



Sábado, 27 de agosto de 2016

Viver Bem

Porque Saúde é fundamental

Deficiência intelectual ou doença mental?

O termo deficiência mental ele não é mais utilizado. Foi substituído pelo conceito de deficiência intelectual.

Como o próprio nome diz, "doença" é um período transitório, quando são administrados remédios e tratamentos". Em linhas gerais o indivíduo tem controle e pode evoluir para a cura.

Deficiência, pelo próprio conceito, já se diz sobre uma característica permanente e não transitória. Alguns exemplos: depressão por exemplo, é uma doença mental, e ela pode ser transitória, uma vez que a pessoa toma remédios e melhora. Isso se aplica também às distonias, às bipolaridades, etc. Um detalhe interessante é que a Lei de Cotas não previa isso, mas agora alguns transtornos mentais sejam incorporados para cumprimento da

cota. Um exemplo a esquizofrenia. Isso hoje já está sendo incorporado, embora seja uma doença mental, ela tem controle e medicamentos mas não tem cura.

Agora a deficiência intelectual ela é de caráter permanente, ela não tem cura e nem tratamento. Por exemplo uma Síndrome de Down. É uma deficiência em caráter permanente, é uma má distribuição genética. Trata-se de uma deficiência intelectual em caráter permanente.

É correto sim afirmar isso pelo fato da deficiência intelectual ser muito confundida com a doença mental. É muito comum as pessoas perguntarem se não há o perigo de alguma manifestação violenta ou de surtar ou então o indivíduo não saber o que está fazendo. Isso ocorre justamente por que

as pessoas fazer essa confusão. Há um estigma do passado, que seriam pessoas com manifestações que a levam a uma incapacidade total. Isso não é verdade.

Entretanto é correto afirmar que hoje existe bastante dificuldade e que há mais facilidade com a deficiência física e auditiva, isso é verdade. A deficiência visual e a deficiência intelectual são mais difíceis de serem incluídas no mercado de trabalho, por falta de conhecimento. É mais fácil as pessoas visualizarem e entenderem a falta de um membro, de uma audição do que aspectos cognitivos da deficiência intelectual. Da visual há um entendimento, também por falta de informação, de que se a pessoa não está enxergando não está em condições de executar e oferece riscos.



Farmácia Santo Ângelo



TELENTREGA 3312.6611

Rua Mal. Floriano, 1500 (Em Frente à Praça do Brique) - Santo Ângelo/RS

Atenção!!!

Compre na Farmácia Santo Ângelo nos meses de julho e agosto e concorra a 01 bicicleta, 01 kit Churrasco Mor e 01 conjunto de panelas. O sorteio será no início de setembro.

DORES NO CALCÂNEO?



Pode ser Esporão ou Fascite Plantar Crônica. Venha saber mais sobre:

Tratamento por Ondas de Choque

Dr. Enio Cadore

Médico da SBTOC

Rua 15 de Novembro, 1068 | Sala 108
www.sbtoc.org.br | Santo Ângelo - 3312.5033



Denise Viñas Rigo

Psicóloga
CRP 07/15504

PSICÓLOGA CLÍNICA

- Psicoterapia

(Criança, Jovem e Adulto)

- Especialista em Psicoterapia

de casal e família

- Psicodiagnóstico

(Criança e Adolescente)

- Avaliação Psicológica

(Psicossocial) conforme as NR20, NR33 e NR35

(Brigada de Emergência, Espaço Confinado

e Trabalho em Altura)

Centro Clínico Leonardo da Vinci
Rua XV de Novembro, 1203 - SL 302 - CEP 98801-613
Santo Ângelo/RS - (55) 9961-3707 - deniserigopsi@bol.com.br

ODONTOCLÍNICA **evidente**
Responsável Técnica: O.D. Daniela T. G. Brite EPAO-RS1606

Daniela Tiza Girotto Briske
CRO 12.614 / Cirurgiã Dentista

Camila Rafaela Mousquer
CRO - RS 19779 / Cirurgiã Dentista

Silene Barbieri
CRO - RS 19353 / Cirurgiã Dentista

Adriana Teixeira
CRO - RS 22982 / Cirurgiã Dentista

Odontologia com ética e credibilidade

(55) 3313-8604 | (55) 9996-8983

XV de Novembro, 2427 - Sala/01 - Esq. Conde de Porto Alegre



Mara Personal

Graduada em Educação Física.
Pós-graduada em musculação.
Mestranda em Docência Universitária
marapersonalrs@hotmail.com

Seguir dieta é caro?

O valor que damos a tudo, é relativo. (Dm Arielly - economista)

Muitas pessoas reclamam que é caro comer bem, seguir um bom tratamento nutricional.

Mas será que é caro mesmo?

Como isso é algo recorrente na minha profissão, sempre pensei muito sobre esse assunto,

principalmente em tempos que a economia do país não está tão bem, é importante para mim criar soluções e alternativas para que meus alunos consigam seguir a dieta da nutricionista, com a maior precisão possível, sem comprometer os resultados.

Para tirar a dúvida, vamos fazer uma análise de custos, avaliando o custo de manter-se comendo mal, o custo médio de um bom tratamento nutricional, e da manutenção do tratamento.

Não seguir um plano alimentar adequado, que melhore a qualidade de vida, pode custar mais caro do que imaginamos.

O brasileiro costuma gastar em média R\$40 reais por dia com alimentação desregrada, almoçando em casa, o que dá em torno de R\$1200 por mês. E R\$60 por dia caso almoce em restaurante, somando no final do mês R\$1800.

O que fica oculto nesse valor é a má qualidade de vida que esse tipo de alimentação oferece, e a quantidade de gastos adicionais que gera. Remédios para dor de cabeça, cólica, gases, espinhas, rinites, sinusites, alergias alimentares, má qualidade do sono, indisposição, remédios para compensar baixa concentração e falta de memória. O que acaba tornando necessário ainda consultas médicas. Tudo isso geralmente ocasionado pela alimentação inadequada.

Comparando com um tratamento nutricional adequado, considerando um investimento entre R\$300 e R\$500 com uma consulta nutricional X atividade física, onde é avaliado o caso do paciente, analisado os sintomas e queixas que o paciente traz, ainda é explicado o que é uma alimentação saudável, quebrando mitos e tabus que muitas vezes levam a ter hábitos sinceramente errados. É feito um planejamento, considerando o estilo de vida, os horários e gostos particulares, são prescritos facilitadores que auxiliam na melhora da saúde e estética. E por fim é montado o plano alimentar, que poderá ser consultado a qualquer momento e, em caso de dúvidas, ser sanado por email, whatsapp, telefone, etc. Tudo isso, o conhecimento, a orientação, a organização, a mudança de comportamento, traz resultados sustentáveis.

Considerando uma vida saudável com atividade física e uma alimentação saudável, montada por uma nutricionista (no nosso caso esportista), estudos calcularam que o custo médio diário é de R\$30, somando o total de R\$900 por mês, considerando a preparação em casa de todas as refeições. Já para quem almoça na rua, o valor sai é cerca de R\$1200. Ou seja, muito mais economia.

Claro que esse valor pode variar de acordo com a suplementação utilizada, e os objetivos.

Mas o que os números não mostram é o verdadeiro benefício: melhora do sono, da concentração, do bom humor, disposição, performance física, e qualidade de vida geral.

DICA MARA PERSONAL

Invista em sua vida, cuide de sua saúde, viva melhor hoje e tenha mais longevidade.

Ministério da Saúde investe R\$ 5 milhões em parceria com a FAB

Os ministérios da Saúde e Defesa (Comando da Aeronáutica) assinaram nesta quarta-feira (24) um Termo de Execução Descentralizado (TED) no valor de R\$ 5 milhões. A medida visa ressarcir a Força Aérea Brasileira (FAB) dos voos realizados para transporte de órgãos em todo o Brasil. A FAB tem atuado no transporte de órgãos como coração e pulmão, que possuem um tempo de isquemia menor, mas também pode transportar os demais órgãos e as próprias equipes de retirada e transplantes. A parceria prevê sempre a disponibilidade de uma aeronave em solo, garantindo que o órgão chegue ao seu destino e salve vidas dentro do prazo necessário.

A disponibilidade de aviões da Força Aérea complementa um acordo voluntário e solidário entre os ministérios da Saúde e Defesa. Além da FAB, cabe destacar a parceria com as companhias aéreas brasileiras para transporte de órgãos voltados a transplantes. Por meio deste compromisso, os órgãos e equipes

médicas são transportados com prioridade de voo e decolagem das aeronaves, nos casos em que houver viabilidade logística e operacional, possibilitando a realização do transplante em tempo viável. Essa parceria foi firmada pela primeira vez em 2001 e desde então tem sido aperfeiçoada e ampliada de forma a possibilitar o maior aproveitamento possível dos órgãos e tecidos que, porventura, não são utilizados em seus âmbitos de origem.

Transplantes

Este ano, até julho, 697 órgãos foram transportados no Brasil. Desse total, 52 órgãos foram feitos pela FAB – 47 após a publicação do decreto – sendo 24 corações, 15 fígados, três pulmões, dois rins e três pâncreas, dando uma nova chance de vida aos seus receptores. Em 2015, 1.164 órgãos e 2.409 tecidos foram transportados. Houve ainda 110 órgãos e 219 tecidos transferidos por meio de voos fretados e transportes terrestres em parceria com as Centrais Esta-

duais de Transplantes.

Logística

Todo o processo de transporte de órgãos é iniciado quando a Central Nacional de Transplantes (CNT) é informada por alguma central estadual sobre a existência de órgão e tecido em condições clínicas para o transplante. A CNT aciona as companhias aéreas para verificar a disponibilidade logística. Se houver voo compatível, os aviões comerciais recebem o órgão e levam ao destino. Quando não há, a Central contata a FAB, que desloca um ou mais aviões para a captação e transporte do órgão.

Assim, quando são esgotadas as possibilidades de realizar o transporte aéreo por meio das parcerias ou convênios adotados pelas SES, a Central Nacional de Transplantes, de forma complementar, utiliza a parceria com as empresas da aviação civil regular e com a FAB para viabilizar o transporte aéreo dos órgãos ofertados para a lista de espera nacional.

Audição em debate:

Fones de ouvido, cuidado, são tão perigosos quanto turbinas de avião

Você sabia que ouvir música com volume muito alto em fones de ouvido pode danificar o revestimento das células nervosas, levando à surdez temporária? Segundo os pesquisadores que realizaram um novo estudo na Universidade de Leicester (Reino Unido), os fones de ouvido podem chegar a níveis de ruído semelhantes aos dos motores de aviões a jato.

Ruídos altos são conhecidos por causar problemas de audição como a surdez temporária e zumbido nos ouvidos. O estudo liderado pelo Dr. Martine Hamann descobriu que os efeitos de ruídos acima de 110 decibéis em uma parte do cérebro chamada núcleo coclear dorsal, causam, também, dano celular subjacente.

As células nervosas que transportam sinais bioelétricos das orelhas para o cérebro tem um revestimento chamado de "bainha de mielina", que ajuda os sinais

a viajarem ao longo da célula. O núcleo coclear dorsal é quem carrega sinais de células nervosas do ouvido para as partes do cérebro que decodificam e dão sentido aos sons os ruídos.

A exposição a ruídos altos pode danificar ou destruir as células deste revestimento, interrompendo os sinais bioelétricos. Assim, os nervos não conseguem transmitir de forma eficiente a informação das orelhas até o cérebro. Você não escuta direito. Mas esse revestimento pode se regenerar e as células voltarem a funcionar. Assim, a perda de audição pode ser temporária. Nós agora entendemos por que a perda de audição pode ser reversível em alguns casos o efeito é reversível após três meses, explica.

Agende sua avaliação auditiva na Associação dos Apositados de Santo Angelo: (55) 3313.1734 / (55) 9977.1206



Divulgação

AuD. Dra Carla Cristina Backes
Fonoaudióloga (UFSC) -
Audiologista Clínica CRFa/RS 9509
Especialização em Audiologia Clínica
e Ocupacional- Gestão em Saúde
do Trabalhador Doutoranda em
Ciências Biomédicas



29 anos prestando os melhores serviços do fitness

Rua Duque de Caxias, 1280 - (55) 3313.3971
www.belaformasa.com.br - Fan Page: Academia Bela Forma

SOMENTE NA BELA FORMA VOCÊ TEM ESSAS OPÇÕES NAS ATIVIDADES PERSONALIZADAS:

- Sala exclusiva VIP - Estúdio de Pilates e Neo Pilates - Plataforma Vibratória profissional

Aula experimental gratuita.

Tudo incluso em um único valor. Horários das 6h às 22h. Venha conhecer nossa estrutura!

A dança movimenta o corpo e as energias da alma



A dança vai muito além de simples movimentos e se deixar levar pela música, ela tem conteúdo e pode principalmente ser levada como uma atividade física e além de fazer bem emocionalmente, traz ótimos benefícios para o nosso corpo, e contando também com a autoestima e a sensualidade.

Só sabemos o verdadeiro significado de dançar ao dar nossos primeiros passos, perdendo o medo, vergonha e o preconceito e vendo que pode nos trazer ótimos resultados.

A dança por muitas vezes vem sendo procurada por indicações de médicos ou para descontrair como uma atividade física. E também temos os grandes profissionais e dançarinos que levam a dança mais a sério como carreira. As academias brasileiras poderiam adotar cada vez mais a dança como um meio para as pessoas praticarem e com certeza iriam obter ótimos resultados.

<http://amantesdanca.blogspot.com.br/>

Benefícios da dança:

- Dançar trabalha também a parte dos músculos desenvolve e melhora os ritmos, agilidade e equilíbrio
- Aumenta e desenvolve a Flexibilidade
- Trabalha e melhora a coordenação motora
- Emagrece e ajuda a perder peso
- Aumenta a interatividade com as pessoas
- Combate o stress
- Melhora a capacidade cardiorrespiratória
- Aumenta a interatividade com as pessoas
- Combate a depressão e a timidez
- Alegria
- Deixa o praticante com a autoestima em alta
- Ajuda a relaxar
- Melhora o condicionamento aeróbico
- Previne problemas posturais
- Protege as articulações



Dra. Lislaine Bomm

Dermatologista
CRM 37528 - RQE 25135



Dermatologia clínica e estética
Adultos, crianças e idosos

Rua Marquês do Herval, 1145
Santo Ângelo-RS - Fone: 55 3313.5709

E-mail: lislainebomm@gmail.com

Clínica de Atendimento psicológico

Crescer

Elisângela Figueiró
Psicóloga - CRP 07/10373

(55) 9613-3727
Rua XV de Novembro, 1030
Sala 2 - Santo Ângelo-RS

(55) 3313-2345
Travessa João Meier, 84
Complexo Adhara
Clínica Físio Belli Sarturi

Dr. Jaime Barbosa
CRM 22.451

Especialista em cirurgia do joelho

- Reconstrução ligamentar artroscópica
- Artroplastias do joelho (próteses)
- Vídeoartroscopia
- Osteotomias
- Instabilidade patelar

Ortopedia e Traumatologia geral

Artroplastias do quadril (próteses)

Ortotrauma Clínica
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

Rua XV de Novembro, 1168 - Santo Ângelo - RS
Fone: (55) 3313-5656 - Cel. (55) 9976-8717
E-mail: drjaimebarbosa@terra.com.br

Dra. Lisoneide Terhorst
Hematologista e Hemoterapeuta
Medicina interna
CRM 28774

Anemias, Alterações série branca e plaquetária, Coaguloplastias, Leucemias, Linfomas, Mielodisplasias, Mieloma múltiplo, Trombofilias.

Fone: (55) 3312-8118
Rua Bento Gonçalves, 526

Gastrocor

Clínica Médica

Dra. Bácia Musa Badwan
Cardiologia Clínica - CRM-24386

- ✓ Eletrocardiograma Digital
- ✓ Holter 24h
- ✓ Mapa 24h
- ✓ Teste Ergométrico

Rua XV de Novembro, 1304
Fones: (55) 3312-7570 / 3314-7172
E-mail: bacilabm@hotmail.com

Transtorno de Ansiedade

Magali Mariana Andreola
Psicóloga - CRP: 07/23259
Email: harmonizeclinicapsi@gmail.com

A ansiedade é um sentimento comum, que ocorre em todas as idades, caracterizada por uma sensação desagradável de tensão e apreensão, fazendo antecipar um perigo futuro, que pode ou não acontecer.

Todos nós ficamos ansiosos de tempos em tempos. Para algumas pessoas, porém, a ansiedade se torna tão freqüente, ou tão forte, que começa a tomar conta da vida delas.

Enquanto resposta emocional á uma situação, a ansiedade também pode nos estimular na realização de uma tarefa tornando-nos atentos. É importante destacar que nem toda a ansiedade é prejudicial. O bom desempenho requer um nível de ansiedade que não interfira no seu rendimento. Quando isso acontece, estamos psicologicamente no controle.

Então como saber se a ansiedade normal do dia a dia ultrapassou os limites e se transformou em um transtorno? Devemos nos preocupar quando a ansiedade está fora do nosso controle interferindo na qualidade de vida, no desempenho familiar, social e profissional.

Os principais transtornos de ansiedade são: TAG (Transtorno de ansiedade Generalizada), Síndrome do Pânico, Agorafobia, Estresse Pós-Traumático, Transtorno Obsessivo Compulsivo, Fobias Específicas e Ansiedade Orgânica. É comum que aja comorbidade e assim uma pessoa pode apresentar mais de um tipo de ansiedade ao mesmo tempo, e destes com outros problemas como a depressão.

Não devemos reprimir a ansiedade, pois é através da aceitação que ela vai embora. Examine seus pensamentos, comece a questionar seus pensamentos, ver qual a utilidade deles. Espere o futuro com aceitação. Os transtornos de ansiedade envolvem uma fixação no futuro, um futuro ameaçador, e é por isso, que deixa as pessoas vulneráveis à crise de ansiedade e faz com que a pessoa não desfrute do aqui agora. Portanto, se você está sentido que a ansiedade está te prejudicando, procure fazer atividades físicas regulares, ter uma alimentação balanceada, relaxar, fazer uso de medicamentos (para cortar a crise ou preveni-las) e o fundamental, a Psicoterapia.



Três dicas para ensinar inteligência emocional aos filhos

Saber administrar nossa ira, entender nossas tristezas, conectar melhor com aqueles que nos rodeiam para estabelecer relações mais efetivas, mais íntimas, mais felizes. Tudo isso configura o que conhecemos como inteligência emocional.

1. Minhas emoções têm nome, ajude-me a conhecê-las

Cada sensação, cada "tormenta", cada raiva, risadas ou bem-estar que a criança experimenta tem nome, e isso é algo que devem aprender o quanto antes.

Seus filhos devem saber colocar nomes às emoções. Para isso é importante atuar como seus guias emocionais.

Acostume seus filhos a expressar frases como "eu me sinto...porque...". Esta estratégia permitirá a seu filho dizer coisas como, por exemplo, que "eu me sinto triste porque na escola um colega me xingou".

Ao dar-lhes comodidade para que possam falar de suas emoções e pensamentos, do que aconteceu durante o dia sem se sentirem julgados, é algo essencial.

2. O que você sente e o que eu sinto nem sempre é o mesmo

Uma peça chave da inteligência emocional é a empatia. Esta dimensão psicológica é algo que vamos adquirindo com o tempo.

Na verdade, com 7 ou 8 anos, as crianças já terão se afastado totalmente daquele "individualismo" tão típico das crianças pequenas, algo egoísta, em certos momentos.

Pouco a pouco começarão a defender seus amigos (seus iguais), e entenderão já os pontos de vista dos demais para se sensibilizarem pelo bem-estar

alheio.

Até o momento, é obrigação nossa propiciar todos os dias que as crianças se deem conta do que é a empatia. Podemos consegui-lo da seguinte maneira:

Faça perguntas aos seus filhos: como você acha que seu avô estava hoje? Você o viu feliz, triste, preocupado?

Como você acha que aquele menino do parque se sentiu quando você o empurrou?

Sirva de modelo para seus filhos: permita que todos os dias eles vejam em você aquela pessoa que se preocupa com os demais, que é capaz de entender, de intuir, de se colocar no seu lugar para entender seu ponto de vista.

Se as crianças a enxergarem em você, pouco a pouco integrarão a empatia em seu próprio comportamento sem se darem conta.

3. Ajude-me a me defender, ajude-me a ser positivo

Uma forma excepcional de desenvolver a inteligência emocional em seus filhos é mediante uma adequada comunicação positiva, segura e madura onde a criança saiba aplicar a empatia e falar de seus próprios sentimentos para se defender.

É vital que nossos filhos atuem sempre de forma positiva. A positividade nos permite defender nossos direitos, proteger nossos limites, nossa integridade e, por sua vez, respeitar os demais.

As crianças devem ser capazes de falar em primeira pessoa com total liberdade e sem medo, reclamar suas necessidades, mas conhecendo o que é o respeito com os demais.

Uma criança que se sente ouvida é uma criança que sabe escutar e também se comunicar.

<http://melhorcomsaude.com>

 Harmonize
Clínica Psicológica

"Porque o bom da vida é viver bem, estar bem e querer bem".

• Psicoterapia para casais, crianças e adultos;
• Neuropsicopedagogia; • Assessoria em RH para empresas; • Atendimento psicológico domiciliar.

Greice Quelle C. da Costa - CRP: 07/22090

Liliane Ribeiro Ortiz - CRP: 07/23464

Magali Mariana Andreola - CRP: 07/23259

Rua Três de Outubro, 256 - Ed. Executivo - Sala 704

Telefones: 8443.7379 / 8107.2593 / 9933.6642

E-mail: harmonizeclinicapsi@gmail.com

ALÉM DE SER UM ESPORTE OLÍMPICO O JUDÔ PROPORCIONA:

- Desenvolvimento físico, psíquico e social;
- Aumento da concentração, memória e inteligência;
- Melhora a autoestima e autocontrole;
- Melhora a coordenação motora;
- Condicionamento físico;
- Defesa pessoal; Disciplina; Respeito;

raia3

NATAÇÃO | HIDRO | SPINNING | MUSCULAÇÃO
TREINAMENTO FUNCIONAL | GINÁSTICA LOCALIZADA

Fone: 3313-1540
Rua Tiradentes, 1397

PRIMEIRA AULA GRÁTIS

Os Murais de Ernest Zacharevic

Divulgação

Os desenhos em sintonia com os objetos das ruas tornam a street art de Zachas, como o próprio artista assina suas obras, uma brincadeira com as banalidades e com a falta de um olhar mais atento para o espaço que nos circunda. A arte não tem espaço para surgir e a criatividade nasce do desejo de transformar.

As grandes cidades do mundo não param para olhar para os lados. Estamos todos focados, aprisionados pelo relógio, pelo depois. A street art sempre provocou os olhares em lugares inesperados, como que dizendo: se você não vai até à arte, a arte virá até você. Com intervenções urbanas do tipo que se apropria do espaço comum para fazer arte, Ernest Zacharevic deixou seus murais espalhados pela Malásia.

Alguns murais foram inspirados por fotografias, outros podem ser mais abstratos, estimulando nossa inquietação. O encontro do urbano com o artista revela o olhar diferenciado sobre o espaço comum de todos. Ernest não se apropria de sua arte, não expõe - ele opta pelo caráter irônico, imprevisível, casual da street art.

<http://obviousmag.org>





Suzana Lunardi
PSICÓLOGA
CRP 07/10378

- PSICOTERAPIA DE ORIENTAÇÃO PSICANALÍTICA
- ESPEC. EM PSICOONCOLOGIA (CÂNCER) - PUCRS
- ESPEC. EM TERAPIA SEXUAL - ISEXP
- TRATAMENTO DAS DISFUNÇÕES SEXUAIS
- ESPEC. EM SÍNDROME DO PÂNICO EM PSICOLOGIA DA ATENÇÃO PLENA
- AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA

CENTRO CLÍNICO OSVALDO CRUZ
RUA 15 DE NOVEMBRO, 1068 - CONJ. 205 - SANTO ÂNGELO-RS
(55) 9905.7019 | (55) 3312.9808
E-mail: suzanalunardi27@yahoo.com.br



QUE TAL UMA AULA EXPERIMENTAL NA KILLER BEES?

VENHA CONHECER NOSSA ESTRUTURA.

Rua Marquês de Tamandaré, 950 - Fone 3313-6521
Anexo a One Academia – Ligi Personal

LABORATÓRIO

Missões

ANÁLISES CLÍNICAS E TOXICOLÓGICAS

REALIZAMOS COLETAS DE URGÊNCIA

Exames Toxicológicos para concursos com preços diferenciados



SANTO ÂNGELO - RS | Rua Antunes Ribas, 1199 - Fone/Fax (55) 3314-1391
ENTRE-IJUIÍS - RS | Rua Integração, 305 - Sala 02 - Fone/Fax (55) 3329-1103
EUGÊNIO DE CASTRO - RS | Rua Alfredo Bechoner, 1099 - Fone/Fax (55) 3335-1263



CIRURGIA PLÁSTICA

Dr. Luis Antônio Rigo de Carvalho

CRM - 33181/RS • RQE - 20374/RS

Centro Médico: Rua Fernando Ferrari, 315 - Centro - Santa Rosa-RS

Contato: (55) 3512.5222 - (55) 3512.5387

www.drluisantonioplastica.com.br | E-mail: luisanrc@yahoo.com.br

Divulgação



Marianita Ortaça

CRP: 07/19795
marianitaortaca@hotmail.com
http://marianitapsicologa.blogspot.com.br/

O adolescente e sua relação com o adulto

Estela Mora no livro *Psicopedagogia infanto-adolescente* traz debates sobre a adolescência e a relação com o mundo e com o adulto. Ouvimos diariamente de pais, frases como: "Não sei o que está acontecendo com meu filho", "como devo agir", "ele se afastou demais de mim, só quer saber dos amigos", "ele nunca foi desobediente assim".

Acontece que o adolescente não é mais aquela criança do passado e também ainda não é um adulto. Está num processo de descoberta de si. Todas as mudanças, hormonais, corporais e psíquicas vão refletir no seu meio e os pais precisam entender que o adolescente realiza uma busca interior para firmar sua identidade e responder à pergunta: "Quem sou eu"?

Segundo Erikson: "O adulto é o paredão necessário para que o jovem tenista faça seus treinos, se teste, teste seus golpes, melhore seus "smashes" (suas cortadas) e converta-se, sem desgaste para o paredão, num adulto feito e direito".

Na década de 1970, Peter Blos dizia: "A criação de um conflito entre as gerações e sua posterior resolução é a tarefa normativa da adolescência. Sua importância para a continuidade cultural é evidente. Sem esse conflito, não haveria reestruturação psíquica do adolescente, não haveria crescimento nem amadurecimento".

Jaime Barylko assinala: Somos distintos e distantes. É normal que teu filho se rebele contra ti. É normal que às vezes ele não coincida contigo, é normal que te compreenda, que não o compreendas... O confronto requer um ponto de vista e um ponto de vista precisa ser elaborado... Ajuda a pensar e viver".

O conflito de gerações leva à perda das ilusões, provocando, muitas vezes, falta de confiança nas próprias forças, tristeza e raiva. No entanto, promove confirmação pessoal e desenvolvimento da liberdade.



Existe piora da miopia com o passar dos anos?

A miopia tem uma tendência de aumento importante entre a infância e o início da vida adulta, já que, com o desenvolvimento da estrutura ocular, é provável que a dificuldade de focalização da imagem na retina também aumente, agravando o grau dessa alteração.

Porém, diferentemente de outras doenças como a hipermetropia e o astigmatismo, a miopia costuma alcançar uma fase de estabilidade, próxima ao início da terceira idade, quando o grau tende a não aumentar mais.

Como é realizado o tratamento da miopia?

O tratamento da miopia é o mesmo independentemente do avanço da doença ou da idade. A falha de focalização dos olhos pode ser corrigida através

do uso de lentes divergentes (em óculos de grau ou lentes de contato), que ajudam a posicionar o foco atrás da retina, ou então através de cirurgias que corrigem a falha.

A cirurgia também é uma alternativa de tratamento, e é indicada para todos os tipos de pacientes que têm algum grau de miopia, não sendo necessário ser dependente de lentes corretoras. Basta que o indivíduo seja aprovado nos exames pré-operatórios pedidos pelo profissional que irá realizar a cirurgia para estar apto à correção.

Vale lembrar ainda que a miopia não é agravada com o uso dessas lentes, tampouco é curada através desses objetos: os óculos são apenas a correção para um defeito, e o ajuste regular no avanço dos graus é somente uma consequência natural dessa alteração.



CLÍNICA DE OLHOS VERONESE

Clinica e cirurgia de olhos, Lentes de contato
Especialista em Oftalmologia pela A.M.B.

Lentes de contato, Lentes de contato coloridas com grau, Auto Kerato, Refrator computadorizado, Campo visual computadorizado, Tonômetro computadorizado de não contato para medida da pressão intra-ocular-teste de Glaucoma, Equipamentos de última geração.

Dr. Pedro Veronese

CRM 02336

Rua Marquês do Herval, 1331 - Centro / ☎ (55)3312-2187 - Santo Ângelo - RS



Jonatã Ferreira

Psicólogo - CRP 07/208839

Atendimento Clínico a
Adultos e Adolescentes

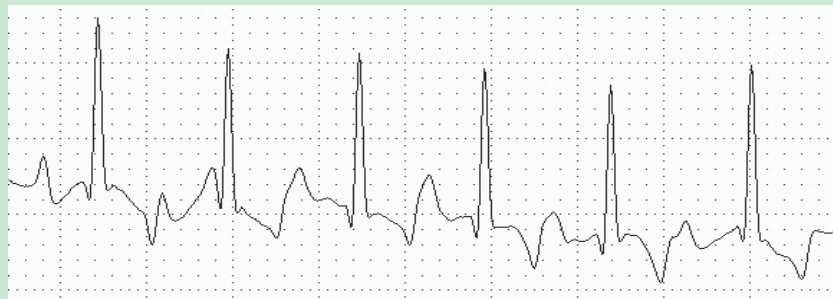
Rua Marquês do Herval, 1634, sala 402 - Edifício Média
Contatos: 9434-8146 (comente com hora marcada) - E-mail: jonata.junior@oi.com.br



Cuide bem do seu pet!!!

auQmia - ESTÉTICA E CLÍNICA VETERINÁRIA - Fone: 3312-6877
 Rua Marquês do Herval, 2109 | www.facebook.com/AuQ'Mia Clínica Veterinária
 Kelly Daiane Falk
 Médica veterinária - CRMV 10428

Exames complementares: Eletrocardiograma



O eletrocardiograma (ECG) é uma técnica antiga, que teve seu início no século XIX e está bem difundida na área médica. Disponível, atualmente, na grande maioria dos hospitais, clínicas e centros de diagnóstico veterinários, o ECG em cães e gatos é uma via rápida e eficiente para se obter dados consideráveis acerca do estado geral e cardiovascular do paciente. Desta forma, o ECG tem sido cada vez mais requisitado.

A incidência de problemas cardíacos em animais tem crescido nos últimos anos. Isso ocorre devido ao aumento da expectativa de vida, ao maior conhecimento e acesso da população às principais doenças, e à maior diversidade e acuidade dos equipamentos disponíveis para diagnósticos. Assim, a exemplo do que acontece na medicina, é frequente o encaminhamento de animais para a avaliação eletrocardiográfica.

As duas principais indicações do eletrocardiograma são a avaliação da frequência e ritmo cardíaco (local de formação, frequência de formação e condução do estímulo elétrico), e a avaliação pré-anestésica (avaliando possíveis riscos relacionados a anestésias ou aos procedimentos cirúrgicos, de fato), especialmente daqueles animais acima de 6 anos de idade. Outras indicações são o acompanhamento da terapia antiarrítmica, investigações complementares de cardiopatias e de algumas alterações sistêmicas em cães e gatos.

A possibilidade de arritmia é um fator que geralmente preocupa o veterinário, fazendo com que o ECG seja solicitado nos casos onde há suspeita dessa alteração, como:

- Casos onde o animal fica cansado com muita facilidade ao realizar atividades físicas;
- Pulso (batimentos cardíacos) irregular – seja com batidas muito fracas, muito aceleradas ou significativamente alteradas;
- Episódios de síncope (desmaios);
- Cianose (aparência azul-arroxeadada) de língua;
- Desconforto ou dificuldade ao respirar;
- Tosse e engasgo.

O ECG é um exame de fácil obtenção, rápido e indolor. Consiste na colocação de eletrodos do tipo "jacarés" nos membros e região torácica dos animais. Os eletrodos são umedecidos com álcool para que ocorra a condução elétrica existente naturalmente na superfície corpórea. O paciente permanece deitado em decúbito lateral direito ou em pé e é monitorado por cerca de 3 minutos, o que possibilita vários registros das derivações de forma simultânea. Não exige preparo do animal (como jejum por determinado período ou tricotomia), podendo ser feito no animal a qualquer hora que for julgado necessário.

Embora não haja a necessidade de preparos específicos, é preciso que o animal em questão permaneça um tanto 'comportado' na hora do procedimento – já que níveis altos de agitação ou agressividade podem atrapalhar muito a realização do processo e até os resultados do próprio exame.

Dito isso, fica claro que, independentemente do estado geral de saúde do seu pet, é fundamental consultar um médico veterinário ao notar sintomas como os descritos acima.



TRATAMENTO DO CERATOCONE POR LASER DE FEMTOSEGUNDO

(1º EQUIPAMENTO DO RS)

CIRURGIAS REALIZADAS DE FORMA PIONEIRA PELA EQUIPE DR FERNANDO VERONESE EM PORTO ALEGRE DISPONIBILIZADAS PARA PACIENTES DO INTERIOR DO ESTADO

FAOEMULSIFICAÇÃO DA CATARATA COM LENTES MULTIFOCAIS EXCIMER LASER NA CIRURGIA DA MIOPIA E ASTIGMATISMO



VERONESE
 OFTALMOLOGIA
 CLÍNICA E CIRURGIA DE OLHOS

Dr Carlos Fernando Veronese
 CRM 18.995

Informações:
 Rua Antônio Manoel, 733 - Coj. 301 e 305
 Fone: (55) 3314.1111 - Santo Ângelo/RS



Desculpe! Oi! Não havia visto você aqui! | Você é quem mesmo? | Olá! Que bom rever você! | Claro! A vaga é sua!

Aparelhos dentários
 Discretos, inovadores e eficientes.

Rua 15 de novembro 1203, sala 403.
 Edifício Leonardo da Vinci
 Santo Ângelo | RS
 55 3314 0312



Orientações sobre a coleta de lixo em Santo Ângelo

O que é?

LIXO ÚMIDO é tudo o que estraga com facilidade, como restos de comida, fezes de animais e podas de plantas;

LIXO SECO é tudo o que não estraga com facilidade e no geral pode ser reciclado, como papéis, plásticos, metais e vidros;

Alguns motivos para separar o lixo:

- Evita proliferação de insetos
- Menor impacto para o meio ambiente
- Gera renda para cooperativas e economia para prefeitura
- Caminhão de coleta seletiva para na frente da sua casa



Horários

Diurno: A partir das 7h
 Noturno: A partir das 18h



O que é a hidroponia e semi-hidroponia

A agricultura é uma arte milenar, aprimorada com o passar dos séculos e que caminha cada vez mais de mãos dadas com a tecnologia. Apesar de estar sempre inovando, as técnicas mais antigas são aquelas que perduram e que oferecem uma alimentação mais saudável e livre de qualquer interferência química. Uma dessas técnicas é a hidroponia, uma forma de agricultura que não utiliza o solo durante o cultivo.

De acordo com o especialista em agricultura orgânica Thiago Tadeu Campos, a hidroponia orgânica é uma técnica complementar à agricultura orgânica: ela valoriza ainda mais o alimento, deixando-o mais rico em nutrientes e livre de agrotóxicos.

A ausência do uso do solo pode ser estranha em primeiro momento, mas o sistema hidropônico faz com que todos os nutrientes e minerais que a planta necessita sejam entregues através de uma solução nutritiva, evitando que grande parte desses compostos seja levada terra abaixo.

O principal ponto da agricultura



Divulgação

hidropônica é a quantidade de água que é administrada, pois em grande quantidade a planta não consegue alcançar o oxigênio e em pouca ela não consegue realizar o transporte de seiva.

Cultivo hidropônico

No sistema de cultivo hidropônico, as plantas são suspensas em

uma mistura de água com nutrientes, ou são apoiadas em substratos inertes, que funcionam como uma sustentação para a planta.

Concluiu-se então, que o alimento hidropônico pode ser cultivado longe do solo e consumindo uma quantidade menor de água e de espaço, podendo ser elaborada tanto em escala domiciliar, com

garrafas e tanques pequenos, como em escala comercial. A hidroponia é simples de ser feita e não envolve altos custos. Seu principal objetivo é criar ambientes ideais para cultivar qualquer tipo de planta em locais menores e até mesmo fora de sua estação.

Sistema semi-hidropônico

O sistema semi-hidropônico é mais prático de ser instalado, pois consiste em pequenas porções de substrato inerte ensacadas, que são umedecidas através de um sistema de irrigação interno. Esse substrato pode ficar apoiado em cavaletes ou palanques, mantendo o local organizado.

As plantas também podem ser organizadas em diversos níveis, criando um melhor aproveitamento do espaço. A semi-hidroponia é um sistema ideal para a plantação de orquídeas, além de conseguir reunir uma grande quantidade de flores em uma mesma estrutura, ele facilita o manuseio e a manutenção das plantas.

<http://ciclovivo.com.br>

ATENDE TAMBÉM:

- IPE
- CABERGS
- FUSEX - Santo Ângelo
- ASSEFAZ
- SAÚDE CAIXA
- VONPAR
- PARTICULAR



Hospital Unimed Missões/RS

A tranquilidade que você precisa na região das Missões durante 24h

- Pronto Atendimento de Urgência e Emergência
- Diagnóstico por Imagem (Raio-X, Tomografia, Ecografia, Mamografia e Ressonância Magnética)
- Laboratório de Análises Clínicas
- Internações Clínicas, Cirúrgicas e Pediátricas
- UTI Adulto
- Hemodinâmica

Dr. Luís Cláudio Madureira
Diretor Técnico/CAM - RS 11.495

Cuidar de você. Esse é o plano.



Avenida Rio Grande do Sul, 1133

Fone: 3312-0700

[/unimedmissoes](https://www.facebook.com/unimedmissoes)

www.unimedmissoes.com.br

Nascimento

Antonio Nascimento

Cirurgião-Dentista - CRO 6874

Cirurgia e Traumatologia Buco-Maxilo-Facial
Enxertos, Implantes, Exodontias complexas, lesões bucais

Marcelo Nascimento

Crefito 10932 - LTT/F

Microfisioterapia ENM

PNL - Programação Neurolinguística

Liamara Nascimento

Crefito 7897

Microfisioterapia - Osteopatia

Leitura Biológica

Equilíbrio Neuromuscular



Fisioterapeutas

Atendimento personalizado e individualizado



Elisandra Nunes Ferrazza

Crefito 42.347

Pilates - RPG e Domiciliar

Raquel Lemes Erthal

Crefito 126.027-F

Pilates - Terapia Manual e Domiciliar

Acupuntura Estética

Acupuntura Sistêmica



Fones: (55) 3312-2377 / 3312-5333

Rua 7 de Setembro 571

Santo Ângelo - RS