

O Paraná, saúde

SUPLEMENTO JORNAL O PARANÁ
DOMINGO, 23 DE FEVEREIRO DE 2020



**Cuidado com as beijocas de Carnaval!
A “doença do beijo” não é nada divertida**

Conheça as doenças que podem causar queda de cabelo

Perder até 100 fios de cabelo por dia - embora pareça um número elevado - é considerado normal entre os especialistas. Contudo, 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.

O especialista em restauração capilar Thiago Bianco explica que 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 porém têm 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 têm como melhor tratamento o transplante capilar", ressalta.

O especialista explica um pouco sobre as principais doenças que levam à queda anormal de cabelo. Confira:



Fotos: DIVULGAÇÃO

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.

Doenças autoimunes

São distúrbios como Alopecia Areata, lúpus e psoríase, que acabam atacando os órgãos e 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.

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.

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

Quatro danos que promovem perda de proteínas e enfraquecem os fios

Envelhecimento capilar é um termo recente, mas que elucida um processo resultante de diversos danos aos quais o cabelo é submetido. Até o ato de pentear o cabelo já provoca estresse mecânico, segundo a dermatologista Claudia Marçal, de Campinas, e membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia. "Todos esses danos se conectam ao envelhecimento intrínseco ou natural dos fios e contribuem para que o cabelo fique quebradiço, com diâmetro do fio menor, menos denso e espesso, além de: sem brilho, mais fraco, áspero e desidratado", alerta a dermatologista.

Alguns desses prejuízos são diários. "Os agentes externos danosos são agressivos e convertem os aminoácidos presentes no cabelo em seus respectivos derivados, resultando em uma significativa perda proteica", destaca, e alerta: "Se, com frequência, efetuarmos secagens, processos químicos, estilização e exposição ao sol, os danos causados não poderão ser reparados naturalmente".

COLORAÇÃO E DESCOLORAÇÃO

Os processos químicos de coloração e descoloração são os tipos mais comuns de danos. A dermatologista argumenta que, quando a

paciente pinta o cabelo, há uma perda proteica causada pela oxidação de aminoácidos no fio. "Essa diminuição dos níveis de queratina leva a uma redução da força capilar, além da remoção de pigmentos naturais", comenta.

Nos processos de coloração permanentes e semipermanentes, ocorre a abertura das escamas da fibra capilar pela ação de amônia e monoetanolamina. Segundo ela, os pigmentos iniciam o processo de oxidação na presença da água oxigenada, sendo direcionados ao interior do córtex capilar. "Quimicamente, o processo de tintura provoca a quebra das pontes de hidrogênio e salinas e isso vai resultar na perda de água e acentuar o comprometimento da resistência, maciez e brilho dos fios".

O processo de descoloração, no entanto, é o mais agressivo: "A descoloração capilar com uso de Persulfatos [sódio, amônio e potássio] destrói totalmente as ligações de hidrogênio, grande parte das ligações salinas e parcialmente as ligações cisteínicas, resultando em um cabelo extremamente desidratado e fraco. Em processos de descoloração, o tempo e a concentração em volume da água oxigenada são fundamentais para determinar o nível de descoloração e agressão

aos fios de cabelo: quanto maior, pior o dano", alerta.

ESCOVA E PENTE

O ato de passar a escova nos cabelos, quando não são usados produtos ideais, pode comprometer os fios e causar um dano mecânico. "Pentes de borracha alteram o ponto isoelétrico do cabelo, o que leva a um desgaste da cutícula (parte externa do fio) e consequente exposição do córtex (parte intermediária do fio)", comenta a médica.

CHAPINHA E SECADOR

A chapinha e o secador podem ser usados todos os dias, desde que você use um produto termoativo antes de submeter os fios ao aquecimento. Há um risco de dano térmico, como explica a médica: "A exposição da fibra capilar a altas temperaturas leva ao comprometimento da estrutura, o que pode corromper a harmonia da estrutura, além de perda de água. O segredo está em usar defrizantes com proteção térmica e protetores especiais para escovação."

SOL, CLORO E ÁGUA DO MAR

Ao ficar muito tempo em exposição solar, os fios passam por um processo oxidativo devido à ação dos raios UV. "A luz solar afeta a cutícula do cabelo e catalisa a

degradação das proteínas, além de provocar a oxidação da melanina através de radicais livres e o comprometimento da queratina. Os danos vão de descoloração do cabelo à redução da força dos fios e perda de brilho", explica Cláudia.

Todas as vezes que o cabelo - que já tem um dano estrutural ou mesmo o cabelo virgem - é submetido à exposição do mar, por conta do sal e do iodo, ou mesmo à areia, ao cloro, ao vento e ao sol, há um dano à estrutura da cutícula, à ceramida do fio, ressalta a médica. "Se essa exposição é frequente, há uma alteração na quantidade de proteínas presentes

na haste, muda a coloração presente no cabelo, e há um processo de desproteinização do fio, que sofre com a miniaturização e, com isso, há as fraturas e as microfaturas da haste capilar".



Como reverter os danos

Para reestruturar os fios, é necessária uma alimentação rica em oligoelementos como zinco, ferro, cálcio e manganês, além da suplementação via oral com silício orgânico biossponível Exsynutrient, Biotina, Cisteína, Cistina e Bio Arct, e também investir em reparação tópica com ativos ricos em proteínas que o cabelo perdeu. Ingredientes como ReparAge, Bio-Restore, Capillisil e Arct Alg são indicados para repor aminoácidos, restaurar a fibra capilar e nutrir o couro cabeludo.

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

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

Alzheimer é causa de 70% dos casos de demência no mundo



O Alzheimer é uma doença clinicamente caracterizada pela perda progressiva do volume cerebral global - e de funções cognitivas como memória, atenção, concentração e linguagem - e, mais especificamente, de alterações na área do cérebro denominada hipocampo, responsável pela fixação das memórias. Apesar de atingir, habitualmente, pessoas na faixa etária acima dos 60 anos, alguns casos acometem pessoas antes dessa idade.

Esquecimentos, desorientações no tempo e espaço costumam ser os primeiros sintomas. A dificuldade em lembrar palavras também é muito comum e pode acontecer já nos primeiros anos da doença. Os sinais da doença evoluem com o tempo e não têm cura. Mas, como atuar precocemente no diagnóstico e no tratamento?

Fatores de risco como predisposição genética individual, diabetes mellitus, hipertensão arterial, depressão, surdez, baixa escolaridade, sedentarismo, consumo elevado de gordura saturada, consumo excessivo de bebidas alcoólicas, infecções recorrentes por vírus da família herpes ou mesmo exposição crônica à poluição atmosférica são fatores que frequentemente são associados a uma maior chance de desenvolver o Alzheimer.

Há uma maior prevalência da doença em mulheres, na proporção aproximada de dos casos em mulheres para cada caso em homem. Acredita-se que isso ocorra devido a fatores como maior

expectativa de vida entre as mulheres, exposição a fatores hormonais durante a vida ou mesmo predisposição gênica associada ao gênero.

Estima-se que 50 milhões de pessoas sofram de algum tipo de demência no mundo. De acordo com a OMS (Organização Mundial de Saúde), 70% dos casos de demência são causados pelo Alzheimer. No Brasil, segundo a OMS, o número de pessoas vivendo com demência deve triplicar até 2050.

DIAGNÓSTICO

Os pilares do diagnóstico do Alzheimer são: avaliação médica criteriosa, exames de neuroimagem, testes cognitivos para avaliar a memória e outras funções cognitivas. Outros exames, como a coleta de líquido cefalorraquidiano para avaliar biomarcadores, podem ser necessários.

Seguir adequadamente as recomendações médicas de tratamento, realizar reavaliações médicas periódicas e orientar adequadamente os familiares sobre todos os contextos possíveis relativos à doença, ensinando-os a lidar com ela, são passos fundamentais para uma boa evolução do paciente durante o tratamento.

TRATAMENTO

O Alzheimer não tem cura, mas possui tratamento. Há fármacos de uso consensual

para o tratamento da doença, visando atuar sintomaticamente, porém, infelizmente, eles não interrompem os processos neurodegenerativos associados à doença e que levam ao quadro demencial.

O tratamento médico adequado, sobretudo quando iniciado precocemente, faz com que a doença se estabilize ou progrida mais lentamente, permitindo que os pacientes tenham uma melhor qualidade de vida, maior inserção nas atividades familiares e sociais e menos complicações clínicas associadas.

PREVENÇÃO

Exercitar a mente com atividades contínuas de aprendizado, atividades físicas regulares desde jovem (aeróbicas ou musculação), dieta do tipo MIND, que consiste em uma dieta que recomenda dez grupos de alimentos saudáveis para o cérebro, sendo eles: vegetais de folhas escuras, legumes, leguminosas, frutas vermelhas, oleaginosas, vinho tinto, azeite de grãos integrais, peixes e aves e cinco grupos de alimentos para se evitar, sendo eles: manteigas e margarinas, frituras e fast-foods, queijos, produtos processados e doces e carne vermelha.

Além disso, cuidados com os fatores de risco clínicos ou mentais costumam ser associados à prevenção da doença.

Sobre o HSANP

Investimento de um grupo de médicos e gestores especializados na área de saúde com mais de 20 anos de experiência, o HSANP é referência na zona norte da Grande São Paulo. Seu objetivo é servir à população, com atendimento qualificado, alta tecnologia e corpo clínico especializado.

Fonte: Maurício Lima Lobato, médico neurologista e neurofisiologista

Postura
Sistêmica e as
Constelações



Por que as coisas não dão certo?

Você já se perguntou: Por que as coisas não dão certo se eu me dedico tanto?

Por que as coisas não dão certo se eu já sei tanto?

Por que as coisas não dão certo se eu sou uma pessoa boa?

A resposta é simples: as coisas não dão certo porque você não está fazendo o básico!!

Sim, não é fácil, mas é a verdade.

E talvez você pergunte: o que significa fazer o básico?

Para esta resposta eu te convido a colocar os "óculos sistêmicos".

Vamos olhar a partir de leis básicas do convívio humano. Lembrando: são leis e impactam independente da nossa vontade. Saber sobre isso não é o bastante, é preciso sentir. ELAS (as leis) ATUAM POR RESSONÂNCIA, POR SINCRONICIDADE. Respondem autenticamente ao que sentimos. Existem três leis: o PERTENCIMENTO, a ORDEM e o EQUILIBRIO.

Aqui vou considerar o PERTENCIMENTO.

A lei do pertencimento diz: TODOS PERTENCEM. TODOS!

Lembrando: saber sobre a lei do pertencimento não é o suficiente, é preciso ter a experiência, vivenciar isso todos os dias.

No dia a dia, somos expostos a uma infinidade de contextos. Desde que acordamos temos experiências de relacionamentos, até mesmo se você mora sozinho.

A primeira pessoa com quem nos relacionamos cada um vê no espelho. Sim, você mesmo. Quando pensa em si, você valida o pertencimento ou você o viola?

Vamos aprofundar... Que tipo de reações você tem quando olha para si mesmo, quando se dirige a si mesmo? Você tem respeito, amor e gratidão quando se refere a você?

Veja bem, essa não é uma pergunta para ser respondida intelectualmente.

Eu sugiro que você pare por alguns instantes e se perceba. Faça uma retrospectiva, volte para o momento que você desperta, para as primeiras horas do dia... como você lidou consigo? Pare, respire e pense! Aproveite o momento...

Todas as pessoas reagem imediatamente às informações, mesmo que não perceba. Considerando isso, seu corpo, suas células, suas emoções e seus resultados são impactados pela maneira como você se refere a si mesmo.

Para alguns, pode ser muito fácil, porém, para a maioria, a autovalidação não acontece.

E aqui começa o básico.

A autovalidação só é realmente possível para aqueles que honram a própria fonte, ou seja, só têm amor próprio aqueles que honram os pais. Experimentar o pertencimento é uma necessidade básica fundamental de todo ser humano. E começa por essas duas relações mais próximas. Você e seus pais.

Toda Saúde é fraca quando existem exclusões.

Toda Felicidade é fraca quando existem exclusões.

Todo Sucesso é fraco quando existem exclusões. Principalmente exclusões de pai e de mãe.

Comece se percebendo, percebendo como você age com você mesmo e com os outros. Como você trata as pessoas com quem convive? Quem são essas pessoas?

Pode ser seu marido/esposa, seus filhos, ou outras pessoas.

Pensando no marido/esposa, você se comporta considerando quem ele/ela é, da maneira como é ou já começa o dia julgando e criticando? Quanto tempo você consegue ficar sem julgar ou criticar? Considerando que ele/ela tem uma fonte (os próprios pais), como você considera isso? Você os reconhece como pais perfeitos ou tem julgamentos ou críticas?

Todo julgamento separa. Toda crítica separa. Toda objeção desclassifica. Tudo isso é compreendido como exclusão.

Pense sobre isso, avalie suas relações...

Se a vida não vai para frente, inicie com o básico. Inicie olhando com dignidade para si mesmo e para as pessoas mais próximas. Essas relações são as mais importantes. Todo o restante vai se mostrar a partir desse início.

Isso faz sentido?

Isso te desconforta?

Como você se sente?

Mande seu comentário, suas experiências!

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

DOENÇAS RARAS

afetam 13 milhões de brasileiros

Imagine se toda a população da cidade de São Paulo fosse composta apenas por pessoas que sofrem de doenças raras. Isso ilustra a quantidade de pessoas acometidas por doenças raras no Brasil: 13 milhões de brasileiros, segundo pesquisa da Interfarma.

Para ser considerada rara, a doença deve ter uma prevalência de até 65 casos por 100.000 habitantes, sendo que de 50% a 70% das pessoas afetadas pela doença

são crianças.

Atualmente, existem de 5.000 a 7.000 tipos dessas doenças. Esses números, no entanto, seguem aumentando regularmente, já que, com frequência, são descritas novas doenças raras na literatura médica.

A maioria das doenças raras - um número em torno de 80% - tem origem genética. O restante decorre de infecções bacterianas e virais, alergias, ou mesmo causas degenerativas. Cerca

de 75% delas se manifestam ainda no início da vida, por volta dos cinco anos de idade, e são elas as responsáveis por grande parte da morbimortalidade nos primeiros 18 anos de vida.

DIAGNÓSTICO

O diagnóstico é um dos principais desafios enfrentados na jornada do paciente com doenças raras, principalmente aquelas de origem genética. Os sintomas, em sua maioria, podem ser

confundidos com os de outras patologias, dificultando e retardando o diagnóstico. Isso gera um impacto em toda a jornada do paciente, no início do tratamento adequado e na evolução da doença.

Em todo o mundo, pacientes consultam mais de sete médicos (7,3 em média) antes de receber um diagnóstico preciso, de acordo com pesquisa do Journal of Rare Disorders (JRD). Além disso, os sinais

podem ser inespecíficos ou de gravidade variável.

“Nesse cenário, é de extrema importância uma conscientização a respeito dos sinais e dos sintomas das doenças e dos tratamentos, além da capacitação dos médicos sobre a relevância de perceber os sintomas para diagnóstico precoce”, avalia Daniela Carlini, diretora médica de doenças raras da Sanofi Genzyme.



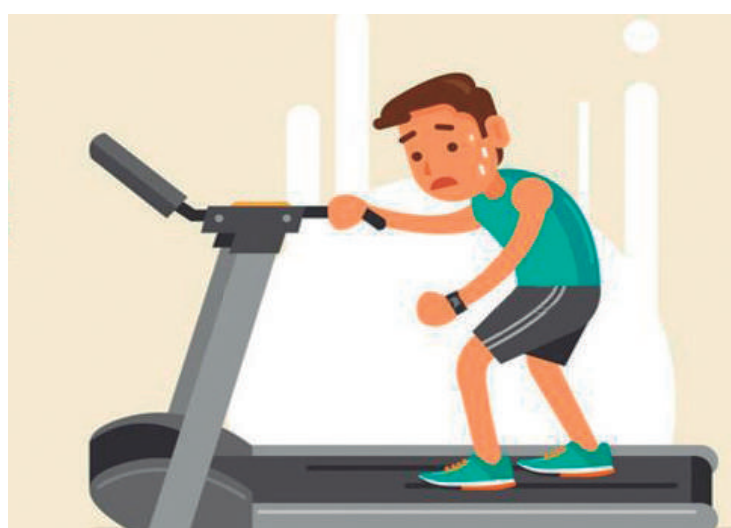
MPS

Sintomas e sinais como baixa estatura, contraturas articulares, opacidade de córneas, aumento da língua, baço e fígado costumam aparecer durante a primeira infância. Aumento dos lábios, dificuldade respiratória, infecções de repetição, dor de cabeça, vômitos, irritabilidade e sonolência podem estar presentes ao longo de toda a vida. Em função da variedade de sintomas, há dificuldade no diagnóstico de MPS e muitos pacientes passam por mais de dez consultas médicas até serem encaminhados para o especialista correto.



DOENÇA DE GAUCHER

Pacientes da Doença de Gaucher, por exemplo, podem ver seus sintomas surgirem a qualquer momento ao longo da vida, seja na infância ou mesmo na idade adulta. A maioria dos casos, no entanto, aparece até a adolescência. O diagnóstico de Gaucher pode demorar até dez anos. Por apresentar sintomas semelhantes a outras doenças (como aumento do baço e/ou fígado, diminuição de plaquetas, entre outros), aproximadamente 25% dos pacientes não têm acesso ao tratamento adequado por conta do diagnóstico tardio.



DOENÇA DE POMPE

Também é uma doença genética progressiva rara que, quando não tratada, se agrava com o tempo. Em média, o diagnóstico demora de 7 a 9 anos. É causada pela deficiência na atividade da enzima alfa-glicosidase ácida (GAA), que gera o acúmulo gradativo de glicogênio em células musculares e interfere na função celular. Conseqüentemente, o indivíduo apresenta fraqueza muscular que afeta a movimentação, a respiração e a função cardíaca. Os músculos respiratórios, glúteos, do abdome e das coxas costumam ser os primeiros a apresentarem alterações no seu funcionamento e fraqueza.



DOENÇA DE FABRY

A Doença de Fabry, uma doença genética rara da família das DDLs (doenças de depósito lisossômico), é crônica, progressiva e, como as outras da sua família, hereditária. Isso porque seus pacientes herdam um gene da alfa-galactosidase A (-Gal A) com uma mutação que o torna incapaz de produzir quantidade suficiente de uma enzima. Essa enzima quebra a substância gordurosa globotriaosilceramida (GL-3) para que seja removida do corpo, e a deficiência enzimática leva, portanto, ao acúmulo dessa substância. Os estudos mostram que costumam passar aproximadamente 15 anos desde o início dos sintomas até o diagnóstico da doença.

Tratamento e novidades

Para se aprofundar e entender essas doenças e suas respectivas terapias inovadoras, a Sanofi Genzyme investiga, descobre e proporciona terapias transformadoras a pacientes com necessidades médicas especiais e não atendidas, dentre elas as doenças raras e neurológicas.

“Ainda que as terapias oferecidas não proporcionem a cura dessas doenças, elas conseguem conferir aos pacientes mais qualidade de vida e minimizar os impactos dos sintomas no dia a dia”, reforça Daniela Carlini. Desde 1981, a companhia pesquisa e desenvolve produtos biológicos para enfermidades raras, como as doenças de depósito lisossômico, por exemplo.

Sobre a Sanofi Genzyme

A inovação para a ciência é um dos pilares da Sanofi Genzyme, a unidade de negócios global de doenças de alta complexidade da Sanofi, focada em cinco áreas: doenças raras, esclerose múltipla, oncologia, imunologia e distúrbios raros do sangue. Dedicada a transformar os novos conhecimentos científicos em soluções

para os desafios de saúde, com tratamentos para doenças normalmente difíceis de diagnosticar e caracterizadas como necessidades médicas não atendidas, a Sanofi Genzyme foi a primeira a desenvolver terapia de reposição enzimática para doenças de armazenamento lisossômico (LSDs). Fundada como Genzyme em Boston (Estados

Unidos) em 1981, rapidamente cresceu para se tornar uma das principais empresas de biotecnologia do mundo. A Genzyme tornou-se parte da Sanofi em 2011. Com mais de 100 mil pessoas em 100 países, a Sanofi está transformando inovação científica em soluções de cuidados com a saúde em todo o mundo.

Transplante hepático dá nova chance de vida a bebê de um ano

Logo em sua primeira ida ao pediatra, com dez dias de vida, Mathias Fernandez Baião Wagner, hoje com um ano de idade, foi encaminhado para um hospital em Foz do Iguaçu, onde ele mora. A cor amarelada do bebê revelava problemas no fígado, diagnóstico confirmado 30 dias depois em outro hospital de Curitiba, onde passou por uma cirurgia na tentativa de corrigir o problema. O procedimento, no entanto, não trouxe o resultado esperado e o bebê se tornou candidato ao transplante de fígado.

Começava então uma dramática espera e uma intensa torcida, que teve fim no início deste ano.

Por volta das 10h do dia 27 de janeiro de 2020, Mathias deu entrada no Centro Cirúrgico

do Hospital Pequeno Príncipe para receber parte do fígado do seu pai, Vitor Fernando Wagner, de 19 anos.

Foram sete horas de muita angústia, até que a equipe médica pôde dar a boa notícia à família de Mathias: o transplante havia transcorrido sem intercorrências.

O procedimento do pai foi realizado na Santa Casa de Misericórdia de Curitiba, a dois quilômetros do Pequeno Príncipe, que, por ser exclusivamente pediátrico, não pode realizar a retirada do órgão de doador adulto.

O jovem decidiu fazer a doação mesmo sabendo que a avó materna também era compatível. “É o papel do pai, a gente sempre quer ver o filho melhor e aí faz de tudo, o mais importante é ele”, disse.



O pequeno Mathias voltou para casa após 15 meses de espera

DE VOLTA AO LAR Após algumas semanas, o pequeno mostra boa recuperação e, para Mathias recebeu alta depois de esperar 15 meses pelo transplante.

Hospital retoma serviço e prioriza menores de dez anos

O procedimento, que deu novas perspectivas à família do pequeno Mathias, marca também a retomada do Serviço de Transplante Hepático pelo Pequeno Príncipe. O hospital vai atender crianças e adolescentes, mas a prioridade será o atendimento a crianças menores de dez anos.

No Paraná, nenhuma outra instituição está transplantando crianças nessa faixa etária e ainda este ano a previsão é de que o Pequeno Príncipe realize mais dez cirurgias. “Já temos sete pacientes com indicação para o transplante hepático”, informou a responsável técnica pelo Serviço, a cirurgiã pediátrica Giovana Camargo de Almeida.

Para esse momento histórico, o hospital recebeu o cirurgião Rodrigo Vianna, diretor do Miami Transplant Institute (MTI) - o maior hospital de transplantes dos Estados Unidos.

Além de dirigir a

instituição, o médico é reconhecido internacionalmente pela técnica que reduziu substancialmente o tempo de duração das cirurgias de transplante de fígado e, em 2019, bateu o recorde mundial de transplantes realizados em um ano: 747. “Para mim, participar dessa retomada dos transplantes de fígado nessa instituição foi muito importante. Porque sou curitibano, o Pequeno Príncipe é um lugar que mora no meu coração”, disse Vianna.

Assim como nos Estados Unidos, a equipe criada para fazer os transplantes no Pequeno Príncipe é multiprofissional. Ao todo, são 22 profissionais entre cirurgiões, hepatologistas, anestesistas, intensivistas, enfermeiros, farmacêuticos, fisioterapeutas, fonoaudiólogos, nutricionistas, psicólogos e assistentes sociais. O hospital também mantém condições técnicas e equipamentos semelhantes ao



Cirurgia bem-sucedida marca retorno de procedimentos

MIT. “Mas sabemos que os pacientes brasileiros têm uma condição social nem sempre tão favorável, quando comparado aos norte-americanos. Por isso, precisamos fazer um trabalho bastante cuidadoso e amplo, para assegurar

que, no pós-operatório, esse paciente tenha condições de se recuperar em um ambiente adequado”, ressaltou a responsável técnica pelo Serviço.

A alegria da família de Mathias é imensa, porque o bebê poderá viver com

uma qualidade de vida muito melhor. “Foi um ano de caminhada até o transplante. Mas a cirurgia foi bem-sucedida e fico muito feliz em saber que mais crianças terão a mesma oportunidade que o Mathias”, disse a avó materna, Josefina Diaz Fernandez Baião.

até
SALE 40% OFF

Bella Mulher
moda íntima

[/bellamulhermodaintimacascavel](https://www.facebook.com/bellamulhermodaintimacascavel)

[/bellamulhermodaintimatoleado](https://www.facebook.com/bellamulhermodaintimatoleado)

[@bellamulhermodaintima](https://www.instagram.com/bellamulhermodaintima)

em peças selecionadas

Saúde bucal no Carnaval: como prevenir doenças e infecções

No período das festas de Carnaval, é especialmente importante a população ficar atenta às doenças e às infecções que costumam circular com maior frequência como a mononucleose, conhecida popularmente como “doença do beijo”.

A mononucleose, uma doença resultante da exposição ao vírus Epstein-Barr (membro da família do vírus do herpes), é transmitida principalmente pela saliva, de onde decorre o nome popular.

Entretanto, essa não é a única via de contágio, pois a transmissão pode ocorrer pelo contato com objetos infectados, como copos ou escovas de dentes, e até por espirros e tosses.

Por isso, enquanto se aproveita a folia de Carnaval, também é importante ingerir alimentos e bebidas de procedência conhecida e de recipientes próprios ou descartáveis.

Menos comumente, a mononucleose também pode ser transmitida pelo contato

sexual ou transfusão de sangue, e as pessoas infectadas podem contaminar outros indivíduos mesmo após os sintomas cessarem.

Com relação à saúde bucal, além do vírus estar presente na saliva, sendo a principal forma de contágio, a boca de uma pessoa contaminada também pode apresentar sintomas.

Segundo informações da Câmara Técnica de Estomatologia do Conselho Regional de Odontologia de São Paulo, uma a cada quatro pessoas contaminadas pode manifestar múltiplos pequenos pontos avermelhados na mucosa do palato (céu da boca). Esses pontos, geralmente, surgem e desaparecem em um período de 24 a 48 horas.

SINTOMAS

O vírus pode ficar incubado no organismo por um período que varia de 30 a 45 dias, para então apresentar os sintomas. Fadiga, mal-estar e falta de

apetite estão entre indícios iniciais da doença. Com o tempo, grande parte dos casos pode desenvolver febre de até 40°C, dor e inflamação da garganta, tosse e nódulos no pescoço.

O tratamento da mononucleose é voltado para amenizar os sintomas já que, na maioria dos casos, a doença regride dentro de quatro a seis semanas. Recomenda-se bastante repouso, ingestão de alimentos leves e muita água.

CARNAVAL E SAÚDE BUCAL

Ainda segundo a Câmara Técnica, outras doenças costumam atingir a saúde bucal em época de Carnaval. Algumas infecciosas - como herpes, candidíase e HPV - podem ser transmitidas pela saliva. Em caso de qualquer sensação de dor ou desconforto na região da boca, é fundamental procurar atendimento de um cirurgião-dentista.

Fonte: www.crosp.org.br



FIQUE ATENTO!

A mononucleose, conhecida popularmente como “doença do beijo”, é transmitida pela saliva e pode apresentar sintomas na boca

Orientação é ingerir alimentos e bebidas de procedência conhecida e de recipientes próprios ou descartáveis

Doenças infecciosas, como herpes, candidíase e HPV também podem ser transmitidas pela saliva

XÔ bloco de bactérias e doença de beijo neste Carnaval

É tempo de folia e alegria e não de ficar doente e passa mal, não é mesmo? Por isso, o Dr Bactéria traz algumas dicas e alertas importantes para você não cair nos blocos de bactéria e da doença do beijo.

PRIMEIRA REGRA: OLHO NA HIGIENE!

“Vale ressaltar que muitos vendedores visam ganhar dinheiro rápido, nem sempre são da área da gastronomia e não levam a sério procedimentos básicos de higiene”.

LIMPEZA E PRESENÇA DE INSETOS:

Doenças veiculadas por alimentos

Erros: Comer em locais com baixo grau de higiene.

Prevenção: Observe itens que podem indicar falta de higiene: odor desagradável, presença de insetos (vivos ou mortos), poeira etc.

DOENÇA DO BEIJO

O beijo pode trazer doenças como a fissura no lábio, causada por microrganismos de *Candida albicans*. Já a mononucleose infecciosa, a “doença do beijo”, a pessoa pode sentir os sintomas parecidos com a gripe após três a quatro semanas. Mesmo depois de curada, essa pessoa pode transmitir as bactérias por seis meses.

Confira mais cuidados que o folião deve ter

Já é Carnaval! Haja preparo físico e disposição para tanta folia, por isso é importante ficar atento à saúde e à segurança na hora de pular Carnaval. Confira algumas dicas importantes.

Preparo físico

“Resistência muscular é importante”, diz o educador físico Marcos Medeiros. Então, se você é sedentário, nada de ficar pulando o dia todo atrás do trio elétrico ou nos blocos de rua e de clubes.

Lesões

O ortopedista Serafim Costa chama a atenção para o tipo de calçado ideal para o Carnaval. O tênis diminui o impacto nas articulações de sustentação. “O calçado deve ser confortável, que não aperte os pés. O solado funciona como amortecedor. Então, se você usar um tênis, o melhor é aquele de corrida, que amortece o impacto. Aquele tênis com solado mais fininho não é ideal. Usar sandálias rasteiras não é uma boa ideia porque o impacto é maior. É melhor usar sandálias com solado mais fofo”, explica. Sobre sapatos com salto:

“Quanto mais alto o salto, maior a possibilidade de você desequilibrar e torcer o pé e o tornozelo”. E, quando estiver em casa, para descansar, coloque as pernas inclinadas para cima e repouse.

Hidratação

“É muito importante a parte da hidratação. Beber água, água de coco e isotônico... Isso ajuda muito entre o intervalo das bebidas [alcoólicas], entre uma cerveja e uma caipirinha”, aconselha a nutricionista Priscila Correa.

Alimentação

Durante o Carnaval, o folião tem um maior gasto energético. A nutricionista Karine Bello dá algumas dicas para o folião curtir o Carnaval com energia e saúde. “É importante o folião estar atento ao café da manhã, almoço, lanche, jantar. Parar para essas refeições para que consigam brincar o Carnaval até o fim”, lembra a nutricionista.

A recomendação é ingerir alimentos leves, produtos integrais, cereais e frutas. Melão, abacaxi e melancia podem ajudar na hidratação. Karine também recomenda evitar os energéticos.

Bebida alcoólica

Os jovens com menos de 18 anos não devem consumir qualquer quantidade de bebidas alcoólicas. O cirurgião cardiovascular José Lima Oliveira Júnior alerta para o coquetel da morte: “Se combinar estimulante sexual, energético e bebidas destiladas, a pessoa passa a ingerir um coquetel de morte. Aumenta muito o risco de infarto e morte súbita”, afirma o médico.

Camisinha

O uso do preservativo é recomendado para evitar a gravidez e infecções sexualmente transmissíveis, como HIV, HPV, sífilis, gonorreia e hepatites B e C.

CACHORRO-QUENTE E SALSICHÃO:

Presença da bactéria *Listeria monocytogenes* e *Salmonella*. Consequências: *Listeria*. Pode causar aborto ou, de 8 a 12 horas após a ingestão, levar a diarreia e esmagamento abdominal por cólica por 24 horas.

Salmonella: diarreia, vômito e febre por uma semana.

Erros: consumir salsicha crua ou com maionese caseira.

Prevenção: Cozinhe bem a salsicha, deixe-a totalmente imersa na água, que deve estar liberando vapor. A maionese deve ser industrializada.

CHURRASQUINHO:

Presença de Bacteria *Escherichia coli* O157: H7.

Consequências: Após 8 a 12 horas podem surgir diarreia e cólicas abdominais por 24 horas.

Erros: consumir carne mal passada ou mal refrigerada.

Prevenção: Prefira churrasquinho feito na hora e bem passado. Deve-se evitar passar o churrasquinho na farinha que pode estar contaminada ou manipulada. A carne crua deve ficar armazenada em isopor com gelo ou refrigerada.

NÃO USE CANUDOS, PRATOS E TALHERES REAPROVEITADOS

Presença de vírus e bactéria causadora de gastrite (*H. pylori*)

Consequências: viroses e outras doenças transmissíveis pelo contato.

Erros: Reutilização e uso de produtos mal montados.

Prevenção: Após o uso, as ferramentas devem ser destruídas para evitar sua reutilização.

MILHO COZIDO

Presença da bactéria *Bacillus cereus*.

Consequências: Após 8 a 12 horas podem surgir diarreia e cólicas abdominais por 24 horas.

Erros: Deixar o milho numa temperatura abaixo de 60°C por mais de duas horas.

Prevenção: Manter ou alimentos de origem a mais de 60°C.



Gravidez após bariátrica?

FOTO: DIVULGAÇÃO

É comum que a mulher, ao decidir ser mãe, queira fazer uma dieta para emagrecer por um ou dois meses antes de engravidar para não haver preocupação com o peso quando surgirem os desejos por guloseimas ao longo da gestação, e também para que as mudanças do corpo causadas pela gravidez sejam mais tranquilas.

Mas, para muitas, uma simples dieta não é suficiente. Quando o IMC (índice de massa corporal) está acima de 40 (independentemente de comorbidades) ou entre 35 e 40 (com presença de comorbidades relacionadas à obesidade), a melhor solução para passar por uma gestação mais segura e confortável pode ser uma cirurgia bariátrica.

São necessários alguns cuidados e também um período de recuperação pós-gastroplastia para engravidar, afirma Thales Delmondes Galvão, cirurgião bariátrico membro titular da SBCBM (Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabólica). Ele recomenda um intervalo de 18 meses. “Os benefícios da perda de peso e da regularização das funções do organismo valem a espera”.

POR QUE ESPERAR

Com a redução do estômago, o corpo perde uma grande quantidade de peso em pouco tempo: espera-se que sejam eliminados cerca de 40% do peso inicial em um período de 12 a 18 meses. Isso geralmente leva à perda de nutrientes e vitaminas, o que é avaliado em

exames por uma equipe multidisciplinar que conta com nutricionista que receitará ajustes na dieta e ingestão de suplementos de vitaminas.

É importante que o organismo já esteja regularizado quando a gravidez se concretizar para não haver carência nutricional nem para a mãe nem para o bebê. Daí a necessidade de esperar esses 18 meses.

A comunicação com a equipe de médicos deve ser aberta, e é interessante que a tentante (mulher que tenta engravidar) fale com o especialista em nutrição sobre sua intenção de engravidar. Assim, haverá uma atenção extra à complementação de ferro, vitamina B12 e, principalmente, ácido fólico - a vitamina B9, que previne anomalias congênitas no bebê (como defeitos na coluna vertebral, que podem causar a espinha bífida ou medula espinhal que não se fecha por completo, e no cérebro).

Mas, caso a mulher engravide antes desse intervalo de 18 meses, não há motivo para desespero, como explica Galvão: “Ela apenas deve manter o acompanhamento das consultas e exames do pré-natal e comunicar ao obstetra que realizou o procedimento de redução do estômago.”

COMPLICAÇÕES

Os riscos de determinadas complicações aumentam quando a mulher grávida está obesa. Entre elas estão diabetes gestacional, doença hipertensiva específica da gravidez, pré-eclâmpsia e



parto prematuro.

Com menos peso e o organismo nutricional equilibrado, são maiores as chances de a gestante ter mais tranquilidade em relação à saúde dela e à do bebê ao longo dos nove meses de espera pelo nascimento.

Além disso, há uma tendência de a saúde como um todo melhorar, especialmente nas pacientes que tinham comorbidades relacionadas à obesidade (como diabetes, hipertensão e apneia obstrutiva do sono).

AMAMENTAÇÃO

Mesmo após a cirurgia

bariátrica, a mulher pode amamentar o filho normalmente. Ela só precisa ficar atenta ao acompanhamento nutricional e à suplementação indicada

pelos médicos especialistas para que mãe e bebê recebam todos os nutrientes necessários para saúde, bem-estar e desenvolvimento.

Fertilidade aumenta após a cirurgia bariátrica

O cirurgião bariátrico Thales Delmondes Galvão afirma que, após a cirurgia bariátrica, é comum aumentar a fertilidade. “Sim, é isso mesmo: tanto mulher quanto homem ficam mais férteis depois da perda do peso resultante da cirurgia de redução de estômago”, ressalta.

Entre as mulheres, isso ocorre porque a redução do peso ajuda na regulação dos hormônios. Não é raro a obesidade levar a ciclos menstruais desregulados e até imprevisíveis. Já no público masculino, a perda de peso ajusta a produção dos hormônios responsáveis pela qualidade do esperma.

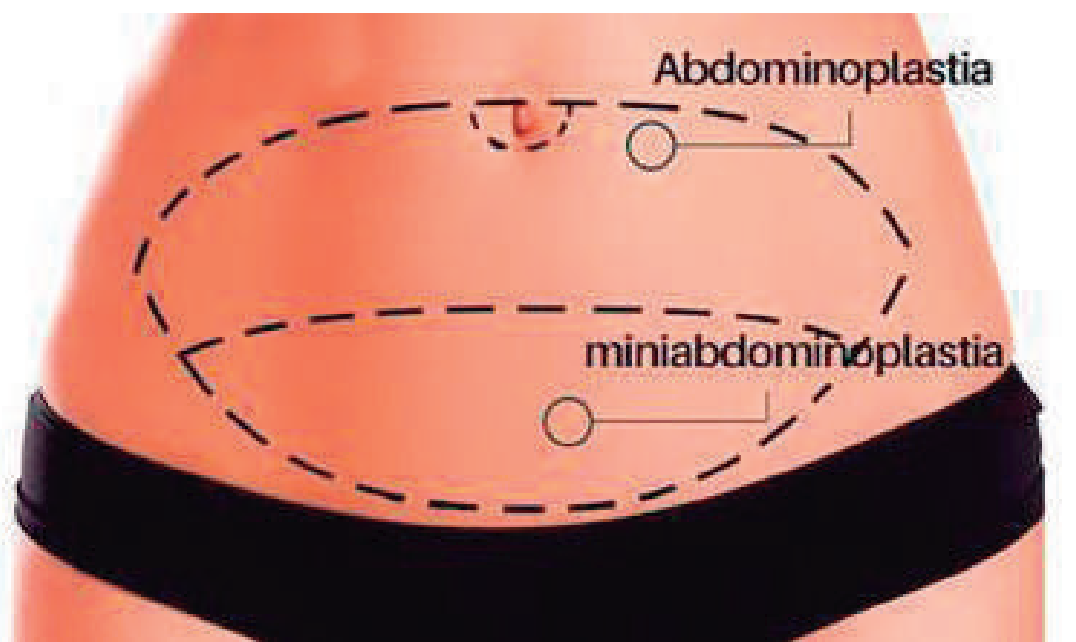
Miniabdominoplastia é eficiente em minimizar alterações inestéticas

Muitas mulheres sonham em ter um bebê, mas se preocupam com a silhueta pós-parto. É natural que sobre pele e um pouco de gordura na região abdominal. Porém, isso pode ser solucionado através de uma cirurgia chamada miniabdominoplastia. “Diferente da abdominoplastia usual, essa modalidade é recomendada para casos de pequena flacidez. Nela, é realizada uma incisão menor na altura da cicatriz da cesárea, sem que haja mudança ao redor do umbigo - que fica intacto após a cirurgia. Outro benefício é que a cirurgia possibilita a reparação da cicatriz da cesárea, que algumas vezes pode desagradar a paciente”, explica Beatriz Lassance, cirurgiã plástica e membro titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica.

Tanto a miniabdominoplastia quanto a abdominoplastia são, muitas vezes, feitas em combinação com a lipoaspiração. Segundo

a cirurgiã plástica, existem condições que possibilitam essa associação e outras que inviabilizam. “Se a paciente estiver muito fora do peso, a lipoaspiração, além de não ser eficaz, aumenta o risco da cirurgia. Porém, quando há acúmulo de gordura na linha da cintura, a complementação com a lipoaspiração ajuda a melhorar a forma do corpo e não apresenta riscos”.

Muito se fala sobre o uso da cinta após o parto a fim de recuperar a forma do abdômen, mas, segundo Beatriz, não há consenso sobre a eficácia da prática. “Durante nove meses há aumento de massa abdominal, compressão de órgãos e afastamento da musculatura. Com o parto, essas estruturas ficam soltas. Assim, a cinta ajuda, como se fosse uma parede abdominal mais resistente, dando apoio a essas estruturas. Apesar de não haver consenso sobre o retorno da musculatura e a



diminuição da diástase dos retos abdominais, existe o consenso entre as mulheres de que a cinta melhora a dor. Porém, não há a necessidade de muita compressão, pois cintas muito apertadas podem dificultar a capacidade respiratória e até vascular, podendo aumentar a incidência de trombose nas pernas”, destaca.

Quando ao pós-operatório, por ser uma cirurgia de grande porte, alguns cuidados são necessários, como não fazer esforço que utilize os músculos do abdômen por pelo menos 30 dias. “Devido ao repouso prolongado, durante a internação é recomendável utilizar meias elásticas e equipamentos que massagem as pernas, para

eliminar o risco de trombose. Após a alta, apenas caminhadas leves dentro de casa. Para exercícios mais pesados, como corrida, ioga, pilates, a recomendação é aguardar, no mínimo, dois meses. A exposição ao sol deve ser evitada por três meses, pelo menos, para evitar prejuízo à circulação e manchas no local”, complementa.

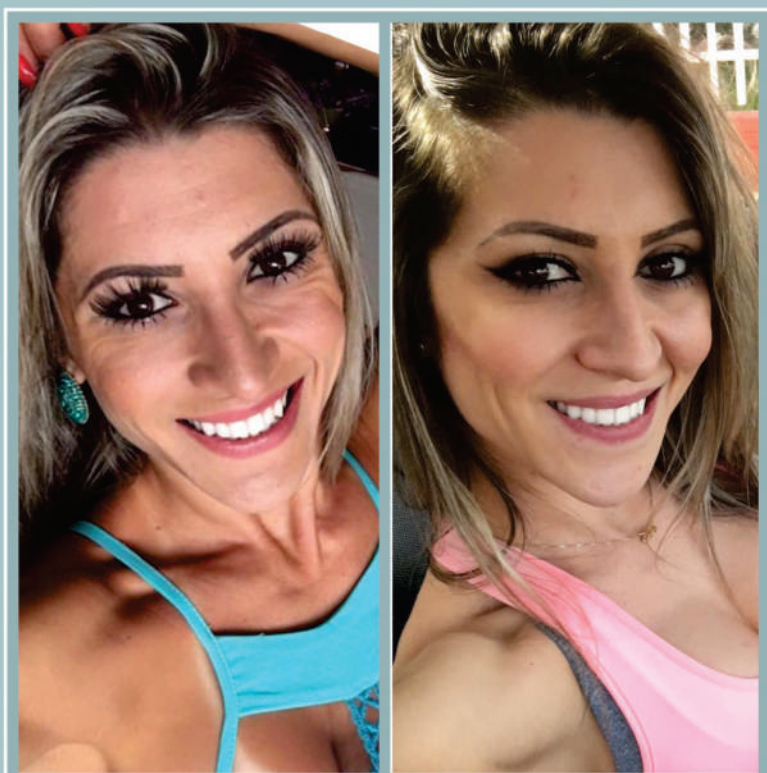
ESTUDANDO A HARMONIA DA FACE



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