pacientes, mais de um fator contribui para o aparecimento do quadro.

O principal sintoma é a queda difusa dos fios em todo o couro cabeludo, percebida durante a lavagem, ao pentear os cabelos ou pela grande quantidade de fios no travesseiro. Diferentemente da alopecia androgenética, o eflúvio telógeno geralmente não provoca áreas de calvície bem delimitadas.

O diagnóstico baseia-se na história clínica, no exame físico e na tricoscopia. Exames laboratoriais podem ser solicitados para investigar ane-

mia, deficiência de ferro, alterações da tireoide, deficiência de vitamina D e outros distúrbios metabólicos ou nutricionais.

O tratamento consiste principalmente em identificar e corrigir a causa desencadeante. Quando há deficiência nutricional, deve-se realizar a reposição adequada. Também é importante controlar doenças associadas, reduzir fatores de estresse e manter uma alimentação equilibrada. Em alguns casos, o médico pode indicar terapias tópicas ou medicamentos para estimular o crescimento capilar.

Na maioria dos pacientes, o eflúvio telógeno é autolimitado e apresenta bom prognóstico. Após a resolução da causa, os folículos retornam gradualmente ao ciclo normal de crescimento, permitindo a recuperação da densidade capilar ao longo de alguns meses. Quando a queda persiste por mais de seis meses, pode tratar-se de eflúvio telógeno crônico, exigindo investigação detalhada.

Em conclusão, o eflúvio telógeno é uma condição geralmente reversível, cujo tratamento depende da identificação correta da causa e da abordagem individualizada.



ESCRITO POR:

**Dr. Arthur
Duarte Barbosa**

Médico

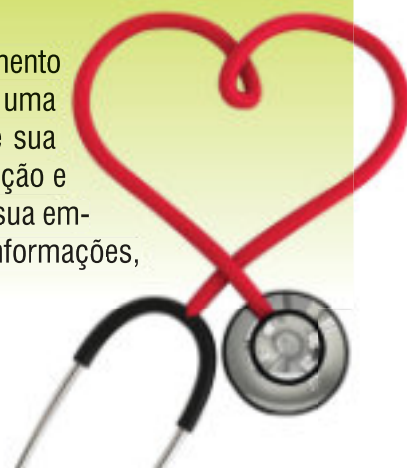
Tel: 21 96887-3450

email: arthurduartebarbosa@gmail.com



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



CRÉDITO COOPERATIVO NA SAÚDE: ESTRATÉGIA, SUSTENTABILIDADE E REALIZAÇÃO PROFISSIONAL



No cooperativismo de crédito na área da saúde, estar presente significa oferecer soluções que fazem diferença concreta na trajetória profissional. Mais do que acesso a crédito, trata-se de viabilizar decisões importantes com segurança e consistência.

Com condições diferenciadas, é possível investir em estrutura, tecnologia e crescimento sem comprometer o equilíbrio financeiro (um ponto essencial para quem atua em um setor de alta exigência).

Nesse contexto, o crédito deixa de ser apenas um recurso e passa a ser um aliado estratégico. Um apoio presente em cada etapa, que transforma planejamento em conquista e abre caminho para novas realizações.



ESCRITO POR:

Vanderlei Jahn

Consultor de Crédito
Unicred Porto Alegre

UNICRED 
PORTO ALEGRE
O VALOR
DE QUEM CUIDA


**CRÉDITO
PRESENTE**

Presença que acredita nos seus projetos.
Confira nossas **condições exclusivas**
para crédito pessoal e capital de Giro

**taxas a
partir de 1,79% a.m.**

Saiba Mais



O VÍDEO QUE ACENDEU UM ALERTA PARA MÉDICOS E EMPRESAS

Recentemente, um vídeo publicado pelo escritório **Escobar Advogados** chamou a atenção nas redes sociais ao demonstrar, de forma prática, como funciona uma suposta plataforma de comercialização de atestados médicos pela internet.

Assista ao vídeo:

https://www.tiktok.com/@escobaradvogados/video/7665382380110236948?_r=1&_t=ZS-98GAI4xvMv4

No vídeo, os advogados acessam um site que, segundo a denúncia apresentada, oferece a emissão digital de atestados médicos sem que o suposto paciente passe por qualquer consulta presencial ou teleconsulta.

Durante a demonstração, é exibido um verdadeiro "passo a passo" para obtenção do documento. Inicialmente, o usuário escolhe a finalidade do atestado, sendo uma das opções o afastamento do trabalho. Em seguida, o sistema apresenta diversas opções de doenças ou condições clínicas, permitindo que o próprio interessado selecione aquela que justificaria sua ausência.

Na sequência, são informadas a data de início do afastamento e a quantidade de dias desejados. O que mais chama a atenção é a existência de uma tabela de preços, na qual o valor varia conforme o número de dias de licença pretendidos. Na demonstração, por exemplo, aparece a cobrança de **R\$ 59,00 para um dia de afastamento, R\$ 69,00 para dois dias**, seguindo uma escala crescente conforme o período solicitado.



Depois dessa etapa, o sistema solicita os dados pessoais do interessado, endereço de e-mail para recebimento do documento e, surpreendentemente, permite que seja escolhida a unidade de saúde onde supostamente teria ocorrido o atendimento. Entre as opções apresentadas, o autor da demonstração seleciona uma clínica credenciada a uma operadora de saúde localizada próxima ao seu endereço.

Ao final do preenchimento, o sistema exibe um comprovante do atestado que será emitido e gera imediatamente um QR Code para pagamento via PIX. Após a confirmação do pagamento, o documento é disponibilizado eletronicamente contendo a identidade visual da operadora de saúde, a informação da doença, o período de afastamento, identificação do médico, número de CRM e certificado digital.

O aspecto mais alarmante destacado na demonstração é que, segundo os autores do vídeo, **em nenhum momento houve atendimento médico, consulta presencial, teleconsulta, exame clínico ou qualquer contato com o profissional cujo CRM consta no documento**, tampouco comparecimento à clínica indicada no próprio atestado.

Caso situações como essa sejam confirmadas pelas autoridades competentes, estaremos diante de uma prática extremamente grave, capaz de lesar empregadores, operadoras de saúde, instituições médicas, profissionais da Medicina e toda a sociedade. Além das consequências criminais para os responsáveis, há um impacto direto sobre a credibilidade dos atestados médicos, instrumento indispensável para garantir direitos aos trabalhadores que realmente necessi-



tam de afastamento por motivo de saúde.

Esse episódio serve como um importante alerta para médicos, clínicas, hospitais, operadoras de saúde e departamentos de Recursos Humanos. A proteção dos dados profissionais dos médicos, especialmente do número do CRM e das assinaturas digitais, tornou-se uma necessidade urgente diante do avanço das fraudes eletrônicas.

Da mesma forma, empresas precisam reforçar seus mecanismos de verificação da autenticidade dos documentos recebidos, especialmente quando houver qualquer indício de irregularidade.



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

ESTILO DE VIDA E LONGIVIDADE

A longevidade saudável é um dos grandes objetivos da medicina moderna. Cada vez mais, as evidências científicas demonstram que viver mais não depende apenas da genética, mas, principalmente, das escolhas que fazemos ao longo da vida.

Estudos indicam que os fatores genéticos são responsáveis por cerca de **20% a 25% da expectativa de vida**, enquanto **75% a 80%** estão relacionados ao estilo de vida e ao ambiente em que vivemos. Isso significa que hábitos saudáveis exercem um papel decisivo na prevenção de doenças, na manutenção da autonomia e na promoção do bem-estar.

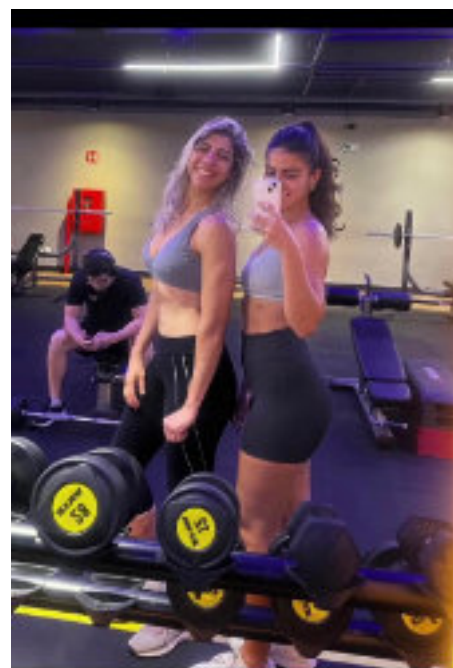
Para alcançar uma vida longa e com qualidade, alguns pilares são fundamentais:

- Prática regular de atividade física;
- Alimentação equilibrada e anti-inflamatória;
- Sono reparador e de boa qualidade;
- Controle do estresse e equilíbrio emocional;
- Relacionamentos saudáveis, propósito de vida e integração social.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), **qualidade de vida** é a percepção que cada indivíduo tem de sua posição na vida, considerando o contexto cultural e os sistemas de valores em que está inserido, bem como seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Em outras palavras, trata-se de um conceito amplo, que envolve o bem-estar físico, mental, emocional, social e espiritual.

Nesse contexto, cultivar bons hábitos desde cedo faz toda a diferença. Quanto mais precocemente cuidamos da saúde do corpo e da mente, maiores são as chances de desfrutar de uma terceira idade ativa, independente e com qualidade. Envelhecer bem significa manter a capacidade de realizar atividades do dia a dia, preservar a autonomia física e financeira, continuar fazendo planos, perseguindo sonhos e desfrutando da convivência com familiares e amigos.

Não existe uma fórmula mágica para viver mais.



A verdadeira chave da longevidade está na combinação de hábitos saudáveis e consistentes ao longo dos anos. A prática de exercícios físicos adaptados às características de cada pessoa, uma alimentação rica em alimentos naturais, um sono restaurador e o equilíbrio emocional formam a base para um envelhecimento saudável. Da mesma forma, a medicina preventiva desempenha um papel indispensável. Consultas periódicas, exames de rotina e o acompanhamento médico regular permitem identificar precocemente fatores de risco, prevenir doenças e adotar intervenções que contribuam para uma vida mais longa, ativa e com maior qualidade. Investir na saúde é investir no futuro. Afinal, mais importante do que acrescentar anos à vida é acrescentar vida aos anos.

E as fotografias que ilustram esta coluna são da Dra. Sônia Fernandes, nutricionista, profissional

admirável, dedicada e apaixonada pela promoção da saúde. Desde a adolescência, pratica atividades esportivas, inclusive esportes radicais, demonstrando que o cuidado com o corpo e a mente é um compromisso para toda a vida. Sua trajetória é uma inspiração e um verdadeiro exemplo de que a qualidade de vida se conquista por meio de hábitos saudáveis, perseverança e equilíbrio.



ESCRITO POR:

**Dr. Renato
Ramos Pinheiro**

Endocrinologista



12º CICLO DE GESTÃO E MARKETING

Associação Médica
de Nova Iguaçu



01) CLIMA ORGANIZACIONAL

Como está o clima dentro de nossas empresas?

25/08 (terça-feira) – 18:30h

02) PLANEJAMENTO EM TEMPOS DE CRISE!

A importância e o uso adequado
dos Sistemas de Informação

08/09 (terça-feira) – 18:30h

03) GESTÃO E LIDERANÇA

Momentos de mudanças, novos
tempos e crise econômica!

15/09 (terça-feira) – 18:30h

04) ATENDIMENTO AO CLIENTE / HUMANIZADO

A Humanização no atendimento

24/09 (quinta-feira) – 18:30h

05) REDES SOCIAIS e suas ferramentas de

conquista e fidelização

02/10 (sexta-feira) – 18:30h

06) O MERCADO DA BAIXADA FLUMINENSE

A força da nossa região

08/10 (quinta-feira) – 18:30h

www.amni.org.br / ig: assomedni

Entrada: 1Kg de alimento não perecível

Rua Prof. Venina Corrêa Torres, 140 -

Centro - Nova Iguaçu

Para maiores informações:

marco.assomedini@gmail.com

ANIVERSARIANTES DO MÊS DE AGOSTO

Dr. Nilson Gomes	01/08	Dr. Ney José Cerqueira	15/08
Dra. Viviane Vigné Di Santo	01/08	Dr. Sérgio Theophilo Mendes	15/08
Dr. Elias Feld	02/08	Dra. Loami Gomes dos S. Silva	16/08
Dra. Fátima Cristina Pereira e Silva Benito	02/08	Dr. Antonio Vianna Velloso	16/08
Dr. Hernan Angel Medina Torrico	02/08	Dr. Atila Boldrim de Freitas Lima	16/08
Dra. Fátima Aparecida de Oliveira P. Pereira	04/08	Dr. Sávio Paquelet Grigorovski	16/08
Dra. Mirian Tereza Gonçalves	05/08	Dr. Luciano Martins Duarte	17/08
Dra. Anna Thereza Calazans Monteiro	06/08	Dra. Márcia Marques Monteiro Fresz	17/08
Dra. Rafaela Vargas Aguiar	06/08	Dra. Rafaela Baroni Aurilio	17/08
Dra. Áurea Cândida da Penha D. da Silva	07/08	Dra. Andréa Armond Paiva da Costa	18/08
Dr. Felipe Maghelly Menezes Moreira	07/08	Dra. Cristiane da Silva Vaz Pereira	18/08
Dra. Cristiane Alves Padão	08/08	Dra. Loise Maghelly Menezes Moreira	18/08
Dra. Thereza Minto Fragoso do Rosário	08/08	Dra. Sandra Lúcia da Silva Gomes	18/08
Dr. Eduardo Lopes de Almeida	09/08	Dr. Américo da Silva Souza e Mello	19/08
Dra. Marizi Queiroz Ribeiro	09/08	Dra. Aline Melchiades Santos de Souza	21/08
Dra. Pollyanna Melo Nogueira de Moura	10/08	Dra. Cristiane Araujo de Oliveira	22/08
Dr. Flávio Ribeiro da Silva	11/08	Dr. Abdon Katter Filho	24/08
Dr. José Roberto Pinto Barbosa	12/08	Dr. Carlos Ricardo Chagas	24/08
Dr. Marcos Augusto Alves e Silva Filho	12/08	Dr. José Roberto Fernandes Junior	24/08
Dr. Norival Rangel Pereira	12/08	Dr. Adelino Joaquim Coelho Monteiro	25/08
Dr. Adelino de Moraes Monteiro	13/08	Dr. José Maria de Azevedo	25/08
Dra. Aline Santos Ramalho Teixeira	13/08	Dra. Maira Faccioli	25/08
Benevenuto		Dra. Ana Paula Noronha dos Santos Senise	26/08
Dra. Edina Glória Barreto Pinto	13/08	Dr. Rodrigo Soares Moreira da Silva	26/08
Dr. Jorge Ferreira da Silva Junior	13/08	Dra. Eutália Gomes Rezende	27/08
Dra. Manne Barenco Aceti David	13/08	Dr. Marcos Tadeu Richard Ferreira	27/08
Dra. Simone Yakoub	13/08	Dr. Armando Francisco do Souto	28/08
Dra. Mônica Flores Rick	14/08	Dra. Kelli Cristine Costa Monteiro	29/08
Dr. Roberto Miksucas	15/08	Dra. Marise Businaro Fernandes	31/08



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 Moraes, 437 – Centro – Nova Iguaçu. | Tel.: (21) 2667-4295

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

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

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

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

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 Vitrificação) 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



TOMOGRAFIA
COMPUTADORIZADA
MULTISLICE 64 CANAIS

Unimed

CONVÊNIOS

AMIL - BRADESCO SAÚDE - CNEN - ELETROS CEPTEL - ELETROS SAÚDE
ELETROBRÁS - ENGEPRO - 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