

O Paraná, saúde

SUPLEMENTO JORNAL O PARANÁ
DOMINGO, 16 DE FEVEREIRO DE 2020



**Câncer é a principal
doença que mata
crianças e adolescentes**

Alimentos hiperpalatáveis: por que é tão difícil resistir a alguns alimentos

Você já se deparou com uma situação na qual não consegue parar de comer um alimento, mesmo que a fome já esteja saciada? Talvez esse seja um alimento hiperpalatável. Esse termo foi cunhado por cientistas da Universidade de Kansas, Estados Unidos, e se referem aos alimentos que, devido à combinação de alimentos ligados ao sabor, são difíceis de resistir. “Um alimento hiperpalatável é aquele que o resultado dos componentes, como gordura, sódio, açúcar e carboidratos o torna mais saboroso. Exemplos são chocolates, salgadinhos de pacote e biscoitos, mas ainda há uma grande limitação nas pesquisas que envolvem esse tipo de alimento”, afirma Marcella Garcez, médica nutróloga e professora da Associação Brasileira de Nutrologia.

Levando em consideração a falta de um consenso para os alimentos altamente palatáveis, pesquisadores desenvolveram uma definição quantitativa para os alimentos hiperpalatáveis, como foi publicado pelo periódico *Obesity* em novembro de 2019.

Os pesquisadores definiram como alimentos hiperpalatáveis aqueles que contêm: mais de 25% de sua energia proveniente das gorduras e 0,3% ou mais do seu peso de sódio, como bacon, cachorro-quente e



FOTOS: DIVULGAÇÃO

algumas pizzas; mais de 20% de sua energia proveniente de açúcares simples e o mesmo percentual de gorduras. Por exemplo: brownie, bolo e sorvete; ou mais de 40% da energia proveniente de carboidratos e 0,2% do seu peso de sódio, como pães e biscoitos. “Esses alimentos podem estar envolvidos na ativação do nosso circuito de recompensa, criando uma experiência altamente gratificante. Assim, fica difícil parar

de comê-los, mesmo quando já estamos saciados”, complementa a Nutróloga.

ALIMENTO “DIET”

Um dado interessante da pesquisa é que até alimentos ditos dietéticos podem estar inclusos no grupo dos hiperpalatáveis. Como explicar isso? Segundo Marcella, muitos alimentos definidos como zero, diet ou light são vendidos como produtos

“mais saudáveis”, porém, ao reduzirem um determinado nutriente, como as gorduras, são adicionados nutrientes compensatórios, como carboidratos. Além disso, para manutenção do sabor e da textura, aditivos alimentares costumam ser utilizados. O estudo indicou também que alimentos naturais (não industrializados) não apresentaram critérios de hiperpalatabilidade.

Marcella diz que não é necessário cortar completamente esse tipo de comida da alimentação, contanto que os excessos sejam evitados. “Ter conhecimento que certas combinações tornam os alimentos mais palatáveis contribui para comermos com mais consciência. O ideal é se consultar com um profissional da nutrição para realizar uma dieta equilibrada e ideal para o que o seu corpo precisa”.

O que incluir e o que tirar da dieta para melhorar a pele

Sua dieta desempenha um papel significativo na aparência da sua pele, principalmente melhorando a hidratação, o viço, a luminosidade e a defesa antioxidante contra os agentes que podem envelhecê-la.

“Os alimentos que você consome regularmente definem a aparência da sua pele, não apenas em um mês, mas também em um ou dois anos. Beber água é algo muito óbvio e algo que as pessoas esquecem

também”, diz o dermatologista Jardis Volpe, membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia e da Academia Americana de Dermatologia.

Especialistas dão dicas do que incluir e do que parar de comer.

TENHA PROTEÍNA SUFICIENTE NO SEU CARDÁPIO

Coma mais peixe, frango, nozes, ovos e produtos lácteos, como iogurte. “A proteína ajuda a manter os músculos em dia, tornando a pele mais cheia. Se você estiver procurando por uma dieta antienvelhecimento eficaz, verifique se ela contém produtos proteicos suficientes”, diz o médico.

ADICIONE MUITOS ANTIOXIDANTES TAMBÉM

Certifique-se de consumir muitas frutas como uvas, laranjas, kiwis, ameixas pretas, cranberries, mirtilos e morangos para neutralizar os radicais livres que influenciam seu processo de envelhecimento. “Temos um sistema muito eficiente de antirradicais livres ou sistema antioxidante, e ele tem três barreiras. A primeira delas é composta pelas vitaminas, resveratrol, e tudo aquilo que já ouvimos falar sobre antioxidantes. Então pode investir no suco verde, em cúrcuma, pois realmente funcionam”, afirma a cirurgiã plástica Beatriz Lassance, membro titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica e da Isaps. Uma boa dica é não investir tudo em uma fruta em particular: “Tenha uma variedade de tudo para obter diferentes tipos de antioxidantes em sua dieta. Equilíbrio é a chave”, explica Jardis Volpe.



TENHA FIBRA SUFICIENTE EM SUA DIETA

Coma mais vegetais, grãos integrais e feijões. “Os alimentos fibrosos são ótimos, pois ajudam na saúde digestiva. E eles são baixos em calorias. Assim, você pode comê-los mais sem se sentir pesado. Além disso, por serem mais ricos em vitaminas, eles ajudam a melhorar a hidratação e a luminosidade da pele”, diz Jardis Volpe. Invista em cenouras, beterrabas, couve-de-bruxelas, brócolis, alface, entre outros. “Se você quiser obter mais fibras de um determinado alimento, coma-o em uma forma completa. Por exemplo, coma uma cenoura inteira em vez de beber suco de cenoura ou comer molho de cenoura”, diz o médico.



AFASTE-SE DAS CARNES PROCESSADAS

Salsicha, bacon e linguiça são exemplos de carnes processadas que podem ser prejudiciais à pele. “Essas carnes são ricas em sódio e gorduras saturadas, que podem desidratar a pele e enfraquecer o colágeno, causando inflamação”, lembra Beatriz Lassance. Ou seja, elas roubam o brilho natural da sua pele, que perde viço. Esse tipo de proteína pode ser substituído por ovos e frangos ou proteínas vegetais como feijão, grão-de-bico e ervilha.

REDUZA O AÇÚCAR

Comer açúcar não é uma boa coisa para sua saúde e sua aparência. “O excesso de açúcar em doces e bolos contribui para a formação de AGEs prejudiciais ao colágeno, mas também está envolvido em processos inflamatórios, como a acne”, explica Beatriz Lassance. Ao mesmo tempo, é difícil abandonar o vício em açúcar. O que fazer? Comece com um passo de cada vez. “Além de adequar o paladar, buscando consumir menos açúcar, é possível em muitas receitas substituir esse ingrediente por frutas mais doces e mel, que são fontes de vitaminas, ou versões mais ‘magras’, como o açúcar demerara ou o adoçante xylitol - também evitando o excesso”, completa a médica.

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 Uruguaí,
2.601 - Cascavel - PR
CEP 85.801.011 - Caixa Postal 761
Telefone Central (45) 3321-1000
Fax (45) 3321-1020

Direção-Geral
Clarice Roman

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

Inflamação do intestino: brasileiro demora 5 anos para receber diagnóstico

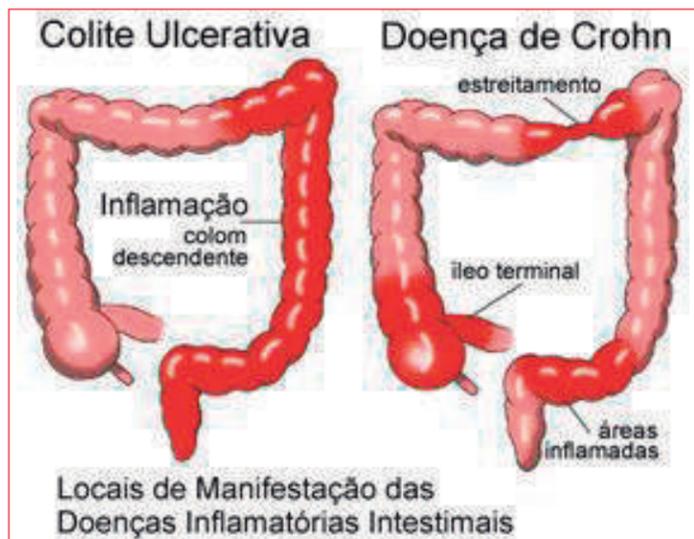


O brasileiro demora, em média, cerca de cinco anos para diagnosticar as doenças inflamatórias que atingem o intestino. O alerta veio de uma pesquisa do Centro de Doença Inflamatória Intestinal publicada no periódico americano Dovepress, que analisou pacientes com Doença de Crohn e Colite Ulcerativa.

Essas são as duas doenças inflamatórias intestinais (DII) mais comuns. Atingem todas as faixas etárias e geralmente apresentam as primeiras crises ou sintomas antes dos 30 anos em ambos os sexos. A dificuldade do diagnóstico acontece pela similaridade com os sintomas de outras doenças que também apresentam sintomas como dores abdominais, fezes com sangue ou muco, além de inchaço no abdômen.

Segundo o enfermeiro estomaterapeuta Antônio Rangel, consultor da Vuelo Pharma, o acompanhamento médico ao surgir qualquer sintoma é essencial. “Para o diagnóstico precoce, é importante observar o histórico familiar e a sintomatologia. Um médico generalista pode auxiliar e indicar na sequência um especialista. O especialista irá avaliar a necessidade de realização de exames como a colonoscopia. Alguns países inclusive adotam esse exame como de rotina preventiva”.

Uma das maiores preocupações dos especialistas é o agravamento dessas doenças, que podem culminar inclusive em procedimentos invasivos, como a ostomia. Quando as doenças inflamatórias intestinais estão em estágio avançado, existe uma inflamação



grande do intestino, sendo necessário, por vezes, cirurgia para limpeza do órgão.

“Em alguns casos o paciente precisa passar por uma cirurgia que exterioriza uma porção do intestino para a parede abdominal, evitando que as fezes, se em curso normal, aumentem a inflamação e infecção da região. Esse procedimento de exteriorização do intestino é chamado de ostomia”, explica o especialista. Quando existe a necessidade desse tipo de cirurgia, a pessoa passa a usar uma bolsa coletora para as fezes, que deve ser higienizada diversas vezes ao dia.

CONSEQUÊNCIAS

As complicações relacionadas ao atraso do diagnóstico podem levar o paciente a uma ostomia temporária ou até permanente - e, conseqüentemente, a uma mudança significativa na sua qualidade e no seu estilo de vida. “Um dos fatores mais impactantes é justamente o convívio com a bolsa coletora e o processo

de limpeza”, conta Thiago Moreschi, diretor da Vuelo Pharma, empresa dedicada a desenvolver soluções que ampliem o bem-estar de pessoas ostomizadas.

NOVIDADES

Dentre os itens já desenvolvidos pela empresa estão o Gelificador, uma cápsula gelatinosa que é colocada dentro da bolsa coletora ainda vazia. “Assim que entra em contato com as fezes, o produto solidifica esse material, evitando vazamentos, e ainda libera uma essência de lavanda, o que aumenta o conforto do usuário em relação à preocupação com odores”, explica Moreschi.

Além do Gelificador, que é um produto inédito no mundo, a Vuelo desenvolveu o Spray de Barreira, um spray aplicado na pele antes da colocação da bolsa, que minimiza irritações, alergias, feridas e outros incômodos gerados pelo adesivo que cola a bolsa no corpo.

Fonte: www.vuelopharma.com

Postura Sistêmica e as Constelações



Postura Sistêmica: você também pode viver uma nova vida

Há 14 anos fui apresentada às constelações e há oito anos conheci o Ho'oponopono. Desde então minha vida passou a ter outro sentido. Experimento o que chamamos de salto quântico com muita frequência.

Conheci a fé, me aproximei de Deus e da minha família como nunca havia e experimentado.

Desde que conheci as constelações nunca mais parei de estudar e aprender. Conheci Bert Hellinger pessoalmente, tive a oportunidade de me sentar ao seu lado e de ser atendida por ele. Foi realmente desafiador, difícil e transformador.

Durante o percurso eu me perdi e me encontrei, atravessei as “noites escuras”, algumas vezes rapidamente outras nem tanto. E continuo a caminhar.

Compreendi que somos o próprio sistema familiar, que nossos pais são os certos para nós, são Essências Divinas e, além de nos dar a vida, eles são o acesso a Deus, à inteireza e à potencialidade pura. São nossos portais divinos. Sem eles, nada feito.

Aprendi sobre os traumas e de como eles atuam em nós, e, mesmo quando temos compreensão, ainda é preciso transmutar as informações que eles deixaram impressas em nós como memórias inconscientes. Aprendi também que é possível integrar tudo, mesmo o que parecia impossível. E ainda assim apreciar. Sim, aprendi a apreciar! Essa é a melhor parte!!!

Aprendi a lidar com a morte, com a dor, com a falta. Transformei a dor da não aceitação em consentimento. A dor da falta passou a ser uma lembrança saudosa gostosa de sentir.

Não existem histórias que enfraquecem. Todas as histórias fortalecem. Absolutamente todas.

Compreender como isso é possível é a grande chave!

Também não existem garantias, a vida acontece dia após dia e temos que nos jogar, aprender sobre vulnerabilidade e a viver na certeza. Quando damos um passo, Deus coloca o chão.

Aprendi também sobre a gratidão. Sobre agradecer e sobre estado de graça.

Compreendi o que é ser cocriador e estou praticando!

Hoje eu agradeço e me rendo. Todos os dias. Eu me rendo e recebo as bênçãos. Sem resistir. E entro em ação!

Quero compartilhar com vocês um pouco de tudo isso. Por isso desenvolvi um processo, um método que se chama Postura Sistêmica Ativa Gratto.

Esse método tem por base os fundamentos da Constelação, do Ho'oponopono, uma pincelada de física quântica e um pouco de tudo o que faz sentido para mim. É mais consciência do que terapia.

Chamo também de facilitação de consciência.

E preparei curso para te ajudar a experimentar uma nova vida. Você não vai aprender a constelar, mas vai poder se nutrir do conhecimento das Leis Sistêmicas e das consciências, segundo Bert Hellinger, e vai poder utilizar no dia a dia, em todos os contextos. Isso vai te trazer paz, tranquilidade, conexão, saúde, disposição e apreciação!

E, quando você se sente feliz e grato, a prosperidade e a abundância passam a ser a sua sintonia! Quer mais?

Venha! Isso está só começando!!! Estou feliz por você estar aqui!

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 SISTÊMICAS

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

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

Câncer

Aproximadamente 80% dos casos podem ser curados se diagnosticados e tratados precocemente

No Brasil, segundo o Inca (Instituto Nacional de Câncer), o câncer é a principal doença que causa morte na faixa etária de 1 a 19 anos e surgem 12,5 mil novos casos por ano. Entretanto, aproximadamente 80% das crianças e dos adolescentes podem ser curados se diagnosticados e tratados precocemente.

Os principais tipos de câncer infantojuvenil são as leucemias, os linfomas e os tumores de sistema nervoso central. Para Gustavo Zamperlini, oncopediatra da Rede de Hospitais São Camilo de SP, a chance de cura varia de acordo com o tipo de câncer, a idade e, principalmente, do diagnóstico precoce, com início rápido do tratamento. “Quanto mais tarde a criança começar a terapia, maior a chance de se encontrar a doença avançada e disseminada. Essa situação também pode comprometer muito o sucesso do tratamento, pois levam a quadros clínicos graves como desnutrição, insuficiência de alguns órgãos e sangramentos, contribuindo para o aumento da mortalidade”.

Segundo o especialista, a

causa exata de doenças tão graves na infância ainda não é totalmente conhecida. O surgimento do câncer nessa faixa etária está mais relacionado a condições genéticas, ou seja, alterações ou falhas celulares chamadas de mutações. “Por algum motivo, os proto-oncogenes, controles ou vigias do organismo responsáveis pela correção dessas falhas simplesmente não funcionam, sofrem mutações e se transformam em oncogenes. Quando isso acontece, a célula acometida passa a se desenvolver de maneira errada, rápida e totalmente doente levando ao câncer”, explica Zamperlini.

SINTOMAS

Na criança, como os sintomas de câncer são muito

parecidos com os de infecções ou outras doenças benignas dessa fase, a atenção dos responsáveis às situações que atrapalhem ou modifiquem as atividades habituais é essencial para a suspeita e ao diagnóstico precoce.

De acordo com o especialista, os principais sinais de alerta são: palidez, febre persistente, manchas roxas no corpo ou sangramentos repentinos, dores muito fortes em membros inferiores que dificultam o movimento, estrabismo ou alterações súbitas de visão, dores de cabeça relacionadas a vômitos persistentes, alterações de equilíbrio e fala, aumento do volume abdominal (inchaço), aumento de gânglios - os populares caroços ou “inguas”.

Tipos de câncer por faixa etária

O câncer infantojuvenil tem dois picos de incidência. Segundo o oncopediatra do Hospital São Camilo Gustavo Zamperlini, o primeiro ocorre nos primeiros quatro anos de vida e o segundo perto do início da puberdade, a partir de 14 e 15 anos. “Os tumores mais frequentes nos menores de 15 anos são leucemias, linfomas, tumores de sistema nervoso central e abdominais. Já nos maiores, podem se apresentar ainda os tumores ósseos, gonadais e de tireoide”.

é a principal doença que mata crianças e adolescentes

Pequeno Príncipe alerta sobre importância do acompanhamento psicológico

Por ocasião do Dia Internacional de Combate ao Câncer Infantil (15 de fevereiro), o Hospital Pequeno Príncipe reforça a importância do diagnóstico precoce da doença para aumentar as chances de cura. Ainda que represente apenas 3% dos tumores em geral, o câncer na infância e na adolescência é a principal causa de morte entre 1 e 19 anos de idade.

Diferentemente do que acontece em adultos, não existem formas de prevenir a doença em crianças e adolescentes, mas a boa notícia é que a sobrevivência de pacientes dessa idade pode chegar até 80%.

Pioneiro há mais de 50 anos no tratamento de crianças e adolescentes com doenças oncológicas, que conta com cuidado humanizado e multidisciplinar, o Pequeno Príncipe aproveita a data para também alertar para aspectos psicológicos que podem impactar o paciente e sua família durante o tratamento. De acordo com a psicóloga do Hospital, Janaína Casaes,

o câncer é uma doença que, mesmo com os constantes avanços tecnológicos na sua detecção e no tratamento, ainda é extremamente temida e fortemente associada ao sofrimento e à morte. “Além disso, desde o diagnóstico até o fim do tratamento, o paciente pode sofrer danos físicos e psicológicos, por conta de inúmeros motivos como procedimentos invasivos, internação e efeitos colaterais e restrições do tratamento. A vida também pode ser totalmente transformada pela presença da doença, que, no caso de uma criança ou um adolescente, também altera a rotina familiar”, explica.

DESESPERO

Quando ouviu a confirmação do diagnóstico da filha Ana Paula, de oito anos, Jurema Felix Chistiano Barnabê caiu no choro. “Eu perdi o chão. Tive que consolar meu marido e não podia deixar nossos filhos perceberem. O apoio psicológico foi fundamental da equipe do Pequeno

Príncipe”, conta.

De acordo com ela, esse acompanhamento foi importante para ela perceber que a doença poderia ser enfrentada: “Em um outro momento, essa orientação foi necessária para eu entender e me relacionar com a Ana, que começou a se fechar quando o tratamento fez seu cabelo cair”, conta a mãe, que já raspou a cabeça quatro vezes para apoiar a filha, que ainda tem oito sessões de quimioterapia pela frente. “Ela já tirou o tumor mas precisa seguir esse protocolo”.

A doença e o tratamento podem deixar os pais confusos em relação à educação de seus filhos. Mas a família é muito importante no cuidado e a orientação é que todos devem participar de alguma forma, inclusive os irmãos. “Quando a família se une e se ajuda, torna-se um porto seguro para a criança e aumenta os benefícios do tratamento. O carinho é fundamental”, explica a psicóloga do Pequeno Príncipe.



“Nenhuma criança deve morrer de câncer”, afirma Centro Infantil

No child should die of cancer. Traduzindo para o português: “Nenhuma criança deve morrer de câncer”. A frase lema da Sociedade Internacional de Oncologia Pediátrica (Siop-2018) serve de alerta no Dia Internacional de Luta Contra o Câncer Infantil (15 de fevereiro) e retrata bem o que o Centro Infantil Boldrini, referência no tratamento de câncer infantil e doenças hematológicas, acredita e trabalha para alcançar.

A doença é a principal causa de morte entre crianças e adolescentes entre 1 e 19 anos no Brasil, segundo o Inca. Os dados ainda apontam que 12.500 novos casos surgem por ano no País e, desses novos casos, cerca de 6.200 crianças são tratadas em hospitais públicos e em torno de 4 mil morrem sem

tratamento ou sem ter a doença diagnosticada.

A OMS (Organização Mundial da Saúde) prevê que o número de casos de câncer infantojuvenil deve chegar a 600 mil em todo o mundo em 2030.

Os desafios para se chegar ao que pretendeu na Siop-2018 são grandes. Os números assustam, mas também levam uma série de profissionais a investir seu trabalho na acolhida das crianças, tratamento e pesquisa sobre a doença. É o que acontece diariamente no Centro Infantil Boldrini, onde uma série de profissionais multidisciplinares luta dia a dia para mudar esses números e vêm conseguindo.

“Quando começamos o Boldrini, há 42 anos, a taxa de sobrevivência era em torno de 5%. Hoje, em alguns casos, chegamos a mais

de 80%, ultrapassando a média brasileira e de países em desenvolvimento de cerca de 60% e nos igualando aos números de países da Europa e aos Estados Unidos”, declara a presidente do Centro Infantil Boldrini, Sílvia Brandalise.

A médica e pesquisadora acredita os altos números conseguidos, entre diferentes fatores, ao tratamento multidisciplinar oferecido no hospital, à tecnologia utilizada, aos medicamentos de ponta (que nem sempre são fornecidos pelo governo federal e muitas vezes são importados com recursos próprios) e à pesquisa.

Mas engana-se quem pensa que os altos índices de cura contentam: “É uma série de fatores que contribuem para o sucesso do tratamento. Mas não adianta termos 80% de sobrevivência. Ainda faltam 20%. E se chegarmos

Para ajudar os familiares, o hospital sugere algumas dicas de como se comportar em relação ao paciente:

- Busque informações. Tente compreender o que é e como está a doença. Converse com o médico e equipe multidisciplinar que atende seu filho;
- Mantenha o tratamento de forma disciplinada, siga as orientações para hábitos saudáveis (alimentação, sono), compareça aos exames e consultas e dê a medicação nas horas certas, lembrando sempre de tirar todas as dúvidas em relação ao tratamento com equipe médica;
- Acompanhe e observe a reação de seu filho ao tratamento e, sempre que necessário, procure a equipe multidisciplinar;
- Entenda os limites e as restrições do tratamento e explique para a criança ou o adolescente o que ela pode ou não fazer, sempre respeitando as condições de saúde do paciente;
- Crie oportunidades de vida e hábito saudável, realizando atividades como ler, brincar, confraternizar, estudar, para além da dinâmica do tratamento;
- Compreenda que mudanças serão necessárias, considere o desafio posto e busque mecanismo e recursos de ajuda e apoio;
- Lide com as diferentes emoções, buscando atitude positiva e momentos de alegria e identificando espaços oportunidades de inclusão e apoio na comunidade onde se sinta confortável e possa expressar seus sentimentos;
- Busque sempre o equilíbrio entre dar apoio e dar limite à criança ou ao adolescente em tratamento para que ela venha a ter autonomia;
- Ouça o que o paciente precisa dizer, incentive-o a ter novos relacionamentos e grupos de apoio e estimule a construção de planos e projetos de superação.



Passo o leitor de QR code do seu celular para acessar a cartilha elaborada pelo Pequeno Príncipe

Atenção aos sinais

- Palidez, hematomas ou sangramento, dor óssea
- Caroços ou inchaços, especialmente se indolores e sem febre ou outros sinais de infecção
- Fadiga, letargia ou mudanças no comportamento, como isolamento
- Perda de peso inexplicada ou febre, tosse persistente ou falta de ar, sudorese noturna
- Dor de cabeça, especialmente se incomum, persistente ou grave, vômitos (em especial pela manhã ou com piora ao longo dos dias)
- Alterações oculares: pupila branca, estrabismo de início recente, perda visual, hematomas ou inchaço ao redor dos olhos
- Dor em membro ou dor óssea, inchaço sem trauma ou sinais de infecção
- Inchaço abdominal
- Tontura, perda de equilíbrio ou coordenação

Infantojuvenil X Adulto

O câncer acontece de forma muito diferente nas crianças e nos adultos. Na fase adulta, o crescimento do tumor é lento, insidioso e os tipos mais comuns são próstata, mama e pele. “Além disso, ao contrário das crianças, o estilo de vida impacta significativamente no seu desenvolvimento, por exemplo, a relação entre tabagismo e câncer de pulmão. Mas isso não significa que adultos não apresentem tumores iguais aos da faixa etária infantil, como linfomas e leucemias”, alerta o oncopediatra Gustavo Zamperlini.

Tratamentos

De acordo com o especialista Gustavo Zamperlini, os tratamentos disponíveis para as crianças são muito semelhantes aos sugeridos para os adultos, como a quimioterapia, radioterapia, transplante de medula óssea e cirurgia. Além disso, o principal foco das pesquisas atuais é a imunoterapia, na qual as células de defesa do organismo, como os linfócitos, atacam o tumor.

“Na pediatria, os principais métodos são os anticorpos bispecíficos e as chamadas CART cells, método ainda inédito no País, que modifica geneticamente os linfócitos da criança ou de um doador para atacarem o tumor. Essas medicações ajudam a reduzir os efeitos colaterais da quimioterapia. Contudo, ainda quase todos os tipos de câncer necessitam, em algum momento, de receber as terapias tradicionais”, explica o médico do Hospital São Camilo. Além da medicação, o centro especializado e equipe multidisciplinar integrada também são aliados importantes para o sucesso do tratamento. “A família e a criança com câncer enfrentam longos períodos no hospital, internações e efeitos colaterais que são marcantes para suas vidas. É nesse momento que entram os profissionais estratégicos desse time, como enfermeiros, psicólogos e fisioterapeutas, com o papel de detectar qualquer problema específico de suas áreas para colaborar com a terapia, além de acolher e apoiá-los emocionalmente, contribuindo significativamente para o salto na sobrevivência”.

SALE

até **40%** OFF

em peças selecionadas

Bella Mulher®
moda íntima

/bellamulhermodaintimacascavel /bellamulhermodaintimatoledo

@bellamulhermodaintima

500 mil brasileiros vivem com hepatite C e não sabem

No Brasil, mais de 500 mil pessoas vivem com hepatite C e não sabem, segundo o Ministério da Saúde. A hepatite é uma inflamação do fígado que pode ser adquirida por hábitos de vida ou por contaminação com o vírus. Existem cinco tipos identificados da doença, classificadas especificamente pelas letras A, B, C, D e E.

As hepatites B e C são consideradas infecções sexualmente transmissíveis e, muitas vezes, não apresentam sintomas até que atinjam maior gravidade. Os dados mais atualizados do Ministério da Saúde mostram que, de 1999 a 2018, foram confirmados 632.814 casos de hepatites virais no Brasil, sendo 233.027 (36,8%) de hepatite B e 228.695 (36,1%) de hepatite C.

Pessoas com idade entre 40 e 50 anos que vivem com hepatite C podem ter sido contaminadas com o vírus por meio do uso de seringas não descartáveis, transfusão de sangue sem controle de qualidade e até em hemodálises. Hoje, a forma mais comum de contaminação, além de sexo desprotegido, é o compartilhamento de seringas, no uso de drogas, e com objetos

cortantes contaminados.

Para os casos de hepatite B, já são disponibilizadas vacinas. As pessoas mais jovens são menos afetadas por essa doença, já que, atualmente, o medicamento é oferecido pouco tempo depois do nascimento, como observa o diretor do Departamento de Doenças de Condições Crônicas e Infecções Sexualmente Transmissíveis, da Secretaria de Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde, Gerson Fernando Mendes Pereira.

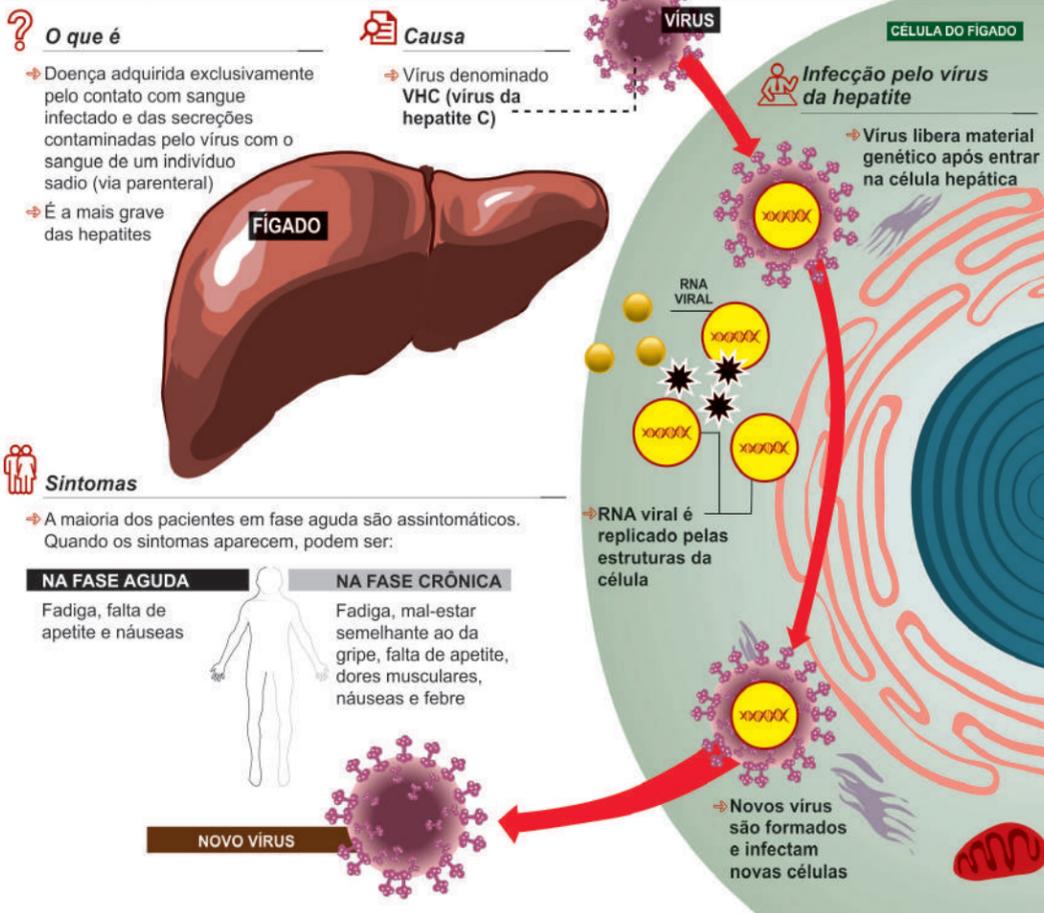
“Nós tomamos vacina para a hepatite B. Já para os casos de hepatite C, nós não temos. Para a hepatite B, a vacina é uma que, lá no começo, tinha alguns grupos prioritários. Hoje é uma vacina universal. Então, temos observado que os mais jovens já não têm muita hepatite B, porque eles estão cobertos pela vacina, já que tomam o medicamento ao nascer.”

O mais recente Boletim de Hepatites lançado pelo Ministério da Saúde aponta que, em 2018, foram registrados quase 14 mil novos casos de hepatite B e 26 mil de hepatite C.

Gerson Fernando Mendes explica que as notificações ajudam a se chegar ao diagnóstico mais rápido.

HEPATITE C

Conheça mais sobre a doença



Dessa forma, o tratamento é feito com maior antecedência, tornando-se mais eficaz e em uma escala mais ampla.

“Nós temos uma estimativa de 1 milhão de casos e, diferente da

Aids, que a gente consegue diagnosticar 85% dos casos, na hepatite C só temos diagnosticado cerca de 30% dos casos. A hepatite C hoje é uma doença que tem diagnóstico através dos testes rápidos. Ela

tem tratamento e cura.”

Sem camisinha, você assume esse risco. Use camisinha e proteja-se dessas ISTs e de outras, como HIV e Hepatites. Para mais informações, acesse: saude.gov.br/ist.

Brasil tem cerca de 13 mil pacientes com hemofilia

A hemofilia é uma doença hemorrágica que causa sangramentos espontâneos desde o primeiro ano de vida. Congênita e hereditária, a doença ocorre devido à deficiência de uma proteína de coagulação do sangue, podendo ser de dois tipos: hemofilia A e hemofilia B.

O que poucos sabem é que a mutação que causa a hemofilia fica localizada no cromossomo X. Por isso, em geral, as mulheres não desenvolvem a doença, apesar de poderem ser portadoras da mutação. Neste caso, o filho do sexo masculino é que pode manifestar a enfermidade.

Segundo a FHB (Federação Brasileira de Hemofilia), existem 13 tipos diferentes de fatores de coagulação, que são ativados apenas quando ocorre o rompimento de um vaso sanguíneo, onde a ativação do primeiro leva à ativação do seguinte até que ocorra a formação do coágulo pela ação dos 13 fatores. Na hemofilia A, há deficiência do Fator VIII (fator oito da coagulação) e na Hemofilia

B, há deficiência do Fator IX (fator nove da coagulação).

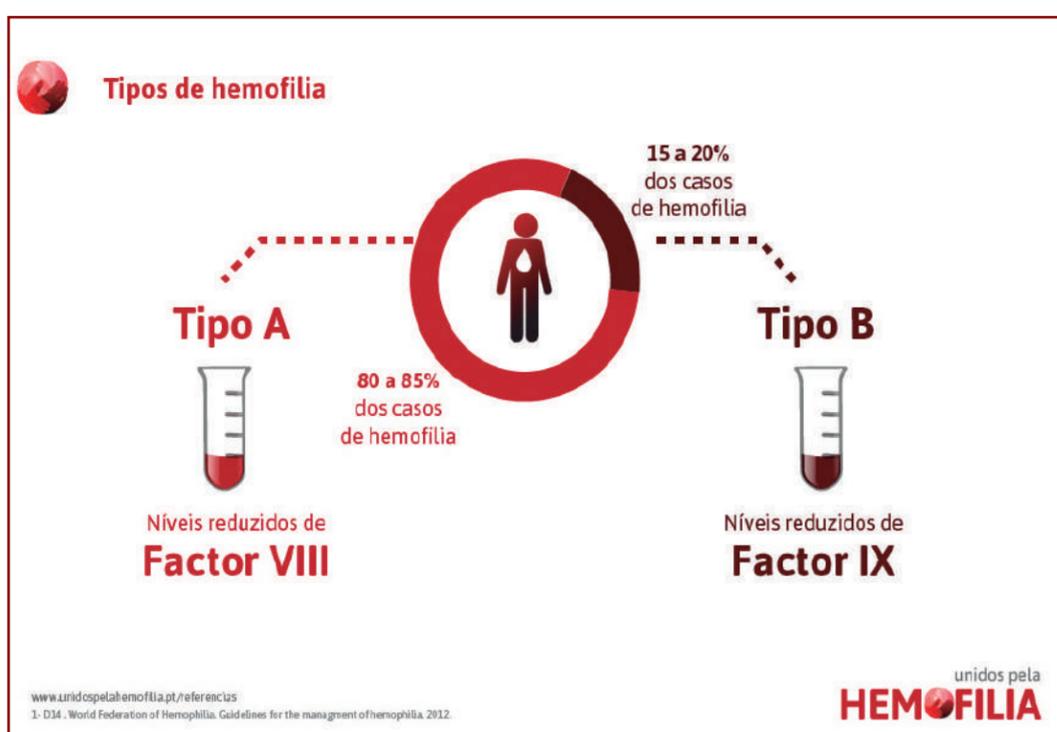
Para se ter uma ideia do qual rara é essa condição genética, sua prevalência é de aproximadamente 1 para cada 10.000 nascidos vivos para hemofilia A e 1 para cada 50.000 para hemofilia B.

Apesar de diferentes em níveis de severidade, ambas apresentam sintomas semelhantes já nos primeiros anos de vida. Entre eles, manchas roxas na pele; inchaço e dor nas articulações; sangramentos espontâneos, sem razão aparente, como na gengiva ou no nariz; hemorragias difíceis de parar após um simples corte ou cirurgia.

A partir da aparição desses sintomas, o diagnóstico é feito por meio de um exame de sangue que mede a dosagem do nível dos fatores VIII e IX de coagulação sanguínea.

TRATAMENTO

A hemofilia não tem cura, mas possui tratamento a partir da reposição do fator de coagulação deficiente. O



tratamento está disponível em todo o território brasileiro e é coordenado pelo Ministério da Saúde e da SAS (Secretaria de Atenção à Saúde) - departamento de Atenção Especializada, com equipes técnicas que atuam na logística do fornecimento das medicações que são todas importadas.

Entre os cuidados indicados aos pacientes, podemos citar a prática regular de exercícios que fortaleçam a musculatura (sendo desaconselhadas atividades com impacto). Além disso, os casos de sangramento devem receber pronto tratamento para evitar sequelas musculares e articulares.

Para isso, o paciente deve procurar atendimento em centro de referência tratador de hemofilia, onde receberá a terapia mais indicada para cada caso. É certo que um paciente tenha algumas restrições, mas, com o tratamento adequado, é possível seguir com qualidade de vida.



Orientações aos Profissionais de Saúde do Paraná Novo Coronavírus (2019-nCoV)

DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO DE NOVO CORONAVÍRUS (2019-nCoV)

Febre¹ e/ou sintomas respiratórios² (pelo menos um sinal ou sintoma)
e
Nos últimos 14 dias antes do início dos sintomas, histórico de viagem a área com transmissão local*
ou
Nos últimos 14 dias antes do início dos sintomas, tenha tido contato próximo³ com caso suspeito ou confirmado em laboratório para 2019-nCoV.

OBS: Nos casos de gestantes, crianças, idosos e imunodeprimidos podem não apresentar os sintomas clássicos. Devem ser observados com mais critério.

MEDIDAS DE PRECAUÇÃO

Precaução padrão, contato e gotícula (máscara cirúrgica, luva, avental de contágio**, óculos de proteção e gorro). Para procedimentos que gerem aerolização, usar máscara N95.

COLETAR UMA AMOSTRA DE SWAB COMBINADO DE NASOFARINGE (SNF) EM SERVIÇOS DE SAÚDE PÚBLICOS, E NOS PRIVADOS REALIZAR A COLETA DE 1 AMOSTRA QUE SERÁ ALIQUOTADA EM DUAS PARTES (MÍNIMO DE 2ML) E ENCAMINHAR UMA DELAS PARA O LACEN/PR

As amostras devem ser mantidas refrigeradas (4-8°C) e enviadas ao Lacen no prazo de até 48h, e após este período congelar a -20°C. Em pacientes intubados, poderá ser coletado lavado broncoalveolar.

NOTIFICAÇÃO IMEDIATA A SMS E CIEVS

Notificar CIEVS no (41) 99117 3500. Preencher ficha de notificação: <http://bit.ly/2019-ncov>.

MANIFESTAÇÕES CLÍNICAS

Febre, tosse, dispnéia, expectoração, fadiga, mialgia, cefaléia, dor de garganta, congestão nasal, miastenia, pneumonia sem sinais de gravidade.

COMPLICAÇÕES

Pneumonia severa, taquipneia (> 30 bat/min), SPO₂ < 90% em ar ambiente, síndrome respiratória aguda grave, infecção secundária, lesão cardíaca aguda.

CASOS LEVES

Manejo Atenção Primária de Saúde e Unidades de Pronto Atendimento (UPA).

CASOS MODERADOS E GRAVES

Solicitar internação hospitalar via complexo estadual de regulação e avaliar necessidade de UTI.

DIAGNÓSTICOS DIFERENCIAIS

Influenza, parainfluenza, rinovírus, vírus sincicial respiratório, adenovírus, coqueluche, infecções fúngicas, outros corona vírus.

MEDIDAS IMPORTANTES A SEREM ADOTADAS

Higienização das mãos, respeitando os 5 momentos, limpeza e desinfecção das superfícies, etiqueta da tosse.

*Até a data 28/01/2020, a única área com transmissão local é a China. As áreas com transmissão local serão atualizadas e disponibilizadas no site do Ministério da Saúde, no link: saude.gov.br/listacorona.

**Para assistência direta com grande volume de matéria orgânica, usar avental impermeável.

¹ Febre pode não estar presente em alguns casos como, por exemplo, em pacientes jovens, idosos, imunossuprimidos ou que em algumas situações possam ter utilizado medicamento antitérmico. Nestas situações, a avaliação clínica deve ser levada em consideração.

² Dor de garganta, coriza, batimento de asas nasais, cefaleia (dor de cabeça), irritabilidade/confusão, adinamia (fraqueza).

³ Contato próximo é definido como: estar a aproximadamente dois metros (2 m) de um paciente com suspeita de caso por novo coronavírus, dentro da mesma sala ou área de atendimento, por um período prolongado, sem uso de equipamento de proteção individual (EPI). O contato próximo pode incluir: cuidar, morar, visitar ou compartilhar uma área ou sala de espera de assistência médica ou, ainda, nos casos de contato direto com fluidos corporais, enquanto não estiver usando o EPI recomendado.

Referências: Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Boletim Epidemiológico. COE Nº 01, Brasília, Jan. 2020. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Boletim Epidemiológico. Volume 51 | Nº 04 | Jan. 2020. Organização Mundial de Saúde. Novel Coronavirus (2019-nCoV) Situation Report -7. 27/01/2020. <http://www.lacen.saude.pr.gov.br/>.

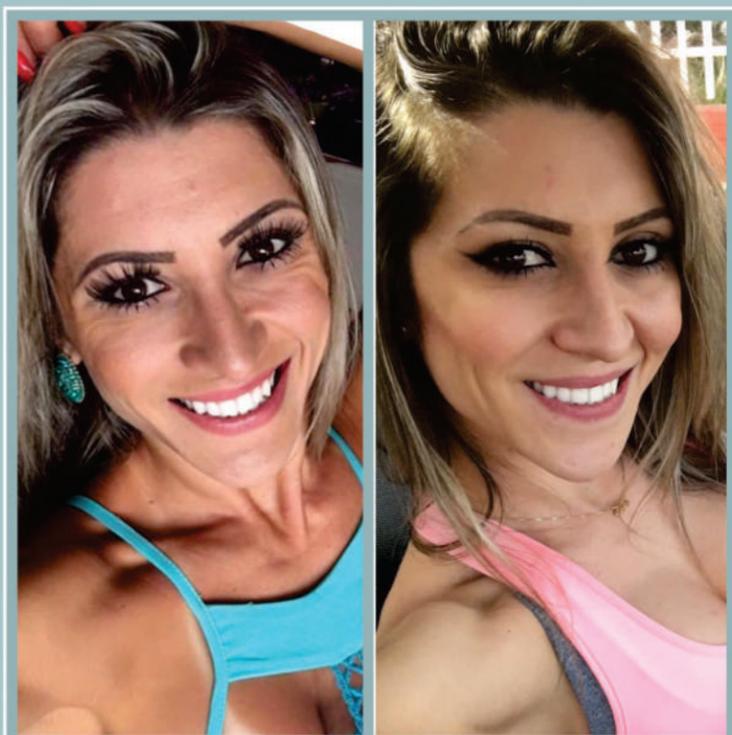
ESTUDANDO A HARMONIA DA FACE



ANTES

DEPOIS

O PACIENTE COM SUA MELHOR VERSÃO



ANTES

DEPOIS

DR. WILLIAN ORTEGA **Cirurgião-Dentista** CRO-PR 23627

Graduado em Odontologia (UNIPAR)
Pós-Graduado em Harmonização Orofacial
Especialista em Ortodontia pela Uningá
Coordenador da Facial Academy
Especializando em Implantodontia pela Uningá
Palestrante de congressos e jornadas acadêmicas
Atua na Harmonização Orofacial há mais de 4 anos
Ministrante de cursos nacionais e internacionais

Rua Minas Gerais, 1932
4º andar - Sala 404 | Cascavel - PR



Dr. Willian Ortega
CRO-PR 23627

Odontologia e
Harmonização
Facial



  /drwillianortega

 45 99809 3334