



Sábado, 21 de maio de 2022

Viver Bem

Porque saúde é fundamental



Saiba mais sobre a rede de proteção às crianças e adolescentes

A rede de proteção é o conjunto de entidades, profissionais e instituições que atuam para garantir apoio e resguardar os direitos de crianças e adolescentes brasileiros

Destacam-se nesse grupo representantes do poder público e da sociedade civil, como conselheiros tutelares, promotores e juizes das Varas da Infância e Juventude, defensores públicos, conselheiros de direitos da criança e adolescente.

Também integram a rede educadores sociais, profissionais que trabalham em entidades sociais, nos Centros de Referência da Assistência Social (CRAS), nos Centros de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS), policiais das delegacias especializadas, integrantes de entidades de defesa dos direitos humanos da criança e adolescente, entre outros.

Secretaria Municipal de Saúde, Educação e Assistência Social - É a principal porta de entrada, sua principal função é identificar situações de violação de direitos de crianças e adolescentes. Além disso, compete a aplicação de ações que envolvem prevenção, proteção, tratamento e vigilância de crianças e adolescentes em situações de risco.

Conselho tutelar - Encarregado de constatar a violação de direitos, atende e aconselha tanto as vítimas quanto os pais e responsáveis. Além disso, promove e incentiva ações de divulgação e treinamento para o reconhecimento de sintomas de maus-tratos em crianças e adolescentes.

CMDCA e CMAS - Reúne representantes do governo

e da sociedade civil para discutir, estabelecer normas e fiscalizar a prestação de serviços sociais voltados para crianças e adolescentes.

Vara da Infância e da Juventude - Julga os processos de adoção, guarda e tutela de crianças e adolescentes em situações de risco ou abandono. É também, o local onde os pretendentes se cadastram quando decidem participar do processo de adoção.

MP da Infância e Juventude - Responsável por defender os direitos da criança e do adolescente. Recebe as denúncias e ajuíza a ação penal pública para dar início ao processo de coleta das provas.

Instituições de acolhimento - Medida excepcional e provisória de proteção às crianças e adolescentes em situações graves de negligência, maus tratos e abusos por seus familiares ou responsáveis. Nessas entidades há uma equipe capacitada que passa a ser responsável pela integridade física, psíquica e social das mesmas.

CRAS e CREAS - Ambos são espaços que visam o empoderamento das famílias e de seus membros para o enfrentamento das situações de vulnerabilidade e risco social, no entanto o CRAS visa prevenir essas situações e o CREAS visa tratar as consequências das famílias que já tiveram seus direitos violados.

Grupo de apoio à adoção - Tem a competência de evitar as situações de abandono e atender crianças e adolescentes já abandonados. Além disso, promove a formação de famílias substitutas e ainda estimula a adoção, guarda ou tutela de crianças e adolescentes em situação de instituições de acolhimento.

Com informações do projetoaocalantonatal.com.br

Dr. Jaime Barbosa
 CREMERS 22433 | RQE 13599 | TEOT 7325

Especialista em cirurgia do joelho em Lyon - França
 Membro titular da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia (SBOT)
 Membro titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia do Joelho (SBCJ)
 Membro titular da Sociedade Brasileira de Trauma Ortopédico (SBTO)
 Membro da International Society of Arthroscopy, Knee Surgery and Orthopaedic Sports Medicine (ISAKOS)
 Membro da Sociedad Latino Americana de Artroscopia Rodilla y Deporte (SLARD)

SBOT **trauma**

Especialista em cirurgia do joelho
 -Reconstrução ligamentar por artroscópica
 -Artroplastias do joelho (próteses)
 -Instabilidade patelar
 -Videoartroscopia
 -Osteotomias

Ortopedia e Traumatologia geral
Artroplastias do quadril (próteses)

Rua XV de Novembro, 1168 - 98801-620 - Santo Ângelo/RS
 Fone: (55)3313.5656 - Cel.: 99976.8717
 E-mail: drjaimebarbosa@terra.com.br

Ortotrauma Clínica
 ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

Dra. Ana Maria Marchionatti Cirurgiã-Dentista (CRO 20979) Especialista em Endodontia Mestre e Doutora em Prótese Dental	Dra. Jéssica Barasuol Cirurgiã-Dentista (CRO 21135) Especialista, Mestre e Doutora em Odontopediatria	Dr. Vinicius Wandscher Cirurgião-Dentista (CRO 19171) Especialista, Mestre e Doutor em Prótese Dentária	Dra. Camila de Castro Fisioterapeuta (Crefito 154.205-F) Formação Internacional em Microfisioterapia e Lactura Biológica

AURUM
 SAÚDE BASEADA EM EVIDÊNCIAS

@aurumsaude
 www.aurumsaude.com
 (55)997171244 Rua Duque de Caxias, 105, Santo Ângelo

Kanto Verde
 produtos naturais

Oleaginosas - Sementes - Frutos secos - Farinhas funcionais
Temperos naturais - Snacks s/ glúten e s/ lactose
Suplementação vitamínica, e muito mais ...

Kanto Verde, Saúde & Qualidade de vida

Endereço: Rua 25 de julho, 1346
 Fone e WhatsApp: (55) 99715-3763



Centro Clínico de Anestesiologia Missioneiro

Novo Consultório: Av. Rio Grande do Sul, nº 1111, 4º andar, sala 40, Ed. Alpha Center, Santo Ângelo.

Rua Quinze de Novembro, 1068, sala 104 Centro, Santo Ângelo

(55) 9 9622 2711 | (55) 9 9975 6398 | (55) 3312 6944

PROFISSIONAIS QUALIFICADOS PARA ATENDER COM SEGURANÇA VOCÊ E SUA FAMÍLIA!

DRA. JULIANA PERIN AURELIO
 CRM 36085 | RQE 35534

DRA. BRUNA CARACEK KRUG
 CRM 40106 | RQE 16001

DR. MAURO BASTOS MEDEIROS
 CRM 14770 | RQE 13489

DRA. ISADORA FREGONESE ANTUNES SALOMÃO
 CRM 35033 | RQE 26918

DR. GABRIEL FRIDERICHS JUPPEN
 CRM 44554 | RQE 40341

DR. EGMAR LUIS VIER
 CRM 14601 | RQE 6867

DR. JORGE ARMANDO FISCHER GEHRES
 CRM 13051 | RQE 10709

DR. PAULO SCHEIBNER GEIER
 CRM 14770 | RQE 13489

**INSTITUTO DE IMAGENS
BUCAL DE SANTO ÂNGELO**



Responsável
Dr. Jorge Alberto Alérico
CD Radiologista
CRO 9649

Fone: 3312-4165

Rua 7 de Setembro, 600 - Centro - Santo Ângelo-RS

**Cuidar da saúde
digestiva é essencial!**

Cirurgião Geral
Videolaparoscopia
Cirurgião do aparelho Digestivo
Endoscopia Digestiva Alta
Colonoscopia

Dr. **Juliano**
Bohrer Gressler

(55) 3312-3821 | drjulianobgressler
Av. Rio Grande do Sul, 1140 - Sala 403

CRM 33390
RQE 26546
RQE 30921

Abuso sexual de crianças é discutido em evento denominado “Não me toca seu boboca”

Foto - Fernando Gomes



“Não me toca seu boboca”

Dezoito de Maio é o Dia Nacional de Combate à Exploração e Abuso Sexual de Crianças e Adolescentes. Em Santo Ângelo foi promovido pela Secretaria Municipal de Saúde, por meio do Centro de Atenção Psicossocial Infância e Juventude (CAPS IJ), no auditório Azul da CNEC, uma palestra intitulada “Não me toca seu boboca”, ministrada pela escritora Andrea Viviana Taubman.

O evento reuniu cerca de 250 profissionais das áreas da saúde, da assistência social, promotores, magistrados e ativistas em defesa das crianças e adolescentes. O evento teve a apresentação dos alunos do Colégio Tiradentes com a peça “Não me toca seu boboca”, realizada a partir do livro e que foi trabalhada em sala de aula pela professora Juliana Weller.

A coordenadora do CAPS IJ, a psicóloga Luciane Veronese, relatou que o livro também é uma das atividades de um projeto do órgão, que orienta e previne o abuso sexual infantil, com oficinas de contação de histórias. “Orientação e informação aos profissionais com atuação no âmbito da infância e juventude e aos trabalhadores dos setores essenciais que integram a rede de proteção aos direitos da criança e do adolescente são pilares do projeto”, declarou.



Participaram do evento apoiado pelo Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente (Comdica), o vice-prefeito Volnei Teixeira; o juiz de Direito da Vara do Juizado Regional da Infância e Juventude, Luis Carlos Rosa; o procurador da República Osmar Veronese; os secretários municipais Flávio Christensen (Saúde) e Jânio Bones (Governo e Relações Institucionais); o promotor da Promotoria de Justiça Regional, Márcio de Oliveira Bressan; o promotor de Justiça Especializada, Renato Tirapelle; a diretora da Rádio Santo Ângelo, Robriane Raguzzoni Loureiro, representando o deputado Eduardo Loureiro; Jacqueline Possebom, vereadora e titular da Coordenadoria de Políticas Públicas para as Mulheres de Santo Ângelo; e a vereadora Simone Lunkes.

Em Santo Ângelo as ocorrências registradas de abuso representam apenas 10% dos casos

A delegada Luciana Cunha da Silva, titular da Delegacia de Proteção à Criança e ao Adolescente (DPCA), revelou que, em 2021, Santo Ângelo registrou 53 ocorrências de abuso, exploração e importunação sexual, porém o número que representa apenas 10% dos casos. Ela destacou a atuação da escola e da saúde na identificação de violência contra a infância e juventude e defendeu a melhor articulação das ações da rede de proteção.

O prefeito Jacques afirmou ser inconcebível uma cidade do porte de Santo Ângelo, com cerca de 80 mil habitantes, dispor de apenas cinco conselheiros tutelares para atender a população, em uma de-

manda crescente. “É apenas um conselheiro tutelar para cada 16 mil habitantes. Precisamos unir forças com a sociedade civil e articular a revisão da lei para a ampliação do quadro de conselheiros”, defendeu.

De acordo com o chefe do Executivo, os conselheiros tutelares foram instituídos pela lei que criou o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), em 1990, estabelecendo um conselho composto por cinco membros para cada cem mil habitantes. “A sociedade mudou, as demandas são outras e evoluíram muito neste período. Este número preciso ser revisto e alterado”, argumentou.

Jacques frisou que a gestão está investindo cerca

de R\$ 1 milhão em uma nova e moderna unidade do CAPS Infantil para ampliar o número de crianças atendidas, com emenda do deputado federal Márcio Biolchi de R\$ 450 mil e recursos próprios do município. A convocação de servidores públicos aprovados em concurso para atendimento especializado também foi lembrada. O prefeito destacou que o Governo Municipal é parceiro para a construção de uma rede de proteção forte, estratégica e capaz de mitigar o abuso e violência sexual contra crianças e adolescentes, crime que ele considera uma das faces mais cruéis e perversas da violação dos direitos humanos.



Paola Flach Perim
odontologia especializada

invisalign
PLATINUM

invisalign é o sorriso sonhado mais rápido.

Aparelho invisível para adultos e crianças

www.drpaolaperim.com.br | RUA 15 DE NOVEMBRO, 1203 - SALA 403 - SANTO ÂNGELO | @drpaolaperim | 99925 3600



Conheça o teste que detecta anticorpos que indicam imunidade à COVID-19

ImunoScov19[®]

*Método Elisa *Sensibilidade 98,8%



biorotta
laboratório de análises

Rua 15 de Novembro, 1168 - Sala 101 - Clínica MedCenter. Tel: (55) 3313-2979

Como o corpo reage ao calor e frio extremos

Os desconfortos físico e psicológico causados pelas variações de temperatura não são "frescura". E têm explicações científicas. O incômodo causado pelo calor ou frio é um mecanismo de defesa. Ao transpirar muito ou ranger os dentes, o corpo alerta que não está mais trabalhando em equilíbrio.

O corpo humano é programado para funcionar a uma temperatura média de 36,5 °C. Se ela passar dos 42°C ou for inferior a 30°C, os órgãos vitais começam a parar de funcionar, e a pessoa corre sério risco de vida.

As sensações de frio e calor são causadas por sensores espalhados

por todo o corpo. A concentração e localização destes sensores variam de pessoa para pessoa – o que ajuda a explicar por que uns podem sentir mais frio no pescoço e outros na orelha sob uma mesma temperatura.

Além disso, algumas pessoas possuem maior quantidade de sensores de temperatura corporal. De acordo com o especialista em medicina do esporte da Universidade de Colônia Joachim Latsch, sentir frio e calor são experiências muito particulares. "Assim como as pessoas têm tamanhos de pé diferentes, algumas têm mais sensores. Outras, menos", explica Latsch.

IMPACTOS DO FRIO EXTREMO

Conforme a temperatura cai, o corpo vai apresentando cansaço, lentidão para responder a estímulos, desaceleração dos batimentos cardíacos e dificuldades de respiração. Como, em geral, as mulheres têm menos músculos que os homens, elas tendem a sentir mais frio – em média, a composição muscular feminina é de 25% e a masculina, de 40%.

No frio, é mais fácil adoecer. Como o corpo precisa gastar mais energia para se manter aquecido, a defesa do

organismo enfraquece. Ficar muito tempo em ambientes fechados, com grande quantidade de pessoas, também facilita a transmissão de doenças.

Passando para um cenário de frio extremo, temperaturas excessivamente geladas podem provocar sensação de queimadura (em vez de congelamento), amnésia e até mesmo perda de consciência.

Estudos estimam que quando a temperatura interna do corpo atinge 23°C, os órgãos param de funcionar.



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

*Dermatologia clínica,
cirúrgica e preventiva*



Lislaine Bomm

DERMATOLOGISTA

CREMERS 37528 / RQE 25135

Rua Marechal Floriano, 508

Santo Ângelo-RS - Fone: 55 3313.5709

@dralislainebomm



Conforto e Segurança para sua Cirurgia

CLASA

CLÍNICA DE ANESTESIOLOGIA DE SANTO ÂNGELO

(55) 9 9625.8571

GUSTAVO GHELLAR CRM 28867 | FABIEN BERCHT CRM 35091 | BÁRBARA CAVALHEIRO CRM 39390 | JANINE RALBER CRM 41 367

Comida desperdiçada no Brasil poderia alimentar 12 milhões de pessoas



Enquanto cerca de 19 milhões de brasileiros estão passando fome, o desperdício de comida no país poderia alimentar 12 milhões de pessoas por ano. Estes são dados de dois estudos publicados em 2021 pela Rede Brasileira de Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional (Rede Penssan) e pelo Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente. E mostram que o desperdício de alimentos é um grave problema ambiental e social que precisamos combater com urgência

Como evitar o desperdício de alimentos?

Existem alguns hábitos simples que podem fazer uma grande diferença no combate ao desperdício de comida na nossa casa, como aproveitar integralmente os alimentos nas receitas, programar bem as compras e não colocar no prato mais do que consegue comer.

1 - Planeje com antecedência o cardápio - Preparar refeições nutritivas para a semana ou planejar o menu do próximo encontro em família são ótimas maneiras de garantir que você prepare apenas a comida que irá consumir e evitar servir quantidades além do que seus convidados podem comer.

2 - Considere cozinhar com ingredientes mais sustentáveis - As pessoas estão buscando dietas baseadas em vegetais por muitas razões. Dentre elas: saúde, perda de peso e preocupação com o meio ambiente. Para aqueles que estão começando, um cardápio flexível, baseado principalmente em vegetais com a inclusão ocasional de carnes, aves, peixes ou ovos, pode ser um bom início e é uma ótima maneira de manter uma dieta saudável e equilibrada. Ao mesmo tempo, ajuda a proteger o meio ambiente, reduzindo a energia e os recursos que a produção da carne vermelha requer.

3 - Proporcione adequadamente o alimento em seu prato - Deixe as panelas sobre o fogão e se sirva na cozinha.

Este simples hábito evita a sobra de alimentos no prato. Com tudo à mesa, é muito mais fácil colocar "apenas mais uma colherada", que pode acabar sobrando. Aliás, os restos deixados no prato são uma das maiores fontes de desperdício de alimentos que acabam no lixo. Adotando esse novo hábito, você controla melhor as porções que vai consumir.

4 - Reaproveite os alimentos que estão prestes a estragar - Existem muitas maneiras de aproveitar os alimentos perecíveis, mesmo quando eles começam a parecer um pouco "tristes". Quando seus tomates ficarem moles demais para serem usados na salada, considere transformá-los em molho caseiro. As bananas estão ficando marrons e moles? Descasque e congele para usar como ingrediente saudável para preparar deliciosos smoothies! Sopas, refogados e saladas também são ótimos pratos que podem incluir diferentes ingredientes com vida útil mais curta.

5 - Doe o excedente de alimentos para quem precisa - Quando for organizar a despensa, considere doar os alimentos não perecíveis extras para bancos de alimentos e instituições de caridade locais. E da próxima vez que for limpar a geladeira, o freezer ou armário, preste atenção no que você jogou fora e faça um esforço para reduzir o desperdício de alimentos no futuro.

LABORATÓRIO
Missões

ANÁLISES CLÍNICAS E
TOXICOLÓGICAS
REALIZAMOS COLETAS
DE URGÊNCIA
E A DOMICÍLIO

SANTO ÂNGELO - RS | Rua Antunes Ribas, 1199 - Fone/(55) 3314-1391
ENTRE-IJUIS - RS | Rua Integração, 527 - Sala 02 - Fone/(55) 3329-1103
EUGÊNIO DE CASTRO - RS | Rua Alfredo Bechoner, 1099 - Fone/(55) 3335-1263

Exames Toxicológicos
para concursos com
preços diferenciados



EQUIPE **bela forma** **36 ANOS**
ESTILO DE VIDA




Patricia Maciel
Cref: 0021440-G/RS

Viviane Massalai
Cref: 015040 - G/RS



PARA VOCÊ QUE PROCURA:

- Ambiente Familiar e Climatizado
- Segurança
- Profissionais Capacitados
- Espaço Ampla
- Modalidades Diversas

bela forma
ESTILO DE VIDA
36 ANOS

[f/bela forma academia](#)
[@belaforma_sa](#)
[belaformaacademia.com.br](#)
 Rua Duque de Caxias, 1280, Dido, Santo Ângelo - RS | (55) 3313-3970 | (55) 9.8406-3933

O cuidado que você quer
do jeito que você pode



"Eu descobri a existência do parcelamento da Unimed e ele foi a melhor alternativa porque me possibilitou realizar o procedimento com meu médico de confiança. Ainda trouxe a possibilidade de parcelar em número de vezes que ficasse mais acessível."

Samantha
(Parto)
Consultora Jurídica - Santo Ângelo



O FIZ Unimed dá acesso à consultas, exames, internações, equipamentos, partos e cirurgias em até

60 vezes

no cartão, cheque, boleto ou débito em conta

Traga seu orçamento.

Determine com a cooperativa a parcela que cabe no seu bolso.



Mais informações pelo Telefone/WhatsApp:
55 3312 0700





ANS - nº 31.106-8