



Sábado, 12 de novembro de 2016

Viver Bem

Porque Saúde é fundamental

Araticum, jaracatiá, grumixama: conheça alguns dos ingredientes ameaçados de extinção no Brasil



Os nomes soam tão diferentes quanto o gosto destes alimentos para o nosso paladar: araticum, jaracatiá, grumixama. Mas apesar da estranheza inicial, esses ingredientes são tipicamente brasileiros. E são parte de um catálogo mundial de alimentos que correm o risco de extinção.

Somente no Brasil, a lista - chamada de "Arca do Gosto" - tem mais de cem espécies. A relação é elaborada de forma colaborativa pela organização Slow Food, criada em 1989 para prevenir o desaparecimento de culturas e tradições gastronômicas em várias partes do mundo.

Para que um produto entre na lista dos "ameaçados" há alguns critérios básicos, como as qualidades gastronômicas especiais, a ligação com a geográfica local, produção artesanal, ênfase na sustentabilidade e risco de extinção.

Além dos menos conhecidos, há produtos bem populares da mesa dos brasileiros, como a jabuticaba, o queijo da Canastra e o pinhão.

Apesar do risco de desaparecimento, todos os ingredientes da lista ainda se encontram vivos, com potencial produtivo e comercial. Mas poucos chegam à mesa dos brasileiros.

<http://noticias.uol.com.br/meio-ambiente>



Divulgação

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

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 Meller, 84
Complexo Adhara
Clínica Físio Belli Sarturi

ODONTOCLÍNICA

evidente

Responsável Técnica: C.D. Daniela T. G. Briske EPAO-RS1606

Odontologia com ética e credibilidade

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

evidente

(55) 3313-8604 | (55) 9996-8983
XV de Novembro, 2427 - Sala/01 - Esq. Conde de Porto Alegre

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

TELENTREGA
3312.6611

Tchê FARMÁCIAS
Na vida tudo tem remédio.

Você se cuida **você brilha**

Com a fórmula de emagrecimento do Chá do Sol + Cápsulas de Psyllium que reduzem a absorção de gorduras, seus quilos extras estão com os dias contados. Comece a tomar hoje mesmo!

EMAGREÇA ATÉ 10kg em 30 dias





Mara Personal

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

Abdominal

O abdômen tem sido alvo extremo de esforços para se conseguir a definição onde as secções do abdômen ficam evidentes. Porém, a desconcepção é achar que os exercícios abdominais irão trazer este resultado. Exercícios abdominais servem principalmente para fortalecer e enrijecer a musculatura e corrigir alguma patologia relacionada à postura.

Os músculos abdominais são de extrema importância para a função de proteção da cavidade abdominal, vísceras e contra eventuais pancadas, por isso são muito explorados nas atividades de lutas. Eles auxiliam na respiração facilitando a liberação do ar da cavidade torácica. Auxilia no retorno venoso, comprimindo os vasos sanguíneos. Sua ação contribui também na micção, no parto, na defecação e no vômito.

Apesar do abdômen ser considerado como uma zona erógena importante apenas na última década, desfilas com uma barriga "trinçada" com sunga, biquíni ou com uma calça bem baixa e uma mini-blusa pode ser um atrativo a mais para impressionar o sexo oposto. Quando a pessoa não fez nenhum esforço para melhorar a aparência do seu abdômen, muitas vezes apela para o artifício de puxá-lo para dentro usando ação isométrica dos músculos, mas este truque não persevera por mais do que alguns segundos, caso contrário o falsário poderá perder o fôlego.

Bodybuilders apresentam em época de competições a musculatura abdominal muito aparente em função da baixa gordura corporal que apresentam principalmente durante este período do ano, e não em função de algum exercício abdominal milagroso.

A maioria destes atletas de bodybuilding poucos exercícios abdominais realizam durante o ano, já que esta musculatura também é acionada indiretamente por ação isométrica como músculo estabilizador na realização de diversos exercícios como: tríceps na polia alta, pullover na máquina, pulley alto para dorsal, tríceps na máquina, dentre outros.

Infelizmente alguns segmentos comerciais gananciosos procuram se aproveitar do desejo de muitas pessoas de obterem um físico harmonioso e esteticamente desejável para vender artefatos ignóbeis que prometem um abdômen definido como se fosse um passe de mágica.

Salientamos novamente que os exercícios abdominais são muito importantes para o fortalecimento da musculatura e a hipertrofia da mesma, mas definitivamente o que tornará o abdômen definido é uma camada gordurosa pouco espessa entre a sua musculatura e a sua epiderme. Caso contrário, com um colchão de gordura nesta região, nem você nem ninguém mais irá ver os seus músculos. Também é conveniente salientar que exercícios localizados não farão com que a gordura local desapareça, pois em déficit calórico o organismo irá solicitar gordura do corpo como um todo.



3 erros que não te deixam emagrecer

Ficar muitas horas sem comer nada, não dormir bem e passar horas na frente da TV, computador ou celular são os três erros mais comuns que impedem o emagrecimento porque diminuem o metabolismo.

É normal o metabolismo diminuir com o passar do tempo e depois de completar 30 anos a pessoa pode engordar meio quilo por ano, sem mudar nada da sua alimentação, somente pelo efeito do envelhecimento. Mas alguns sinais que podem indicar que seu metabolismo já está lento são o aumento do peso, queda de cabelo, unhas fracas e pele oleosa e manchada.

Por isso é importante acelerar o metabolismo com mudanças de hábito fazendo seu corpo gastar mais energia mesmo parado.

Comer pouco - Muitas vezes para emagrecer se reduz muito as calorias ingeridas por muito tempo, mas com isso o corpo entra em "estado de emer-

gência" e economiza calorias, tornando o processo de emagrecimento mais lento, sem contar que também entra menos nutrientes importantes que deixam a pele, cabelo, pele e unhas fracas. Além disso, o volume fecal também diminui muito e o intestino tende a diminuir os seus movimentos, piorando a prisão de ventre.

Dormir pouco - Dormir menos horas do que você precisa não só diminui o metabolismo à longo prazo, como aumenta o apetite, o que torna mais difícil resistir à tentação de uma sobremesa mais apetitosa ou de simplesmente manter a dieta. É natural que a irritação e o desânimo tomem o controle da situação quando se está muito cansado, por isso programe uma boa noite de sono.

Ver muita TV - Na verdade não se trata da televisão, do computador ou do celular, mas

do tempo que se passa sentado ou deitado sem fazer mais nada. Esse hábito diminui muito o seu gasto energético e isso com o tempo faz com que o seu corpo se ajuste a isso, e a vontade de praticar uma atividade naquele período diminui cada vez mais e aí a preguiça se instala.

Uma boa técnica para contrariar isso além de limitar o tempo de assistir televisão, é levantar do sofá em todos os intervalos ou a cada 20 minutos, ou levar para frente da televisão um trabalho manual que se possa fazer como dobrar a roupa ou as sacolinhas plásticas bagunçadas.

Seu metabolismo envolve todas as funções que seu corpo precisa fazer para manter todos órgãos funcionando desde o coração ao cérebro. Isso inclui o uso das gorduras como fonte de energia e a sua economia faz a gordura localizada aumentar e ainda diminui a velocidade do emagrecimento e do aumento da massa muscular.

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

Tire suas dúvidas sobre a cirurgia de extração das amídalas

Divulgação



Bastava aparecer no consultório com uma simples amidalite, que o encaminhamento para cirurgia já vinha de brinde. A retirada das amídalas tornou comum a partir da década de 1970, como método corriqueiro para eliminar dores de garganta constantes.

O número dessas cirurgias, no entanto, caiu drasticamente nos últimos anos, acabando com aquela história que as amídalas não servem para nada e que a cirurgia é super simples e segura.

O otorrinolaringologista Leonardo de Sá, do Hospital Badim e professor colaborador do serviço de otorrinolaringologia do Hospital Universitário Pedro Ernesto, explica os casos em que as amídalas realmente precisam ser retiradas e fala sobre a banalização da cirurgia que, felizmente, tem se revertido.

Por que o número de cirurgias diminuiu?

Nas décadas de 1970 e 80, uma simples amidalite era motivo de cirurgia. Os pais acreditavam que a re-

tirada das amídalas era a cura absoluta para a dor de garganta das crianças. Mas, como isso não é verdade, o processo levou à descrença dos pediatras e as pessoas deixaram de procurar esse tipo de procedimento.

Quando a cirurgia realmente precisa ser realizada?

Em três situações: na doença obstrutiva, nas infecções recorrentes e na suspeita de tumor. São consideradas vítima de amidalites de repetição pessoas que têm sete ou mais episódios em 1 ano; mais de 5 episódios em 2 anos ou 3 anos consecutivos.

O que causa a amidalite e como podemos acabar de vez com ela?

Antes de tudo, cabe frisar que as amidalites virais, ou as ditas infecções da faringe (faringites), na maioria das vezes são causadas por vírus. Febre, geralmente entre 38 e 39 graus, tosse, coriza, mal-estar no cor-

po e dor de garganta são os principais sintomas. Essas infecções duram de cinco a sete dias e dispensam o tratamento com antibióticos (que somente combatem as bactérias).

Tirar as amídalas pode mesmo acarretar em problemas para faringe?

As amídalas fazem parte da orofaringe, uma subparte da faringe. De nenhuma forma, a sua remoção pode ocasionar problemas desta região do organismo.

Quais são os sinais que mostram que é hora de procurar um médico?

Crianças com episódios recorrentes e comprovados de amidalites de causa bacteriana e pessoas com distúrbios do sono devem procurar o otorrinolaringologista para uma avaliação.

<http://www.minhavidade.com.br>

Dr. Jaime Barbosa
CRM 23.453
RQE 13599
TEOT 7325

SBOT SBO

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
☎ (55) 3313-5656 - Cel. (55) 9976-8717
E-mail: drjaimebarbosa@terra.com.br

Dra. Lisoneide Terhorst

Clínica Médica (RQE 20147)
Hematologia e Hemoterapia (RQE 20190)
CREMERS 28774

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

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

Dra. Lislaine Bomm
Dermatologista
CREMERS 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

Transtorno bipolar

O transtorno de bipolaridade, também conhecido como transtorno afetivo bipolar ou doença maniaco-depressiva, é caracterizado pela alternância de humor, onde a pessoa ora apresenta-se eufórica (mania), ora deprimida, com períodos intercalados de normalidade, podendo ocorrer tais alternâncias muitas vezes num mesmo dia.



Greice Quelle C. da Costa
Psicóloga - 07/22690
Contato: (55) 984457579
Email: harmonizeclinicappsi@gmail.com

Na fase eufórica (maníaca) a pessoa pode apresentar: distração, com redução do sono, capacidade de discernimento diminuída, pouco controle do temperamento, compulsão alimentar, abuso de bebidas alcoólicas e/ou de drogas, propensão a manter relações sexuais com muitos parceiros, tendência a gastos demasiados, entre outros. Já na fase depressiva a pessoa apresenta desânimo ou tristeza, dificuldade de se concentrar, de tomar decisões, perda de apetite, falta de energia, sente-se inútil, com baixa autoestima, possui pensamentos de morte e suicídio.

É natural que a pessoa com transtorno não perceba seus sintomas e em decorrência de suas oscilações de humor tenha a vida profissional e afetiva comprometidas, sendo necessário que familiares e amigos os identifiquem e os encaminhem para atendimento adequado.

Embora seu diagnóstico não seja facilmente identificado, estudos indicam que fatores como hereditariedade, desequilíbrio entre os neurotransmissores e o meio ambiente podem estar relacionados à causa.

O tratamento medicamentoso, aliado à psicoterapia tem se mostrado bastante eficaz, cabe mencionar aqui a importância de um acompanhamento psicológico junto ao tratamento com a medicação, visto que o transtorno bipolar não é meramente um problema bioquímico, mas também psicológico e social. Além do mais o preconceito e a aceitação da doença também são fatores que requerem atenção psicológica. Conhecer a doença é o primeiro passo para sua aceitação e o tratamento psicológico costuma fornecer boas informações, orientação e apoio ao paciente.

Além disso, o paciente provavelmente precisará fazer algumas mudanças no seu estilo de vida, que o ajudarão no tratamento como: largar vícios, relacionar-se com pessoas positivas, praticar exercícios físicos e dormir bem.



Pisos 3D Líquidos transformam interiores

Você já ouviu falar sobre pisos 3D líquidos? Essa inovação foi criada por uma empresa de Dubai para garantir a ilusão de estar andando sobre as águas, ou em uma praia, quando a pessoa está, na verdade, no banheiro, shopping, ou outro ambiente interno.

A Imperial, fabricante, tem domínio no mercado de assoalhos 3D, e a nova versão diverte quem conhece. Os pisos 3D líquidos são usados frequentemente em hotéis, escritórios e shopping centers. Mas para a empresa, o elemento decorativo é adequado para qualquer tipo de sala além das comerciais.

Por enquanto, a marca só está fornecendo os pisos para hotéis, escritórios e shoppings, e sua instalação é recomendada apenas em banheiros e lavabos. No entanto, o material pode ser aplicado em qualquer espaço e logo deve começar a ser usado em projetos residenciais! E então, será que essa moda pega aqui no Brasil?

<http://estadodeminas.lugarcerto.com.br>



 **Harmonize**
Clínica Psicológica

Atendimento psicológico para crianças, adultos e casais;
Neuropsicopedagogia; Assessoria em RH; Avaliação psicossocial conforme NR33 e NR35

PSICÓLOGAS

Greice Quelle C. da Costa CRP: 07/22690 (55) 984457579
Liliane Ribeiro Ortiz CRP: 07/23464 (55) 981072593
Magali Mariana Andreola CRP: 07/23259 (55) 999556642

Rua Três de Outubro 256, sala 704 - Edifício Executivo - Centro
Atendimento somente com agendamento



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!**



**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-IJUIS - RS | Rua Integração, 305 - Sala 02 - Fone/Fax (55) 3329-1103
EUGÊNIO DE CASTRO - RS | Rua Alfredo Bechoner, 1099 - Fone/Fax (55) 3335-1263

Divulgação

O Caramujo Africano (*Achatina fulica*) é uma espécie de molusco terrestre tropical, originário do leste e nordeste da África. Foi mundialmente disseminado pela ação humana ligada a gastronomia, pela região da Tailândia, China, Austrália, Japão e recentemente pelo continente americano. Essa espécie é considerada uma das cem piores espécies invasoras do mundo causando sérios danos ambientais. No Brasil foi introduzida a partir 1988 como uma forma barata de substituir o escargot.

Os indivíduos adultos de caramujo africano podem atingir uma massa de mais de 200g e chegar a 15 cm de comprimento de concha. É um caramujo de concha cônica marrom ou mosqueada, alcançando a maturidade sexual entre quatro e cinco meses. Os indivíduos são hermafroditas, podendo realizar até cinco posturas por ano, com 50 a 400 ovos por postura. Ativo no inverno, resistente ao frio e à seca, geralmente passa o dia escondido e sai para se alimentar e reproduzir à noite ou, durante e logo após as chuvas.

Problemas

A invasão do Caramujo Africano no Brasil se constitui não só num problema principalmente em áreas urbanas, mas também cresce em áreas naturais importantes. Em países de climas tropicais, os prejuízos à agricultura são ainda maiores, primeiramente, porque há perda de produtividade na colheita devido ao ataque destes herbívoros, sem contar o ataque a outras plantas que fornecem o enriquecimento da ca-

mada superficial do solo.

O Caramujo Africano além de praga agrícola é o responsável pela transmissão de parasitos pertencentes ao grupo dos nematoides do gênero *Angiostrongylus*, parasitos estes que causam doenças de difícil diagnóstico em humanos. A pessoa é infectada pelo parasito acidentalmente quando ingere alimentos ou água contaminados com larvas de terceiro estágio, presentes no muco secretado pelo caramujo, seus hospedeiros intermediários. Os principais parasitos que podem ser transmitidos pelo Caramujo Africano são o *Angiostrongylus cantonensis* e o *Angiostrongylus costaricensis*.

Diversas estratégias físicas, químicas e biológicas têm sido utilizadas no controle do caramujo. O controle ativo é considerado o método mais eficiente de manejo para o molusco e requer, primeiramente, a coleta e a destruição dos caramujos e seus ovos das áreas infestadas. A coleta deve ser repetida com frequência, ao longo do ano, sem interrupção, e isso se deve a grande fecundidade da espécie, e deve incluir áreas urbanas, áreas agrícolas abandonadas, bordas de florestas e de brejos.

O controle químico também foi uma possibilidade muito explorada, porém, há o elevado custo econômico e tecnológico. A situação nos últimos anos não mudou muito, sem registros de desenvolvimento específico contra Caramujo Africano, apesar da grande diversidade de compostos sendo estudados.

<http://www.infoescola.com>



**Caramujo
Africano**



Dr. Diego Germán Ledesma

CREMERS 40636

MÉDICO CLÍNICO (UFRGS) - ESPECIALISTA EM SAÚDE DA FAMÍLIA (UFPEL)
MEMBRO DO CORPO CLÍNICO DO HOSPITAL SANTO ÂNGELO (SERVIÇO DE CLÍNICA MÉDICA)

* Atendimento integral, humanizado e interdisciplinar para todas as etapas da vida: Crianças, Adolescentes, Adultos e Idosos.

* Acompanhamento clínico de doenças crônicas em geral: Diabetes, Obesidade, Depressão/Ansiedade, Hipertensão, Gastrite, Artrose/Artrite, Asma, DPOC/Tabagismo, Alergias.



Rua 15 de Novembro, 1344 - Santo Ângelo | RS



(55) 3314.0118



CIRURGIA PLÁSTICA

Dr. Luis Antonio 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



Mariana Ortaça

CRP: 07/19795

marianitaortaca@hotmail.com

http://marianitapsicologa.blogspot.com.br/

Em tempo de viver: Velhice novas possibilidades e psicoterapia

Os idosos cada vez mais têm despertado interesse e vêm se destacando não apenas pelo aumento da população idosa, mas também por sua visibilidade social.

No Brasil, segundo dados do IBGE, a expectativa é de que os idosos, que correspondiam a 6 milhões em 1975, cheguem a 31 milhões em 2025 (CORDIOLI, 2008 p. 792).

Aquela condição de isolamento e doença dos idosos – condição esta, ultrapassada - perde espaço para uma nova atitude. Pessoas com idade mais avançada procuram uma qualidade de vida cada vez mais elevada. Os idosos estão pertencendo mais à sociedade e tomando seus lugares no mundo.

Os encontros e bailes da 3ª idade, por exemplo, não existiam há 30, 40 anos atrás. O idoso está cada dia mais independente, atuante e procurando viver essa etapa da vida com naturalidade, alegria e aceitação, pois, hoje temos a concepção que muito longe do fim, a velhice é mais uma etapa da vida e assim como as outras que já passaram, pode ser cheia de encantos.

Apesar desse crescimento na qualidade de vida dos idosos, as faltas e os sofrimentos emocionais são comuns. Algumas das perdas mais frequentes nessa faixa etária:

- Saúde Física;
- Diminuição das capacidades;
- Perda de companhia (sentimento de solidão);
- Perda do cônjuge;
- Perda do trabalho;
- Declínio do padrão de vida;
- Diminuição das responsabilidades (CORDIOLI, 2008 p. 794).

A Psicoterapia com idosos objetiva, entre outras coisas:

- Adaptação para alterações na situação de vida;
- Aceitação de uma condição de maior dependência;
- Desenvolvimento da capacidade de falar sobre si mesmo e sobre seus problemas;
- Alívio de sentimentos de insegurança;
- Melhora na autoestima;
- Aumento na capacidade para utilizar os recursos da comunidade (CORDIOLI, 2008 p. 796).

O paciente idoso é tão capaz quanto o jovem de envolver-se em situação de psicoterapia e se beneficiar com ela. Os objetivos, técnicas e a evolução variam de paciente para paciente, de acordo com suas necessidades e possibilidades.

O que é ginecomastia masculina



Divulgação

A ginecomastia masculina, caracterizada pelo aumento da mama nos homens, ocorre principalmente durante o início da puberdade, sendo que 65% dos casos acontecem entre os 14 e 15 anos de idade. Os profissionais explicam que o homem também tem mama, mas muito pequena, mas que acaba aparecendo por conta de um desequilíbrio hormonal ligado à produção de testosterona.

Aumento da mama em homens adultos

Homens adultos também podem estar sujeitos a apresentarem mama masculina grande com o uso de esteroides anabolizantes ou alguma doença no testículo, prejudicando a produção de testosterona.

Pacientes chegam aos consultórios reclamando do aspecto, achando que há uma aparência femi-

na, e relatam vergonha em tirar a camisa ou usar uma regata, por exemplo, fator que pode acabar atrapalhando o convívio social e até mesmo sexual do homem.

Mama masculina: como diminuir

Quando surge na puberdade, o aumento de mama em meninos pode regredir naturalmente, com o equilíbrio hormonal. Mas caso isso não ocorra, é possível fazer a retirada cirurgicamente, através da sucção da gordura produzida e, dependendo do caso, uma reposição da aréola. A cirurgia permite que o problema não ocorra novamente, ou seja, um único procedimento já garante que não cresça mais uma vez.

Fonte: vix.com



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

CREMERS 02336 - RQE 26449

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

Você sabia que algumas estrelas que vemos podem nem existir mais?

Quando olhamos para o céu estrelado a noite observamos diversas estrelas, porém o que muita gente não sabe é que algumas destas estrelas podem nem existir mais.

A maior unidade de medida de distância existente é o ano-luz, utilizado em astronomia, e que corresponde à distância percorrida pela luz em um ano (algo em torno de 9,5 trilhões de km).

Observe que a velocidade da luz é de 300 mil km/s. Então, se, por exemplo, uma estrela está si-

tuada a uma distância igual a 50 anos-luz da Terra, a luz que vemos hoje é aquela que ela emitiu há 50 anos. Portanto, a visão que temos agora da estrela corresponde ao que ela foi há 50 anos.

E a estrela do presente só iremos perceber daqui a 50 anos. No entanto, a distância entre a Terra e cada estrela existente no céu é diferente, podendo chegar a centenas de anos. Então, estamos observando, ao mesmo tempo, estrelas de diferentes épocas.

Fonte: www.sitedecuriosidades.com



Cuide bem do seu pet!!!



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

Novembro Azul

Assim como os homens, os machos caninos e felinos também sofrem de câncer de próstata, entre outras neoplasias. No mês de novembro é realizada a campanha de combate ao câncer de próstata, e agora também essa campanha se estende aos pets. As alterações de próstata são pouco comuns em gatos, enquanto em cães é mais frequente, principalmente entre 7 e 15 anos de idade.

A próstata é um órgão que está localizado em frente do reto e abaixo da bexiga, e produz fluido para os espermatozoides. Existem diferentes tipos de problemas de próstata.

Hiperplasia prostática benigna

Um dos problemas da próstata comum em cães é o aumento da próstata. Este distúrbio da próstata é, também, referido como a hiperplasia prostática benigna (BPH) e observa-se em cães não castrados. Este problema não é cancerígeno, mas por provocar o aumento da próstata acaba comprimindo o reto, levando a desconforto no cão. Deve ser tratado o mais rapidamente possível, senão, o cão pode enfrentar dificuldade em urinar e defecar.

Inflamação da próstata (prostatite)

A presença de bactérias no interior do trato urinário causa a inflamação da próstata. Isso pode causar desconforto no trato urinário e o cão pode ter problemas ao urinar.

Câncer de Próstata do cão

Este é basicamente o crescimento maligno da próstata e pode causar a morte do cão, se não for tratado. Em casos raros, até mesmo cães castrados são afetados com esta doença. Este tipo de câncer se espalha rapidamente para outras partes do corpo (metástase), portanto, deve ser tratado o mais rapidamente possível.

Dependendo do que causou a doença, os sintomas podem variar:

- » Constipação (aumento da próstata pressionando contra o reto)
- » O esforço de defecar
- » Andar anormal (para evitar a pressão sobre a próstata, as pessoas chamam isso como "caminhar sobre ovos")
- » Ocorrência de sintomas como febre, sangue na urina, vômitos, fezes moles, dor ao urinar.

Problemas de próstata em cães devem ser tratados o mais cedo possível, seja fatal ou não fatal. O tratamento recomendado é a castração. Para cães com prostatite, terapia de longo prazo de antibióticos é necessário. Nos casos de câncer, deve-se associar quimioterapia.

A castração é a melhor prevenção!

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

PaolaFlachPerim
odontologia especializada
CR08514122

Ψ

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

O Mensageiro

A Realidade dos Fatos

www.jom.com.br

Torres de celular são camufladas de árvores

Divulgação



Olhe para esta árvore absurdamente mais alta do que qualquer outra da região. Tem alguma coisa estranha nela, não tem? É porque ela não é uma árvore, mas sim uma torre de celular disfarçada. Essa é uma prática comum nos Estados Unidos, embora seja difícil acreditar em alguém sendo enganado pelo resultado final.

Tudo começou nos anos 80, quando os americanos começaram a construir a estrutura necessária para o funcionamento dos celulares. Começaram também as reclamações dos moradores de que as torres eram feias e poluíam a paisagem. Por isso, muitas empresas passaram a disfarçar as construções em igrejas ou caixas d'água.

Até que surgiu uma empresa chamada Larson Camouflage, com experiência em criar ambientes e objetos falsos para parques da Disney. Esta empresa criou uma torre de celular em formato de pinheiro. Foi o pontapé inicial para a mania de criar árvores falsas cobrindo as torres. A demanda pelos celulares aumentou, junto com a necessidade de melhorar a infraestrutura. Mais torres foram feitas e os disfarces se estabeleceram como uma forma de diminuir o impacto da construção na região.

Se você der um desconto, algumas chegam quase a enganar. Mas precisa ser um desconto grande, principalmente quando tem árvores reais por perto para você comparar. Existem entre 1 mil e 2 mil torres-árvores dessas nos Estados Unidos. Uma só empresa chega a produzir 350 delas por ano e tem de toda espécie de planta, até mesmo cactos.

<http://www.megacurioso.com.br>



Oportunidade de emprego

Venha fazer parte da nossa equipe!

Unimed Missões/RS Seleciona:

Técnico (a) em Eletrotécnica

Requisitos:

- Ensino médio técnico completo em Eletrotécnica.
- CREA ativo.
- CNH categoria B.

Carga horária

- 44h semanais

Atuação

- Santo Ângelo

Oferecemos:

- Salário fixo e benefícios

Pessoas com deficiência são bem-vindas.

Enviar currículo para o e-mail
rh@unimedmissoes.com.br
até o dia 16 de novembro de 2016

Cuidar de você. Esse é o plano.

Unimed
Missaões/RS

ANS - nº 31.161-B

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) 3312-5333
98458-4266 (Whatsapp)
Rua 7 de Setembro 571
Santo Ângelo - RS