



Sábado, 9 de dezembro de 2017

Porque Saúde é fundamental

# Pesquisa revela que brasileiro é generoso e se sente bem ao doar

Divulgação



O brasileiro é generoso e se sente bem ao exercer a generosidade. A pesquisa Country Giving Report Brasil, feita pela Charities Aid Foundation, instituição ligada à caridade sediada no Reino Unido, revela que 68% dos brasileiros fizeram alguma doação em dinheiro no último ano e metade deles foi movida pelo desejo de bem-estar pessoal. O levantamento ouviu 1.313 maiores de 18 anos com acesso à internet distribuídos por todo o país.

“Os brasileiros estão engajados nas causas sociais e dispostos a contribuir para a solução de problemas”, disse Paula Fabiani, diretora-presidente do Instituto para o Desenvolvimento do Investimento Social (Idis), voltado ao apoio ao investidor social e que foi responsável pela realização na pesquisa no Brasil.

Segundo o estudo, feito entre junho e julho deste ano, cada doador desembolsou em média R\$ 250 nos últimos doze meses. Se entre os que ganham mais os valores doados são maiores, quem tem rendimento menor fez doações proporcionalmente mais generosas.

Em outras palavras, na faixa dos que recebem mais de R\$ 100 mil ao ano, a média doada foi de

R\$ 352, enquanto aqueles cuja renda é inferior a R\$ 10 mil anuais doaram R\$ 120 em média. Este ano o levantamento não avaliou o montante total doado pelos brasileiros, mas a pesquisa anterior, realizada um ano antes, chegou a R\$ 13,7 bilhões.

### Dinheiro para organizações religiosas

Quase metade dos doadores (49%) declarou ter doado para organizações religiosas, tanto para as igrejas diretamente quanto para projetos desenvolvidos por elas. Em seguida, aparecem doações a trabalhos dirigidos às crianças (42%) e aos pobres (28%).

Pouco mais da metade dos pesquisados (52%) realizou trabalho voluntário nos últimos 12 meses. Nesse quesito, o apoio a organizações religiosas também liderou (40%) e os jovens de 18 e 24 anos foram os que mais participam (39%).

Além da satisfação pessoal, outros motivos que levam o brasileiro a doar são a defesa de uma causa (41%) e a crença de que todos devem ajudar a resolver os problemas sociais (40%).

Por Agência Brasil

**Dr. Jaime Barbosa**  
CRM 23.482  
RQE 13599  
TEOT 7325

SBOT SEBO

**Especialista em cirurgia do joelho**

- Reconstrução ligamentar artroscópica
- Artroplastias do joelho (próteses)
- Vídeartroscopia
- 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

**PSICÓLOGAS**

Greice Quelle C. da Costa - CRP: 07/22.690 - (55) 9.8445.7579  
Liliane Ribeiro Ortiz - CRP: 07/23.464 - (55) 9.8107.2593  
Magali Mariana Andreola - CRP: 07/23.259 - (55) 9.9955.6642

Rua 3 de Outubro 256, Sala 704 - Edifício Executivo - Centro  
harmonizeclinicapsi@gmail.com

**DR. EDUARDO SANDRI**  
CRM 0442 *Biomédico*

Valorize a sua Beleza com:

- Botox |
- Preenchimento |
- Peeling Químico |
- Microagulhamento |
- Harmonização Facial |

CAD Clínica Médica | Rua Bento Gonçalves 526  
Sala 23, Santo Ângelo/RS | Fone 3313 1144

**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**

# Há 20 anos fazendo você se sentir bem.

20 anos  
naia3

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

(55) 3313.1540 | Tiradentes, 1397 | Santo Ângelo

## A criança, os presentes de Natal e o consumismo

No Natal a cidade se enfeita de luzes anunciando a chegada do Papai Noel. As casas, as lojas e as ruas vibram as cores natalinas e as pessoas demonstram mais afeto, amor e fraternidade umas às outras.

No entanto, o ter e ganhar acabam tendo destaque nessa época e

como vivemos em uma cultura consumista, o "eu quero" é a expressão que os pais mais ouvem, sem falar que as crianças são por natureza egocêntricas até aproximadamente os quatro ou cinco anos e enxergam-se como o centro do mundo. Naturalmente querem ganhar todos os presentes que desejam.

Existem pais que para agradar seus filhos acabam dando presentes acima de suas possibilidades. Portanto, cabe aos pais, avós e familiares avaliarem primeiramente a compatibilidade do desejo da criança com a sua idade e quais benefícios esse presente irá trazer. Será que de fato tais presentes são tão necessários? Será que logo o brinquedo não será descartado?

É importante explicar à criança que não é possível comprar todos os brinquedos que ela deseja, isso ensinará importantes lições pra vida dela sobre escolhas e prioridades. Para muitos pais, presentear de forma excessiva pode se constituir em uma forma de compensar o pouco tempo que passam com seus filhos, podendo ter consequências negativas por toda a vida. Além disso, devemos ensinar nossos filhos que todos podemos ser "Papais Noéis" em qualquer época do ano, realizando doações para os mais necessitados, especialmente no natal, quando o consumismo é evidenciado.

Ganhar presentes é muito bom, apresentar é ainda melhor, entretanto o valor material precisa ser menos importante que o valor afetivo. E se os pais não intervirem, seus filhos poderão interiorizar os comportamentos consumistas e o verdadeiro sentido do Natal poderá se perder.



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

## Corticeira (Gênero Erythrina)

Divulgação



BioFlora/URI

Acadêmicos de Ciências Biológicas: Jordana Gabriele Vettorato, Peter Santos de Aguiar - Profa. Dra. Nilvane Ghellar Müller

Seguindo a proposta de todos os sábados trazer informações sobre plantas nativas, exóticas e/ou introduzidas, nesse final de semana a equipe BioFlora traz para você, caro leitor do JOM, uma planta de amplo interesse pelos integrantes do grupo: a corticeira, do gênero Erythrina, visto ser de cunho medicinal, além de muito linda como ornamental. A planta em questão pertence ao gênero Erythrina. Como a maioria das espécies arbóreas, esse gênero reúne 108 espécies e está dividido entre arbóreas e arbustos. As espécies pertencentes a este gênero são distribuídas por regiões tropicais e subtropicais no mundo, são árvores ornamentais, com madeira macia e de baixa densidade. No Brasil, são encontradas cerca de 12 espécies e, para o Rio Grande Do Sul, descritas apenas 2 espécies, a corticeira-do-banhado (*Erythrina crista-galli* L.) e a corticeira-do-mato (*Erythrina falcata* B).

A corticeira-do-banhado é uma pequena planta retorcida, tem caule rugoso e casca grossa. Considerada uma espécie pioneira, caducifolia com até 15 metros de altura, que possui flores rosa avermelhadas. Sua preferência por locais úmidos é inevitável, por isso é comum encontrá-la em banhados e beira de rios ou lagos, estando distribuída por quase todo o território Gaúcho. Também é bastante utilizada na ornamentação e arborização de parques, ruas e jardins, além de que era usada como 'boia' ajudando para quem não sabia nadar, cocho para animais, gamela e utensílios domésticos. Ainda, pode ser usada para sentar fios de navalhas em antigas barbearias, e é apreciada na fabricação de móveis, uma vez que sua madeira é macia e fácil de talhar. Sobre sua floração, ocorre de setembro a dezembro e a frutificação de janeiro a fevereiro, sendo muito visitada por abelhas. Sobre seu caule, por ser retorcido e, tortuoso, acaba servindo de moradia para plantas epífitas, como as orquídeas e as samambaias, dentre outras. Já a corticeira-do-mato ocorre no Peru, Argentina, Paraguai e sua distribuição no Brasil abrange desde Minas Gerais até o RS, tendo aqui uma distribuição muito vasta, crescendo em solos úmidos de planícies aluviais e início de encostas. Também é encontrada nas matas do alto Uruguai, depressão central, planalto médio e região fisiográfica do escudo. É uma árvore de grande porte e chega até mesmo medir de 20 a 30 metros de altura, com tronco rugoso e casca acinzentada, com fissuras longitudinais e caule duro e espinhento. Possui copa densa, irregular, com ramos inertes e folhas alternas, flores vermelho-alaranjadas, o que a torna inconfundível na primavera. Sua floração vai de junho a novembro, e sua maturação acontece nos meses de setembro a abril.

Segundo alguns pesquisadores, a corticeira-do-mato é indicada para restauração de mata ciliar em locais que sofrem com as cheias, além de suas flores atraírem insetos, macacos-prego, e aves como o periquito, contribuintes na regeneração de ecossistemas. Nesse sentido, corticeiras são plantas com difícil propagação via sementes, sendo mais comum adquirir mudas através de estaquias, e sua primeira floração leva em torno de 10 anos para acontecer. Dessa forma, foi criada a LEI 9.519/92, na qual institui o Código Florestal do Estado do RS, art. 33 e, fica proibido o corte de exemplares em todo o território do Rio Grande do Sul de Corticeiras do Gênero Erythrina.

Quanto ao seu uso medicinal, o Gênero Erythrina é destacado por sua casca, usada para tratar problemas de insônia e ansiedade. Na medicina popular, o chá de suas cascas e sementes serve como calmante de tosses nervosas, para bochechos contra afecções bucais. Além disso, por possuir propriedades que agem no fígado, pode auxiliar no tratamento contra hepatite, dores musculares e hipertensão arterial. Ainda, a compressa da casca é indicada para feridas e o chá da flor para o rejuvenescimento da pele. Conforme alguns depoimentos, indígenas faziam uso da casca da Corticeira para auxiliar em dores dentárias, primeiro banho do bebê (para prevenir hipertermia), dor de barriga e hemorroidas. Ainda, a casca era apreciada pelos indígenas para maceração, visto que entorpecia peixes em rios, lagos, já que, apresenta alcaloide hiporifina, com propriedades sedativas.



Erythrina falcata - Corticeira do mato.  
Imagem disponível na internet



Erythrina falcata - Corticeira do mato.  
Imagem disponível na internet



Corticeira do banhado - Erythrina crista-galli.  
Imagem disponível na internet



Corticeira do banhado - Erythrina crista-galli



**30 Anos**  
**Bela Forma**

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

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

**Novidade!**  
**Venha conferir...**

Treino rápido e eficiente de 30 minutos;  
Foco no emagrecimento;  
Treinos motivantes e diferenciados;  
treinos coletivos ou personalizados;



**Perca Peso!  
Não perca Tempo!**

PROGRAMA DE EMAGRECIMENTO

**BF30**  
EMAGRECIMENTO

APARTIR  
**R\$75,00**

VAGAS LIMITADAS

## Cachorrinha grávida faz ensaio fotográfico e faz sucesso na internet

Carlos Pierri



Já é um hábito entre as gestantes fazer um ensaio fotográfico para eternizar aquele momento único na vida de uma mulher. Os fotógrafos Carlos Eduardo Pierri e Daniel Gialluca resolveram se

inspirar nessa onda de imagens e fizeram o mesmo com a cadela Stella Artois. O resultado é a coisa mais fofo que você viu nos últimos dias. As fotos viraram sucesso na Internet e os ensaios

fotográficos com cachorras e gatas grávidas estão sendo cada vez mais comuns. Confira algumas fotos da cadela Stella.

<https://www.metropoles.com>



**Kelly Kercher**  
Graduada de Nutrição / Unijuí  
kellyunijui@outlook.com

### Os alimentos Hidropônicos são mais saudáveis?

São alimentos, em sua maioria legumes e verduras, que são cultivados sem estar em contato com o solo, em suportes artificiais com água diretamente em contato com as raízes, a qual fará o papel do solo. Nessa água de cultivo, chamada também de solução nutritiva, são dissolvidos todos os nutrientes que a planta precisa, em toda à sua fase de desenvolvimento. Esses alimentos são cultivados em estufas, que são ambientes protegidos e mais controlados, em relação a adversidade ambiental, facilitando o controle de regas, pragas e doenças, assim como de possíveis plantas invasoras. Hidropônicos não são orgânicos porque são utilizados no seu cultivo fertilizantes químicos e eventualmente algum agrotóxico no combate de pragas e doenças. Alguns cultivos de hidropônico podem ser orgânicos, porém é muito raro encontrar esse tipo de cultivo orgânico, devido a dificuldades técnicas. O fato da hidroponia ser realizada em ambiente controlado, as estufas, minimizam a incidência de pragas e doenças, assim sendo, reduz o uso dos agrotóxicos, porém nunca irei me esquecer do que um dia minha professora de Nutrição dizia: A alface que passou por chuva, frio, calor, vento, tempestade, bichinhos, sempre terá uma maior resistência, e por sua vez, uma maior produção de minerais capazes de mantê-la nutrida neste período. Em busca de uma alimentação mais natural possível, é fundamental conhecermos e diferenciarmos os produtos disponíveis no mercado, termos informações e fazermos sempre a melhor escolha. E que essa escolha seja sempre a mais natural possível, ou seja, ter seu próprio cultivo ou conhecer o produtor é uma grande vantagem quando se busca um produto natural.



**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

**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



**Jonatã Ferreira**  
Psicólogo - CRP 07/208839

Atendimento Clínico a Adultos e Adolescentes

Rua Marquês do Herval, 1634, sala 402 - Edifício Medígila  
Contatos: 8434-8146 (somente com hora marcada) - E-mail: jonata.junior@bol.com.br

**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

 **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

## Cuidado com a audição nas festas de fim de ano

Divulgação

De acordo com os dados da ABORL-CCF (Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial), a exposição a sons intensos é a segunda causa mais comum de deficiência auditiva.

É inevitável que o barulho faça parte das comemorações de fim de ano: música, fogos de artifício, gritos e televisões em volume máximo são ruídos frequentes. Mas tanto ruído pode prejudicar a audição, sobretudo se a fonte do barulho estiver próxima. Por isso, é fundamental redobrar o cuidado com a audição nas festas de final de ano.

No caso dos fogos de artifício, além dos riscos com a manipulação incorreta, o forte estampido pode acarretar trauma acústico e perda de audição uni ou bilateral temporária, ou nos casos mais graves perda irreversível, também pode ser chamada de surdez súbita. Geralmente, a perda de audição é unilateral (em um único ouvido) e se inicia com o aparecimento imediato de zumbido, problema que afeta cerca de 28 milhões de pessoas em todo o mundo. No caso de ser temporária a audição pode ser recuperada, dependendo da intensidade e do tempo de exposição ao barulho.

A dica é: prefira ficar longe dos fogos de artifício, carros de som e caixas de som para evitar danos auditivos. Estes equipamentos têm uma potência alta, que permite ouvi-los a uma grande distância. Então, o melhor é manter-se um pouco mais afastado.

Todo ruído acima de 85 decibéis é prejudicial à audição, segundo diversos estudos realizadas por AUDIOLOGISTAS – fonoaudiólogos especialistas em audição. O ruído dos rojões pode chegar a uma intensidade de 140 decibéis. Para se ter uma ideia do quão alto é esse barulho, um avião durante a decolagem produz um som de 130dB.

Além disso, a perda auditiva é cumulativa. Dependendo da frequência, do tempo de exposição ao som elevado e da predis-



**Drda. AuD. Carla Cristina Backes**  
Fonoaudióloga Clínica CRFa 7-9509  
Audiologista pelo Conselho Federal de Fonoaudiologia - CFFA 6570/17  
Membro da Associação Internacional de Audiologia - ISA  
Palestrante da Fundação Otorrinolaringologia - FORL/SP  
Doutoranda em Ciências Biomédicas/ Próteses Auditivas  
Contato: 55 3313.1734  
E-mail: carlacbackes@gmail.com

posição, o indivíduo pode sofrer danos auditivos cada vez mais severos, de forma contínua e elevada, ao longo da vida. Por isso, qualquer pessoa que ficar próxima a sons elevados pode sofrer – ou agravar – problemas de audição.

Uma maneira de se proteger é utilizar protetores auriculares, que reduzem o barulho que entra pelos ouvidos, mas permitem que as pessoas escutem os sons ao redor.

Neste dia 09 DE DEZEMBRO É COMEMORADO O DIA DO PROFISSIONAL FONOAUDIÓLOGO. Parabéns aos colegas fonoaudiólogos que no exercício desta profissão devolvem qualidade de vida aos seus pacientes, e assim o realizam com ética, amor, carinho, cuidado, atenção, responsabilidade e empatia. Parabéns a todos nós não só pela data, mas pelo significado que a nossa linda profissão representa.

 **VOCÊ ESCOLHE A UNIMED MISSÕES E A GENTE CUIDA DE VOCÊ!**

A Unimed Missões/RS é uma referência em atendimento na região, oferecendo várias especialidades para procedimentos de alta complexidade.  
O Hospital Regional Unimed Missões dispõe de infraestrutura e tecnologia para garantir a tranquilidade, segurança e o atendimento humanizado

**SERVIÇOS ESPECIALIZADOS**

-  ASA COMPLEXIDADE PARA TRATAMENTOS DO CORAÇÃO
-  SERVIÇOS DE DIAGNÓSTICO POR IMAGEM
-  MODERNO BLOCO CIRÚRGICO
-  UTI

Dr. Luis Cláudio Madureira  
Doutor Técnico/CRM - R3 13-698

 **Unimed**  
Missões/RS

ANS - nº 31.141-B

Avenida Rio Grande do Sul, 1133 - Santo Ângelo - RS  
(55) 3312-0700  
www.unimedmissoes.com.br  
unimedmissoes

**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



**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

**Fisioterapeutas**  
Atendimento personalizado e individualizado





Fones: (55) 3312-5333  
98458-4266  
Rua 7 de Setembro 571  
Santo Ângelo - RS