

○ Paraná, saúde

SUPLEMENTO JORNAL O PARANÁ
DOMINGO, 29 DE MARÇO DE 2020

**Em tempos de
quarentena, ver
TV demais também
traz riscos**

PÁG. 5



até
SALE 40% OFF

Bella Mulher
moda íntima

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

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

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

em peças selecionadas

Diabetes: Pesquisadores descobrem óleo essencial que acelera cicatrização

O Brasil é o quarto país do mundo em incidência de diabetes, doença responsável por 5% das mortes globais. Estima-se que 6,9% da população brasileira conviva com o problema - cerca de 13 milhões de pessoas. Dados da OMS (Organização Mundial de Saúde) mostram que a ocorrência da enfermidade avançou 62% no país na última década, especialmente devido ao envelhecimento da população, maus hábitos alimentares e falta de atividade física.

Um dos problemas graves relacionados à doença é a dificuldade no processo de cicatrização de feridas no corpo. Isso porque a falta de insulina contribui para o surgimento de problemas de circulação, que atrapalham a cicatrização.

Como se não bastasse, no diabético, o sistema imunológico é menos funcional, facilitando infecções que, se não tratadas ou fora de controle, podem levar ao surgimento de gangrena (morte do tecido devido à infecção e à falta de circulação sanguínea). Segundo as estatísticas, diabetes é a razão número 1 para amputações de membros.

Um estudo da UP (Universidade Positivo), de Curitiba, confirmou que a Cordia verbenacea, conhecida como a erva baleeira ou maria-milagrosa, encontrada ao longo da restinga do litoral brasileiro, pode ser a base para uma pomada capaz de acelerar a cicatrização em diabéticos. A pesquisa foi conduzida pela mestrandia em Biotecnologia Industrial Jéssica Kelly Pereira Martim, com o suporte de quatro professores e alunos de iniciação científica, além das equipes dos laboratórios da instituição.

O resultado obtido pelo estudo foi uma pomada com característica cicatrizante e efeito antimicrobiano que promove uma cicatrização mais rápida, com maior qualidade do tecido formado.

Segundo a professora do Mestrado e Doutorado em Biotecnologia Industrial da UP, Thaís Andrade Costa Casagrande, uma das responsáveis por orientar a respeito da metodologia e acompanhar o desenvolvimento da pesquisa, o produto já está sendo patenteado.

MÉTODO

A pesquisa levou aproximadamente 18 meses. Ao

longo do período, foi induzida a diabetes em ratos. Na sequência, foram produzidas feridas cutâneas nos animais diabéticos para simular a dificuldade de cicatrização ocasionada a partir dos problemas vasculares causados pela doença. “Dessa forma, conseguimos avaliar os resultados na comparação com o grupo de controle [animais saudáveis]. Os animais que usaram a pomada tiveram uma cicatrização mais rápida e com maior qualidade”, diz a professora.

As cobaias tratadas com a pomada apresentaram melhora do aspecto da lesão com oito dias de tratamento. Com 15 dias, já tiveram o fechamento quase total da ferida - enquanto os ratos sem tratamento continuaram com as feridas abertas. “Usamos o óleo essencial da planta para produzir a pomada onde se encontram os princípios ativos concentrados”, explica Thaís Casagrande. “Importante ressaltar que o trabalho foi aprovado previamente pelo Comitê de Ética em Uso de Animais em Pesquisa da Universidade Positivo e seguiu as recomendações



A erva baleeira ou maria-milagrosa é encontrada ao longo da restinga do litoral brasileiro

do Cobeia [Colégio Brasileiro de Experimentação Animal] para garantir toda cautela e cuidados éticos com os animais”, enfatiza.

DIFICULDADES

O sucesso da pesquisa e a eficácia da pomada foram comprovados, mas, para se chegar ao resultado, houve a necessidade de superar diversas dificuldades, entre elas a extração da Cordia verbenacea, que precisa da autorização dos órgãos ambientais (por ser de vegetação protegida) e deve ser feita no período certo para que os princípios ativos

sejam preservados. No caso da pesquisa, o local escolhido foi São Francisco do Sul, em Santa Catarina.

Esse, aliás, foi um grande diferencial ressaltado por Thaís em relação às pesquisas internacionais já realizadas para o mesmo fim. “Temos uma solução para um problema mundial em uma planta nativa do Brasil. A produção em massa da pomada pode estimular a conservação da espécie. Em se falando de Restinga, que é uma área bem devastada, podemos ressaltar a questão da conservação da nossa flora”, destaca a professora.

Saiba como cuidar da febre em casa e quando pedir ajuda

A febre é um dos primeiros sintomas de defesa do corpo quando há infecção por vírus e bactérias. Ela esteve presente em 98% dos casos confirmados do novo coronavírus, de acordo com o Boletim Epidemiológico do Ministério da Saúde. Segundo recomendações médicas, só deve procurar o centro de saúde quem permanecer com febre por mais de 24 horas ou quando atingir a temperatura de 39°C ou mais.

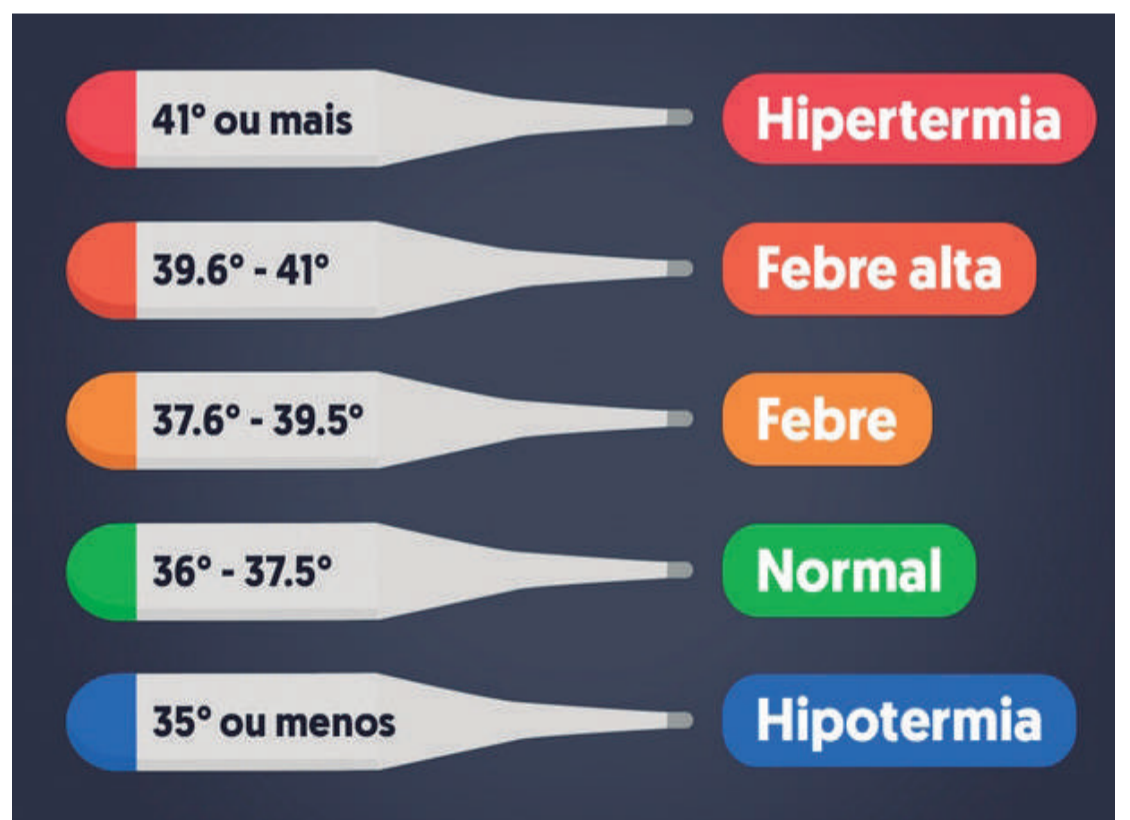
Agora, se os sintomas são leves, é indicado que o primeiro tratamento para reduzir a temperatura corporal seja feito em casa mesmo.

O ideal é que a temperatura seja monitorada pelo menos de três a quatro vezes ao dia para acompanhar a evolução e evitar quadros de pico, explica Rafael Fernandes, biomédico da Poliscan Brasil, distribuidora da marca Flir, líder mundial na fabricação de câmeras térmicas

infravermelha. “É muito importante registrar a hora e a temperatura da aferição, isso faz toda a diferença caso você precise ir para o médico. Com essa análise de curva térmica, o profissional da saúde vai conseguir fazer o diagnóstico de forma mais fácil e rápida”.

Para que esse monitoramento em casa seja feito de forma precisa, é indicado o uso do termômetro digital. A aferição é feita debaixo do braço e, além de ser a forma mais segura, é um item de baixo custo. “O termômetro de mercúrio, embora antigo, ainda é um item presente em muitas residências. O mercúrio é altamente perigoso e tóxico, o ideal é não usá-lo!”, alerta o biomédico.

Outra opção indicada é o termômetro de infravermelho, que mede a temperatura em poucos segundos. Nesse caso, o mais indicado é que ele seja usado através do canal auditivo para uma aferição mais precisa.



O que fazer e o que não fazer

Se o termômetro indicar febre, procure métodos alternativos para diminuir a temperatura. O recomendado é tomar um banho morno, assim o corpo vai aos poucos chegando próximo à temperatura normal e voltando ao seu funcionamento. Banhos gelados devem ser evitados, pois podem causar choque de temperatura e agravar ainda mais o quadro. É indicado que o uso de antitérmicos seja feito apenas com orientação médica ou farmacêutica e quando a febre atingir 39°C ou mais. Caso a febre persista, procure o serviço médico.

Sobre a Poliscan Brasil

Há 11 anos, a Poliscan Brasil atua no segmento da saúde, comercializando, no Brasil e em toda América Latina a marca FLIR, líder mundial na fabricação de câmeras de termografia infravermelha com mais de 50 anos de mercado.

Fonte: <https://poliscanbrasil.com.br/>

Aferição de febre em locais públicos

Em ambientes com grande fluxo de pessoas, como aeroportos e hospitais, o ideal seria adotar um método mais eficiente e rápido para a aferição da temperatura corporal. Nesse caso, o mais indicado é o uso de câmeras térmicas, que captam a temperatura de várias pessoas, sem precisar de contato físico. Além de evitar que o contágio se espalhe, essa é uma forma de identificar as pessoas que estão doentes e assim direcioná-las para acompanhamento médico.

expediente
DESDE 15 DE MAIO DE 1976

O Paraná
Jornal de Fato

Direção-Geral
Clarice Roman

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

Journal Oparana S/A CNPJ: 21.819.026/0001-36 Matriz
Journal 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

REPRESENTANTES NACIONAIS	Emails
Curitiba / São Paulo / Merconet (41) 3079-4666	redacao@oparana.com.br
Brasília, Florianópolis / Central (61) 3323-4701 / (48) 3216-0600	comercial@oparana.com.br
Porto Alegre/Expansão Brasil (51) 3340-1408	assinaturas@oparana.com.br

Epilepsia: uma doença neurológica rodeada de muito preconceito

A epilepsia é uma doença neurológica crônica e está entre as mais comuns no Brasil. De acordo com dados da OMS (Organização Mundial da Saúde), cerca de 3 milhões de brasileiros sofrem com a enfermidade. No mundo, são aproximadamente 50 milhões de pessoas. Além da busca por melhor qualidade de vida, uma das principais lutas de quem vive com a doença é contra o preconceito.

O neurologista Fernando Rezende explica que a epilepsia é o transtorno cerebral caracterizado predominantemente pela interrupção da função cerebral normal, recorrente e imprevisível, chamada de crise epiléptica. “A doença representa um ônus pessoal e social, já que os perigos físicos decorrentes da imprevisibilidade das crises, a exclusão, o estigma e os distúrbios psicológicos associados são fatores que podem levar prejuízos aos indivíduos com epilepsia”, explica.

A falta de informação e conscientização sobre a doença é uma das barreiras enfrentadas por quem vive com a doença e seus familiares. “O maior problema da epilepsia continua sendo o preconceito”, define o especialista, ao citar o mercado

de trabalho como exemplo. Apesar de não haver restrições para a maioria dos trabalhos, um estudo brasileiro mostra que 36% dos indivíduos com epilepsia estão licenciados ou aposentados.

ENFRENTAMENTO

O preconceito é uma das dificuldades diárias para quem ainda está aprendendo a lidar com essa realidade. A filha de Priscila Chiamulera Mantovani tem dois anos e desde os dois meses de idade, quando foi diagnosticada com epilepsia refratária, a família busca formas de reduzir as crises da pequena e promover seu desenvolvimento e integração. “Muitas pessoas por falta de conhecimento têm medo, preconceito ou receio. Ações que promovam a conscientização são muito importantes”, revela a mãe.

A filha de Priscila é uma das 700 mil pessoas que sofrem de epilepsia refratária no Brasil. Ela chega a ter centenas de crises por dia.

Desde a descoberta da doença, passa por superações diárias. Primeiro foi o diagnóstico. “Dias após as vacinas de dois meses ela começou a fazer ‘caretinhas’ ao mamar. Nesse mesmo dia

a frequência das crises foi aumentando e ficando mais fortes. Seu corpinho todo fazia movimentos repetitivos, a musculatura ficava rígida e estremeada. Uma ressonância comprovou uma má formação genética no cérebro, a lisencefalia”, conta.

Até hoje a família busca formas de controlar as crises. As mais danosas são amenizadas por medicamentos, mas as de ausência ainda são constantes. A família tem altas expectativas com os avanços da indústria farmacêutica que está desenvolvendo produtos que possam auxiliar. “Tenho muita esperança”, define a mãe.

QUALIDADE DE VIDA

Enquanto isso, uma força-tarefa diária de toda a família garante a melhor qualidade de vida possível à pequena. Ela frequenta a escola, faz terapia ocupacional, fisioterapia, fonoaudiólogo, psicólogo, equoterapia e hidroterapia. “Nós nos dedicamos exclusivamente a cuidar dela e tentamos sempre que possível levá-la conosco em todos os locais e eventos”, explica a mãe sobre uma importante parte dos cuidados e combate aos preconceitos: a socialização.



Para apoiar a causa é preciso conhecê-la

26.03

Dia Mundial de conscientização sobre a Epilepsia

Purple Day: mais conscientização

O mês de março é marcado pelo Purple Day. Um movimento que objetiva promover a conscientização sobre a epilepsia. Este ano, no Brasil, a campanha será digital neste primeiro momento, devido às prevenções ao novo coronavírus.

Com o lema “Epilepsia - Abraça essa causa”, a proposta é levar para as redes sociais informações e discussões sobre a doença. Já para setembro estão programados eventos sobre o tema. Para marcar a data, lembrada no dia 26 de março, o Viva com Epilepsia convida pessoas de todas as partes do Brasil sensibilizadas com o assunto a enviar fotos com roupas e acessórios roxos. As imagens serão publicadas nas mídias sociais do projeto.

Para colaborar, o participante deverá enviar uma ou mais fotos para o endereço eletrônico purpledaybrasil2020@gmail.com.

As ações foram idealizadas por Eduardo Caminada Junior, embaixador do movimento Purple Day no Brasil e coordenador do Projeto Viva com Epilepsia em parceria com a Associação Brasileira de Epilepsia. Ciente da importância dessa campanha, a indústria farmacêutica Prati-Donaduzzi, de Toledo, no oeste do Paraná, abraça esta causa.

“Na Prati-Donaduzzi, entendemos a importância do tratamento e da conscientização sobre a epilepsia. Apoiamos todas as formas de minimizar o impacto da doença, o preconceito e o sofrimento das pessoas e familiares que vivem com a enfermidade”, afirma Lucas Angnes, gerente de Marketing da Prati-Donaduzzi.

Postura
Sistêmica e as
Constelações



soluções e desenvolvimento humano

Que tipos de problemas ou quais situações podemos constelar?

Muitas pessoas não compreendem muito bem o que pode ser constelado.

A Constelação Sistêmica é um recurso de apoio à vida e pode ser utilizado em muitos contextos.

Atualmente, as constelações já estão sendo usadas na pedagogia, nas empresas e nas organizações, no direito, na saúde e em muitos outros contextos.

No Brasil, temos um movimento muito amplo com o Conhecimento Sistêmico com formações oferecidas por universidades e reconhecidas pelo MEC, nas áreas da terapia, da pedagogia e do direito.

A Constelação Sistêmica Familiar é um método eficaz que vem trazendo soluções inovadoras e simples, restaura o respeito, o amor e a ordem, permitindo que o amor flua novamente entre os membros do Sistema Familiar. Ela olha com amor para o que está motivando um problema, consegue identificar o que está oculto...

Algumas vezes experimentamos histórias que se repetem, ou tristezas, dificuldades nos relacionamentos, problemas financeiros, problemas de saúde, conflitos, entre outros. Muitos desses conflitos ocorrem quando incorporamos o destino de outra pessoa de nossa própria família e quanto a isso não podemos escolher, nós somos escolhidos para servir ao sistema ao qual pertencemos mesmo sem estarmos conscientes disso. Isso nos faz repetir o destino dos membros familiares que foram excluídos, esquecidos ou não reconhecidos no lugar a que pertenciam.

Podemos constelar problemas que nos tiram a paz, que nos fazem sofrer. Exemplos: doenças, sintomas, relacionamento amoroso, relacionamento com você mesmo, relacionamentos com filhos, dificuldades com pai, mãe ou irmãos, famílias mosaico (muito importante organizar o lugar de cada um), situações financeiras difíceis, dinheiro, prosperidade, trabalho/profissão, escolha de profissão, perdas, luto, vícios, problemas com perda ou ganho de peso, obesidade, distúrbios alimentares, emoções que estão desalinhadas como tristeza, ansiedade, traumas... ou qualquer tema que lhe traz desconforto ou sofrimento.

Cada um pode avaliar a própria questão. Recomendo que, ao avaliar, perceba se tomou todas as ações possíveis. Por exemplo: a pessoa tem enxaqueca. Quais ações já tomou? Foi ao médico ou ao neurologista? Fez tratamento? Usou algum recurso? Teve melhoras e depois teve recidivas, a dor vai e depois volta?

Quando se trata de um sintoma físico, é necessária uma intervenção médica. A constelação vem para auxiliar na solução, para ampliar o olhar e para que a pessoa consiga ver luz e dar um próximo passo.

Um sintoma sempre traz algo importante e por isso precisa ser visto dessa maneira. Ao reconhecermos que tem algo importante que vem junto, nossa resistência diminui, podemos tratar com a intervenção médica necessária e também podemos constelar para identificar o que foi violado no passado (seu ou do seu sistema) que está pedindo para ser visto.

Muitas vezes nos acostumamos com um sintoma, com uma dor ou com um relacionamento ruim. Entramos numa rotina e numa zona de conforto e não temos a motivação necessária para nos mover na mudança...

Temos também “ganhos secundários” que nos mantêm num comportamento disfuncional. Você já pensou nisso? O que você “ganha” quando mantém um sintoma, ou um casamento que não tem sentido algum? Se isso faz sentido pra você, nesse caso você precisa tomar a própria vida. Precisa se dar uma chance de viver de maneira mais alegre. Mais funcional.

Outro exemplo de situações que podem ser consteladas são situações de repetições de perdas, inclusive financeiras. Se no contexto familiar é comum perder, pode-se olhar o que motiva as perdas através de uma constelação.

A constelação vem para contribuir com soluções. Vem para agregar e não para separar. Uma intervenção sistêmica contribui para a saúde, para a felicidade e para o sucesso.

Quais são os problemas que existem na sua família? Na sua casa ou com você? O que você gostaria que melhorasse e que, por mais que você se esforce, não funciona?
Saia do padrão! Decida por sua felicidade! Só você pode fazer isso e nós estamos aqui para te ajudar!!!

Graciele Reimann Gatto
GRATTO Soluções

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

Endometriose afeta cerca de 7 milhões de mulheres no Brasil



Além do Dia Internacional da Mulher (8), o mês de março também é marcado como o mês da Conscientização Mundial da Endometriose. O Março Amarelo tem como principal objetivo alertar as mulheres sobre a doença.

Trata-se de uma inflamação crônica caracterizada pelo crescimento do tecido que reveste a cavidade uterina em outras partes do organismo, como ovários, ligamentos uterinos, bexiga e intestino, que pode atingir áreas como o pulmão.

Dentre os sintomas da endometriose estão: dor pélvica contínua com piora no período menstrual, dor durante a relação sexual, dor ao urinar, ao evacuar ou ao enchimento vesical, constipação intestinal e diarreia no período menstrual.

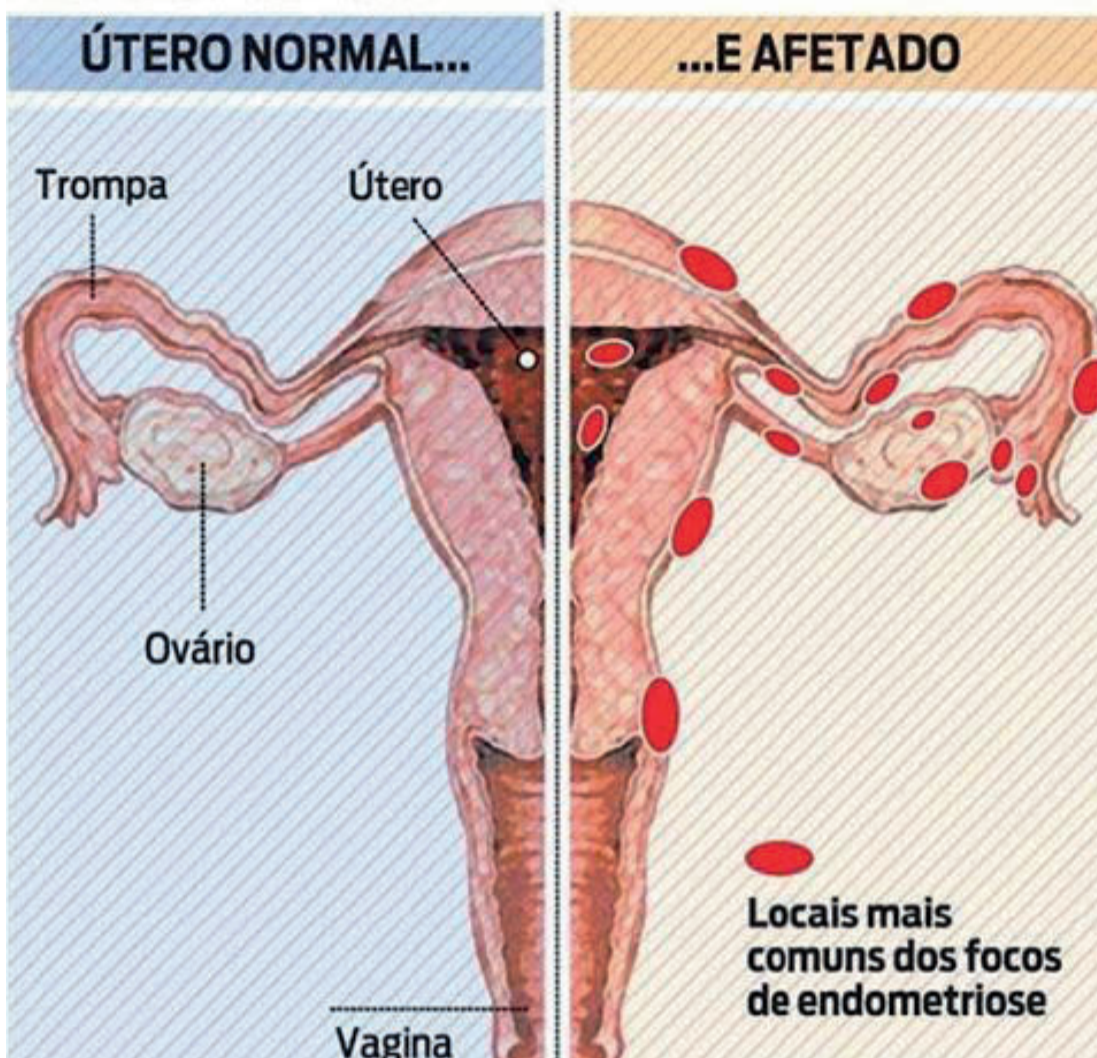
No Brasil, a doença afeta cerca de 7 milhões de mulheres, segundo a SBE (Associação Brasileira de Endometriose). Em todo o mundo, de acordo com a World Endometriosis Research Foundation, entidade que atua na pesquisa e tratamento e com presença em mais de 30 países,

a endometriose atinge cerca de 176 milhões de mulheres.

A cólica menstrual, quando muito intensa, é um sinal de alerta e deve ser investigada. “Na maioria dos casos, a endometriose se manifesta com fortes cólicas pélvicas, que ocorrem geralmente durante o período menstrual. Com a evolução da doença, o incômodo pode acontecer durante o mês inteiro. Cólicas leves a moderadas no período menstrual geralmente são comuns. Quando se percebe que a intensidade das cólicas aumenta a cada ciclo, já é um sinal de alerta”, orienta a ginecologista Oskarla Santana, que atua pela Pró-Saúde no Hospital Yutaka Takeda, em Parauapebas, no Pará.

A profissional ressalta que as complicações da endometriose podem atrapalhar os planos de mulheres que sonham em engravidar. “Nos casos mais graves, a infertilidade pode ser uma das consequências, pois o processo inflamatório pode levar a formação de aderências, que resultam na obstrução das tubas uterinas e ovários”, explica.

A endometriose



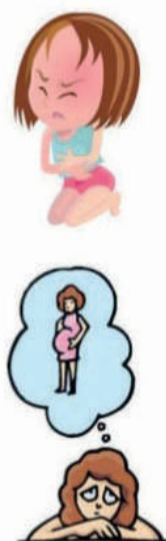
Sobre a Pró-Saúde

A Pró-Saúde é uma entidade filantrópica que realiza a gestão de serviços de saúde e administração hospitalar há mais de 50 anos. Seu trabalho de inteligência visa à promoção da qualidade, humanização e sustentabilidade. Com 16 mil colaboradores e mais de 1 milhão de pacientes atendidos por mês, é uma das maiores do mercado em que atua no Brasil. Atualmente realiza a gestão de unidades de saúde presentes em 24 cidades de 12 estados brasileiros - a maioria no âmbito do SUS (Sistema Único de Saúde). Atua amparada por seus princípios organizacionais, governança corporativa, política de integridade e valores cristãos.

A criação da Pró-Saúde fez parte de um movimento que estava à frente de seu tempo: a profissionalização da ação beneficente na saúde, um passo necessário para a melhoria da qualidade do atendimento aos pacientes que não podiam pagar pelo serviço. O padre Niversindo Antônio Cherubin, defensor da gestão profissional da saúde e também pioneiro na criação de cursos de Administração Hospitalar no País, foi o primeiro presidente da instituição.

QUAIS OS SINTOMAS?

- A CÓLICA É O PRINCIPAL SINTOMA;
- DOR DURANTE A RELAÇÃO SEXUAL;
- CONSTIPARÇÃO;
- DOR AS COSTAS;
- INFERTILIDADE.



Diagnóstico e tratamento

Como pode haver uma dificuldade na descoberta da doença - ainda hoje a média estimada do tempo entre o início dos sintomas até o diagnóstico definitivo é de aproximadamente sete anos - diante da suspeita, o exame ginecológico clínico deve ser realizado, seguido de exames como ultrassom endovaginal e ressonância magnética.

A visualização das lesões por laparoscopia é padrão-ouro para o diagnóstico. As pacientes diagnosticadas com endometriose devem realizar tratamento clínico para alívio dos sintomas, com o uso de medicamentos para controlar a dor e minimizar a progressão da doença.

A endometriose afeta a qualidade de vida das mulheres devido ao quadro algíco que pode se tornar cada vez mais intenso e, por vezes, incapacitante no período menstrual, prejudicando a rotina que pode envolver estudos, trabalho, lazer e até a vida conjugal.

Em casos mais graves, é aconselhado o método cirúrgico, para retirar as áreas afetadas pela endometriose, ou a cirurgia de histerectomia, nas situações agudas. “A cirurgia é o método mais efetivo para combater a doença e pode ser feita por videolaparoscopia, sendo minimamente invasiva e muito eficaz”, ressalta a Oskarla.

Tipos de endometriose?

A endometriose pode se apresentar em seis tipos diferentes:

- **Endometriose superficial:** normalmente atinge mais o peritônio - tecido que recobre internamente os órgãos da cavidade abdominal e pélvica;
- **Endometriose no ovário:** acomete os ovários, sendo principalmente ocasionada pela formação de cistos com um conteúdo sanguinolento dentro do ovário;
- **Endometriose profunda:** forma mais agressiva da doença, caracterizada por focos de endometriose nos ligamentos uterinos, sigmoide e septo retovaginal, podendo atingir também a bexiga e os ureteres;
- **Endometriose de parede:** que acomete a parede abdominal, notadamente em áreas submetidas previamente à cirurgia, como cesarianas;
- **Endometriose pulmonar:** forma bastante rara da doença, que ocorre quando o tecido endometrial responsivo aos hormônios através da corrente sanguínea se desenvolve na região pulmonar;
- **Endometriose peritoneal:** tipo mais comum da doença, que afeta o tecido que recobre os órgãos da região abdominal, causando dores intensas no abdome e na região lombar.



Cuidados na quarentena: TV demais é um fator de risco para trombose. Exercite-se!

Além de agravantes individuais como tabagismo e obesidade, estudos apontam que fatores como assistir à televisão e sedentarismo podem aumentar os riscos do desenvolvimento de trombose

Com o novo coronavírus, a recomendação principal é não sair de casa. Mas enfrentar a quarentena deitado e vendo TV não parece ser a melhor opção. Isso porque você, com certeza, já ouviu falar em trombose. A doença que assombra pessoas que trabalham sentadas e viajantes de longas distâncias ocorre quando um coágulo sanguíneo se desenvolve no interior das veias das pernas devido à circulação inadequada, impedindo assim a passagem do sangue. “A trombose geralmente se manifesta como um quadro de dor na perna, principalmente na panturrilha, associado a inchaço persistente, calor, sensibilidade e vermelhidão o que vai levar quase sempre à procura de ajuda médica. Em casos mais raros, o coágulo pode ainda se desprender da parede da veia e correr pela circulação até chegar ao pulmão, causando uma embolia pulmonar que pode resultar até mesmo em morte súbita”, explica a cirurgiã vascular e angiologista Aline Lamaita, membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular.

Mas, apesar de já ser consideravelmente conhecida, a doença continua sendo constantemente estudada. Com isso, novos tratamentos e



formas de prevenção surgem, assim como novos possíveis fatores de risco para o desenvolvimento da doença. “Os agravantes mais tradicionais são o tabagismo, a obesidade e o sedentarismo, pois eles estão envolvidos em uma dificuldade da circulação sanguínea”.

Mas um estudo de 2018 publicado no Journal of Thrombosis and Thrombolysis mostrou que o hábito de assistir a muita televisão também está associado ao surgimento de coágulos sanguíneos, pois permanecer longos períodos sentado pode diminuir o fluxo de sangue para as pernas e pés. “Mesmo quem pratica atividades físicas regularmente

possui mais chances de desenvolver trombose caso passe muito tempo sentado em frente à televisão, de acordo com o estudo”, destaca a angiologista.

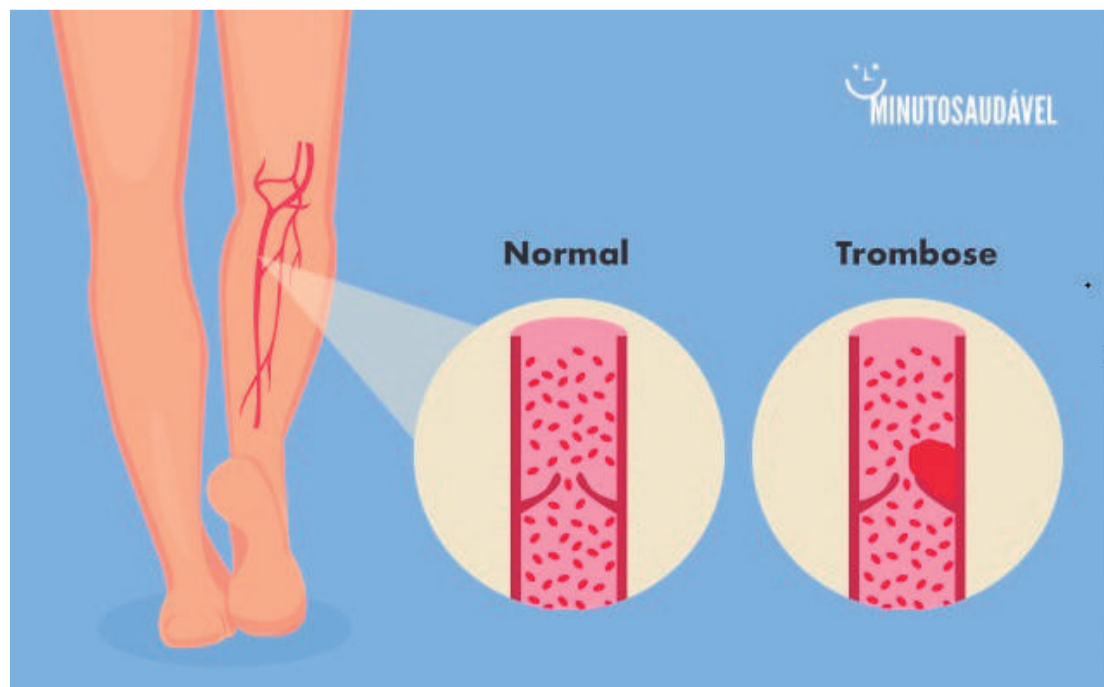
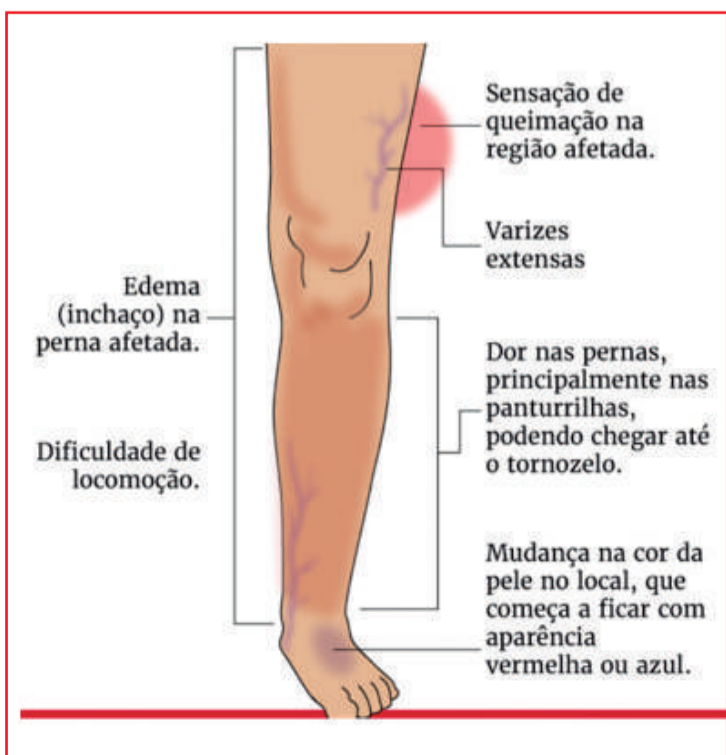
PREVENÇÃO

Algumas medidas que visam melhorar a circulação podem ajudar na prevenção do quadro de trombose, principalmente no período de quarentena. “O recomendado então é que você pare de fumar, consuma bastante água, adote uma alimentação balanceada, realize exercícios físicos dentro de casa e evite passar muito tempo na mesma posição, levantando-se de hora em hora para se movimentar um pouco”, destaca a cirurgiã vascular.

De acordo com a

especialista, o uso de meias elásticas também pode ser indicado, já que essas meias comprimem os vasos sanguíneos, melhorando o retorno venoso e, conseqüentemente, prevenindo a trombose. “Porém, o mais importante é que você consulte um cirurgião

vascular regularmente, principalmente se você tiver predisposição ou agravantes individuais associados à doença. Apenas ele poderá acompanhar sua situação, realizar um diagnóstico correto e, se for o caso, indicar o melhor tratamento para você”.



Nenhuma criança deve morrer de câncer

“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, a Siop-2018, serve de alerta no Dia Mundial da Infância, celebrado em 21 de março, 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 adolescente entre um e 19 anos no Brasil, segundo o Inca (Instituto Nacional do Câncer). Os dados ainda apontam que 12.500 novos casos surgem por ano no País. Desse novos casos, cerca de 6.200 crianças são tratadas em hospitais públicos e em torno de 4 mil morrem sem tratamento ou ter a doença diagnosticada. A OMS (Organização Mundial da Saúde) prevê que o número de casos de câncer infanto-juvenil deve chegar a 600 mil em todo o mundo em 2030.

Os desafios para se chegar ao que pretende a 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 sobrevida 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, Silvia Brandalise.

A médica e pesquisadora credita 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 sobrevida. Ainda faltam 20%. E, se chegarmos aos 100% de cura, temos que garantir que as causas do câncer sejam efetivamente combatidas”, avalia.



O Boldrini em números

Em seus 42 anos de história, recém-completados, o Centro Infantil Boldrini já atendeu aproximadamente 30 mil pacientes encaminhados com a suspeita ou o diagnóstico de câncer ou de doenças hematológicas, e 10 mil estão em acompanhamento ou passaram por tratamento. Considerando os tratamentos de tumores malignos, foram mais de 9 mil casos, dos quais cerca de 6 mil alcançaram a cura. Para se ter uma ideia da grandiosidade desse trabalho, só em 2019 o hospital recebeu 582 novos pacientes com suspeita de câncer. Desses, aproximadamente 250 tiveram o diagnóstico de doença maligna confirmado e iniciaram o tratamento no hospital. No caso de doenças hematológicas, foram 200 novos pacientes no ano passado. Ainda falando em números, o Boldrini realizou ao longo do ano passado mais de 79,1 mil consultas ambulatoriais (uma média de quase 3.200/mês), além de cerca de 29 mil sessões de quimioterapia.

Pesquisa com gestantes visa chegar aos causadores da doença

O Centro Infantil Boldrini tem feito sua parte no combate às causas do câncer infantil. O hospital é o único do País a integrar uma pesquisa da OMS (Organização Mundial da Saúde) com grávidas de todo o mundo para detectar possíveis causadores da doença. Além disso, o Boldrini ainda conta com um moderno Centro de Pesquisas, que trabalha em diferentes vertentes. A presidente do Centro Infantil Boldrini, Silvia Brandalise, também encabeçou com outros profissionais a realização, em setembro de 2019, do Fórum Internacional “Meio Ambiente e Câncer da Criança”, que trouxe à discussão as recentes pesquisas relacionando as interferências de poluentes do meio ambiente na saúde da criança. Mas, muito mais do que apresentar números e dados estatísticos, o evento buscou ações práticas para enfrentar a realidade demonstrada: criou o Grupo de Defesa dos Direitos da Criança à Saúde Ambiental e formulou a Declaração dos Direitos Ambientais da Criança. “Nesse Dia Mundial da Infância e em todos os outros dias do ano temos que conscientizar a sociedade do tipo de vida e mundo que queremos e que isso influencia diretamente, como mostram as pesquisas, na saúde de nossas crianças mesmo antes do nascimento delas”, alerta Silvia Brandalise.

Sobre o Centro Infantil Boldrini

Centro Infantil Boldrini é o maior hospital especializado na América Latina, localizado em Campinas, que há 42 anos atua no cuidado a crianças e adolescentes com câncer e doenças do sangue. Atualmente, o Boldrini trata cerca de 10 mil pacientes de diversas cidades brasileiras e alguns de países da América Latina, a maioria (80%) pelo SUS (Sistema Único de Saúde). Um dos centros mais avançados do País, o Boldrini reúne alta tecnologia em diagnóstico e tratamento clínico especializado, comparáveis ao Primeiro Mundo, disponibilidade de leitos e atendimento humanitário às crianças portadoras dessas doenças. Fonte: www.boldrini.org.br.



Oito fatos que toda gestante precisa saber sobre covid-19

A epidemia de covid-19 trouxe para as gestantes uma série de dúvidas sobre como lidar com a gravidez, o parto e o puerpério. Pode sair de casa? Transmite pelo parto? Preciso testar o bebê? Essas são apenas algumas das dúvidas que norteiam a

vida das gestantes nos últimos dias e muitas questões ainda estão sem respostas. O ginecologista e obstetra Daniel Mandarino, do Plunes Centro Médico, esclarece os principais pontos de dúvida neste período tão conturbado. Confira:

QUAIS OS PRINCIPAIS CUIDADOS DAS GESTANTES NESTE MOMENTO?

O principal cuidado é evitar a exposição ao vírus, principalmente com pessoas sintomáticas. Mas como a transmissão ocorre mesmo através de casos sem qualquer sinal aparente, é importante tomar as precauções de contato e higiene possíveis, como isolamento, lavagem constante das mãos e uso de álcool em gel.

O VÍRUS PASSA PELA PLACENTA?

Até o momento, na pequena amostra que foi observada, não foi identificado vírus no líquido amniótico ou no leite, mas não é possível afirmar com certeza que não possa existir.

A COVID-19 CAUSA ALGUM DANO AO BEBÊ NA BARRIGA?

Por enquanto não foi identificado nenhum dano direto ao bebê causado pelo vírus. Porém, é de conhecimento médico que infecções de maneira geral podem desencadear trabalho de parto prematuro, algo que já foi observado com a covid-19 em algumas circunstâncias. Se a gestante está com covid-19, aconselho um acompanhamento médico constante e mais intenso.

ALGUM CUIDADO ESPECIAL NO PRÉ-NATAL?

Dentro do possível, em cada circunstância e individualidade de cada gestação, as consultas podem ser espaçadas, assim como exames que não precisam ser feitos em um momento específico devem ser adiados. Exames sem direta repercussão em conduta médica, como ultrassonografia para ver sexo do bebê devem ser evitados. Exames importantes como avaliações morfológicas, e as consultas em fase mais tardia da gestação, precisam ser mantidas.

O PARTO PODE TRANSMITIR COVID-19 AO BEBÊ?

Diretamente pelo parto não foi identificada a transmissão, mas poderia ser pelo contato com as mãos e/ou vias respiratórias da mãe. Após o parto, o teste no bebê em si não muda muito a conduta dos cuidados, acaba funcionando mais como uma questão de orientação, controle e estatística. Não existe um consenso sobre a realização do teste no recém-nascido.

QUAIS OS CUIDADOS NO MOMENTO DO PARTO?

Qualquer sintoma respiratório deve ser notificado à equipe médica para que os cuidados adequados sejam tomados. Acompanhantes com sintomas respiratórios não devem participar do momento do parto, na verdade, não devem nem sair de casa.

EXISTE ALGUM ESTUDO SOBRE A MORTALIDADE DOS FETOS DURANTE A EPIDEMIA?

Do que foi visto até o momento, não parece existir aumento de letalidade em gestantes, fetos ou recém-nascidos, mas é algo muito recente para poder afirmar que não existe nenhum risco adicional.

OS PAIS DEVEM TER ALGUM CUIDADO EXTRA?

Os cuidados envolvem a exposição do bebê, como usar máscara, higiene constante das mãos e o protocolo tradicional para evitar o contágio.



DISQUE SAÚDE
136



LAVE BEM AS MÃOS, DEDO A DEDO, COM ÁGUA E SABÃO VÁRIAS VEZES AO DIA.

CARLOS BERTOLAZZI, CHEF

A melhor receita para se proteger do coronavírus é manter as mãos limpas com água e sabão. Também vale passar álcool em gel. Fique de olho na informação correta e evite as fake news.

CORONAVÍRUS
(COVID-19)

JUNTOS SOMOS MAIS FORTES.



ESCANEE COM A CÂMERA DO SEU CELULAR PARA INFORMAÇÕES ATUALIZADAS.

SAIBA MAIS EM
SAUDE.GOV.BR/CORONAVIRUS
OU PELO APP CORONAVIRUS - SUS

APOIO **O Paraná**
Jornal de Fato

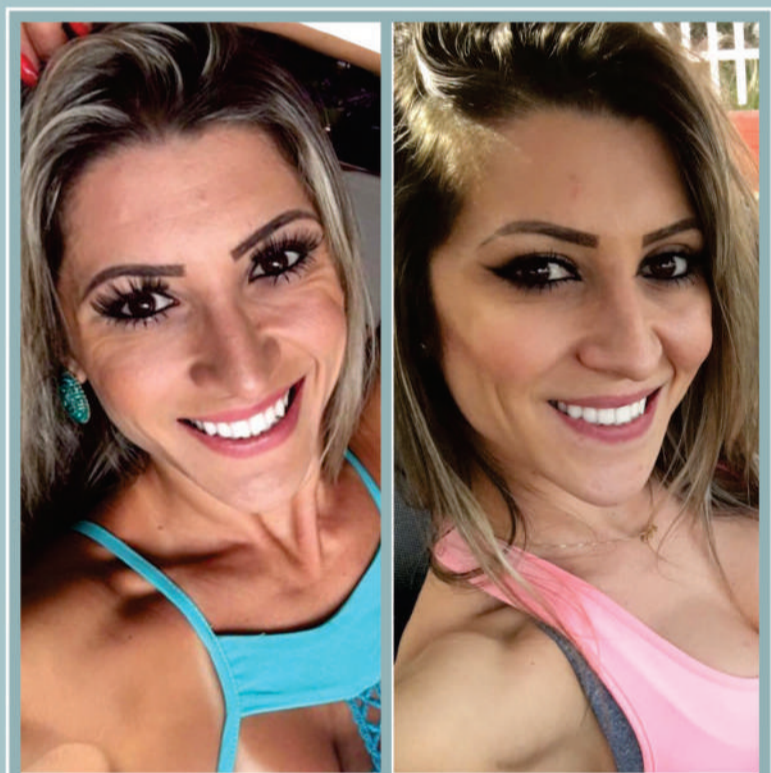
ESTUDANDO A HARMONIA DA FACE



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