



Sábado, 11 de março de 2023

# Viver Bem

Porque saúde é fundamental

## Quando a ansiedade passa a ser uma doença...



Quem nunca se sentiu tenso ou muito agitado por conta de um evento importante? Este é um sinal típico de ansiedade — sensação de expectativa que é benéfica quando nos estimula a ficar espertos para entrar em ação. No entanto, quando a ansiedade se torna excessiva, ela pode se transformar em doença.

Informações recentes divulgadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) mostram que o Brasil é o país com a maior taxa de prevalência de transtorno de ansiedade no mundo. Estima-se que 9,3% dos brasileiros sofram desse problema, enquanto que a média mundial é de 3,6%.

### QUANDO A ANSIEDADE VIRA UM TRANSTORNO?

Psiquiatra no Hospital Sírio-Libanês, o dr. Antônio Hélio Guerra Vieira Filho explica que a ansiedade se torna um transtorno patológico quando passa a ser tão intensa que impede a realização de tarefas cotidianas. "A pessoa com transtorno de ansiedade pode sentir medo

desproporcional diante de situações que está vivenciando, como fobia a insetos. Ela vê uma aranha e sai correndo", descreve o médico. "O transtorno de ansiedade também pode causar ataques de pânico; temor a locais cheios (agorafobia) ou fechados (claustrofobia)", acrescenta.

### Alguns outros possíveis sinais de transtorno de ansiedade são:

- Sensação contínua de que um desastre ou algo muito ruim vai acontecer.
- Preocupações exageradas com saúde (hipocondria), dinheiro, família ou trabalho.
- Falta de controle sobre os pensamentos,

imagens ou atitudes, que se repetem independentemente de sua vontade.

- Pavor depois de uma situação muito difícil, como assalto ou acidente.

### Como a ansiedade é uma sensação que nos prepara para a ação, ela também pode causar alguns efeitos físicos decorrentes da descarga de adrenalina no organismo, por exemplo:

- Aceleração dos batimentos cardíacos (taquicardia).
- Suor em excesso (sudorese).
- Tremores.
- Tensão muscular.
- Aumento das secreções urinárias e fecais.
- Dor de cabeça.

Fonte: Hospital Sírio-Libanês

**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

**AURUM**

Site: www.aurumsaude.com | Instagram: @aurumsaude

Rua Duque de Caxias, 105 - Santo Ângelo/RS | (55) 99717-1244

**Dra. Jéssica Barbasul** CRO - 21135 Cirurgiã Oncologista Dermatologista  
**Dr. Vinícius Wandscher** CRO - 19171 Cirurgião Dentista  
**Dra. Ana Maria Marchionatti** CRO - 20979 Cirurgiã Dentista  
**Dra. Camilla de Castro** CREFITO: 154205 - F Fisioterapeuta

SAÚDE BASEADA EM EVIDÊNCIAS

**Kanto Verde**

Agora na Kanto Verde Produtos Naturais, você encontra os sorvetes gourmet Health Flavor.

Sorvetes artesanais, sem glúten, sem lactose, com baixo teor calórico.

Uma excelente opção para os dias quentes de verão

R. 25 de julho, 1546 - sala 04  
 WhatsApp: (55) 99715-3763

**CCM**  
 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 AURÉLIO** 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



*Conforto e Segurança para sua Cirurgia*

**CLASA**  
CLÍNICA DE ANESTESIOLOGIA DE SANTO ÂNGELO  
(55) 9 9625.8571

GUSTAVO GHELLAR CRM 33967 | FABIEN BERCHT CRM 33001 | BÁRBARA CAVALHEIRO CRM 33098 | JANINE RAUBER CRM 41 367

**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

# Brasil proíbe uso de animais em pesquisas de cosméticos

Animais vertebrados, como cachorros e ratos, não poderão mais ser usados em pesquisas para desenvolvimento e controle de qualidade de produtos de higiene pessoal, cosméticos e perfumes no Brasil. A proibição entrou em vigor na última quarta-feira (1º).

A medida vale para produtos que utilizem em suas formulações ingredientes ou compostos com segurança e eficácia já comprovadas cientificamente. No caso contrário, de novos componentes sem comprovação científica ou eficácia comprovada, será obrigatório o uso de métodos alternativos reconhecidos pelo Concea (Conselho Nacional de Controle de Experimentação Animal).



De acordo com a coordenadora do Concea, Kátia de Angelis, existem 40 métodos reconhecidos pelo conselho. "Temos reconhecidos métodos que envolvem toxicidade dérmica com pele artificial, irritação ocular com córnea artificial. Isso faz com que nós utilizando esses métodos alternativos possamos manter a nossa autonomia de estudar novos ingredientes, produtos da nossa biodiversidade da Amazônia, por exemplo, com a possibilidade de não usar animais ou eventualmente usar

um número muito pequeno de animais", explica.

Kátia destaca ainda que esta resolução é um avanço que coloca o Brasil alinhado com a legislação internacional sobre o tema. Na União Europeia, por exemplo, os testes em animais já são proibidos.

Já para a presidente da Confederação Brasileira de Proteção Animal, Carolina Mourão, a proibição terá impacto positivo na defesa dos animais.

"Essa medida, embora não seja o fim do uso de

animais para todos os tipos de testes que o Brasil abarca, poupa um enorme número de vidas de todos os tipos de animais que conhecemos, desde cães, cavalos, bois e aves", afirma.

A resolução normativa, tendo sido aprovada em dezembro do ano passado em reunião do Concea, foi assinada pela ministra da Ciência, Tecnologia e Inovação, Luciana Santos, e publicada no Diário Oficial da União.

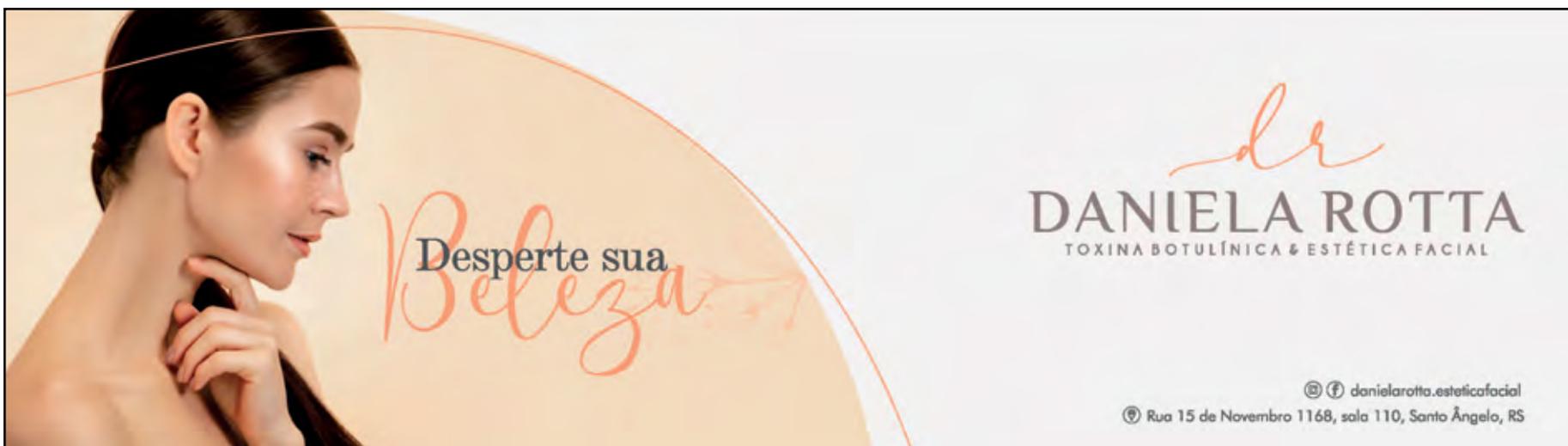
Fonte - Redação CicloVivo



**invisalign é o sorriso sonhado mais rápido.**

Aparelho invisível para adultos e crianças





Desperte sua Beleza

Dr. DANIELA ROTTA  
TOXINA BOTULÍNICA & ESTÉTICA FACIAL

📍 Rua 15 de Novembro 1168, sala 110, Santo Ângelo, RS

📞 danielarotta.esteticafacial

## Você sabe o que é a ABO?

A ABO tem origem em 1917, como Federação Odontológica Brasileira (FOB). Em 1949, a FOB passou a ser oficialmente denominada União Odontológica Brasileira, e só em 1962 decidiu-se adotar o nome Associação Brasileira de Odontologia (ABO).

A Associação Brasileira de Odontologia tem a missão de promover a profissão de odontologia e valorizar o cirurgião-dentista no contexto técnico-científico e sociocultural, e contribuir com a política de promoção de saúde bucal da população. Possui uma seção no Rio Grande do Sul (ABORS), que foi fundada em julho de

1964.

A entidade oferece atividades de especialização, a atualização e o aperfeiçoamento profissional. A unidade gaúcha é a 3ª maior seção do país. Atualmente, a ABORS conta com 24 consultórios, equipados com raio x e centrais de distribuição de materiais, salas para aulas teóricas, laboratório de pró-

tese, ortodontia e radiologia, anfiteatro para demonstrações, central de esterilização, sala de reunião e sala Acucam (microcâmeras).

Além disso, a entidade possui auditório com capacidade para 180 pessoas, que pode ser dividido em três partes, salão de festas e estacionamento coberto e descoberto com 500m<sup>2</sup>.

Existe também a diretoria regional pertencente a ABO Missioneira e no último final de semana, dia 05 de março, esteve reunida para definir ações referente ao Maio Vermelho, dedicado a prevenção do câncer bucal.

Durante a reunião também foi deliberado sobre o CD Empreendedor, que vai ocorrer no final do mês de março, dia 31 no CNEC, e sobre uma palestra com o tema "Primeiros Socorros" a ser proferida no dia 15 de abril.



Mauro Tomé, Fábio Bohrer, Jorge Alérico, Vinícius, Daniel, Leandro Jaeger, Ana Maria Marchionatti, Daniela Briske, Fernanda Marafiga, Leonardo Lubini, Vinícius Wandscher, Daniel Silva.

## Maio Vermelho

O câncer de boca é o quinto tipo com maior incidência no mundo. No Brasil, ocupa a quinta posição entre os homens e a sétima entre as mulheres. O câncer da boca (também conhecido como câncer de lábio e cavidade oral) é um tumor maligno que afeta lábios, estruturas da boca, como gengivas, bochechas, céu da boca, língua (principalmente as bordas) e a região embaixo da língua. A maioria dos casos é diagnosticada em estágios avançados.

### Quais são os sintomas?

Os principais sintomas são o surgimento de machucados, como úlceras que demoram a cicatrizar, manchas brancas ou avermelhadas, sangramentos, inchaço e dormência em alguma área, além de rouquidão. Nas primeiras etapas, a

doença pode ser silenciosa, sem a manifestação de sinais. Nas fases mais avançadas, pode causar mau hálito, dores na região, dificuldade para falar e engolir, além do desenvolvimento de caroços no pescoço e perda de peso.

### Quais são os fatores de risco?

O grande vilão é o consumo de tabaco em todas as suas formas – cigarro com filtro, palheiro, cigarro eletrônico, narguilé, charutos, cachimbos etc. Ingestão frequente de bebidas alcoólicas, exposição à radiação ultravioleta sem proteção e contágio por papilomavírus humano (HPV) pesam bastante. A exposição a algumas substâncias às quais são submetidos trabalhadores da construção civil e da indústria também pode desenvolver a doença.



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

Dr. Luiz Carlos A. Flores  
CRM: 3806

PEDIATRA

Endereço:

Rua Barão de Santo Ângelo, 1063.  
Esquina com a Marechal Floriano.

Telefone:

(55) 3312-5056

# Tratamento de canal ou implante dentário: qual a melhor opção?



**Dra. Ana Maria Estivaete**  
**Marchionatti -**  
**CRO/RS 20979**  
**Cirurgiã-Dentista**  
**Especialista em Endodontia**  
**Mestre e Doutora em Odontologia**  
**Professora Universitária**

**Muitas vezes acreditamos que o implante dentário é uma solução definitiva e que é "melhor extrair" o dente que está causando problemas e "colocar um implante". No entanto, é preferível, sempre que houver possibilidade e indicação, fazer um tratamento de canal e manter o dente em boca antes de optar por uma alternativa mais radical.**

O tratamento de canal consiste na remoção do nervo do dente e limpeza do local. O procedimento é necessário quando existe uma infecção ou inflamação avançada no dente. Já os implantes dentários são indicados para substituir os dentes naturais nos casos em que não é mais possível recuperar a sua saúde, como, por exemplo, quando ocorre fratura que impossibilita a reabilitação das funções do dente, lesão de cárie muito extensa, atingindo a raiz, doença muito avançada na gengiva ou outros fatores.

Em muitos casos, dentes que teriam extração e substituição por implantes indicada, podem ser salvos usando tecnologia e condução adequada.

Mesmo que um dente esteja quebrado, cariado ou tenha infecção, em grande parte das situações é possível, com os tratamentos apropriados (como tratamento de canal, restaurações, pinos, coroas de porcelana, tratamento das gengivas), reabilitar o dente para que ele permaneça em função. Antes de optar por uma opção drástica como perder o dente, é preciso verificar se foram tentadas todas as possibilidades de tratamento.

A Aurum Saúde dispõe de microscópio para o tratamento de canal, fluxo totalmente digital e outras modernas tecnologias para atender às necessidades de cada paciente com conforto e segurança.

# AURUM

SAÚDE BASEADA EM EVIDÊNCIAS

Rua Duque de Caxias, 105

55 997171244

@aurumsaude

www.aurumsaude.com

## LABORATÓRIO Missões

ANÁLISES CLÍNICAS E TOXICOLÓGICAS  
 REALIZAMOS COLETAS DE URGÊNCIA E A DOMICÍLIO

Exames Toxicológicos para concursos com preços diferenciados

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

# 37 ANOS PROPORCIONANDO BEM ESTAR ÀS PESSOAS

**bela forma**  
ESTILO DE VIDA

37 ANOS POR VOCÊ.

FONE/WHATS  
 (55) 9 8406 3933  
 @belaforma\_sa



## Como está a sua saúde? Temos um plano para você!



- Planos de Saúde
- Cartão Unimed Card

**(55) 3312-0700**

ZELAR PELA SAÚDE DAS PESSOAS É O NOSSO PROPÓSITO

