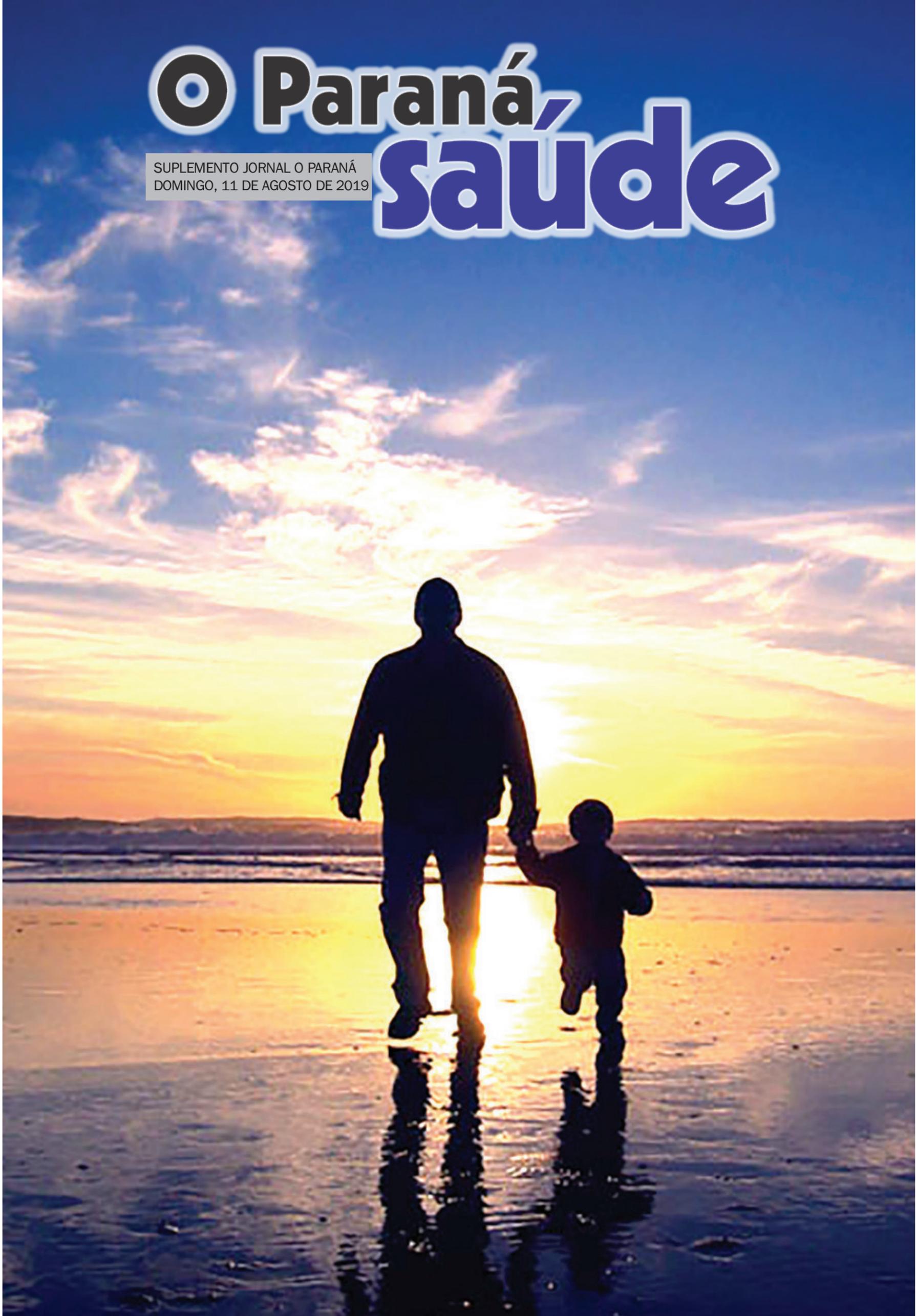


Paraná, saúde

SUPLEMENTO JORNAL O PARANÁ
DOMINGO, 11 DE AGOSTO DE 2019



**Incentive seu pai a
cuidar da própria saúde**

New Lips rejuvenesce os lábios em uma única sessão

Assim como a pele, os lábios sofrem diariamente com agressões externas como o frio, o sol e a poluição. E, por ser uma região extremamente delicada, tende a ser ainda mais suscetível a esses danos. “Os lábios são uma região de pele fina formada por uma semimucosa, ou seja, uma transição da mucosa oral para a pele que nós temos ao redor dos lábios. Essa região é amplamente agredida, pois, além de movimentarmos muito a musculatura, a pele oral entra diretamente em contato com alimentos, bebidas, saliva, cosméticos e, principalmente, batons, que nem sempre têm pigmentos naturais e contêm conservantes que são altamente alergênicos”, explica o dermatologista Abdo Salomão, membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia.

Todos esses fatores levam ao envelhecimento precoce da região, com o surgimento de flacidez, linhas de expressão e rugas periorais, conhecidas popularmente como código de barras.

Pensando em uma forma de dar fim a essas alterações, a LMG criou o New Lips, protocolo que une a radiofrequência microagulhada Eletroderme com a aplicação externa e intraoral,

do laser Er:Yag 2940nm Pro-Collagen, ambos da plataforma Solon.

Indicado para o rejuvenescimento dos lábios e o tratamento de linhas de expressão na região, a vantagem do protocolo está no fato de cada uma das três tecnologias agir em diferentes alvos, tratando todas as camadas da pele de uma só vez para promover melhora global da aparência dos lábios.

De acordo com Abdo, o procedimento se inicia com a aplicação da radiofrequência microagulhada Eletroderme, que visa ao tratamento da derme média para melhorar a sustentação da região. “As agulhas do Eletroderme penetram profundamente na pele, onde emitem ondas eletromagnéticas que promovem o aquecimento da região sem prejudicar a superfície do tecido cutâneo. Com a derme sendo aquecida até a temperatura de 70°C, ocorre o estímulo da produção de colágeno e a reconstrução das fibras de colágeno e elastina danificadas pelo processo de envelhecimento”, explica.

Após o Eletroderme, realiza-se a aplicação do laser Pro-Collagen na parte externa dos lábios, para tratar as linhas de expressão da epiderme, e, em seguida, na

DIVULGAÇÃO



parte interna, tratando a musculatura e a derme profunda de dentro para fora. “O tratamento de todas as camadas dos lábios, desde a musculatura até a epiderme, com a dupla aplicação do laser só é possível devido à forma inovadora com que o Pro-Collagen utiliza a tecnologia Erbium:YAG 2940nm, visto que age através de um pulso tão longo que a dissipação de calor se dá tanto na derme profunda, quanto na musculatura dos lábios”, destaca o médico.

Dessa forma, a sustentação é feita camada por

camada, o que confere aos lábios uma firmeza muito maior. Ou seja, a ação interna e externa do protocolo no músculo labial é capaz de torná-lo mais forte, grosso, jovem e firme, além de tratar a qualidade do vermelhão e reduzir as rugas periorais, fazendo com que os lábios fiquem lisos e rosados.

O resultado do protocolo é o tratamento global dos lábios, com melhora das rugas, firmeza, musculatura e aparência da região. “Para alcançar tais resultados, o recomendado é que seja

realizada uma sessão a cada seis meses, sendo que cada uma das sessões dura, em média, 20 minutos”, explica o médico. “Após a sessão, o paciente pode ficar com a pele avermelhada e inchada, sintomas que somem após uma semana da realização da sessão.”

Porém, é importante ressaltar que o protocolo é contraindicado para gestantes e pacientes que fazem uso de anticoagulantes sistêmicos ou que possuem câncer de pele em atividade no local.

Fonte: www.lmglasers.com.br

É necessário trocar a prótese de silicone?

DIVULGAÇÃO



A mamoplastia de aumento, técnica que utiliza próteses de silicone para aumentar os seios, é um dos procedimentos cirúrgicos mais procurados no Brasil e no mundo. Mas muitas vezes a paciente tem dúvidas com relação ao “prazo de validade” da prótese: existe? “A técnica da mamoplastia de aumento caracteriza-se por ser bastante segura, mas a prótese de silicone não dura para sempre. No entanto, alguns fabricantes oferecem uma garantia vitalícia contra a ruptura ou contratatura capsular da prótese”, explica Paulo Rubez, cirurgião plástico e membro titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica.

Mas o tempo de duração da prótese dentro do organismo é imprevisível, segundo o médico.

Isso acontece porque, após a colocação da prótese de silicone, o organismo entende que esse material é um “corpo estranho”, então forma um tecido em volta da prótese, chamado cápsula. “Com o passar dos anos, a cápsula pode ficar um pouco mais dura e rígida, causando algumas alterações na mama, que indicam a necessidade da troca da prótese. Mas não há como prever. Isso pode acontecer em 5,

10, 15, 20 anos ou nunca acontecer, tudo depende da reação de cada organismo”, afirma o médico.

Os sintomas que servem de alerta para troca de prótese são: endurecimento, mudança da forma dos seios e também a dor. “O ideal é conversar com seu cirurgião plástico para que examine o problema”.

De acordo com Paulo Rubez, as próteses mais modernas são feitas de modo que a ruptura é bastante rara e a contratatura capsular aconteça mais tardiamente.

ENTENDA O PROCEDIMENTO

Na consulta com o cirurgião, ele definirá, com ajuda do paciente, qual o tipo de incisão será realizado e qual o tipo e tamanho de prótese mais indicado. “Inicialmente, a paciente deve decidir juntamente com o médico algumas características do procedimento que vão determinar como ele será realizado. Por exemplo, a prótese de silicone pode ser alocada abaixo ou acima do músculo peitoral ou entre o músculo e sua fáscia, sendo a decisão relevante para o resultado que será obtido”, diz o cirurgião.

Antes do procedimento, o cirurgião plástico realiza as marcações na mama da

paciente, como o local da incisão e, em seguida, será feita a anestesia que pode ser local com sedação, peridural ou geral. O médico, então, realiza a incisão e efetua o descolamento do local no qual será colocada a prótese, podendo ser sob a glândula ou sob o músculo. “Após isso, ele vai inserir e ajustar a prótese no local correto e realizar a sutura para fechamento das incisões. Trata-se de uma cirurgia rápida, com duração média em torno de 1 hora a 1 hora e meia”, afirma o médico.

INDICAÇÕES

O implante de silicone nas mamas é indicado para mulheres que estejam incomodadas com o tamanho dos seios e queiram aumentá-los. A prótese de silicone também é indicada para mulheres que devido a um tratamento de câncer foram submetidas à mastectomia, que consiste na retirada das mamas. Nesses casos, a cirurgia pode ser chamada de reconstrutora. “O cirurgião plástico é o profissional mais indicado para avaliar o quadro da paciente e realizar a cirurgia de colocação do implante de silicone nas mamas”.

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

expediente
DESDE 15 DE MAIO DE 1976
O Paraná
Jornal de Fato

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

Direção-Geral
Clarice Roman

Diretor
Jadir Zimmermann
diretor@oparana.com.br

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

REPRESENTANTES NACIONAIS

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

Síndrome de Burnout atinge os mais jovens

Você tem cuidado da sua saúde emocional? Sabia que em maio deste ano a OMS (Organização Mundial da Saúde) classificou a Síndrome de Burnout - caracterizada pelo esgotamento profissional - na lista de doenças profissionais, que são essas causadas pelo excesso de trabalho.

Os mais atingidos são os mais jovens entre os 23 e 38 anos, segundo um estudo feito pelo Yellowbrick, centro

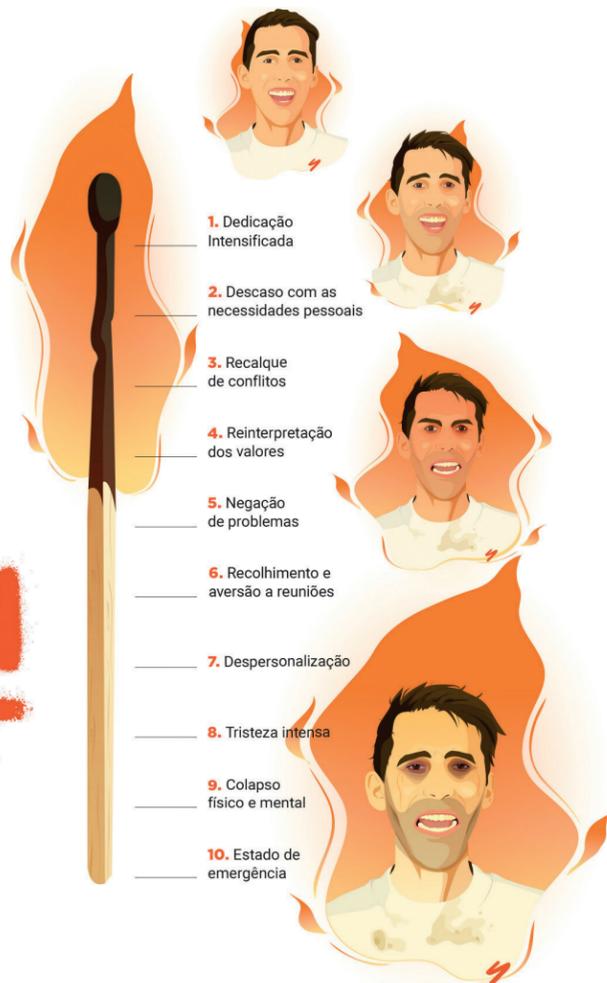
especializado no tratamento de adultos emergentes e suas famílias - cerca de 95% dos millennials sofrem de Burnout e 75% estão mentalmente exaustos.

A grande exposição a uma gama de informações diariamente, o excesso no uso de tecnologia e as redes sociais também contribuem para o esgotamento, pois a competitividade gerada pelo melhor status e números de likes aumenta o desgaste mental.

Os principais sintomas da Síndrome de Burnout, de acordo com a OMS, são: cansaço excessivo, físico e mental, dor de cabeça frequente, alterações no apetite, insônia, isolamento, fadiga, pressão alta, dores musculares dificuldades de concentração, sentimentos de fracasso e insegurança, negatividade constante, sentimentos de derrota e desesperança entre outros.

As 10 fases

SÍNDROME DE BURNOUT



O professor de MBA em Tomada de Decisão Uranio Bonoldi revela três dicas para driblar o estresse do dia a dia. Confira:

● AUTOCONHECIMENTO

Quer saber qual é a principal fórmula para alcançar o autoconhecimento e a satisfação no trabalho? A Universidade de Chicago descobriu que basta dedicar suas horas a algo que é verdadeiramente coerente e compatível com suas paixões, habilidades e interesses pessoais. Quando você é autoconsciente tudo fica mais claro, os seus propósitos são a meta principal, você sabe aonde quer chegar e então todos os obstáculos no caminho viram degraus para seu sucesso. "Os profissionais mais felizes têm orgulho e sentem uma profunda conexão com o que fazem, sem, necessariamente, obterem salários milionários ou livre acesso às altas camadas da sociedade".

● TOME DECISÕES SAUDÁVEIS

Corpo e mente estão interligados, então automaticamente, quando sua saúde mental não anda muito bem, o seu corpo começa a manifestar um sinal de alerta vermelho para que alguma atitude seja tomada. "Manter hábitos saudáveis como dormir bem, ter boa alimentação e praticar exercícios físicos são a chave para fazer boas escolhas, ter um hobby que você realmente goste de fazer também ajuda principalmente no processo de criatividade, pois uma mente descansada consegue trabalhar muito melhor e abre

caminho ao pensar criativo e a inovar".

● TRABALHE, MAS TAMBÉM SEJA FELIZ

Muitas vezes na carreira passamos por provações e nem sempre começamos no cargo dos sonhos. Precisamos passar por todas as fases de aprendizado, pois não se chega à CEO de uma grande empresa - se essa for sua meta - sem antes passar por vários estágios de desenvolvimento.

"Para isso, como dito anteriormente, é fundamental o autoconhecimento, saber quais são seus objetivos e suas paixões, o que te move e faz os seus olhos brilharem para que consiga ter sucesso e, principalmente, se tornar um profissional completo.

O processo de tomada de decisões, um método, é fundamental e necessário para pivotar sua carreira quando achar necessário, ou descobrir novos caminhos", completa Uranio. Foi o que aconteceu com Bonoldi que, após exercer cargos como executivo de empresas nacionais e multinacionais em organizações públicas e privadas, hoje atua como professor, consultor em gestão, palestrante e escritor. "É preciso ser um profissional camaleão, resiliente, flexível e adaptável ao mundo moderno em que estamos".

Fonte: www.uraniobonoldi.com.br

Os principais fatores para o esgotamento profissional envolvem a sobrecarga de tarefas no trabalho e cansaço excessivo

Postura Sistêmica e as Constelações



A Força do PAI

O que significa o pai?

A informação que o pai tem nos faz fortes, a imagem do pai é potência. Não é a aparência ou o comportamento do seu pai. É a essência da informação daquele que te deu a vida.

O homem tem participação ativa na vida. Ele traz o movimento para a mulher, sem o homem não há vida. O óvulo está aguardando o movimento da vida. Sem esse "movimento" o óvulo morre e é eliminado.

O mais importante na nossa vida é a vida.

Quando olhamos para o nosso pai, temos que olhar por esse ângulo. Independente do que aconteceu em sua vida, independente da sua história, se foi muito ou se foi pouco o que seu pai fez por você. Não importa o quanto ele esteve presente ou não.

Não existem histórias enfraquecedoras, todas as histórias fortalecem, e você precisa aprender a olhar pelo ângulo funcional. Tudo o que você é só é possível porque seu pai fez o papel dele: te deu a vida. Todo o restante você pode fazer agora.

Validar o pai em si significa experimentar êxito, força, coragem, liderança, pontualidade, direção, foco, ação, poder, consciência, segurança, entre outras características.

Violar o pai significa experimentar escassez, fraqueza, medo, agressividade, intimidação, estagnação, violência, vícios, procrastinação etc.

Perceba em si o que você experimenta. De qualquer maneira você pode encontrar recursos no seu pai. O movimento de conexão e nutrição deve ser diário. Diariamente podemos tomar a vida através dos nossos pais. Honrando e agradecendo.

Muitos de nós temos mágoas, dores ou ressentimentos em relação aos pais.

Quando uma pessoa não consegue fazer um movimento de honrar e agradecer ao seu pai por ter algo que lhe dói precisa buscar ajuda. Pode ser por meio de conhecimento ou terapia.

Isso porque tudo o que experimentamos em relação ao nosso pai vibra em nós e em nossos descendentes. Se tem algo em aberto entre você e seu pai, isso vai interferir na sua vida e na vida de seus filhos ou dos seus netos. Se você não tem filhos, a violação vai se apresentar em outro aspecto da sua vida, por exemplo, talvez você não experiente o êxito. Sempre algo ou alguém vai representar esse desajuste, por amor, para que a conexão possa ser restabelecida.

Isso é um movimento inconsciente, chamamos de "amor cego". É implacável, não considera certo e errado, bem ou mal. Simplesmente não tolera exclusões e também não aceita justificativas.

Toda não aceitação é experimentada como desordem e tem consequências cruéis.

Toda vontade de um filho de "salvar" os pais é experimentada como desordem e vai gerar consequências.

A desordem significa violação da ordem, ou seja, os pais são grandes, eles dão. Os filhos são pequenos e apenas recebem. Essa é a ordem. Os que vieram antes (pais) são grandes e têm precedência. E os que vieram depois (filhos), são pequenos e precisam permanecer no próprio lugar. Toda objeção desordena. Todo julgamento desordena e toda crítica desordena.

O respeito libera, o consentir libera e a gratidão te torna forte. Se você não tem ao que agradecer, agradeça à vida. Agradeça ao seu pai pela vida que ele te deu. É o suficiente! Sem justificativas, sem julgamentos e sem exigências. Apenas agradeça.

Não existem pais melhores ou piores. Não existem pais mais ou menos especiais. Todos os pais são perfeitos no ato de passar a vida adiante. Isso é a informação mais importante.

Faça um exercício agora, permita-se!

Feche os olhos e imagine seus pais à sua frente. E, internamente, reconheça-os e diga: "Este é o meu pai. Esta é a minha mãe. Os dois juntos me trouxeram algo fantástico que ninguém poderia fazer por mim, a vida".

Entendimento sagrado: olhe para seus pais e consinta: "esse homem e essa mulher são portais sagrados para que eu pudesse estar aqui".

Preste a eles toda honra, respeito e gratidão.

Honrar e reverenciar os pais nos torna livres. Quando isso fica claro, não precisamos mais nos esforçar. A gente começa a gostar da vida sem esforço, sente felicidade sem esforço, começa a ser mais próspero sem esforço! Experimente!

Aproveite seu dia, conecte-se com sua potencialidade! Vá até o seu pai e agradeça pela vida. Sem restrições, sem justificativas nem exigências. Você vai se surpreender!

E, se quiser saber um pouco mais sobre essa conexão com o pai, assista ao vídeo. Basta passar o leitor de QR code do seu celular.



GRATTO SOLUÇÕES

Atendimento em Constelação individual ou grupo

Formação em Constelação Sistêmica

Workshop Ho'oponopono Presença

Cursos online de Ho'oponopono e POSTURA SISTÊMICA ATIVA

facilitadora Graciele Reimann Gatto

GRATTO Soluções

GRATTO SOLUÇÕES SISTÊMICAS

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

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

O que é sarampo: saiba mais sobre a doença por trás de surtos no Brasil

Há surtos de sarampo no Brasil e ele acaba de chegar ao Paraná. Mas o que é sarampo? Como ele é transmitido? Quem deve tomar a vacina e como evitar a doença?

O sarampo é uma doença infecciosa por um vírus altamente contagioso. Parte das pessoas que o contraem lida com ele sem manifestar quaisquer sintomas. Outras sofrerão com: manchas no corpo e no rosto; coceira; conjuntivite; febre; tosse persistente e infecção no ouvido.

O maior problema, no entanto, envolve as crianças, que têm o sistema imunológico mais frágil. Entre elas, quadros de pneumonia, convulsões e morte são mais comuns.

Pois é: o sarampo está longe de ser uma doença leve, como às vezes se propaga. Tanto que, antes do surgimento da vacina e das campanhas subsequentes, ele foi uma das principais causas de mortalidade infantil no mundo.

TRANSMISSÃO

O vírus do sarampo é facilmente passado de um indivíduo para outro através de secreções. Ou seja, um

espírito ou um beijo são mais do que o suficiente.

A enfermidade é transmitida durante a fase mais ativa do problema, em que o paciente apresenta febre alta e mal-estar, por exemplo. Isso costuma durar uns quatro dias.

DEVO TOMAR A VACINA?

Hoje, tanto a tríplice viral quanto a tetravalente (contra sarampo, caxumba, rubéola e catapora) estão disponíveis na rede pública e privada. A versão tríplice viral idealmente deve ser aplicada em bebês de 12 meses, com um reforço aos 15 meses de vida. O imunizante também é ofertado para pessoas de até 49 anos que não foram vacinadas. Se você não sabe se recebeu suas doses, converse com um médico e vá ao posto de saúde.

A proteção conferida pela vacina é alta. Mais de 90% dos sujeitos que recebem as duas doses criam um bloqueio duradouro contra o vírus.

Fora isso, ela é segura na população indicada. E, mesmo nos poucos casos em que gera reações adversas, pode ter certeza: eles são bem menos preocupantes



do que a doença em si.

Só é importante conferir se o indivíduo é alérgico ou se possui alguma contraindicação. Nada que uma conversa com o profissional de saúde não resolva.

Como tratar o sarampo

Não há um remédio específico para a doença - mais um motivo para não deixar de se vacinar. O paciente deve se manter sempre hidratado e bem alimentado, enquanto os médicos lidam com as consequências do quadro, como diarreia.

A importância da vacinação em todas as fases da vida

Você sabe qual a importância da vacinação em todas as fases da vida? As vacinas reduzem o risco de infecção, evitam o agravamento de doenças, internações e até mesmo óbitos, estimulando as defesas naturais do corpo, ajudando-o a desenvolver a imunidade. Além disso, quando altas coberturas vacinais são atingidas, os efeitos benéficos da vacinação contra algumas doenças não estão limitados somente às pessoas que foram imunizadas.

A vacinação em massa permite não somente proteção individual, mas a proteção de toda a população, reduzindo a incidência de doenças e impedindo a transmissão para pessoas suscetíveis.

O Calendário Nacional de Vacinação, do Ministério da Saúde, contempla não só as crianças, mas também adolescentes, adultos, idosos e gestantes. Ao todo, são disponibilizadas gratuitamente 19 vacinas para mais de 20 doenças como meningite, pneumonia, coqueluche e gripe, cuja proteção inicia ainda nos recém-nascidos, podendo se estender por toda a vida.

“A vacinação é um dos principais métodos de

prevenção e qualquer desconforto causado por uma vacina é, geralmente, menor do que o risco de se contrair uma doença. Não se vacinar e impedir a imunização de crianças e adolescentes pode causar aumento da morbidade e da mortalidade, e enormes problemas para a saúde pública, como o ressurgimento de doenças graves ou o retorno de agravos de forma epidêmica, como a poliomielite, o sarampo, a rubéola, entre outros”, alerta Jessé Alves, infectologista e gerente médico de vacinas da GSK.

Segundo o Ministério da Saúde, a população pode se vacinar gratuitamente nas mais de 36 mil salas de vacinação localizadas nas UBS (Unidades Básicas de Saúde) de todo o País. Para isso, basta comparecer a um posto de saúde com o cartão de vacinação em mãos. “Caso tenha perdido o cartão de vacinação, a orientação é procurar um posto de saúde onde recebeu as vacinas, tentar resgatar o histórico, e refazer uma nova caderneta. Mas é importante frisar que a falta da caderneta não impede a vacinação. Mesmo sem a caderneta, a população pode e deve se imunizar”, orienta Jessé Alves.

CALENDÁRIO VACINAL

Segundo a OMS (Organização Mundial de Saúde), a vacinação em massa evita entre 2 milhões a 3 milhões de mortes por ano.

O Ministério da Saúde disponibiliza gratuitamente no SUS, por meio do PNI (Programa Nacional de Imunizações), vacinas recomendadas pela OMS (Organização Mundial da Saúde) para todas as fases da vida, desde recém-nascido a idoso, como BCG (para prevenção de formas graves de tuberculose em crianças); Hepatite B; VIP/VOP (vacina inativada e vacina oral contra poliomielite - paralisia infantil); Pneumocócica (contra a infecção por pneumococo que causa meningite, pneumonia e infecção de ouvido - otite); Meningite Meningocócica pelo sorogrupo C (conjugada); Febre Amarela; Hepatite A; Tríplice viral (sarampo, caxumba e rubéola); Tetra viral (sarampo, caxumba, rubéola e varicela - catapora); entre outras.

A SBIm (Sociedade Brasileira de Imunizações) e a SBP (Sociedade Brasileira de Pediatria) possuem calendários de vacinação com recomendações que complementam o PNI, abrangendo

também vacinas que atualmente só estão disponíveis na rede privada para a imunização de crianças, jovens, adultos, gestantes e idosos.

MENINGITE MENINGOCÓCICA

Uma doença séria que merece atenção, e que pode ser prevenida pela vacinação, é a meningite meningocócica.

Ao contrário do que muitos acham, a meningite meningocócica não é uma doença só de criança. Até 23% dos adolescentes e adultos jovens podem ser portadores da bactéria e podem transmiti-la para outras pessoas através da saliva e partículas respiratórias, sem necessariamente desenvolver a doença.

Dados do Ministério da Saúde mostram que, em 2018, foram registrados 1.129 casos de doença meningocócica no Brasil, sendo que as regiões Sudeste (597 casos) e Sul (227 casos) apresentaram os maiores números de casos notificados.

Considerada uma doença endêmica no Brasil, com casos esperados ao longo de todo o ano, a meningite meningocócica é uma infecção bacteriana das membranas que envolvem o

cérebro e a medula espinhal, podendo causar sequelas e até mesmo levar a óbito. A vacinação é uma das melhores formas de prevenção contra a doença. Outras formas para a prevenção incluem evitar aglomerações e manter os ambientes ventilados e limpos.

Atualmente, existem vacinas para a prevenção dos cinco sorogrupos mais comuns no Brasil, as vacinas contra a meningite meningocócica causada pelo tipo B e as vacinas contra os tipos A, C, W e Y.

A vacina contra os tipos A, C, W e Y, por exemplo, é recomendada nos calendários das sociedades médicas a partir dos três meses de idade, bem como para jovens e adultos (dependendo da situação epidemiológica).

A vacina para a prevenção da meningite meningocócica causada pelo tipo B é recomendada a partir dos três meses de idade pelas sociedades médicas.

Nos postos de saúde, a vacina contra a doença causada pelo pneumococo C é disponibilizada para crianças menores de 5 anos de idade e adolescentes de 11 a 14 anos.

No Dia dos Pais, médico faz alerta para a saúde do homem

A cultura brasileira ainda coloca os homens em uma posição de despreocupação com sua saúde e integridade física. O número de feridos em acidentes de trânsito, diagnósticos tardios de doenças, maus hábitos alimentares e a baixa procura por cuidados médicos comprovam que as mulheres são maioria na hora de cuidar da saúde.

Segundo a última pesquisa feita pelo IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), 71,2% dos entrevistados haviam se consultado com um médico pelo menos uma vez no último ano. Sendo que, dessa porcentagem, 78% eram mulheres, contra 63,9% de homens.

No Mês dos Pais, o alerta para esse assunto é sempre uma boa maneira de orientar a população.

Um dos médicos parceiros do Itesc de Araranguá, o gastrocirurgião Rafael Osterman alerta que o descaso com a realização de consultas periódicas e exames é um dos principais fatores que geram diagnósticos de doenças em estágios mais avançados. “No caso dos homens, o câncer de pulmão e o de próstata se destacam por serem os mais frequentes, seguido pelo câncer colorretal [câncer de intestino]. O trauma, causado por acidentes, também é maior no público masculino, pois esse grupo se expõe mais à alta velocidade e à violência urbana”, comenta o especialista.



A prevenção sempre é o melhor caminho e é preciso que as famílias ajudem os homens em que convivem a fazer consultas anuais. “Existe um ditado que diz que ‘santo de casa não faz milagre’, então, por isso, é tão complicado a família ajudar na conscientização. Mas é preciso continuar falando,

fazendo campanhas e conscientizando os homens da importância dos cuidados com sua saúde”, diz o médico.

A famosa cultura de “é melhor não saber” segue sendo a maior negligência no público masculino, conforme o médico. “A prevenção é o caminho menos doloroso, mais barato e com

mais possibilidade de controlar determinadas doenças. Talvez nesse Dia dos Pais os filhos possam presentear seus heróis com aquilo que mais importa: a saúde. Converse com seus pais e procurem caminhos para facilitar o acesso à saúde. Esse sempre será o melhor presente”, complementa Osterman.

Dicas “básicas” para o homem viver mais e melhor

O Dia dos Pais chegou e não tem nada melhor do que comemorar este dia tão especial com nossos super-heróis. Os pais estão sempre correndo o dia inteiro para nos dar segurança e conforto, e muitas vezes eles se esquecem que precisam cuidar de si próprios.

Pesquisas feitas pelo IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística)

mostram que os homens cuidam de sua saúde menos que as mulheres, onde a estatística apontam que, de 100% das consultas médicas anuais, apenas cerca de 35% são de pacientes homens.

Confira dez dicas básicas de saúde para o homem, para que o papai possa ter uma vida muito mais saudável para curtir seus filhos.

Evite ingerir gordura trans

A gordura trans está presente principalmente nos produtos industrializados como fast foods, bolachas recheadas e sorvetes. Esse tipo de gordura pode ser muito prejudicial para a saúde, pois seu excesso pode causar o aumento do colesterol, o aumento da lipoproteína (concentração endoplasmática), além de afetar as veias arteriais levando o ser humano a ter infartos e derrame cerebral. Crie uma nova rotina alimentícia na sua vida, priorizando os alimentos orgânicos em vez dos industrializados. Prefira consumir alimentos à base de gorduras saudáveis como o ômega-3 e óleo de oliva.

Tenha uma boa noite de sono

Dormir bem durante a noite é o segredo para ter um dia mais produtivo. Quando você não tem uma boa noite de sono, seu corpo fica fadigado, além disso, você pode acarretar vários problemas para a sua saúde como dor de cabeça, estresse, depressão, problemas gastrointestinais e fraqueza. Por isso, se você não possui uma boa noite de sono por mais de três dias, é importante que procurar um especialista. Mas lembre-se: tudo deve ser feito sem exageros. O ideal é dormir cerca de oito horas por dia, desta forma, evite dormir além do que o necessário.

Esteja em dia com seus exames de rotina

Sempre há aqueles que dizem que “quem procura acha”, por isso nunca vão ao médico realizar os exames de rotina. Porém, é muito importante visitar um clínico geral pelo menos uma vez por ano para que ele possa estar fazendo um *check up*. Fazer exames de rotina pode identificar várias doenças precocemente, dessa forma, evitando problemas graves e realizando um tratamento antes do “probleminha” se tornar algo pior.

Não se esqueça do exame de próstata

A próstata é uma parte do corpo do homem localizada entre a bexiga e a pélvis, estando logo à frente do reto. Tem a função de produzir uma parte do líquido que forma o esperma, ajudando na proteção dos espermatozoides. Essa glândula, mesmo pequena, é responsável por mais de 2 milhões de casos de câncer só no Brasil. Por mais que o câncer de próstata seja mais comum em homens acima de 50 anos, existem casos em que esse problema ocorre em homens mais jovens, causando os mesmos efeitos. Sendo assim, esteja sempre em dia com seu exame de próstata e evite futuros problemas com o seu corpo.

Consuma mais tomate

Pode até parecer uma dica meio estranha, mas ela tem uma grande importância na vida do homem. A pigmentação do tomate ou licopeno estão presentes em cada célula da fruta e, quando ingerida pelo homem, ela se espalha pelo organismo chegando até a próstata. O licopeno interrompe a multiplicação sem fim que a próstata produz evitando então os riscos de câncer. Melhor do que comer o tomate em si é apostar no molho de tomate. Isso porque o calor libera o licopeno e ele fica mais fácil de ser absorvido pelo corpo.

Beba bastante água

O corpo do ser humano é 60% composto por água, por isso ela é muito importante na vida de todos. O ideal é beber cerca de dois litros por dia para que o corpo esteja sempre bem hidratado. A reposição de líquidos perdidos e a hidratação são essenciais para o bom desempenho, porém, sabemos que, muitas vezes, é muito difícil seguir essa recomendação à risca. Quando você não bebe a quantidade de água recomendada, pode acarretar problemas como a desidratação. Uma pessoa desidratada perde o desempenho diário e o apetite além de aumentar a concentração urinária e a fadiga.

Pratique Pilates

O Método Pilates é composto por movimentos tem por objetivo devolver e restaurar a saúde do ser humano, sendo elas condições de reabilitação ou até mesmo condições relacionadas à melhoria da qualidade de vida. Garante diversos benefícios tanto no corpo quanto na mente. Sendo assim, pode-se dizer que o Pilates atua como uma ferramenta de melhoria para o corpo como um todo, ajudando o indivíduo diariamente.

Quando você pratica Pilates, os exercícios serão direcionados conforme suas vontades e necessidades podendo ser elas: emagrecimento, reabilitação, melhora da condição física, bem-estar e afins.

Evite o alcoolismo e o tabagismo

O tabaco e o alcoolismo são responsáveis por cerca de 6 milhões de morte em todo o mundo. Quando você ingere algum desses componentes, seu corpo está sujeito a diversas patologias como câncer, doenças cardiovasculares, tuberculose, ulcera, problemas gastrointestinais, cirrose e outros. Sendo assim, evite bebidas alcoólicas e o tabagismo para que você não tenha problemas futuramente.

Leve a vida “numa boa”

Com tanta responsabilidade e afazeres no dia a dia, é normal que o ser humano fique estressado. Quando você se estressa, seu corpo fica fadigado, sua mente fica dispersa e você não consegue fazer nada com tanta convicção. Por isso, leve a vida “numa boa”, mesmo que às vezes seja difícil! Dedique um tempo para si, realize mais passeios, fique com a família, tenha algum hobby, faça algo que você realmente gosta.

Fertilidade masculina também diminui com o passar dos anos

Foi-se o tempo em que a relação entre envelhecimento e a incapacidade de ter filhos era apenas ligada à mulher. Ultimamente, diversos estudos indicam que, conforme o homem vai ficando mais velho, a testosterona (hormônio sexual masculino) vai diminuindo.

Uma pesquisa liderada pela especialista em biologia reprodutiva Laura Dodge, do Centro Médico Diaconisa Beth Israel e da Escola de Medicina de Harvard, dos Estados Unidos, analisou entre 2000 e 2014 mais de 19 mil ciclos de fertilização in vitro em 7.753 casais. Eles dividiram os casos em quatro faixas etárias para as mulheres - menos de 30 anos, 30 a 35 anos, 35 a 40 anos e 40 a 42 anos - e cinco para os homens - as mesmas quatro, com uma adicional de acima de 42 anos.

Nos casais em que a mulher estava na faixa de 40 a 42 anos, a taxa foi menor, com a idade do parceiro aparentemente não tendo influência no resultado. Nas demais faixas etárias das mulheres, no entanto, a idade do homem teve uma grande influência na taxa de nascimentos, que caiu à medida que eles eram mais velhos.

De acordo com Silvio Pires, urologista da Criogênese, de fato a idade interfere na fertilidade do homem, mas de maneira menos incisiva que na mulher. “Na maioria dos casos, essa queda não altera a fertilidade, apenas a frequência de espermatozoide produzido e a

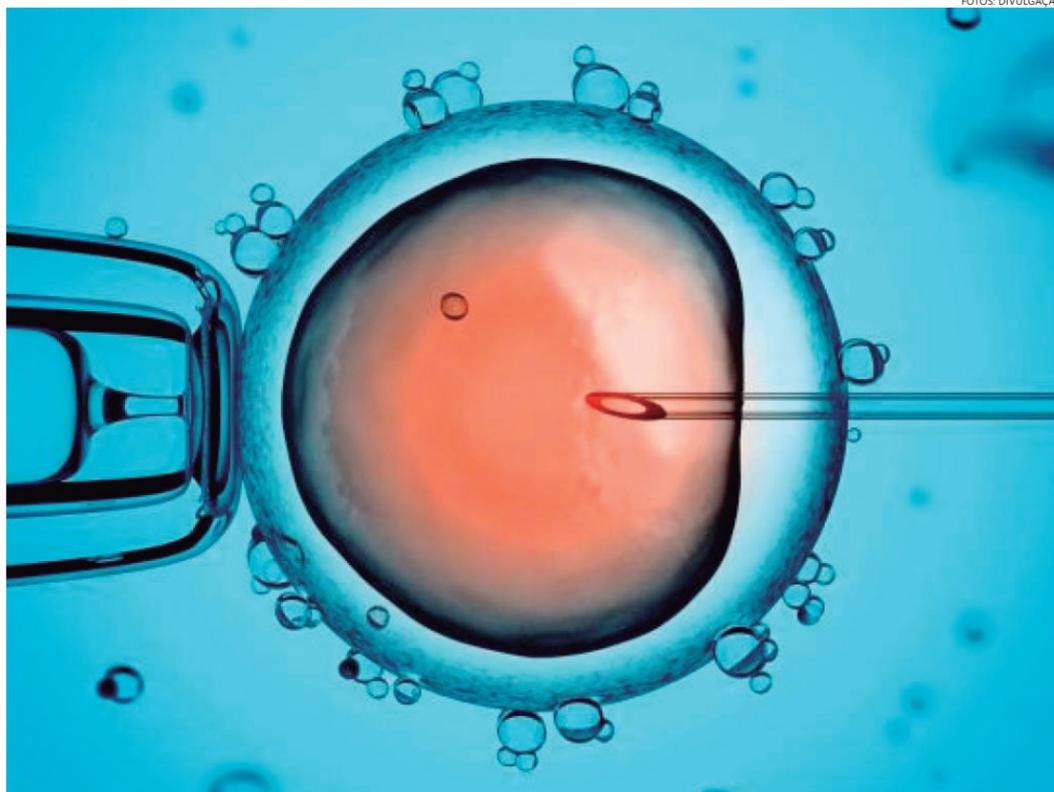
quantidade de líquido ejaculado, mas nada que seja tão significativo a ponto de deixá-lo infértil”, esclarece.

O especialista ainda comenta que, apesar de a infertilidade masculina ser desconhecida na maioria das vezes, o uso de drogas e álcool são indutores. “Outros fatores também podem desencadear o problema, como a exposição a substâncias tóxicas, como medicamentos usados em quimioterapia e a radiação ionizante. Além disso, infecções que levam à inflamação dos testículos também podem estar envolvidas, como exemplo a varicocele, outra importante causa de alteração da função testicular”, informa.

PRESERVAÇÃO DA FERTILIDADE

Para os homens que preferem postergar a paternidade, uma opção para impedir que as mutações genéticas interfiram em uma gestação é o congelamento de espermatozoides. “As amostras são congeladas em um meio crioprotetor - que impede a formação de cristais e reduz os danos que o congelamento causa às células - e mantidas em nitrogênio líquido à temperatura de -196°C, podendo permanecer congeladas por tempo indeterminado”, explica Silvio.

A técnica também é muito indicada para pacientes oncológicos. “Tumores nos testículos, linfoma, leucemia ou outros tipos de câncer podem



Fertilização in vitro é uma das técnicas usadas em caso de infertilidade

causar alterações na produção de espermatozoides ou mesmo alguma lesão à função testicular, também interferindo na fertilidade. Portanto, é imprescindível congelar o material antes de iniciar o tratamento, pois esse sêmen pode, com consideráveis taxas de sucesso, ser utilizado futuramente para tratamento de reprodução assistida (inseminação intrauterina ou fertilização in-vitro (FIV)) possibilitando a paternidade”, ressalta o urologista.

Sobre a Criogênese

A Criogênese, que nasceu em São Paulo e possui mais de 15 anos de experiência com células-tronco, é acreditada pela AABB (Associação Norte Americana de Bancos de Sangue) e certificada pela IQNet NBR ISO 9001:2015. A clínica é referência em serviços de coleta e criopreservação de células-tronco, medicina reprodutiva, gel de plaquetas e aférese, incluindo a diferenciada técnica de fotoférese extracorpórea. Sua missão é estimular o desenvolvimento da biotecnologia através de pesquisas, assegurando uma reserva celular para tratamento genético futuro.

Fonte: www.criogenesis.com.br.

Exame pioneiro detecta alterações que causam aborto espontâneo

A OMS (Organização Mundial da Saúde) estima que em em cada dez casais em idade fértil tem algum tipo de dificuldade para engravidar. No Brasil, 8 milhões de casais se enquadram nessa estimativa.

Dentre as principais causas de infertilidade, estão, para as mulheres, a endometriose, as alterações tubárias e na ovulação, ou mesmo uterinas. Para homens, fatores que afetam a qualidade e a motilidade dos espermatozoides, como processos infecciosos, exposição a toxinas, fatores genéticos, alterações hormonais, obstrução do ducto deferente (canal de transporte dos espermatozoides) e varicocele, são os principais causadores de problemas.

Atualmente, um grande leque de opções e tratamentos de fertilidade está à disposição dos casais que buscam engravidar, como a inseminação artificial, quando há a injeção do sêmen processado diretamente no útero da mulher, e a fertilização in vitro, onde é realizada a indução da ovulação, seguida pela retirada e fertilização dos óvulos e, finalmente, a transferência dos embriões gerados in vitro para o útero da mulher.

Os abortos espontâneos

ou de repetição fazem parte dos principais medos de casais que pretendem engravidar, especialmente dos que já sofreram com perdas gestacionais. As alterações cromossômicas são responsáveis por pelo menos metade dos casos de aborto espontâneo no primeiro trimestre de gestação.

O QUE É

Capaz de apontar se uma alteração cromossômica foi a causadora do aborto, o Teste POC também permite ajudar pacientes a escolher futuras opções reprodutivas. “O Teste POC é indicado para grávidas que sofrem perda gestacional e que buscam entender o motivo e procurar estratégias junto ao médico para uma nova gestação saudável evitando a recorrência”, conta Nelson Gaburo, gerente-geral do DB Molecular, uma divisão do grupo Diagnósticos do Brasil, único laboratório exclusivo de apoio do País que oferece o mais alto padrão de qualidade e serviços de excelência na área.

O exame estuda os 24 cromossomos no tecido do aborto pela tecnologia de sequenciamento de nova geração (NGS) para identificar se uma variação no cariótipo



O Teste POC (Produtos de Concepção) estuda o tecido fetal para entender o motivo pelo qual a gestação foi interrompida

foi a causadora da interrupção espontânea da gestação. “Diferente do exame cariótipo convencional, o Teste POC é feito sem cultivo celular, descartando falsos negativos por contaminação materna e tem resultados rápidos, em apenas 15 dias após a coleta com 99% de taxas informativas”, explica o especialista do DB.

O teste POC é indicado em casos de aborto de repetição; na primeira ocorrência de aborto espontâneo e para casais em tratamento de reprodução humana que já tenham passado por uma situação de perda gestacional. “50% das perdas gestacionais no primeiro trimestre de gestação são causadas por

alterações cromossômicas e esta taxa é superior a 60% nos casos de mulheres submetidas a tratamentos de reprodução assistida, por esse motivo o estudo genético do produto de concepção é de grande utilidade para determinar para proporcionar aconselhamento e sucesso reprodutivo do casal”, completa Nelson Gaburo.

Atenção: Colesterol alto também é coisa de criança

No Dia Nacional do Combate ao Colesterol, celebrado em 8 de agosto, o Hospital Pequeno Príncipe alerta sobre os riscos das altas taxas em crianças. A atenção com a saúde dos pequenos também é o tema central da Campanha de Combate ao Colesterol 2019, da SBEM (Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia) em parceria com a SBP (Sociedade Brasileira de Pediatria).

Com o slogan “O colesterol alto do seu filho não é brincadeira. Proteja sua família. Procure seu pediatra ou seu endocrinologista”, a campanha pretende estimular o diagnóstico e o tratamento precoce.

Em crianças, a união de estilo de vida desequilibrado - má alimentação e sedentarismo - e a genética podem favorecer o aumento dos níveis de colesterol ruim ou triglicérides no sangue, o que pode representar uma ameaça à saúde. “O alto colesterol está diretamente associado ao maior risco de infarto e acidente vascular cerebral. E a formação de placas de gordura nas artérias pode começar ainda na infância e levar às doenças cardiovasculares no futuro”, explica a endocrinologista pediatra do Hospital Pequeno Príncipe, Gabriela Kraemer.

De acordo com a médica, como o colesterol elevado em geral não causa sintomas, a indicação é de que o primeiro perfil lipídico seja realizado a partir de dez anos. Já em crianças com doenças crônicas, obesidade, diabetes, problemas renais ou autoimunes, assim como naquelas com histórico familiar de doença cardiovascular precoce (antes dos 50 anos) ou com histórico familiar

desconhecido, a recomendação que os exames de colesterol sejam feitos a partir dos dois anos de idade.

MAUS HÁBITOS

Além dos fatores genéticos, a pediatra acredita que uma das explicações para os níveis elevados de colesterol em crianças são os maus hábitos alimentares em geral e o mau entendimento dos rótulos de produtos com gordura trans. “Quando a mãe lê zero, ela entende que o alimento é livre desse tipo de gordura, o que não é verdade”, diz.

A legislação admite que o fabricante diga que seu produto tem “0% de gordura trans” quando tem até 0,2 g por porção. Com isso, a criança é liberada a consumi-los. A gordura trans é encontrada na margarina, bolachas (especialmente as recheadas), batatas fritas, sorvete e salgadinhos de pacote e frito, fast-foods, empanados (tipo nuggets) e embutidos (salsicha, por exemplo). E os seus efeitos no corpo não fazem nada bem à saúde, além de aumentar o colesterol ruim, reduz o bom.

“Não existem alimentos proibidos, o problema está na quantidade de gordura consumida. Os pais e os avós querem demonstrar carinho e sempre oferecem alguma coisa para a criança comer. Mas sugerimos algumas trocas, no lugar da balinha, dê uma figurinha. Troque a bolacha por uma fruta, o bolo pronto por um bolo caseiro. Em vez de levar a criança para tomar um sorvete, leve-a para brincar no parque”, aconselha.

TRATAMENTO

O tratamento inicial para



uma criança com colesterol alta se baseia em mudanças de estilo de vida, com aumento da prática de atividade física e adequação da dieta. Se essas medidas não surtirem efeito, o tratamento com remédios pode ser recomendado. “Por isso o acompanhamento de um pediatra e/ou endocrinologista é fundamental”, ressalta a endocrinologista.

Ela lembra ainda que, para melhores resultados, é importante que a criança entenda seu diagnóstico: “Os pais devem explicar a ela o que acontece com seu organismo de forma acessível, para que ela se sinta envolvida no tratamento e aceite melhor as mudanças alimentares e de estilo de vida”.

CONFIRA ALGUMAS DICAS DE ALIMENTAÇÃO E HÁBITOS SAUDÁVEIS PARA AS CRIANÇAS:

- *Escolha bebidas saudáveis e evite bebidas açucaradas;
- *Aposte em frutas e legumes, produtos lácteos com baixo teor de gordura, alimentos ricos em fibras (por exemplo, grãos integrais) e com baixo teor de sódio;
- *Preste atenção ao tamanho das porções e limite as refeições em restaurantes de fast food, os níveis de triglicérides aumentam com a ingestão de carboidratos em excesso. Por isso, alimentos ricos em açúcar e carboidratos simples devem ser controlados;
- *Incentive seu filho a praticar alguma atividade física regularmente;
- *Limite a no máximo duas horas por dia o tempo que seu filho passa na frente de uma tela, seja assistindo televisão, jogando videogames ou usando o computador;
- *Converse com seu filho sobre os perigos do tabagismo (fumar é um dos fatores de risco);
- *Seja um modelo exemplar para o seu filho. Por exemplo, coma alimentos saudáveis; participe de atividades físicas em família.

SBD alerta para riscos a crianças com diabetes

A SBD (Sociedade Brasileira de Diabetes) e a SBEM (Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia) alertam para o risco que o tão temido colesterol elevado oferece a crianças com diabetes. As instituições apontam ainda quais os índices de colesterol são recomendados para a população pediátrica como mantê-los equilibrados.

Em crianças as metas recomendadas no perfil lipídico são:

- Colesterol total menor que 170mg/dL;
- LDL-c menor que 110mg/dL;
- HDL-c maior que 45mg/dL;
- Triglicérides* de 0-9 anos: menor que 75mg/dL com jejum; menor que 85mg/dL sem jejum; de 10-19 anos: menor que 90mg/dL com jejum e menor que 100mg/dL sem jejum.

A endocrinologista Maria Helane Gurgel, membro do Departamento de Doença Cardiovascular da SBD, explica que o diagnóstico de dislipidemia (alteração no metabolismo dos lípidos ou “gordura”) é realizado com maior frequência em pacientes com diabetes na idade adulta, uma vez que o tipo de diabetes mais relacionado ao desenvolvimento conjunto de dislipidemia é o tipo 2, no qual há uma herança familiar bem relevante. No entanto, mesmo sabendo que em crianças o diabetes tipo 1 é o mais frequente, é importante salientar que níveis elevados de colesterol podem ser nocivos à população pediátrica com diabetes, independente do tipo de classificação (tipo 1 ou 2).

Em pessoas com diabetes, o LDL-c (o colesterol ruim) apresenta tamanho e comportamento diferentes. Desse modo, ainda que não

esteja em níveis tão elevados, pode se depositar em vasos arteriais e iniciar processos inflamatórios com possibilidade de obstrução da circulação arterial. “O risco de um colesterol elevado é o depósito de gordura na parede dos vasos, que pode ser um pontapé inicial para disparar a cascata da inflamação, da coagulação e interrupção da circulação. Quando a circulação é interrompida no coração, por exemplo, pode gerar infarto; no cérebro, AVC; além disso, pode haver acometimento da circulação dos membros inferiores, por vezes acompanhada da neuropatia diabética, por isso é necessário avaliar e cuidar corretamente”, alerta.

A melhor maneira de aferir o colesterol no organismo é por meio da avaliação do perfil lipídico que considera o Colesterol Total, o LDL-c, HDL-c e Triglicérides. As crianças diagnosticadas com diabetes

devem fazer essa avaliação após o diagnóstico, independente da idade. Para as

demais, recomenda-se que a primeira avaliação ocorra entre 9 e 12 anos de idade.

Como evitar

A endocrinologista Maria Helane salienta que, para evitar a combinação nociva de diabetes e colesterol fora de controle, os pequenos devem ter uma vida ativa fisicamente (pelo menos, 150 min/semana de atividades); alimentação rica em frutas, legumes e verduras; preferir alimentos com maiores teores de fibras; consumo moderado de carboidratos (respeitando a recomendação médica e nutricional de cada paciente); baixa ingestão de alimentos gordurosos, sobretudo os com altas taxas de gordura saturada; evitar alimentos que apresentem gordura trans em sua composição.

“Doenças como a obesidade, o diabetes e a síndrome metabólica podem contribuir para a elevação do colesterol no organismo, por isso um estilo de vida saudável é uma importante forma de prevenção. Os pais, caso tenham histórico familiar de diabetes ou mesmo colesterol alto na família, devem avisar ao pediatra para que ele possa rastrear se a criança tem potencial para desenvolver a doença. Também é responsabilidade dos pais compartilhar o histórico familiar para que os filhos se desenvolvam da melhor forma possível”.

Infecção no dente é risco para doença cardíaca?

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Quando se pensa em cuidar da saúde do coração, automaticamente lembramos a necessidade de manter o monitoramento dos principais fatores de risco, como colesterol e hipertensão. Apesar de esses elementos serem de grande influência, o cardiologista Lucas Velloso Dutra, do Hospital Edmundo Vasconcelos, alerta que uma simples infecção de dente também pode gerar risco de doença cardíaca.

O especialista explica que o problema pode ser causado quando uma bactéria se dissemina pela corrente sanguínea e atinge o órgão, ocasionando, então, comprometimentos. “A doença cardíaca relacionada a uma infecção na cavidade oral é chamada de endocardite infecciosa (EI), que consiste na inflamação das válvulas cardíacas. Em casos mais graves é necessária a troca dessas válvulas”, complementa.

Apesar de infecção secundária na boca ser algo comum, o médico esclarece que as consequências ao coração comumente atingem pacientes que já possuem alguma predisposição, como cirurgia cardíaca prévia, problemas congênitos das valvas ou quadros clínicos em que existe diminuição da imunidade.

A rapidez no diagnóstico e o tratamento adequado são fundamentais para evitar a piora do quadro e evitar comprometimento do coração e outros órgãos, sem deixar de lado, é claro, o cuidado com a saúde bucal. O alerta fica para os primeiros sinais que são febre, mal-estar, taquicardia e falta de ar.

Lucas Velloso Dutra esclarece que, após a detecção, o problema pode ser tratado apenas com antibiótico ou, em casos mais graves, uma cirurgia cardíaca.



Problemas dentários podem reduzir a autoestima e causar doenças

É na boca que nasce a mais humana das expressões, o sorriso. Conhecido como o nosso “cartão de visita”, ele possui um importante papel na nossa vida, pois é por meio dele que, muitas vezes, mostramos ao mundo como nos sentimos.

Vivenciamos uma época de superexposição nas mídias e nas redes sociais, e o sorriso pode se tornar um vilão para a autoestima de pessoas com alguma deficiência estética odontológica, como dentes mal posicionados, amarelados ou com cáries. No entanto, além das aparências, estão questões que podem estar relacionadas até a uma série de problemas de saúde.

Já imaginou você ter tanta vergonha do próprio sorriso a ponto de não ter uma foto sequer sorrindo em seu perfil? O dentista Robson André relata que esse não é um caso incomum: “Hoje em dia, facilmente podemos quantificar o quanto o sorriso de

nosso paciente está afetando sua autoestima. Uma simples visita ao seu perfil do Instagram pode revelar um histórico de imagens sem sorrir ou com sorrisos tímidos, sem exposição dos dentes, e esse quadro está ficando cada vez mais frequente.”

O especialista aponta que a linguagem do rosto é provavelmente a forma mais comum de comunicação entre as pessoas e ressalta o motivo pelo qual problemas na estética dental e facial podem acarretar em outras questões de saúde e bem-estar: “A expressão facial não apenas traduz um sentimento mas também o estimula. Ou seja, quem ri porque está feliz fica ainda mais feliz porque ri e o autocondicionamento para não sorrir pode acabar tendo uma ação inversa, deixando o indivíduo ainda mais infeliz. Fatores como o bullying e a insegurança com a própria imagem podem ocasionar a privação do indivíduo ao convívio social e

até mesmo gerar o aparecimento de outras doenças, tanto cardíacas, devido a bactérias bucais viajando na corrente sanguínea, como a depressão, considerada o mal do século 21”, revela.

TRATAMENTOS

Robson André conta que os avanços da odontologia estética têm sido aliados para oferecer tratamento mais rápidos e eficazes. “Hoje temos diversas formas de reestabelecer a função e a estética de nossos pacientes. Além disso, recentes avanços permitem inclusive que o paciente mantenha a estética do sorriso mesmo durante o tratamento. Seja com o uso de aparelhos ortodônticos invisíveis ou provisórios superestéticos para os tratamentos protéticos, já iniciamos a transformação física e psicológica do paciente desde a primeira consulta”.

A exposição nas redes sociais também permite que o



profissional perceba a satisfação do paciente: “É muito gratificante quando podemos observar a primeira foto sorrindo sendo

publicada pelo paciente. Constatar que a mudança no sorriso foi capaz de transformar sua autoestima é recompensador.”



**Peça já o seu.
Cartão de TODOS.**

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

O maior cartão de descontos do Brasil.



Cartão de TODOS
Bom pra todos.

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

*Cartão em relação ao plano de saúde, não garante a responsabilidade pelos serviços oferecidos e pelo pagamento das despesas, nem assegura descontos em todos os serviços obrigatoriamente por legislação. Para mais informações, consulte o site www.cartãodetodos.com.br