

# O Paraná, saúde

SUPLEMENTO JORNAL O PARANÁ  
DOMINGO, 16 DE JUNHO DE 2019

## Junho: vamos falar sobre infertilidade?

PÁGINA 4



- Ecodopplercardiograma com fluxo a cores (ecocardiograma transtorácico);
- Teste Ergométrico (esteira);
- Holter de 24 horas (monitor de arritmias);
- Mapa de 24 horas (monitor de pressão arterial);
- Eletrocardiograma (ECG);
- Avaliação Cardiológica;
- Avaliação de risco cirúrgico.

### Dr. Marcelo B. Bianchi

Medicina Interna RQE SP 21126  
Cardiologista RQE SP 23899  
Ecocardiografista RQE PR 19069  
CRM-24207-PR

☎ 45. 3222-1881

📞 45. 98433-6817

✉ dr.marcelobianchi@hotmail.com

📍 Rua Santa Catarina, 734  
Centro - Cascavel - Pr

# Mentoplastia: procedimento no queixo melhora harmonia facial

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Uma das reclamações mais comuns em consultórios de cirurgia plástica é o tamanho do nariz. Porém, o que poucos sabem é que, muitas vezes, não é o nariz o responsável pelo incômodo estético, mas o queixo.

Segundo a cirurgiã-plástica Beatriz Lassance, membro titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica e da Isaps (International Society of Aesthetic Plastic Surgery), isso ocorre porque o tamanho do queixo pode aumentar ou diminuir o tamanho percebido do nariz. “Se apenas o nariz for tratado, a harmonia facial continuará alterada. Então, para esses pacientes que possuem o mento muito pequeno a ponto de causar um desequilíbrio entre o tamanho do terço médio e do terço inferior da face, a mentoplastia é o ideal”, explica.

Apesar de não ser necessariamente algo inestético, possuir a mandíbula pequena pode causar desconforto para muitos por promover uma falta de ângulos sob o queixo, simulando uma papada. Além disso, alguns pacientes, para fechar os lábios, acabam

contraído excessivamente a musculatura mentoniana, o que deixa no queixo um aspecto enrugado.

De acordo com a especialista, quando o caso é de retrognatismo, ou seja, quando o mento está muito para trás, o problema pode ser tratado com cirurgia e avanço da mandíbula ou somente aumento do queixo. “Em casos mais leves, o tratamento pode ser feito através de próteses de queixo e mandíbula ou com preenchimentos de hidroxapatita de cálcio ou ácido hialurônico, que são absorvíveis”, afirma a médica. “Já quando ocorre a projeção da mandíbula para a frente, o problema é chamado de prognatismo e deve sempre ser tratado cirurgicamente, com a redução da parte óssea. Essas cirurgias normalmente precisam da aplicação de placas e parafusos.”

## TEMPO

A duração do procedimento e o tempo para os resultados surgirem dependem do tratamento usado. Quando são



aplicados os preenchedores, o procedimento leva cerca de uma hora e os resultados são imediatos. Já as cirurgias podem demorar de duas a cinco horas. “Devido ao inchaço, os resultados são mais demorados nos casos cirúrgicos, podendo levar meses até aparecerem por completo. Porém, é possível ver melhora no local imediatamente após o procedimento”,

completa Beatriz.

Os cuidados pós-cirúrgicos incluem não comer alimentos sólidos que necessitem mastigação e não realizar movimentos como bocejar e dar largos sorrisos durante uma semana. Nos casos de preenchimento, há a possibilidade de ocorrerem equimoses, manchas roxas no local devido a sangramentos, não é recomendada a prática de exercícios físicos

por, no mínimo, dois dias.

Como em qualquer procedimento, as complicações incluem a possibilidade de sangramentos, hematomas e infecções. Além disso, nessa área existem muitos nervos importantes que podem ser lesionados, daí a importância de procurar um cirurgião experiente e que converse com o paciente sobre os possíveis riscos.

## Bigode Chinês pode ser eliminado em 40 minutos



Lifting imediato com fios de Polidioxanona (PDO) também estimula a formação de colágeno

O temido bigode chinês e a flacidez facial estão com os dias contados com a chegada dos fios de Polidioxanona (PDO). O material, utilizado em procedimento estético pouco invasivo, também é utilizado para levantar as maçãs do rosto, eliminar a papada, devolver o contorno natural da face e ainda estimular a produção de colágeno.

“O procedimento é muito

simples e pode ser feito no próprio consultório com a utilização de anestesia local. São feitas pequenas demarcações em determinados pontos-chave do rosto e os fios são inseridos separadamente com o auxílio de uma agulha. Para eliminar o bigode chinês, por exemplo, apenas 4 fios e 40 minutos são suficientes para dar adeus a rugas e marcas ao redor da boca”, explica o

especialista em harmonização orofacial Willian Ortega.

Segundo ele, o material não causa danos ao organismo e é absorvido ao longo do tempo proporcionando uma aparência jovem por mais tempo. “A recuperação é tranquila e são necessários alguns cuidados por uma semana, como não se expor ao sol, não fazer esforços físicos, não pegar muito peso e não permanecer em locais muito abafados por muito tempo, porém o paciente pode retornar a rotina no dia seguinte”.

O resultado é notado imediatamente após o procedimento e a durabilidade do fio reabsorvível é em torno de dois anos. “O ideal é que seja realizada uma avaliação na possibilidade de instalação de novos fios uma vez ao ano na intenção de manter os resultados”, finaliza Ortega.

## Perder até 100 fios de cabelo é normal

Perder até 100 fios de cabelo, embora pareça um número elevado, é considerado normal entre os especialistas. Durante a vida é comum que as pessoas se deparem com doenças e distúrbios orgânicos, que fazem com que os cabelos caiam em grande quantidade durante um período de tempo e, em alguns casos, definitivamente.

Segundo o especialista em restauração capilar Thiago Bianco, muitas doenças podem ter o quadro revertido como nos casos de pacientes em tratamento de câncer ou com alopecia areata.

Em casos como a alopecia androgenética, que não têm cura só tratamentos, a única solução quando já houve a perda capilar e já existe a calvície é o transplante capilar, que retira, do próprio paciente, os fios saudáveis e os transplanta para as áreas sem os fios.

“Toda queda capilar acima do normal, que já leva a uma rarefação e aparecimento de transparência do couro cabeludo, deve ser investigada e tratada, quadros iniciais respondem bem ao tratamento e quadros mais avançados tem como melhor tratamento o transplante capilar”.

O especialista comenta sobre algumas doenças que podem prejudicar os fios dos cabelos:

**1. Síndrome do ovário policístico** - É uma doença caracterizada por alterações menstruais, produção elevada de testosterona e presença de micro cistos nos ovários, causando um desbalanço hormonal e aumento na

queda capilar. Outros sintomas incluem, ganho de peso, acne, cabelo e pele oleosos.

**2. Problemas na tireoide** - A glândula fica localizada na laringe e é responsável por liberar a secreção dos hormônios tireoidianos. Quando a glândula produz, mais ou menos hormônios (hipotireoidismo ou hipertireoidismo), o ciclo dos fios fica alterado e, deste modo, acelera o processo de queda capilar e com crescimento mais lento;

**3. Doenças autoimunes** - São distúrbios como alopecia areata, lúpus e psoríase, que acabam atacando os órgãos e os tecidos do próprio corpo e causam a descamação da pele (e do couro cabeludo), além de modificar a saúde dos fios e causar a queda em certas áreas.

**4. Alopecia androgenética** - Acontece quando a testosterona (presente em ambos os sexos) se transforma em DhT, substância que, no couro cabeludo, gera miniaturização dos fios até o momento que os cabelos caem e não tornam a crescer.

**5. Dietas rígidas** - Dietas que restringem a ingestão de grupos alimentares podem prejudicar o funcionamento do organismo em diversos aspectos, incluindo o ciclo capilar. Para que a alimentação seja balanceada e garanta a saúde dos fios, é necessário o acompanhamento médico na reeducação alimentar;

Fonte: <https://www.thiagobianco.com.br>

expediente

DESDE 15 DE MAIO DE 1976

O Paraná  
Jornal de Fato

Direção-Geral  
Clarice Roman

Diretor  
Jadir Zimmermann  
diretor@oparana.com.br  
jadir.jornalista@gmail.com

Editora-chefe  
Carla Hachmann  
editoria@oparana.com.br  
www.oparana.com.br

Jornal Oparana S/A CNPJ: 21.819.026/0001-36 Matriz  
Jornal Oparana S/A CNPJ: 21.819.026/0002-17 Filial

Redação, administração, publicidade e oficinas  
Rua Rio Grande do Sul esquina com Uruguai, 2.601 -  
Cascavel - PR  
CEP 85.801.011 - Caixa Postal 761  
Telefone Central (45) 3321-1000 Fax (45) 3321-1020

Curitiba / São Paulo / Merconet  
(41) 3079-4666

Brasília, Florianópolis/Central  
(61) 3323-4701 / (48) 3216-0600

Porto Alegre/Expansão Brasil  
(51) 3340-1408

Emails  
redacao@oparana.com.br  
comercial@oparana.com.br  
assinaturas@oparana.com.br

# Pacientes com AME terão novo medicamento no SUS



DIVULGAÇÃO

O SUS (Sistema Único de Saúde) passará a ofertar o medicamento Nusinersen (spinraza) para o tratamento de pacientes com os tipos II e III da doença rara Atrofia Muscular Espinhal (AME 5q). Recentemente, a pasta incorporou o mesmo medicamento para o tipo I. O anúncio da nova incorporação foi feito essa semana pelo secretário de Ciência e Tecnologia do Ministério da Saúde, Denizar Vianna, na Comissão de Defesa dos Direitos das Pessoas com Deficiência, na Câmara dos Deputados,

em Brasília.

Outra novidade é que essas novas incorporações serão as primeiras adquiridas por meio do compartilhamento de risco, nova modalidade de compra adotada pelo SUS.

O medicamento, para os três tipos da doença, está previsto para ser disponibilizado aos pacientes a partir de outubro deste ano, nos centros de referência para o tratamento da doença, com a disponibilização de cuidados multidisciplinares.

“Esse importante avanço é um momento ímpar para o SUS. O ministro da Saúde, Luiz Henrique Mandetta, assinou o primeiro compartilhamento de risco entre uma indústria farmacêutica e a pasta, para oferecer o tratamento aos pacientes AME tipos II e III. Medidas inovadoras como essa nos permitem aumentar o acesso da população a esses tratamentos, e ao mesmo tempo garantir a sustentabilidade do SUS. Queremos suprir não só a necessidade pelo tratamento medicamentoso, mas todas as etapas de atenção dessa população de pacientes”, afirmou o

secretário de Ciência e Tecnologia do Ministério da Saúde, Denizar Vianna.

## PESQUISA

Com o projeto, a pasta vai coletar evidências adicionais sobre o uso do medicamento para os tipos II e III, e a eficácia em condições reais do paciente. Além disso, o Ministério da Saúde também pretende fomentar a pesquisa sobre a AME 5q tipos II (início dos sintomas entre 7 e 18 meses de vida) e o tipo III (início dos sintomas antes dos 3 anos de vida e 12 anos incompletos), para orientar políticas públicas de saúde no âmbito do SUS.

Na modalidade de compartilhamento de risco com a indústria, ao mesmo tempo em que os portadores da doença fazem uso do medicamento, deverão ser acompanhados, via registro prospectivo, para medir resultados e desempenhos, como evolução da função motora e menor tempo de uso de ventilação mecânica. Atualmente, há negociações de acesso e reembolso do fármaco em 42 países, como França, Itália e Reino Unido.

## Tratamento único

Em abril deste ano, o Ministério Saúde começou a ofertar no SUS o medicamento Nusinersen (Spinraza) para as pessoas que vivem com a doença rara Atrofia Muscular Espinhal (AME), tipo I, os mais presentes no país. O insumo é o único no mundo recomendado para o tratamento de AME.

O tratamento consiste na administração de seis frascos com 5 ml no primeiro ano e, a partir do segundo ano, passam a ser três frascos. A medida teve como base diversos estudos que apontam a eficácia do medicamento na interrupção da evolução da AME para quadros mais graves e que são prevalentes na maioria dos pacientes.

## O que é AME

A AME (Atrofia Muscular Espinhal) é uma doença genética que interfere na capacidade do corpo de produzir uma proteína essencial para a sobrevivência dos neurônios motores. Sem ela, esses neurônios morrem e os pacientes vão perdendo o controle e a força muscular, ficando incapacitados de se moverem, engolirem ou mesmo respirarem, podendo, inclusive, morrerem. A doença é degenerativa e não possui cura.

Postura  
Sistêmica Ativa  
Gratto Soluções  
para a vida



## Relacionamentos - Por que não dou “sorte” no amor?

Todas as pessoas querem um relacionamento bem-sucedido, a maioria quer viver um romance. E por que muitas vezes, por mais que desejamos e que decidimos encontrar um amor, casar e constituir família, isso não dá certo? Por que é tão difícil encontrar a tal cara-metade? Por que mesmo que a pessoa assume estar disponível, vai a lugares interessantes, encontra pessoas interessantes... por que não funciona?

Quando colocamos os “óculos sistêmicos”, precisamos considerar que por trás de cada pessoa existe uma estrutura. E o que é essa estrutura? É o nosso sistema.

Quando falamos de Sistema de Origem, estamos nos referindo à nossa família, aos nossos pais, avós, bisavós e todos aqueles que vieram antes. E o mais importante é que precisamos considerar que essa família, esse contexto em que pertencemos tem muita influência sobre nós.

E, independente da nossa vontade, independente de sabermos ou não dessa influência e até de acreditarmos nisso ou não, carregamos todas as informações. Ninguém é sozinho no mundo! Fisicamente pode até ser. Pode estar longe ou rompido com a família. Porém, todos nós carregamos todas essas informações.

É importante saber que as “nuances” do nosso sistema estão em nós. Cada pessoa que nasce num sistema fica vinculada a este sistema, a este pai e a esta mãe, enfim, cada um tem um vínculo indestrutível e esse vínculo é mantido por um amor profundo e inconsciente. Essa é a natureza dos sistemas. Isso significa que fazemos de tudo em nome desse amor, na maioria das vezes cegamente. Adoecemos, nos entristecemos ou experimentamos perdas, tudo motivado por esse amor.

E como tudo isso funciona? Em se tratando de relacionamentos, aquilo que nossos pais, avós e bisavós experimentaram nas suas relações impacta em nós. O que acontece, por exemplo, quando existem relações rompidas nas gerações anteriores? A próxima geração tende a repeti-las.

Tem uma história muito interessante: na primeira vez que eu participei de um grupo de Constelação, há 14 anos, a questão da cliente era o medo do casamento. Ela estava noiva, casamento marcado, só que todas as mulheres do sistema dela eram separadas... avó, mãe, tias... todas separadas e havia pouco tempo que sua irmã abandonara o noivo no altar. A cliente estava muito ansiosa, com medo de repetir a história familiar. Ou seja: a “nuance” do sistema tinha a informação de que as mulheres não permaneciam casadas. E, mesmo amando o parceiro, ela tinha muito medo.

Quando uma questão assim é trazida para constelar, podemos identificar onde o amor está “preso” e então alguns ajustes são feitos e o amor pode voltar a fluir direcionado para o presente e o futuro.

Cada pessoa “carrega” a própria história com tudo o que há. Além das histórias somos impactados também por todas as crenças e todos os valores que nossa família tem. Até mesmo algumas que nem fazem mais sentido.

E o que fazer com todas essas informações? Como fazer as coisas darem certo?

Quando falamos de Postura Sistêmica, consideramos o sistema onde pertencemos e também as Leis Sistêmicas. A primeira Lei Sistêmica que impacta a nossa vida é o Pertencimento.

O que é muito comum observarmos quando uma pessoa tem dificuldades de se relacionar é que ela está “emaranhada” na relação dos pais. Os motivos podem variar muito. Talvez essa pessoa nem queria ter nascido nesta família, ou os seus pais viviam brigando, ou o pai traía a mãe, ou um dos pais abandonou a família ou morreu cedo... enfim, existem muitos motivos. O que a maioria das pessoas não sabe é que, independentemente do motivo ou da justificativa, qualquer objeção aos pais vai fazer com que seu relacionamento fracasse ou nem sequer aconteça.

Quando conhecemos a leis sistêmicas e compreendemos como elas funcionam, podemos ficar mais livres para relações bem-sucedidas.

Assim, o primeiro movimento importante para estarmos disponíveis para um romance de sucesso para ter sorte no amor é que tenhamos os nossos pais em nosso coração. Independentemente do que houve com eles ou de como é/foi a relação deles. Nós pertencemos a um sistema e os nossos pais precisam pertencer em nosso coração.



*Graciele Reimann Gatto é terapeuta, facilitadora de Constelações Sistêmicas e Cursos de Ho'oponopono Presença e é criadora do método Postura Sistêmica Ativa Gratto*

**GRATTO SOLUÇÕES SISTÊMICAS**

(45) 3053-0456 (45) 9 9971-8152

Rua Santa Catarina, 320 - Jardim Porto Alegre - Toledo - PR

# Junho é o mês mundial da conscientização da infertilidade

A infertilidade atinge aproximadamente 15% da população, segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde), ou seja, um em cada cinco casais tem problemas para engravidar, precisando de ajuda especializada.

Nem sempre a gravidez não ocorre por causa da mulher. As causas dessa doença estão distribuídas igualmente entre homens e mulheres (por volta de 35% cada), além de um percentual referente à infertilidade sem causa aparente.

O problema não deve ser motivo para desistir do sonho de ter um filho, por isso o mês de junho é tão importante para conscientização a respeito dessa doença, que em muitos casos tem cura,



principalmente por meio dos avanços da medicina reprodutiva. Hoje entendida e vista como um tratamento de saúde.

Vale ressaltar ainda que a infertilidade afeta cerca de 15% da população mundial. Já no Brasil, esse número chega a 8 milhões

de pessoas, segundo Edson Borges Júnior, especialista em reprodução humana e diretor científico do Fertility Medical Group.

## Infertilidade feminina e congelamento de óvulos

Você sabia que cerca de 10% das mulheres inférteis são portadoras de endometriose? Essa doença se caracteriza por um crescimento do revestimento interno do útero, que acontece fora do seu local original (na cavidade uterina), se espalhando para fora do órgão, podendo atingir o intestino, bexiga, trompas e ovários, causando dor e infertilidade. Nas portadoras dessa doença, a chance de engravidar diminui de 36% para 12%.

O especialista em reprodução humana Edson Borges Júnior afirma que a taxa mensal de fecundidade em mulheres entre 20 e 30 anos é de cerca de 25%. Depois dos 35 anos, cai para menos de 10%. A partir de 40 anos, a queda da função reprodutiva é muito grande. Assim, o especialista diz que o ideal é que a mulher faça o congelamento dos óvulos quando tiver entre 31 e 35 anos. Destaca, ainda, que, mesmo as pacientes que estão na faixa entre 36-40 anos, podem se beneficiar da técnica, embora ela resulte em menos gestações. Já a partir dos 40 anos, o sucesso do procedimento é bem mais raro, pois a fertilidade feminina entra em rápido declínio.

## Obesidade e cirurgia bariátrica

Segundo o especialista Edson Borges Júnior, os homens com excesso de peso já têm uma diminuição da mobilidade e do número de espermatozoides, por causa da obesidade. Quanto maior o peso (o índice de massa corpórea - IMC), maior a alteração seminal.

Na cirurgia bariátrica, onde ele perde peso muito rapidamente, há uma mudança drástica de seu metabolismo, o que ofende bastante os testículos. "Não é incomum que o homem que já tinha uma alteração seminal pela obesidade fique azoospermico (sem espermatozoide) após esse procedimento", explica o médico.

## Homens inférteis podem ter filhos

Entre as principais causas da esterilidade masculina está a varicocele (varizes na região escrotal), que é diagnosticada por um simples exame físico e é responsável por até 40% dos casos. Outras são a Falência Testicular Primária, Infecções Seminais, Criptorquidia (testículos fora da bolsa testicular), Obstruções do Epidídimo (ou canal deferente) e Disfunções Hormonais.

A evolução das técnicas de Reprodução Assistida permite hoje que muitos problemas seminais sejam resolvidos, possibilitando que o homem consiga ter filhos. Dentre essas técnicas estão o Processamento do Sêmen para Inseminação Artificial e a Fertilização In Vitro com ICSI (quando se injeta um único espermatozoide dentro do óvulo).

## Câncer e Infertilidade

Um dos maiores efeitos negativos dos tratamentos para o câncer é a infertilidade. Pesquisas indicam que 78,8% dos pacientes de câncer se preocupam com a fertilidade. "Recentemente diversas estratégias para preservação da fertilidade nestes pacientes foram desenvolvidas, sendo que o método mais seguro e eficaz é o congelamento de óvulos ou embriões,

anteriormente à terapia gonadotóxica", sinaliza Assumpto Iaconelli Júnior, especialista em reprodução humana e diretor clínico do Fertility Medical Group.

Nada menos que 89,5% dos pacientes se sentem seguros com a técnica do congelamento. Porém, o congelamento requer a coleta de óvulos posterior ao estímulo ovariano controlado, um procedimento que pode levar

três semanas. Além disso, para o estímulo ovariano, altas doses de hormônios podem estimular o crescimento de tumores sensíveis, como cânceres de mama e do endométrio.

Portanto, a estimulação ovariana convencional acaba sendo uma alternativa apropriada apenas para mulheres que não apresentam tumores sensíveis a hormônios e quando o tratamento de

câncer não é imediatamente iniciado após o diagnóstico. Para esses casos, outras estratégias incluem regimes de estímulo ovariano modificados, muito mais rápidos, durando apenas 10 a 12 dias. Mesmo assim, o congelamento de embriões acaba sendo um método disponível apenas para pacientes que tenham parceiro do sexo masculino ou a intenção de utilizar sêmen de doador.

**Inverno**  
Bella Mulher

Só na **Bella Mulher**, você encontra pijamas incríveis para todas as estações, com valores especiais!



Bella Mulher  
moda íntima

# De mãe para filho: doenças verticalmente transmissíveis

Gerar um filho é sonho da maioria das mulheres, mas essa fase exige mudanças e diversos cuidados com a saúde. Alimentação balanceada, atividade física orientada e um extenso calendário de consultas passam a fazer parte da rotina da mulher.

No rol dessas mudanças, os exames diagnósticos figuram como protagonistas não apenas na avaliação do desenvolvimento do feto, mas para controle da saúde da mãe e na detecção de doenças verticalmente transmissíveis. “A avaliação criteriosa da gestante é imprescindível, pois existem diversas doenças, que muitas vezes a mulher nem sabe que é portadora, e podem ser transmitidas durante a gestação ou no parto. O ideal é que a paciente que planeja ter um filho realize alguns exames antes mesmo de engravidar”, comenta a ginecologista obstetra Lea

Amaral Camargo. Confira algumas das mais graves:

## TOXOPLASMOSE

A toxoplasmose, doença infecciosa que pode ser adquirida principalmente por meio de alimentos crus ou mal lavados, como peixe ou carne crua, pode causar malformações importantes, especialmente se adquirida no primeiro trimestre de gravidez. Embora tenha tratamento, os efeitos colaterais também são indesejáveis e intensos. Já a rubéola, se adquirida no primeiro trimestre da gravidez, gera riscos de malformações gerais que podem causar surdez, retardo no crescimento intrauterino e problemas cardíacos e de visão. Por afetar o diretamente feto, também é comum abortamento e parto prematuro.

## ZIKA VÍRUS

O temido zika vírus causa microcefalia no feto, uma



má-formação associada ao retardo mental em 90% dos casos. A malformação fetal também pode ser causada pelo citomegalovírus, além dos riscos de surdez, retardo mental e epilepsia.

## ISTs

Algumas ISTs (Infecções Sexualmente Transmissíveis) também são de alto risco para

o feto. A sífilis, além de aumentar o risco de parto prematuro ou aborto, pode provocar surdez, hidrocefalia e anomalias nos dentes e nos ossos. Já o herpes genital pode ser transmitido para o feto durante a gestação ou no momento do parto, se a mãe estiver com a doença ativa, causando sequelas na pele e cérebro.

O HIV, vírus presente em

mais de 827 mil pessoas no Brasil, segundo dados divulgados pelo Ministério da Saúde em 2016, pode ter risco reduzido de transmissão da mãe para o feto, se forem administrados medicamentos antivirais durante a gestação. Porém, ainda assim, o bebê não pode ser amamentado no peito, porque o vírus é transmitido pelo leite.

## Exames moleculares garantem maior precisão no diagnóstico

“A prevenção, por meio de vacinas e cuidados, sempre será a melhor alternativa para a saúde. No entanto, a detecção precoce de uma doença também colabora consideravelmente para o tratamento da mãe e prevenção da saúde do feto”, comenta a ginecologista obstetra Lea Amaral Camargo.

Com esse objetivo, os médicos vêm contando com o auxílio da biologia molecular na obtenção de resultados mais rápidos e precisos.

Exames moleculares conseguem detectar patógenos em amostras de locais onde nem sempre o

agente infeccioso é percebido com facilidade. “Testes baseados na tecnologia de PCR em tempo real podem detectar, em alguns casos, o DNA do agente patológico mesmo que a pessoa não tenha desenvolvido a doença. Além disso, os resultados costumam ficar prontos em algumas horas”, revela o especialista do laboratório da Mobius Life Science, Lucas França.

A empresa desenvolve e distribui kits para exames diagnósticos que detectam infecções sexualmente transmissíveis, o citomegalovírus, diversos tipos de herpes e do HPV.

O grande diferencial do exame molecular com



genotipagem para HPV é capacidade de identificar 36 tipos do vírus, entre eles 18 com alto risco de evolução para câncer. Além disso, é um importante aliado na

prevenção do câncer de colo de útero, causado principalmente pelos tipos 16 e 18 do vírus: com um resultado negativo no teste molecular, mais sensível e completo

que o Papanicolau, a mulher pode ficar de três a cinco anos isenta de repetir o procedimento.

Fonte: <http://mobiuslife.com.br>



**Peça já o seu.  
Cartão de TODOS.**

POR APENAS	CONSULTAS	
R\$ <b>21,90</b> MENSAIS PARA TODA A FAMÍLIA	R\$ <b>20,00</b> CLÍNICO GERAL	R\$ <b>28,00</b> DEMAIS ESPECIALIDADES

**O maior cartão de descontos do Brasil.**



**Cartão de TODOS**  
Bom pra todos.

Cascavel  
**(45) 3306-8995**  
Rua São Paulo, 701 - Centro

# Dentista: um aliado na luta contra o câncer

Em março de 2016, a pequena Julia Mota Martins tinha só 7 anos e já se via diante de uma batalha e tanto: enfrentar uma leucemia. A família de Cascavel buscou tratamento em São Paulo, precisou se deslocar várias vezes de uma cidade para outra, até que a rotina intensa de procedimentos exigiu que se mudassem para a frente do hospital paulista.

Ao longo de quase três anos de luta contra o câncer, além dos oncologistas, um profissional, em especial, foi fundamental para que Julia pudesse seguir com o tratamento sem maiores complicações: o dentista.

Mantê-la com a saúde bucal impecável foi essencial para que a pequena pudesse passar pelo transplante de medula óssea sem sofrer consequências graves. “Ela tinha que estar com a boca totalmente tratada, não podia ter nenhuma bactéria porque isso poderia tomar conta do organismo por inteiro. Então sempre foi essencial fazer o acompanhamento

odontológico. Durante o tratamento também foram feitas aplicações de laser na boca dela e isso reduziu bastante o surgimento de mucosite”, comenta Taiane Mota, farmacêutica e mãe da Julia.

## TARDIO

Os benefícios poderiam ter sido ainda maiores se os cuidados com a saúde bucal tivessem começado antes. A paciente precisou iniciar as quimioterapias com agilidade e só cerca de seis meses depois foi possível ter um atendimento odontológico do próprio hospital. “Demoramos para voltar para Cascavel e quando voltamos ela já estava com mais de cinco cáries, porque a quimioterapia tem esse reflexo de enfraquecer os dentes. Teve uma vez que ela teve que fazer oito obturações. Foi bem cansativo, tínhamos que controlar quando a plaqueta estava boa ou não para fazer as obturações. Se ela tivesse, desde o início, começado com o acompanhamento com dentista, teria sido mais tranquilo”, complementa Taiane.



Mãe e filha voltam a sorrir aliviadas após uma longa batalha

## A vida sem o câncer

Hoje, aos 10 anos, Julia está liberada do tratamento, vivendo sem o câncer, mas precisa continuar com cuidados rigorosos com a saúde bucal e encontrou em Cascavel uma clínica especializada para isso, que vai atendê-la rotineiramente para remover infecções, controlar a higiene, iniciar avaliação ortodôntica e dar sequência nas extrações, tudo com aval do médico oncologista que a acompanha. “Para ela vai ser espetacular tratar aqui sem precisar ir para São Paulo”, comemora a mãe da paciente.

Esse é um de diversos exemplos de pacientes que alcançaram resultados mais satisfatórios no tratamento contra o câncer por conta do acompanhamento correto de um dentista: “Quero dar condições para que mais pessoas continuem o tratamento oncológico sem terem que interrompê-lo por conta de uma lesão bucal. Com terapias de suporte simples e acessíveis podemos trabalhar de forma preventiva e minimizar o efeito das quimioterapias e radio-terapias em pacientes de todas as idades”, explica Marciane Silvestro Fiori, cirurgiã-dentista que atua em Cascavel especificamente com pessoas em tratamento contra o câncer.

## Quem é

Marciane Silvestro Fiori é cirurgiã-dentista formada pela Unioeste. Atualmente cursa especialização em Odontologia Hospitalar pelo Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein, em São Paulo, além de habilitação em Laserterapia.



Acompanhamento odontológico especializado tem sido essencial para paciente oncopediátrica vencer uma leucemia

## Dúvidas frequentes sobre cuidado bucal infantil

Desde cedo, além de todos os cuidados que a criança exige, os pais precisam cuidar também da saúde bucal dos pequenos. Com o objetivo de esclarecer as principais dúvidas de pais e responsáveis, o odontopediatra e consultor da GUM, Fábio Bibancos, responde algumas perguntas sobre cuidado bucal infantil:

### Bebês precisam de higiene bucal?

Existe muita dúvida sobre como deve ser feita a higiene bucal em bebês. Deve ser iniciada por volta dos 6 meses de idade com o aparecimento dos primeiros dentes. Após o nascimento deles, a

higienização já pode ser feita com escova pequena, adequada à idade da criança, e gel dental, em quantidade equivalente a um grão de arroz.

### Os pequenos precisam usar um creme dental específico?

As crianças devem fazer uso de cremes dentais desenvolvidos para elas. O flúor presente em géis dentais infantis é importante para prevenir cáries e o desgaste do esmalte do dente. A Sociedade Brasileira de Pediatria recomenda que a substância seja usada após o nascimento dos dentes molares. “Mas é necessário dosar bem a quantidade de gel

dental usado na escovação. Em crianças de até 3 anos a quantidade deve ser equivalente a um grão de arroz. Dos 3 aos 6 anos a quantidade indicada é referente a um grão de ervilha”, orienta.

### A partir de qual idade as crianças devem usar o fio dental?

O fio dental deve ser usado em crianças a partir do contato entre dois dentes vizinhos, o que normalmente ocorre por volta dos dois anos de idade. O uso é primordial para manter a saúde bucal e prevenir a cárie. Hoje em dia já existem produtos como os flossers, fios dentais com haste, que auxiliam as mães a fazerem a

limpeza interdental dos filhos.

### As crianças devem ter seus próprios itens de higiene bucal?

Sem dúvida! Os pequenos devem usar itens desenvolvidos para o tamanho e a necessidade deles. Há géis dentais e flossers infantis saborizados, sem ardência, que tornam o hábito de escovar os dentes mais divertido para as crianças. Além disso, a escova deve ter a cabeça pequena e as cerdas macias para não machucar. “Produtos lúdicos ajudam os pais a introduzirem a higiene bucal de forma leve e divertida, ajudando a criar o hábito de escovar os dentes desde pequenos”.

### Quando é o momento certo para levar as crianças ao dentista?

É essencial incluir uma consulta ao odontopediatra na rotina de cuidados médicos dos pequenos a partir do nascimento dos primeiros dentes, para que tanto a mãe quanto a criança recebam as primeiras orientações sobre os cuidados bucais com o bebê, a introdução de açúcar na alimentação, a amamentação, e sinais e sintomas do nascimento dos primeiros dentes. “Inserindo esses hábitos desde a primeira infância é possível atuar na prevenção de problemas bucais e contribuir por um desenvolvimento mais saudável das crianças”.

# Osteoporose cresce e põe em risco a saúde dos dentes

A osteoporose é uma doença silenciosa, avança lentamente, está associada ao envelhecimento, afeta o corpo de maneira progressiva, assintomática e, em especial, a parte óssea sistêmica. As taxas de morbidade e mortalidade aumentam todos os dias e é considerada pela Organização Mundial da Saúde um problema mundial.

Informações recentes do estudo O peso da osteoporose em quatro países da América Latina (Brasil, Colômbia, México e Argentina) relatam que a doença atinge 200 milhões de pessoas, sendo 10 milhões só no Brasil. A pesquisa foi publicada no Journal Of Medical Economics.

A doença é considerada um pesadelo para mulheres que já passaram pela menopausa. Uma em cada três mulheres tem a doença após os 50 anos. Nos homens com a mesma idade, a cada cinco um é afetado. A fragilidade óssea é causada pela ausência do hormônio estrogênio, que implica a fixação do cálcio. A patologia acontece quando o organismo não renova a produção de tecidos

ósseos, o que sujeita a fraturas no corpo, principalmente fêmur, colo do fêmur e coluna.

## SAÚDE BUCAL

A osteoporose também alcança a saúde bucal, com grandes riscos para a mandíbula e o maxilar. Alguns problemas dentários estão relacionados à baixa densidade óssea e apresentam maiores riscos, entre eles a retração gengival e a gengiva em destaque. A doença em grau mais severo compromete a fixação dos dentes e pode ocasionar perda ou soltura, além de prejudicar o ajuste de próteses ou implantes. O enfraquecimento dos dentes é causado pela perda óssea, que compromete a boca, podendo causar doenças periodontais (câries, gengiva inchada, sangramentos, mau hálito e infecções).

“Em caso de perda dos dentes, o dentista escolhe a melhor opção de tratamento que pode ser enxerto ósseo, com o osso do próprio paciente ou com materiais biológicos compatíveis”, esclarece a doutora Érika Vassolér, dentista e consultora de higiene bucal da Condor.



## Confira os nutrientes importantes na luta contra a osteoporose e em quais alimentos podem ser encontrados:

**Cálcio:** nas crianças está relacionado a boa formação dos dentes. Fortalece toda a estrutura óssea, age na remineralização do esmalte dos dentes, é responsável por elevar o Ph bucal, reduz a fragilização dos dentes em contato com alimentos mais ácidos. O cálcio é encontrado em laticínios (queijos, iogurtes, leite), gema do ovo, sardinha e vegetais verde-escuros.

### Vitaminas:

**D:** a absorção do cálcio acontece quando a vitamina D é ativada. Para isso acontecer, é necessário ficar exposto ao sol todos os dias de 15 a 20 minutos. As principais fontes são: atum fresco, cogumelo, leite, ovo de galinha, fígado de boi, sardinha fresca ou enlatada.

**A:** é essencial para a boa manutenção dos tecidos da gengiva e para a boa formação do esmalte. Pode ser encontrado: gema de ovo, óleo de peixe, cenoura, espinafre, manga, fígado e mamão.

**C:** protege o tecido das gengivas contra lesões, sangramentos e facilita o processo de cicatrização. Frutas cítricas: acerola, mexerica, limão, laranja, tomate, caju, goiaba e kiwi.

**Fibras:** para aproveitar ao máximo os benefícios das fibras é indispensável mastigar bem os alimentos sem pressa. A força causada durante a ação auxilia na remoção de resíduos alimentares entre os dentes e aumentam a produção de saliva. Alimentos ricos em fibras: maçãs, legumes firmes crus, cereais integrais, cenoura, oleaginosas (castanhas e nozes).

**Água:** ajuda a equilibrar o Ph da cavidade bucal, proteger dentes e gengiva. É recomendável beber 30 ml de água por quilo de peso.

Fonte: <http://www.condor.ind.br>

## Prevenção é a melhor saída

A prevenção é fundamental para melhorar o quadro de qualquer doença. Numa simples visita ao dentista é possível a detecção precoce da osteoporose. Exames de rotina com análise radiográfica facilitam o diagnóstico.

“Atividade física é importante em qualquer período da vida. É essencial para prevenir a osteoporose. Os exercícios mais indicados são musculação e caminhada. O impacto gerado no corpo ajuda a estimular e aumentar a produção dos osteoblastos e osteoclastos, células que formam o tecido ósseo. A dupla é responsável pela síntese dos componentes orgânicos da matriz óssea na superfície do osso, permitindo a remodelação óssea”, ressalta Hebert Trindade, educador físico na Fórmula Academia, unidade Frei Caneca.

É importante evitar maus hábitos responsáveis pela aceleração da perda de massa. Fumar e beber (em excesso) são vícios extremamente danosos em quem tem osteoporose. “Alimentação é um fator importante para manter o corpo saudável, desde a infância. Vitaminas A, C e D, fibras e água são grandes aliados para uma boa dentição”, enfatiza a Juliane Ruiz, nutricionista na Bodytech Vila Olímpia.

## Ossos fortes desde a infância

A osteoporose, doença que faz com que os ossos se tornem mais porosos, menos densos e mais propensos a fraturas, tem sido denominada “doença pediátrica com consequências geriátricas”, porque a fase crítica de formação da matriz óssea de um indivíduo ocorre durante toda a infância e dura até o fim da puberdade, com pico de massa óssea por volta dos 25 anos; logo, a massa óssea estabelecida na infância e adolescência é um importante fator mediador da saúde esquelética ao longo da vida. Os hábitos de saúde que as crianças estão formando agora podem quebrar os ossos à medida que envelhecem.

Segundo Ana Paula Del’Arco, nutricionista e consultora da Associação Brasileira de Laticínios (Viva Lácteos), felizmente há muitas coisas que as pessoas, em

todos os estágios da vida, podem fazer para a manutenção da qualidade dos ossos, especialmente na infância e adolescência, como incorporar na dieta alimentos que são ricos em cálcio e vitamina D, como o leite e produtos lácteos que também fornecem outros minerais e vitaminas necessários ao organismo, além da prática regular de atividade física.

### Desenvolvimento

Os ossos crescem e se desenvolvem durante a infância, ganhando massa e força. A massa óssea adquirida enquanto jovens determina a saúde esquelética para o resto da vida. A equação é simples, quanto mais compacta for a massa óssea após o fim da adolescência, mais proteção teremos contra a perda de massa óssea depois.

Até aproximadamente os

6 anos de idade, a alimentação de uma criança é caracterizada pela fase láctea, na qual o leite (principal fonte de cálcio da alimentação) é parte fundamental da nutrição. Nessa fase, as crianças estão em pleno desenvolvimento e qualquer deficiência nutricional pode ser grave e afetar definitivamente o desenvolvimento de algum sistema orgânico.

O consumo de leite e lácteos é muito importante também na adolescência para o desenvolvimento e a consolidação da matriz óssea, garantindo a dureza óssea e o crescimento sadio dos ossos, o que reduz o risco do desenvolvimento da osteoporose e outras doenças ósseas no futuro.

De acordo com Ana Paula, o cálcio presente nos lácteos e seus derivados é o nutriente mais importante para a saúde óssea, contudo outros nutrientes também são fundamentais



e participam do processo, tais como as vitaminas D e K, fósforo e magnésio.

A vitamina D é sintetizada pela luz solar, mas fontes alimentares também podem suprir as necessidades orgânicas. A falta de vitamina D na dieta pode causar raquitismo, uma doença óssea que se caracteriza pelo “amolecimento dos ossos”.

A prática de esportes e exercícios físicos para pessoas de todas as idades é fundamental para a prevenção da osteoporose. O exercício de sustentação de peso durante

a adolescência é essencial para atingir a força óssea, tais como caminhar e correr, assim como esportes coletivos como futebol e basquete, todos com orientação de um especialista.

“O leite é um alimento único, com uma matriz nutricional complexa, sendo a relação entre seus nutrientes e componentes capaz de entregar inúmeros benefícios ao organismo, desde contribuir com uma dieta equilibrada e saudável, até auxiliar na prevenção de doenças como osteoporose, eventos cardiovasculares, obesidade, entre outras”.

# Mitos e verdades sobre AVC

O AVC (Acidente Vascular Cerebral) acontece de várias formas e situações, portanto, há muitos mitos e verdades sobre o tema. Para esclarecer esse assunto, o especialista em cirurgia vascular pela Sociedade Brasileira

de Angiologia, Cirurgia Vascular e Endovascular e responsável pelo Serviço de Cirurgia Vascular do Hospital do Coração, Gilberto Narchi Rabahie, explica o que é mito ou verdade. Confira abaixo:

**VERDADE** 1. O AVC é considerado grave?

Sim, o acidente vascular pode ser classificado entre leve, moderado ou grave de acordo com a severidade e duração dos sintomas e sequelas.

**VERDADE** 2. É a doença que mais mata no Brasil?

As doenças cardiovasculares são as primeiras causas de óbitos no Brasil e incluem infarto do miocárdio e acidente

vascular cerebral.

**VERDADE** 3. Após o acidente é possível voltar à rotina normalmente?

Depende do grau de acometimento cerebral. Existe AVC que praticamente não deixa sequelas, e outros, mais raros que são incapacitantes.

**MITO** 4. Ocorre apenas uma vez numa só pessoa?

É possível que o AVC aconteça mais de uma vez no mesmo paciente.

**VERDADE** 5. Atividade física diminui o risco de acidentes cardiovasculares?

Reduz, assim como não fumar tabaco e ter controle de hipertensão arterial, diabetes e dislipidemias. Hábitos saudáveis serão sempre bem-vindos para a qualidade de vida e para evitar um AVC.

**VERDADE** 6. A causa do derrame é a falta de oxigênio?

Uma das causas é a privação de oxigênio nas células, que acaba ocasionando o AVC Isquêmico. Doenças cardíacas também podem ser outra causa. O AVC pode ser causado por coágulos que são formados no coração e podem migrar inclusive para o cérebro, causando oclusão de artérias e consequente isquemia local. Os próprios vasos intracerebrais podem ocluir localmente devido à aterosclerose focal. Outra causa de AVC é sangramento, ou seja, um vaso intracerebral

**COMO IDENTIFICAR OS SINAIS DO AVC**



**SORRISO**  
PEÇA PARA A PESSOA DAR UM SORRISO



**ABRAÇO**  
PEÇA PARA A PESSOA LEVANTAR O BRAÇO



**MENSAGEM**  
PEÇA PARA A PESSOA REPETIR UMA FRASE OU UMA MENSAGEM



**URGENTE**  
CHAME IMEDIATAMENTE O SAMU 192

pode romper e causar extravasamento de sangue. Neste caso o AVC é então hemorrágico.

**MITO** 7. As chances de cura são pequenas?

A possibilidade de cura aumenta de acordo com o diagnóstico. Quanto antes ocorrer o diagnóstico e iniciar o tratamento específico, menores as chances de sequelas.

**VERDADE** 8. A dificuldade de movimentação é um sintoma?

A dificuldade de movimentação de braço ou perna do mesmo lado do corpo (hemiparesia) e, até mesmo a alteração da fala (dislalia) e de consciência, é um sinal do derrame.

**MITO** 9. O derrame acontece somente depois dos 40 anos?

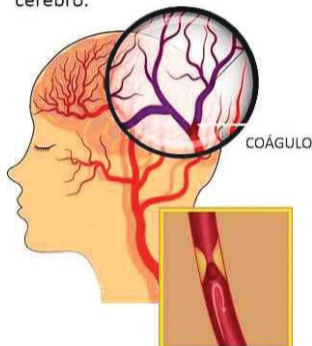
O acidente pode ocorrer com crianças e adolescentes também, porém, com a idade, a condição clínica piora devido aos fatores de risco envolvidos (aterosclerose, diabetes e hipertensão arterial).

**VERDADE** 10. A trombofilia tem relação com a doença?

Alguns casos específicos de AVC podem ser atribuídos à trombofilia, portanto, se houver histórico familiar de trombofilia ou se o próprio paciente já teve algum episódio de trombose, sem motivo claro aparente, é recomendado analisar com um profissional.

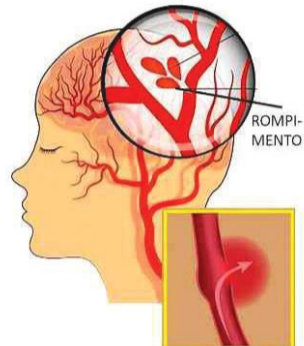
**AVC ISQUÊMICO**

Um coágulo bloqueia o fluxo sanguíneo para uma área do cérebro.



**AVC HEMORRÁGICO**

O sangramento ocorre dentro ou ao redor do cérebro.





O PERIGO DA LUZ AZUL-VIOLETA

A sua visão está cada vez mais exposta aos danos provocados pela luz artificial.





A luz natural, solar contém a luz azul, porém, grande parte dela é filtrada pela atmosfera. Isso explica porque o céu é azul e também dessa maneira a luz azul-violeta não chega aos nossos olhos com a intensidade de causar dano à visão.

No entanto, hoje estamos expostos à luz azul-violeta artificial emitida pelos LEDs de TVs, tablets, notebooks, celulares e lâmpadas. Esses equipamentos eletrônicos emitem uma luz azul prejudicial aos olhos, causando stress, olhos secos, irritados, visão embaçada, dores de cabeça e até insônia, pois altera a produção natural de melatonina.

A Associação Médica Americana publicou um estudo reconhecendo que “o excesso de exposição à luz azul, principalmente à noite, pode interromper o sono ou agravar distúrbios do mesmo. Especialmente em crianças e adolescentes”.

Além de prejudicial, essa luz azul tem efeito cumulativo no organismo, podendo ocasionar lesão na córnea, causar degeneração macular e até mesmo desenvolver catarata.

Pensando nisso, a **ÓTICA OCULAR** oferece para seus clientes lentes que protegem os olhos da luz azul, tornando a visão mais nítida e relaxada, reduzindo o cansaço visual. Além disso, contam com 100% de proteção contra raios UVA e UVB.



Lentes que bloqueiam 100% os raios UV e a luz-azul prejudicial

**OC ÓTICA OCULAR**

(45) 9 9983-7896

oticaocularvirtual

Rua Paraná, 2999 - Centro, Cascavel

LEITOR DO JORNAL O PARANÁ TAMBÉM PARTICIPA DA **PROMOÇÃO DO MÊS: SUA IDADE É O SEU DESCONTO!**

\*O desconto será aplicado na armação, na compra dos óculos completos.

Possuímos convênio com:



SIPROVEL