



Sábado, 22 de junho de 2019

# Viver Bem

Porque Saúde é fundamental

Divulgação

## O Outubro é Rosa, mas quais as "cores" dos outros meses?

Outubro rosa, novembro azul, janeiro branco... Você certamente já ouviu falar em alguma dessas campanhas voltadas à prevenção de doenças, não é mesmo? Mas, sabia que todos os meses do ano possuem cores específicas? Sim, o nosso calendário é marcado por tonalidades que buscam chamar a atenção e conscientizar as pessoas sobre a importância de cuidarmos da saúde e priorizar a nossa

qualidade de vida. Apesar de ainda não existir um calendário oficial sobre as cores dos meses, as campanhas são cada vez mais conhecidas, divulgadas e abraçadas pelas pessoas ao redor do mundo. Por isso, é tão importante o conhecimento dessas causas, ter a maior quantidade de informações e engajamentos às ações.

Disponível em <https://www.conquistesuavida.com.br>

### As cores dos meses na prevenção de doenças

- **Janeiro - Branco:** *Mente sã, corpo são. O primeiro mês do ano é um alerta sobre a saúde mental.*
- **Fevereiro - Roxo / Laranja:** *Apesar de ser mais curto que os demais, fevereiro é um dos meses com mais causas engajadas. O período é referente ao combate da conscientização da lúpus, do Mal de Alzheimer e da fibromialgia. O segundo mês do ano também tem uma campanha "alaranjada", para conscientizar sobre a leucemia.*
- **Março - azul escuro:** *A campanha durante todo o mês de março é voltada ao debate sobre a prevenção ao câncer colorretal.*
- **Abril - Azul:** *É um dos meses que já tem campanha bem conhecida e estabelecida no mundo todo. O Abril Azul é voltado ao debate sobre o autismo, por causa do dia 02/04, que é data do "Dia Mundial de Conscientização do Autismo".*
- **Maião - Amarelo / Vermelho:** *O quinto mês do ano é destinado à prevenção de acidentes de trânsito. Já o "Maio Vermelho" tem como objetivo principal informar sobre a hepatite.*
- **Junho - Vermelho:** *O laço vermelho do sexto mês do ano é indicativo para a importância de doar sangue. Isso se deve ao dia 14/06, o "Dia Mundial do Doador de Sangue". Junho ainda se colore de Laranja para conscientizar sobre a anemia.*
- **Julho - Amarelo:** *O sétimo mês do ano ganha a cor*

*amarelada para trazer à tona a conscientização sobre o câncer ósseo e também as hepatites virais.*

- **Agosto - Dourado:** *Nesse mês, entre os dias 01 e 07, acontece a "Semana Mundial da Amamentação", por isso, o período é destinado às informações sobre o aleitamento materno.*
- **Setembro - Vermelho / Verde:** *O nono mês do ano fica vermelho para ressaltar a importância de cuidarmos da saúde do coração. O período também destaca ações sobre a doação de órgãos e a prevenção do câncer no intestino. Para essas duas campanhas, o mês se pinta de verde.*
- **Outubro - Rosa:** *Mais divulgado e conhecido por todo o mundo, o Outubro Rosa foi uma das primeiras campanhas criadas e é dedicado à conscientização sobre o câncer de mama.*
- **Novembro - Azul:** *O novembro ganha um logotipo em formato de bigode para conscientizar a pessoas sobre a importância de prevenir e combater o câncer de próstata. Além disso, a cor também serve para campanhas votadas aos cuidados da diabetes.*
- **Dezembro - Laranja / Vermelho:** *O ano se fecha com cores vibrantes. O "Dezembro Laranja" serve para conscientizar sobre a importância de combater o câncer de pele, enquanto o "Dezembro Vermelho" ressalta a necessidade de prevenir a AIDS.*

**Dr. Jaime Barbosa**  
CRM 22.488  
RQE 13599  
TEOT 7325

**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](mailto:drjaimebarbosa@terra.com.br)

**DANIEL BARAZZETTI**  
CIRURGIÃO PLÁSTICO

MEMBRO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE CIRURGIA PLÁSTICA  
CRM 36906/ RQE 31728

- BOTOX E PREENCHIMENTO
- CIRURGIA DE FACE
- CIRURGIA DE PÁLPEBRAS
- CIRURGIA DA MAMA
- CONTORNO CORPORAL
- RINOPLASTIA

[WWW.DANIELPLASTICA.COM](http://WWW.DANIELPLASTICA.COM)  
 CONTATO@DANIELPLASTICA.COM

Tel: (55) 3313 1013 / (51) 98026 2778  
 Rua 15 de Novembro 1030, Centro  
 Santo Ângelo - RS

**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**

**PATOLOGIAS MUSCULARES, ARTICULARES E REUMÁTICAS**

**Dr. Enio Cadore**  
CRM 14159

- ESPECIALISTA EM ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA TEOT 8210
- PÓS GRADUAÇÃO EM REUMATOLOGIA
- MÉDICO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE TRATAMENTO POR ONDAS DE CHOQUE

Rua 15 de Novembro, 1068 Sala 108 | Santo Ângelo  
[www.sbtoc.org.br](http://www.sbtoc.org.br) [www.sbot.org.br](http://www.sbot.org.br) | ☎ 3312.5033

## Publicada lei que trata de internação involuntária de usuários de droga

Divulgação



A Lei nº 13.840, de 5 de junho de 2019, que prevê, entre outras medidas, a internação involuntária de dependente de drogas, foi publicada no Diário Oficial da União no último dia 6. Ela foi sancionada pelo presidente da República, Jair Bolsonaro, e dispõe sobre o Sistema Nacional de Políticas Públicas sobre Drogas e as condições de atenção aos usuários ou dependentes e para tratar do financiamento das políticas sobre drogas.

No seu artigo 23-A, o texto diz que o tratamento do usuário ou dependente de drogas deverá ser ordenado em uma rede de atenção à saúde, com prioridade para as modalidades de tratamento ambulatorial, incluindo “excepcionalmente formas de internação em unidades de saúde e hospitais gerais nos termos de normas dispostas pela União e articuladas com os serviços de assistência social e em etapas”.

Entre essas etapas, está a que trata da internação do dependente, que somente deverá ser feita em “unidades de saúde ou hospitais gerais, dotados de equipes multidisciplinares e deverá ser obrigatoriamente autorizada por médico devidamente registrado no Conselho Regional de Medicina (CRM) do estado onde se localize o estabelecimento no qual se dará a internação”. De acordo com a lei, serão considerados dois tipos de internação: voluntária e involuntária. Na internação involuntária, o texto diz que ela deve ser realizada após a formalização da decisão por “médico responsável e indicada depois da avaliação sobre o tipo de droga utilizada, o padrão de uso e na hipótese comprovada da impossibilidade de utilização de outras alternativas terapêuticas previstas na rede de atenção à saúde”.

O documento indica que a internação involuntária deverá ocorrer no prazo de tempo necessário à desintoxicação do paciente, “no prazo máximo de 90 dias, tendo seu término determinado pelo médico responsável; e que a família ou o representante legal poderá, a qualquer tempo, requerer ao médico a interrupção do tratamento”.

A lei prevê também que todas as internações e altas deverão ser informadas, em, no máximo, de 72 horas, ao Ministério Público, à Defensoria Pública e a outros órgãos de fiscalização, por meio de sistema informatizado único”.

Disponível em <http://agenciabrasil.ebc.com.br>

demonstre harmonia.

**Paola Flach Perim**  
odontologia especializada

**Aparelhos dentários**  
Discretos, inovadores e eficientes.

Edifício Leonardo da Vinci  
Rua 15 de Novembro, 1203  
Sala 403 - Tel.: 55 3314 0312

Dr. *Juliano*  
Bohrer Gressler  
CRM 55390

Cirurgião Geral e Videolaparoscopia  
Cirurgião Do Aparelho Digestivo

## Novo Endereço!

Estamos tomando novos rumos, e por isto nos encontramos em um novo endereço. Venha conferir nossas novas instalações na **Av. Rio Grande do Sul - 1140\***.

(55) 3312-5150 ou (55) 3313-3629.  
\*em frente ao Hospital Unimed.

## Amianto, o impacto na saúde dos brasileiros

Fonte: Imagens do Google



BioFlora/URI  
Acadêmica de Ciências Biológicas/Bacharelado/URI: Mari Vieira Bocacio | Profª. Núbia FreitasMüller

O amianto, também conhecido como asbesto, é uma fibra de origem mineral, que devido a propriedades como resistência a altas temperaturas, é muito utilizado na fabricação de telhas, tanques, caixas d'água, enfim, diversos produtos da construção civil. No Brasil, desde 1995, está proibido o uso do amianto do tipo anfibólio. O Brasil está entre os cinco maiores produtores de amianto do mundo e é também um grande consumidor. A principal preocupação com a mineração está no controle das poeiras geradas no processo, atingindo trabalhadores e a comunidade no entorno da mina.

As partículas finas, quando inaladas, são comprovadamente prejudiciais à saúde humana, sendo classificadas como cancerígenas pela Agência Internacional de Pesquisa sobre o Câncer (IARC). A inalação de pequenas quantidades de fibras de amianto, podem causar a contaminação e não há limite de exposição. Por essa razão, a resolução 348/2004, do CONAMA, classifica os resíduos de amianto como sendo da Classe D, ou seja, perigosos para a saúde e exige sua colocação em aterros especiais. Assim, os resíduos de amianto terão que ser depositados em aterro sanitário próprio para lixo perigoso, o que inclui também, telhas velhas que estão depositadas nos quintais de nossas casas.

Vale destacar que telhas de amianto e caixas d'água quebradas, limpas, perfuradas para fixação ou até mesmo pela ação da chuva ao longo dos anos, podem soltar as fibras de amianto e contaminar o ambiente. Assim, devido aos graves problemas que causam à saúde, em 29 de novembro de 2017, os ministros do Supremo Tribunal Federal, decretaram o fechamento da mina Cana Brava, município de Minaçu, no Estado de Goiás. O banimento desta substância na indústria brasileira é definitivo. Salientamos que a maioria dos países europeus já proibiu o uso dessa substância.



## Blefaroplastia: A cirurgia das pálpebras

Arquivo Pessoal



A partir dos 40 anos, todos notamos que o nosso rosto não é mais o mesmo. O efeito da gravidade, associado ao desgaste natural da idade, não passa despercebido por ninguém à nossa volta. Uma das primeiras queixas percebidas no consultório médico é em relação ao excesso de pele nas pálpebras, os sulcos acentuado abaixo dos olhos e as bolsas de gordura ao redor dos que ficam salientes, resultando em um olhar cansado e envelhecido.

Mais conhecida como a cirurgia da pálpebras, a Blefaroplastia é o procedimento cirúrgico que melhora o contorno das pálpebras superiores e inferiores, proporcionando aparência rejuvenescida ao redor dos olhos, fazendo com que o olhar pareça mais descansado e natural.

Durante a cirurgia, trabalhamos com três pilares.

Em primeiro lugar, corrigimos o excesso de pele, reposicionando o sulco da pálpebra superior na sua posição original (aparente e alto), ressecamos a pele excedente da pálpebra inferior (eliminando as pequenas ruguinhas) e, por fim, retiramos as bolsas de gordura (mais comuns abaixo do olho) que deixam o olhar inchado. As cicatrizes existem, porém ficam escondidas.

Em segundo lugar, corrigimos algo que poucas pessoas percebem, mas que faz muita diferença: o canto dos olhos. Nas pessoas jovens, o canto lateral dos olhos (junto às orelhas) é mais alto que o canto do meio (junto ao nariz). Porém, com o passar do tempo, o ligamento que sustenta o canto lateral fica enfraquecido e o olho fica mais caído nas laterais, resultando em uma aparência triste, que as mulheres



Dr. Lucas Dal Pozzo Sartori  
Cirurgia Plástica - CRM 33.905 | RQE 29.666

tentam disfarçar com uma maquiagem que cria uma linha diagonal para cima nesse local. Na cirurgia, reposicionamos o canto lateral mais alto novamente, trazendo a jovialidade de volta ao olhar.

Por fim, o terceiro pilar se fundamenta nas reposição de volume. Todos sabemos que nosso rosto fica mais emagrecido com o tempo, causando diminuição da bochecha e profundos sulcos no rosto (como abaixo do olho, entre o nariz e a bochecha e abaixo da boca). Durante a cirurgia, coletamos gordura de algum local (como o pescoço) e, após trata-la, fazemos o preenchimento do rosto com a gordura do próprio paciente. A duração da gordura injetada é permanente.

Para mais informações, acesse o site [www.lucasdpsartori.com.br](http://www.lucasdpsartori.com.br) ou agende uma consulta.



## Kelly Kercher

Nutricionista  
kellyunijui@outlook.com  
Instagram: @kellynutrition

### Apnéia do sono e obesidade

A obesidade é o principal fator de risco para a síndrome da apnéia obstrutiva do sono (SAOS). O aumento do trabalho respiratório na obesidade ocorre em razão do estreitamento da caixa torácica, resultante do acúmulo de tecido adiposo dentro e ao redor das costelas, do diafragma e do abdome. A SAOS pode contribuir para o aumento da resistência à insulina (RI) e do cortisol, aumentando o risco do excesso de peso e de doenças crônicas, como as cardiovasculares. Assim, forma-se um ciclo: a obesidade causou a apnéia do sono ou o distúrbio levou ao aumento de peso?

Importante considerar que quanto maior o Índice de Massa Corporal (IMC), principalmente acima de 30kg/m<sup>2</sup>; e quanto maior a circunferência da cintura e do pescoço, maior o risco de desenvolvimento de SAOS.

Entre 65 a 75% dos indivíduos que apresentam a síndrome são obesos. Além de apresentarem sonolência diurna, dificuldade de concentração, aprendizagem e memória, dentre outros, a fadiga decorrente da

perda crônica do sono tende a interferir no comportamento alimentar. A saciedade também pode ficar prejudicada e a pessoa começa a comer a mais sem perceber. O cansaço leva à um estilo de vida sedentário, que acarreta na diminuição do metabolismo energético. O nível elevado de cortisol prejudica o bom funcionamento do intestino, essencial para a absorção de nutrientes necessários ao nosso organismo, afeta o funcionamento imunológico, aumenta o estresse oxidativo, diminui a eliminação de toxinas, causa retenção hídrica e inflamação. Sendo assim, com o olhar voltado para a nutrição, faz-se necessário a quebra do ciclo obesidade/SAOS, por meio de uma alimentação adequada e nutritiva, com perfil antioxidante e anti-inflamatório. O consumo energético deve ser diminuído gradativamente, os macro e micronutrientes devem estar equilibrados e os compostos bioativos presentes. Procure um nutricionista capacitado para auxiliá-lo (la).



## 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



Biomedicina Estética

## Dra. Lara Newinski

CREM 3774



- Limpeza de pele
- Peeling (químico)
- PEIM (microvasos)
- Lipo de papada
- Estrias
- Celulite
- Microagulhamento
- Rejuvenescimento, cicatrizes de acne,
- Crescimento capilar)

R: Antônio Manuel 748 SL:5  
Em frente ao Hospital Santo Ângelo  
☎ 99915.9229

Agende sua avaliação!  
Cuidando do seu bem-estar e da sua saúde!



## Serviço de Hemodinâmica da Unimed Missões/RS é referência para a região

A Hemodinâmica é o exame que estuda os movimentos e pressões da circulação sanguínea para o diagnóstico e tratamento de doenças com métodos seguros e minimamente invasivos, atuando nas áreas da neurologia, diagnóstico, cirurgia endovascular e, principalmente, cardiologia.

Há quatro anos a cooperativa Unimed Missões/RS disponibiliza do serviço de Hemodinâmica junto ao seu Hospital, realizando diagnósticos e procedimentos que utilizam a técnica do cateterismo. Em situações de emergência, é utilizado para confirmar a presença de obstruções das artérias coronárias e infarto agudo do miocárdio, sendo usado para planejar a melhor estratégia de intervenção. O serviço está capacitado para efetuar procedimentos que direcionam o paciente para tratamentos como angioplastias, implante de stents, embolização de aneurismas, tumores e outros defeitos vasculares complexos, além de tratamentos de arritmias e implantes de marcapasso.

Com atendimento 24 horas por dia, o serviço conta com estrutura bem

montada e equipamento importado do Japão, que é referência mundial em tecnologia aplicada à saúde, tornando os exames mais seguros e a reabilitação mais tranquila. "É muito legal ver as pessoas se recuperando após chegar no Hospital em uma situação difícil. Hoje atendemos pessoas de todas as idades, tendo resultados positivos após os procedimentos realizados em nosso serviço", salienta o médico cardiologista responsável pela Hemodinâmica da Unimed Missões/RS, Dr. Márcio Siqueira.

O médico ainda destaca que, após a inauguração do serviço, mais de 1500 pacientes já passaram por atendimento. "Temos uma equipe qualificada composta por médicos de várias especialidades, garantimos a rapidez no atendimento de urgência e realizamos procedimentos que vão dos simples aos mais complexos. Nos tornamos referência na região das Missões, já que antes era necessário o paciente se deslocar até um município mais distante para o atendimento, diminuindo sua chance de recuperação".

### 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

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



## Dia dos Namorados Amor em Dobro.

Aqui na Bela Forma, você faz sua matrícula e traz seu Amorção para malhar. Ele(a) ganha um Voucher\* de 3 meses para malhar com você. **Totalmente Free.**  
**Três meses livre de mensalidade.**

**bela forma**  
ESTILO DE VIDA

**\*Válido para modalidades coletivas**



Rua Duque de Caxias, 1280, Dido, Santo Ângelo - RS.

bela forma academia    belaforma\_sa    (55) 3313 3971  
belaformaacademia.com.br    (55) 98406 3933



Queremos que você aproveite todos os momentos da vida ao lado de quem você ama!

Agora, a **Unimed Missões/RS** oportuniza descontos e parcelamentos que se encaixam no seu orçamento para os seguintes serviços:

 Internação hospitalar clínica e cirúrgica

 Exames laboratoriais

 SOS Urgência e Emergência

 Exames de Imagem: Ecografia, Mamografia, Raio-X, Ressonância Magnética e Tomografia Computadorizada

 Cartão de Acesso UnimedCard

**Atendemos os convênios**  
Unimed, Ipe, Cabergs, Fused (Santo Ângelo), Assefaz, Saúde Caixa, Femsu e particular.

Informações: (55) 3313 0512 | 3313 0515

