



Sábado, 8 de abril de 2017

Viver Bem

Porque Saúde é fundamental

Meditação da Abundância

Divulgação



Um curso inédito nas Missões abordará o tema "Meditação da Abundância". Ministrado pela Médica Psiquiátrica, Anmol Arora será realizado no Tenondé Parque Hotel em São Miguel das Missões no dia 15. A proposta utiliza-se de ferramentas como musicoterapia, meditação, visualizações, uso de mantras, com vistas ao acesso de energias alfa (mais positivas) e consequentemente munir os participantes com recursos necessários para uma vida mais plena.

A Meditação da Abundância faz uma abordagem holística e o evento contará com a participação do músico terapeuta, Aley Shanti idealizador da música tema do último encontro Holístico Brasileiro. Será feito em dois turnos: pela manhã entre 10h e 13h e à tarde entre 15h e às 18h.

Anmol Arora entende que é possível acessar fluxos de energias alfa (mais positivas) e consequentemente obter mais saúde integral, englobando aspectos físicos, mentais e emocionais. De modo simplista, podemos afirmar que o curso ensina atrair coisas boas disponíveis no universo. O curso é aberto a pessoas de todas as crenças e os participantes que optarem por hospedagem no hotel terão desconto na diária.

O músico Aley Shanti trabalha com mantra-terapia. Em viagens pelo oriente, em especial no continente Asiático, conviveu com monges em Nepal e na Índia, Aley aprendeu detalhes da cultura oriental e se utiliza da música para acalmar, pacificar e purificar.

Mais informações pelo telefone/whatsapp (51) 99994 0088 ou pelo e-mail molviarora@hotmail.com.

Dr. Jaime Barbosa
CRM 22.488
RQE 13599
TEOT 7325

SBOT, SECO, etc.

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

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

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

Espaço Pilates
STUDIO

PILATES - ISOSTRETCHING - APLICAÇÃO DE BANDAGEM NEUROMUSCULAR - SLING TRAINING

Camila Bueno
Fisioterapeuta
Crefito 5 - 154782 F

Av. Brasil, 61 - Anexo a Academia Equilíbrio - Fone: 3314-1045 / 99949-9874

odontoclínica evidente
EPAORS - 1606

Odontologia com amor e dedicação para toda a família.

- Home Care
- Restaurações estéticas
- Próteses fixas e móveis
- Tratamento de canal
- Tratamento de gengiva
- Clareamento

Atendimento a adultos, crianças, idosos e gestantes.

55 3313 8604 | 55 9996-8983
Rua 15 de Novembro esquina Conde de Porto Alegre, 2427 - Sala 1

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



30 anos prestando os melhores serviços do fitness.
Todos os ambientes climatizados

Bela Forma
traz a
Santo Ângelo:
STRONG
by Zumba,
diretamente do
Rio de Janeiro!



TRABALHE TODOS OS MÚSCULOS.

Usando apenas o peso corporal, você melhora sua resistência muscular, tonifica e define os músculos do seu corpo.



SINTA A QUEIMA DE CALORIAS MESMO DEPOIS DA AULA.

Os intervalos de alta intensidade farão com que o seu corpo queime calorias mesmo depois de sua aula.



FIQUE MAIS FORTE, MAIS RAPIDAMENTE.

Ao se exercitar com mais garra do que pensava que poderia, você irá obter resultados mais rápidos e atingir um condicionamento físico ainda melhor.

Rua Duque de Caxias, 1280 - ☎ (55) 3313.3971 - Fan Page: Academia Bela Forma

Divulgação

Aprender a reconhecer nossos defeitos

É interessante observar que quando o assunto é sobre defeitos as pessoas costumam se retrair, embora saibam que tenham, não gostam de expô-los, se possível gostariam de escondê-los até de si mesmos. Outras, ao serem questionadas sobre seus defeitos, simplesmente não sabem citar mais do que um, talvez para evitarem fazer uma "dolorosa" autoanálise.



Greice Quelle C. da Costa
Psicóloga - CRP: 07/22690
Contato: (55) 98445-7579
Email: harmonizeclinicapsi@gmail.com

O ser humano possui tanta dificuldade em

lidar com seus defeitos, que possui um mecanismo de defesa no qual permite que seus próprios defeitos sejam atribuídos a outras pessoas. Este mecanismo de defesa, na psicologia chama-se Projeção. A projeção identificada por Freud é uma estratégia que usamos inconscientemente para proteger e defender nosso ego de coisas que realmente não queremos pensar ou lidar e por consequência são projetadas a outra pessoa. Um exemplo que podemos dar é o fato de tratarmos alguém com hostilidade, justificando que a outra pessoa está sendo hostil, quando na verdade ela está agindo normalmente e quem está cometendo hostilidade somos nós.

A projeção é algo perfeitamente normal, no entanto também deveria ser normal falarmos sobre nossos defeitos, assim como falamos de nossas qualidades. Os defeitos não são necessariamente negativos se soubermos utilizá-los para o autoconhecimento. Pessoas que evitam fazer uma análise de seus defeitos possuem pouca consciência de seus próprios processos internos, do seu funcionamento, e facilmente, acabam atribuindo a outros o motivo de suas frustrações e fracassos.

É comum nos envergonharmos de nossos defeitos, mas como parte do nosso processo de desenvolvimento os primeiros e mais importantes passos são reconhecê-los e aceitá-los.

"A base da relação com os próprios defeitos é a sinceridade, a paciência e a perseverança".

(Jorge Waxemberg)

Brasil tem a maior diversidade de árvores do planeta, diz estudo



O Brasil é o país com a maior biodiversidade de árvores do mundo, aponta um levantamento inédito. Há 8.715 espécies de árvores no território brasileiro, 14% das 60.065 que existem no planeta. Em segundo na lista vem a Colômbia, com 5.776 espécies, e a Indonésia, com 5.142.

Publicado no periódico *Journal of Sustainable Forestry*, o estudo foi realizado pela Botanical Gardens Conservation International (BGCI na sigla em inglês), uma organização sem fins lucrativos, com base nos dados de sua rede de 500 jardins botânicos ao redor do mundo.

A expectativa é que a lista, elaborada a partir de 375,5 mil registros e ao longo de dois anos, seja usada para identificar espécies raras e ameaçadas e prevenir sua extinção.

Ameaça

A pesquisa mostrou que mais da metade das espécies (58%) são encontradas em apenas um país, ou seja, há países que abrigam com exclusividade, certas espécies - podem ser centenas ou milhares -, o que indica que estão vulneráveis ao desmatamento gerado por atividade humana e pelo impacto de eventos climáticos extremos. Trezentas espécies foram consi-

deradas seriamente ameaçadas, por terem menos de 50 exemplares na natureza. Também foi identificado que, com exceção dos polos, onde não há árvores, a região próxima do Ártico na América do Norte tem o menor número de espécies, com menos de 1,4 mil.

Conservação

Entre as espécies em extinção identificadas pela BGCI está a *Karoma gigas*, nativa em uma região remota da Tanzânia. No fim de 2016, uma equipe de cientistas encontrou apenas um único conjunto formado por seis exemplares. Base de dados será fundamental para conservar espécies, diz especialista. Eles recrutaram habitantes da área para proteger essas árvores e monitorá-las para que sejam alertados caso produzam sementes. Assim, as sementes poderão ser levadas para jardins botânicos da Tanzânia, o que abre caminho para sejam reintroduzidas na natureza depois. A BGCI diz esperar que o número de árvores da lista cresça, já que cerca de 2 mil novas plantas são descritas todos os anos. A *GlobalTreeSearch*, uma base de dados online criada a partir do levantamento, será atualizada toda vez que uma nova espécie for descoberta.

Fonte: www.bbc.com



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

Há 20 anos fazendo
você se sentir bem.

NATAÇÃO - HIDRO
SPINNING - MUSCULAÇÃO
TREINAMENTO FUNCIONAL
GAP - JUDÔ
FUNCIONAL DANCE



(55) 3313.1540 | Tiradentes, 1397 | Santo Ângelo

Divulgação

Painéis solares que funcionam à noite

Duas universidades chinesas se uniram para desenvolver um painel solar revolucionário que promete gerar energia mesmo em dias chuva, nevoeiro e até à noite. Para isso, foi utilizado um material diferente dos tradicionais chamado de LPP (sigla em inglês para “fósforo de longa persistência”).

Com o LPP, o painel é capaz de armazenar energia solar durante o dia e as células solares

continuam a produzir energia elétrica mesmo quando há pouca luminosidade. A eficiência da tecnologia está exatamente na conversão de eletricidade. “Só a luz parcialmente visível é que pode ser absorvida e convertida em eletricidade, mas esta matéria (LPP) pode armazenar energia solar a partir de luz não absorvida e próxima da infravermelha”, explica Tang Qunwei, da Universidade Oceânica da China.

Essa capacidade de gerar energia contínua durante dia e noite ganhou notoriedade em revistas científicas, que publicaram o trabalho de Qunwei e seu parceiro Yang Peizhi, professor da Universidade Pedagógica de Yunnan. Com suas equipes, os dois chegaram a um produto que promete reduzir os custos de captação de energia solar.

Fonte: Redação CicloVivo

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
Carla Gabriela Bender
Médica veterinária - CRMV 14560

Doença renal crônica em felinos

Ao contrário do que a crença popular diz seu gato não tem sete vidas, e sim, uma só. É seu dever como tutor, torná-la melhor a cada dia. Algumas pessoas acreditam que os felinos não necessitam dos mesmos cuidados que os cães, como vacinas, vermífugo e visitas periódicas ao Médico Veterinário. Mas não é bem assim! Eles também precisam de cuidados específicos e muita atenção por parte dos tutores, já que muitas vezes demoram a demonstrar sinais de que estão doentes. No caso da Doença Renal Crônica (DRC) é isso que acontece na maioria dos casos.

Na DRC ocorre uma degeneração dos rins, que vão, aos poucos, perdendo sua função. É muito comum em gatos adultos, quanto mais velhos, mais propensos a desenvolver a doença. Contudo, alguns gatos podem apresentá-la ainda jovens ou mesmo, nascer com malformações nos rins, devido à genética da espécie. Em alguns casos, quando ocorre a insuficiência renal aguda, os proprietários percebem os sinais e conseguem procurar atendimento veterinário mais cedo. Já em outros, só vão perceber que algo está errado quando a doença já está instalada e considerada crônica, nesse momento cerca de 75% da função renal já está comprometida. A DRC é uma das causas de morte mais comuns em gatos.

Essa doença impede que os rins removam de forma eficiente as toxinas e resíduos da corrente sanguínea, levando o animal a apresentar mudanças no comportamento. Os principais sinais clínicos são: perda de apetite; perda de peso; aumento da sede e produção de urina; deterioração do pelame e resistência para se lamber e se limpar; fraqueza; desidratação; úlceras na boca; dificuldade de respirar; diarreia e vômitos em alguns casos.

O problema é que na fase inicial da doença nem sempre é possível perceber esses sinais, levando ao atraso no início do tratamento. Quando se percebe as mudanças de comportamento, muitas vezes, a doença já está em fase avançada e o animal bastante debilitado. Daí a importância em levar seu gato ao Médico Veterinário de sua confiança periodicamente. Pois dessa forma, com o auxílio de exames complementares, será possível observar alterações nos rins antes mesmo que os sinais clínicos apareçam.

Sendo assim, ao observar um dos sinais clínicos citados a cima, leve imediatamente seu felino para uma consulta. Se o tratamento for realizado da forma correta, o progresso da doença pode ser desacelerado e a qualidade de vida do seu gato pode ser bem melhor. É válido salientar que no momento em que o animal tiver alta e voltar para casa, o sucesso do tratamento passa para as mãos dos tutores. É imprescindível que as medicações sejam administradas conforme prescrição e que todos os cuidados recomendados sejam seguidos. Todas as pessoas da família devem estar cientes sobre a doença e sobre a assistência de que o animal precisa.

Visitas periódicas ao Médico Veterinário são importantes para que o profissional responsável pelo caso possa acompanhar o progresso do tratamento, assim como, reajustar doses quando necessário. O tratamento jamais deve ser interrompido sem indicação médica. Seguindo as orientações do Médico Veterinário você poderá garantir ao seu bichado uma vida mais tranquila e saudável. A DRC não tem cura, mas tem tratamento. Seu gato tem uma única vida! Cuide bem dela para que vocês possam desfrutar bons momentos juntos.

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

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

Laila Sangaletti PSICÓLOGA
CRP 07125711

ATENDIMENTO A
CRIANÇAS, ADOLESCENTES,
ADULTOS E IDOSOS

(55) 99906.2436
Rua XV de Novembro, 1068 - Sala 206
Centro Clínico Osvaldo Cruz
Santo Ângelo - RS



ATENDIMENTO COM HORA MARCADA

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 Bechner, 1099 - Fone/Fax (55) 3335-1263



CLÍNICA DE OLHOS VERONESE

Clínica 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

CLÍNICA DE VACINAS

Dr. Luiz Carlos Flores

Cremers 3806
CNPJ 19324860/0001-09

VACINAS PARA CRIANÇAS, ADOLESCENTES E ADULTOS.

- Dengue
- Meningites ACWY e Meningo B (Besxero)
- Herpes Zoster (Zostavax)
- Pneumonia (Prevenar 13v e Pneumo 23)
 - Hepatites A e B
 - HPV Quadrivalente
- Tríplice Viral (Sarampo, Rubéola e Caxumba)
 - Varicela
 - DTPacelular
 - Hexavalente
 - Hemófilos B (HIB)

Rua Barão de Santo Ângelo, 1063 - Esq. Marechal Floriano
(55) 3312.5056 - (55) 99975.4161
Santo Ângelo - RS



Você é o reflexo de suas atitudes!

 Hospital
Regional
Unimed Missões

 Planos
de Saúde

 Saúde
Ocupacional

Unimed Missões/RS

A tranquilidade que você precisa
na Região das Missões

Fone: 3312-0700

 /unimedmissoes
www.unimedmissoes.com.br

Unimed 
Missões/RS

Nascimento

Antonio Nascimento

Cirurgião-Dentista - CRO 6874
Cirurgia e Traumatologia Buco-Maxilo-Facial
Enxertos, Implantes, Exodontias complexas, lesões bucais

Marcelo Nascimento

Crefito 22.2127-F
Microfisioterapia - ENM
Hipnose Clínica
PNL - Programação Neurolinguística

Liamara Nascimento

Crefito 7897
Microfisioterapia Evolutiva
Leitura Biológica - Osteopatia
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 

Rua 7 de Setembro 571
Santo Ângelo - RS