



# INFONORTE

*O jornal da notícia mineira*

Montes Claros - MG | Fevereiro - 2017 | N° 7 - 12 páginas - Distribuição Gratuita

## OSTEOARTROSE: O DESAFIO DO ENVELHECIMENTO

**A**rtrose é uma doença de caráter inflamatório e degenerativo das articulações (juntas) do organismo, marcada pelo desgaste das cartilagens que revestem as extremidades ósseas, causando dor e podendo levar a deformidades.

Com o envelhecimento da população mundial, a artrose do joelho tem se tornado cada vez mais comum. Muitos fatores estão relacionados com o seu aparecimento e seu desenvolvimento, dentre eles o envelhecimento, excesso de peso ou de trabalho na articulação acometida, exercícios que exijam impacto repetitivos sobre a articulação (como saltos), história familiar e tabagismo. Seu impacto econômico é enorme, graças à incapacidade que provoca nos pacientes. Encontram-se evidências de artrose em alguma articulação na maioria das pessoas acima dos 65 anos. Mais de 80% daqueles acima dos 75 anos são acometidos pela artrose, ou seja, a prevalência da doença aumenta com a idade. Mulheres têm aproximadamente o dobro de propensão em comparação com os homens. Pacientes com lesões crônicas de menisco e ligamento também tem um índice aumentado de desenvolver artrose a longo prazo.

A dor ao nível do joelho geralmente é o primeiro sintoma da artrose. Essa dor é de caráter progressivo. Acentua-se com a atividade física (degraus, subida e descida de escadas, esportes de contato e movimentos repetitivos) e é diretamente proporcional ao excesso de peso. No início dos sintomas o repouso alivia os sintomas.

É a dor, em geral, que conduz o doente a procurar o médico. O joelho inchado (derrame articular) é o segundo sintoma. O responsável por esse edema é o processo inflamatório da membrana sinovial (membrana que recobre a articulação do joelho). Outro sintoma marcante é a perda progressiva do movimento. Nas gonartroses avançadas, a deformidade do membro inferior é o terceiro sintoma. As deformidades podem ser em varo (joelho cambota) ou



Romero Iago Freitas Mendes / Ortopedista e Traumatologista

valgo (joelho em "x"). Estes sintomas vão progressivamente impedir o doente ande normalmente. A utilização das bengalas pode tornar-se indispensável. A rigidez articular pode ser o sintoma mais tardio.

A artrose pode ser prevenida através da adoção de hábitos saudáveis, tais como, vigiar o peso, fazer uma dieta variada e equilibrada, mudar de postura com frequência, tentando-se evitar aquelas que sobrecarregam as articulações. A prática de exercícios suaves, tais como, caminhar, nadar, pedalar e fazer ginástica a um ritmo moderado também contribuem para a prevenção desta.



O tratamento da artrose do joelho tem como objetivos: aliviar os sintomas como a dor, o inchaço e a dificuldade para mobilização, impedir a piora da doença e corrigir as deformidades, quando estas já tiverem se instalado.

Para aliviar os sintomas, podem ser administrados medicamentos como analgésicos e anti-inflamatórios e empregarse a fisioterapia e hidroterapia, que pro-

tegem a cartilagem e melhorando a dor e a mobilidade articular. Esta terapia é chamada viscosuplementação, e tem as vantagens de poder ser aplicada pelo médico no próprio consultório, com desconforto mínimo, semelhante à aplicação de uma injeção no músculo. O efeito dura em média de 6 meses a um ano, dependendo do grau da artrose em cada paciente.

Nos pacientes com dores incapacitantes, que não pode ser controlada com as medidas mais simples relatadas, incluindo diminuição das atividades e do peso corporal, quando a artrose do joelho já alcançou um grau avançado com desgaste total da cartilagem, ou quando já existe uma deformidade com desvio do joelho ("perna torta"), pode haver a necessidade de tratamento com cirurgia.

As duas cirurgias mais realizadas são osteotomia e a artroplastia total do joelho (prótese do joelho). A osteotomia do joelho corrige o eixo do membro inferior de forma a equilibrar o peso do paciente sobre o compartimento oposto cuja cartilagem é sã. A prótese total do joelho substitui, em contrapartida, toda a superfície articular destruída, melhorando a função e a qualidade de vida do paciente.



**Orto Center**  
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

Edifício Medical Center - 16º andar  
Av. José Correa Machado 1858, Melo - Montes Claros - MG  
Tel: (38) 3213-3998 / 99747-2397

# FEBRE AMARELA: Até quando precisaremos nos preocupar?

**P**orque em pleno século XXI, no ano de 2017 dC, nos encontramos ainda preocupados e sofrendo com mortes em decorrência de uma doença 100% prevenível, transmitida por um mísero inseto? Já não era tempo de termos eliminado esta preocupação?, já não era para termos erradicado a Febre Amarela?

Doença muito grave, de altíssima mortalidade, a Febre Amarela pode afetar o funcionamento do fígado, do rim e provoca distúrbios de coagulação com sangramentos incontroláveis em todo o corpo; na fase mais avançada da doença, a consciência pode estar alterada, o paciente entra em coma e evolui para o óbito em mais da metade dos casos, independente do tratamento intensivo. Dados do Ministério da Saúde mostram que, no período de 1980 a 2004, foram confirmados 662 casos de febre amarela silvestre em todo o país, com ocorrência de 339 óbitos, representando uma taxa de letalidade de 51% no período. Neste ano estamos enfrentando um surto nunca antes visto no Brasil, quando (de dezembro de 2016 até o dia 10/02/2017 às 13hs) foram notificados 186 óbitos (104 se encontram em investigação, 79 foram CONFIRMADOS e 03 descartados). Só em



*Claudia R. Biscotto - Médica Infectologista*

Minas Gerais, foram 987 casos suspeitos neste ano, com 201 deles já confirmados, 69 óbitos confirmados e 95 em investigação. É realmente algo preocupante.

Entretanto, temos alguns poderosos aliados na luta contra essa ameaça. O *Aedes aegypti* já foi um poderoso transmissor da Febre Amarela até o ano de 1941; de lá

pra cá, todos os casos notificados no Brasil foram transmitidos nas áreas rural e de florestas, por um mosquito chamado *Haemagogos*. Mas, infestadas como estão atualmente nossas cidades do temido *Aedes aegypti*, corremos um risco iminente de uma recrudescência da Febre Amarela Urbana em nossa sociedade. Portanto, eliminando os focos criatórios do resistente *Aedes*, conseguimos reduzir de maneira significativa o risco da doença adentrar e se disseminar nas nossas cidades.

A vacina contra a doença é recomendada no calendário regular de imunização pelo Ministério da Saúde em 18 estados brasileiros além do DF; entretanto ainda não temos uma população plenamente imunizada. Quando tivermos cerca de 80% da população imunizada nas áreas de recomendação da vacina, não teremos risco de novas epidemias. E com apenas duas doses da vacina durante a vida, já estamos protegidos contra esta grave ameaça.

Portanto, já temos a resposta àquela pergunta do início da matéria: Quando tivermos uma população vacinada e eliminados os criatórios do *Aedes aegypti*, teremos uma preocupação a menos na nossa vida!

## EXPEDIENTE



**INFONORTE**

*O jornal da notícia mineira*

Uma publicação da Design Promoções Publicidades e Representações Ltda.  
CNPJ: 03.711.624/0001-05

**Diretor**  
Fabiano Fagundes  
fabianomidia@yahoo.com.br  
(38) 99130-0554

**Fale conosco**  
(38) 99149-0878

**EUCALÍDER**

(38) 9 9844-9072 \* / 9 9113-0454 TIM

Madeira Tratada

Madeira In Natura

Caibros, Postes e Ripas

Pregos e Grampos

Arame Liso e Farpado

Telhas em Geral

Ferramentas em Geral

Av. Dep. Esteves Rodrigues, 2764 - Centro - Montes Claros - MG  
(Próximo a Receita Federal)

# Projeto Amigos da Santa Casa entrega mais um quarto humanizado

Com a proposta de revitalizar e melhorar as instalações dos quartos que compõem as 11 enfermarias da Santa Casa de Montes Claros, visando oferecer aos pacientes um ambiente humanizado, climatizado e bem estruturado, tornando-os mais confortáveis para quem está em tratamento, a Santa Casa de Montes Claros entregou, na tarde de segunda-feira (06/02), na Enfermaria Masculina II, mais um quarto reformado, dentro do "Projeto Amigos da Santa Casa".

As obras de reforma são possíveis por meio do programa de apadrinhamento, no qual empresas, entidades de classe ou pessoa física se tornam responsáveis pela revitalização dos quartos, que recebem pintura, mobiliários novos, equipamentos médico-hospitalares e climatização.

O quarto foi apadrinhado pelo Rotary Club Montes Claros Norte. Durante a inauguração, o representante do Rotary, Henrique Veloso, ressaltou que a colaboração do grupo foi um ato de gratidão à Santa Casa de Montes Claros. "Convido aos companheiros que continuem se esforçando para darmos continuidade



a esse projeto. Vamos buscar mais recursos, na medida do possível, para contribuir com a reforma de outras unidades, uma vez que a necessidade do hospital

é constante", disse.

O Provedor Heli de Oliveira Penido ressaltou a importância do envolvimento da comunidade nas obras de refor-

ma das instalações do SUS no hospital e destacou a contribuição do Rotary na ajuda às pessoas acolhidas pela Santa Casa. "Manifesto nossa gratidão ao Rotary Club Montes Claros Norte pelo apoio e colaboração ao proporcionar aos pacientes conforto e a humanização do ambiente, disse".

O vice-prefeito de Montes Claros, Aduino Marques, parabenizou a iniciativa da instituição e reforçou a importância do projeto para a região. "A Santa Casa como um instituição nobre, precisa da ajuda da sociedade civil organizada, das entidades, dos empresários para dar continuidade ao projeto. Creio que unindo esses esforços, o desafio de inaugurar os próximos quartos serão superados", afirmou.

O Superintendente Maurício Sérgio Sousa e Silva, agradeceu, em nome da Santa Casa, dos colaboradores e da população, pelo investimento na revitalização da estrutura e destacou a importância desse ato para a população.

"Esse é o sétimo quarto inaugurado. Dos 62 quartos, 40 estão apadrinhados, graças a pessoas que acreditaram e se uniram a nós. A família Santa Casa se sente extremamente honrada em receber essa obra de amor, que será revertida em qualidade de atendimento a todos os pacientes da região, que utilizam os serviços de saúde oferecido pelo hospital", afirmou.

38 3082.4427 • 99243.4343



• E.P.I.  
• Construção Civil  
• Máquinas e Equipamentos  
• Materiais Elétricos  
A sua solução em um só lugar!

Av. Dep. Esteves Rodrigues  
641 - Vila João Gordo



# A importância de **Hábitos Saudáveis** na prevenção do Câncer



Marilena A. Uramoto / Nutricionista Clínica, especialista em Nutrição e Oncologia

No Brasil, o Câncer é a segunda causa de morte por doença, superado apenas pelas enfermidades cardiovasculares.

A comunidade científica já está convencida de que vários tipos de cânceres que ocorrem em adultos têm suas causas relacionadas a fatores ambientais, portanto, a maioria pode ser prevenida e evitada. Dos fatores que mais contribuem para o aumento do risco de se desenvolver esta patologia destaca-se em primeiro lugar os hábitos alimentares, e em segundo o tabagismo. Esta mudança de estilo de vida é considerada prevenção de ordem primária e o diagnóstico precoce de ordem secundária. De acordo com INCA (Instituto Nacional do Câncer) a previsão para o ano de 2020 é de

que o número de casos desta patologia ultrapasse as doenças cardiovasculares.

Atualmente, o World Cancer Research Fund/ American Institute of Cancer Research (WCRF/AICR) e o European Prospective Investigation Into Cancer and Nutrition (EPIC), dois maiores grupos internacionais que estudam a relação entre fatores nutricionais e risco de Câncer, recomendam:

Reduzir o consumo de gorduras totais, principalmente saturadas e hidrogenadas encontrada na margarina, sorvete, requeijão cremoso e pipoca de micro-ondas;

Controlar o peso, para evitar a obesidade, considerada como fator de risco de vários tipos de câncer, inclusive de mama na pós-menopausa;

Ingerir diariamente frutas, le-

gumes e hortaliças;

Preferir cereais integrais e evitar o consumo de produtos refinados e de açúcares;

Limitar o consumo de carne vermelha a 300g por dia, duas vezes por semana, preferindo as carnes brancas e ovo, sendo que hoje ele é con-

siderado o segundo melhor alimento;

Limitar o consumo de sal (cloreto de sódio) a 6,0 g por dia;

Estimular a prática de atividade física, no mínimo 30 minutos ao dia;

Evitar alimentos ricos em conservantes químicos comprovados como potentes carcinogênicos.

**VEM QUE TEM**

**MAIS DE 4000 ITENS**

**multicoisas**  
soluções para o seu dia a dia

São mais de **4.000 itens** para cozinha, tecnologia, pequenos reparos, ferramentas, elétrica, hidráulica, químicos, etc. E o melhor, tudo isso em um só lugar. O que você precisa... **VEM QUE TEM MULTICOISAS!**

**VISITE-NOS**  
**MONTES CLAROS**  
**SHOPPING**

AV. DONATO QUINTINO, 90 - CIDADE NOVA  
TEL.: (38) 3214-3655

**MUNDIAL**  
**IGREJA DO PODER DE DEUS**  
*A Mão de Deus está aqui!*  
Rua Padre Teixeira, Centro • Montes Claros  
(ao lado do Hotel Nacional)

# Pulsar: centro de referência no tratamento de doenças reumatológicas

Os avanços da medicina, seja no setor de diagnóstico com a evolução dos aparelhos e sistemas, seja no segmento de pesquisas de medicamentos, possibilitam uma série de benefícios para médicos e pacientes. O simples fato de descobrir o quanto antes algo fora do normal no funcionamento do corpo humano já é considerado uma vitória, pois propicia boas chances de tratamento e cura.

Já para os casos em que uma possível cura está mais distante, os medicamentos contribuem com o tratamento agregando maior qualidade de vida. Este é o caso dos bisfosfonatos para o tratamento da osteoporose. Aprovado pelo FDA-Food and Drug Administration em 1995, eles completaram 20 anos de seu lançamento. Já na atual terapêutica, contemplamos novas classes de medicamentos para esse mesmo fim, com vantagens na posologia e menos efeitos adversos, além de formas de uso mais simples: via subcutânea e endovenosa, com maiores intervalos entre as doses, trazendo, além de segurança para nosso paciente, comodidade. Evita-se as epigastralgias tão frequentes nas doses via oral, semanais de bisfosfonatos (alendronato, risedronato...etc...) e passagem renal, que hoje



Isabella Ferreira Costa / Reumatologista



conseguimos evitar com o Denosumabe.

Quando a paciente apresenta fraturas, podemos escolher o Forteo-Teriparatida que é PTH-símile e, de longe, a mais potente molécula, para o tratamento da Osteoporose grave. Com mestrado nessa área, sabemos que suas indicações vem crescendo, apenas seu custo não é acessível à população como um todo e o Sus não contempla todo o território nacional para essa indicação, algumas cidades oferecem na rede pública tal medicação. Como membro da ABRASSO-associação brasileira de saúde óssea-buscamos estar atualizados e integrados com o que há de melhor nessa área e quem sabe num futuro próximo, trazer à nossa cidade e região essa medicação de alto custo para oferecer ao nosso paciente.

Já temos um Centro especializado em novas terapêuticas e disponível para qualquer paciente que tenha interesse em saber mais sobre seu diagnóstico e suas indicações. A Pulsar Centro de infusão fica no Ed. Plaza Center, sala 101. Atendemos aos colegas da área e demais áreas afins, no intuito de agregar saúde óssea para nossa população, evitando o risco de fraturas, assunto tão relevante, para a saúde pública na atualidade.

# Cuidados com a pele **no verão**

**E**stamos em pleno verão. É hora de atenção especial com a pele. O Sol emite radiação que pode causar câncer e envelhecimento, deixando a pele seca, flácida e sem brilho, favorecendo o aparecimento das rugas e manchas solares.

Para garantir uma pele saudável por muito tempo é preciso se proteger, sobretudo estando na praia, na piscina ou curtindo o carnaval ao ar livre. São medidas obrigatórias: usar filtro com fator de proteção solar (FPS) de no mínimo 30, reaplicando-o a cada duas horas ou, em menor intervalo, após transpiração excessiva, banhos, mergulhos ou duchas. Mesmo com o protetor, evitar a exposição entre 10h às 16h.

A forma correta do uso também é fundamental. A primeira aplicação do produto deve ser feita com no mínimo 15 minutos antes da exposição. Pode ser feita em duas camadas ou usar a regra da colher de chá: rosto, cabeça e pescoço: 1 colher de chá; peito e costas: duas colheres de chá; braços: 1 colher de chá em cada; pernas, 2 colheres de chá em cada uma.

Outras medidas de precaução são o uso de chapéu com abas largas, boné, viseira e óculos escuros.

Em relação às maquiagens utilizadas pra as fantasias de carnaval, use sempre produtos certificados pela ANVISA e destinados para seu tipo de pele. Evitando tintas utilidades para outra finalidade, que podem conter agentes químicos nocivos à saúde. Sempre fazer a retirada da maquiagem com produtos suaves e específicos para sua pele e para a maquiagem escolhida, evitando acúmulos que podem ocasionar irritação.

Para a saúde da pele o ano todo, consulte sempre um dermatologista.



Hugo Rocha Barros / Dermatologista

*FB*

**Hugo Barros**

**Dermatologista**

CRM - MG 44689

Rua Tupinambás, 13. Sala 802 - Edifício Absoluto - Melo - Montes Claros - MG

Tel: 3082-1054

## Atendimento Domiciliar ao Idoso com Alzheimer

A expectativa de vida no Brasil vem aumentando progressivamente nas últimas décadas. Esse fato, aliado a melhores condições de acesso à saúde, contribui com o crescimento significativo do número de idosos na sociedade atual. Nesse cenário, enquanto temos a alegria de usufruir da presença de nossos entes queridos por mais tempo, surgem novas preocupações em mantê-los com saúde e qualidade de vida. As patologias que acometem os idosos, principalmente as doenças neurodegenerativas, estão cada vez mais incidentes, criando uma maior de-

pendência física, emocional e intelectual desse tipo de paciente.

A demência de Alzheimer apresenta-se como uma das principais doenças neurodegenerativas, com consequente perda de funções cognitivas (memória, orientação, atenção e linguagem). Quando diagnosticada no início, é possível retardar o seu avanço e ter mais controle sobre os sintomas, garantindo melhor qualidade de vida ao paciente e à família.

Na fase leve, podem ocorrer alterações como perda de memória recente, dificuldade para encontrar palavras, desorientação no tempo e



**Hélio Silveira Aguiar / Médico e Empresário**

no espaço. Já na fase moderada, são comuns dificuldades mais evidentes com atividades do dia a dia, dependência importante de outras pessoas, necessidade de ajuda com a higiene pessoal e autocuidado. Na fase grave, observa-se prejuízo gravíssimo da memória, dificuldade para alimentar-se, dificuldade de orientar-se dentro de sua própria casa. Pode haver incontinência urinária e fecal e intensificação de comportamento inadequado. Há tendência de prejuízo na capacidade de locomoção. Posteriormente, o paciente pode necessitar de cadeira de rodas ou ficar acamado.

Para o tratamento e cuidado adequado e humanizado de paciente acometido por essa demência, é necessária a atuação de uma equipe multidisciplinar, que vai muito além do médico, sendo imprescindível o apoio de psicólogos, enfermeiros, terapias ocupacionais, fonoaudiólogos, fisioterapeutas, nutricionistas, educadores, educadores físicos, assistentes sociais e dentistas.

Portanto, a cada etapa da doença, percebemos a importância e necessidade de profissionais especializados que orientam a família, minimizam problemas, mantendo a qualidade de contato e relacionamento, além de favorecer a superação de perdas, ajudando a enfrentar o processo de adoecimento de maneira mais leve e tranquila, para o idoso e sua família.

(38) 3083-3999  
99926-6988  
99199-4449



# Recupere

Assistência em Saúde Domiciliar



CUIDADORES DE IDOSOS;  
ASSISTÊNCIA DOMICILIAR;  
INTERNAÇÃO DOMICILIAR;  
PROCEDIMENTOS PONTUAIS;  
EQUIPE MULTIPROFISSIONAL;

CONSULTAS.

ATENDEMOS  
CONVÊNIOS E PARTICULAR

[www.recuperehomecare.com.br](http://www.recuperehomecare.com.br)

**Av. Cula Mangabeira, 605 - Santos Exedito  
Montes Claros MG (em frente Hospital Universitário)**

# Energia Solar Cresceu 70% em dois anos

A geração de energia solar está experimentando um boom, como ocorreu anos atrás com a energia eólica, tendo crescido mais de 70% a capacidade de geração nos últimos dois anos. Cerca de 90% das unidades existentes foram instaladas neste período, segundo dados da SER Energia, empresa do setor. Apesar da suspensão do leilão de energias renováveis, empresários e especialistas acreditam que a energia solar vai continuar crescendo a taxas elevadas no país nos próximos anos.

O crescimento das fontes renováveis na China e na Alemanha vem reduzindo drasticamente os custos dos equipamentos. Essa redução de preços fez o prazo de retorno do investimento em um projeto de geração solar cair de 25 anos para cerca de oito anos.

O governo tem que aumentar as linhas de crédito para compra de equipamentos no exterior e reduzir impostos. Segundo o Instituto dos Engenheiros Eletricistas e Eletrônicos (IEEE), há avanços na regulação sendo elaborada pela Agência Nacional de Energia Elétrica (Aneel), permitindo a chamada geração remota por microempreendedores. Agora podem se formar condomínios de consumidores que implementem um projeto em qualquer outra parte da região atendida pela mesma concessionária. Antes só



**Ailson Gonçalves de Araújo / Engenheiro Eletricista (Especializado em Energia Solar)**

era possível gerar energia no seu próprio local de consumo.

Estima-se que, por R\$ 20 mil, é possível instalar uma unidade para gerar 2 KW, o suficiente para suprir mais de 90% do consumo de uma família de quatro pessoas: Em alguns anos, o consumidor

tem o retorno do investimento e passará a gerar sua própria energia limpa, a um baixo custo de manutenção dos equipamentos e se livrando das elevadas tarifas de energia, que subiram mais de 50% em 2015.

O presidente da Empresa de

Pesquisa Energética (EPE), Luiz Barroso, afirma que já vêm sendo adotados vários tipos de estímulos para o desenvolvimento da energia solar no país. Ele cita o convênio com o Conselho Nacional de Política Fazendária (Confaz), que autoriza os governos estaduais a isentarem de ICMS a energia que é liberada para a rede devido ao insumo obtido com a mini geração distribuída.

A redução de mais de 70% no preço da energia solar nos últimos dez anos e o aumento de mais de 50% nas tarifas de energia elétrica em 2015 impulsionaram a geração solar no Brasil, de acordo com a Absolar, sendo 78% de uso residencial, 15% comercial e o restante, implementado nas indústrias, em edifícios públicos e em propriedades rurais, entre outros.

Em países tropicais, como o Brasil, a utilização da energia solar é viável em praticamente todo o território, e, em locais longe dos centros de produção energética sua utilização ajuda a diminuir a procura energética nestes e consequentemente a perda de energia que ocorreria na transmissão.

**SOLAR**  
**Madeiras**

PROJETOS E INSTALAÇÃO DE ENERGIA SOLAR

(38) 3224-5492/3082-5599

E-mail: solarmadeirasltda@hotmail.com

Av. Dep. Esteves Rodrigues, 446 - Vila João Gordo - Montes Claros - MG

Madeira Serrada <  
Eucalipto Tratado <  
Eucalipto inatura <  
Telhas em Geral <  
Esquadrias <  
Portas <  
Fechaduras <  
Dobradiças <  
Madeirites <  
Resinas e Vernizes <  
Ferragens <

## Associação Presente promove assistência e conscientização há 12 anos no Norte de Minas

A missão da Associação Presente é promover assistência, cuidado e amparo a jovens, adultos e idosos carentes com câncer e atuar na prevenção e diagnóstico precoce da doença. Desde 2004 a casa atende pacientes com câncer oferecendo hospedagem, alimentação e transporte. A Associação conta ainda com uma equipe de enfermeira, assistente social, psicóloga e nutricionista, que atendem as necessidades dos pacientes.

A Associação surgiu de um sonho da médica oncologista Priscila Bernardina Miranda Soares e do Padre Tiãozinho, que perceberam a necessidade de pessoas que vinham de outras cidades e não tinham onde ficar e comer durante o tratamento. Há quatro anos a Associação funciona no Bairro Canelas, com capacidade para acolher 32 pessoas, sendo 16 pacientes e 16 acompanhantes.

A missão da Associação vai além da hospedagem dos pacientes, há proje-



tos que visam o diagnóstico precoce e a conscientização. No mês de abril, é realizado o Mutirão de Prevenção ao Câncer. O evento acontece na principal praça de Montes Claros e é gratuito, o objetivo é realizar exames para diagnóstico de câncer de boca, mama, pele, próstata e colo do útero. Anualmente são atendidas mais de mil pessoas e as que recebem resultados positivos, são encaminhadas para trata-

mento.

Outra ação importante da casa é o Encontro de Prevenção ao Câncer, que já está em sua nona edição, e trás apresentações relacionadas ao câncer e

palestrantes de renome nacional. O Encontro é custeado através de patrocínio e a arrecadação com venda de ingressos é utilizada para custear a casa. É realizada também a Corrida e Caminhada do Outubro Rosa com o objetivo de alertar sobre a prevenção do câncer de mama.

Em 2016 foi implantado o Ambulatório de Cuidados Paliativos. Pacientes, internos ou não da Associação, são atendidos pela presidente da Associação a oncologista Priscila Bernardina, visando atenuar o sofrimento.

A Associação Presente precisa da sua ajuda. Seja um mantenedor, seja um voluntário. Ajude esta causa de amor!

Associação Presente (38) 3213-4296

**Conte conosco para cuidar de sua saúde!**

- Consultas
- Exames Médicos
- Exames Complementares
- Atestado de Saúde (ASO)
- Medicina do Trabalho
- Segurança do Trabalho
- Exames admissionais, demissionais e periódico

**Atendemos convênios**

**Tel.: (38) 3222-0038 / 3015-2897**  
 Praça da Matriz, 100, Centro - Montes Claros/MG  
 Email: norteminassaude@hotmail.com

Agora o Norte de Minas conta com uma **indústria de alta tecnologia** em **telhas de concreto**.

**20 ANOS DE GARANTIA**

**VANTAGENS:**

- 💰 Mais economia
- 🔧 Encaixes perfeitos
- 🏠 Alta resistência
- ☁️ Maior impermeabilidade
- ☀️ Conforto térmico
- 🪶 Maior leveza  
Apenas 10,4 peças por m<sup>2</sup>  
Peso aproximado de 41 kg por m<sup>2</sup>

CINZA	GRAFITE	MOSTARDA
CANELA	VERMELHA	MARROM CAFE

**BELLA MINEIRA**  
 INDÚSTRIA DE TELHAS DE CONCRETO

☎ 38 3251-5010 ✉ atendimento@bellamineira.ind.br 🌐 www.bellamineira.ind.br  
 ✉ vendas@bellamineira.ind.br

\* GARANTIA DE 20 ANOS PARA HIPERMEABILIDADE E RESISTÊNCIA.

# MOTIVOS PARA PROCURAR UM FONOAUDIÓLOGO

Por Dra. Juliana Lafetá  
Fonoaudióloga

A capacidade de articular bem palavras, medir o tom de voz ideal e respirar nos intervalos certos destaca-se entre as pessoas que são habilidosas em se comunicar. Se este não é o seu caso, um fonoaudiólogo pode ajudar. "Nós trabalhamos a comunicação, incluindo voz, escrita e audição". Sucção, deglutição e mastigação são outras atividades que têm melhora no rendimento com a ajuda de sessões regulares no fonoaudiólogo. Amamentação O fonoaudiólogo atua nessa área, estimulando a sucção e deglutição do bebê e evita o desmame precoce. "Isso é feito por meio de orientações e acompanhamento da mãe, além de treinamento de equipes de saúde em hospitais, para incentivar o aleitamento materno".

**Dificuldade em deglutir-** O fonoaudiólogo também ajuda pessoas que sofrem com disfagia que pode ser sequela de AVC, câncer de cabeça e pescoço, traqueostomia, etc.

Por meio de exercícios respiratórios e articatórios (lábios, mandíbula, língua, véu do palato e bochechas), o fonoaudiólogo consegue recuperar a tonicidade e elasticidade da musculatura, facilitando a passagem de alimento.

**Rouquidão constante** - A rouquidão constante pode ser indício até de câncer, mas, na maioria das vezes, é consequência de uso inadequado da voz por esforço exagerado ao falar. O tratamento é feito com exercícios e orientações de higiene vocal, que envolvem desde o fim

do tabagismo até cuidados com a alimentação. Para pessoas que usam a voz como instrumento de trabalho, como jornalistas, atores, cantores e atendentes de telemarketing, o fonoaudiólogo é ainda mais requisitado.

**Audição** - Com o teste da orelhinha - um exame rápido, feito com um aparelho capaz de detectar problemas auditivos em recém-nascidos. "Quando o tratamento para surdez tem início nos primeiros meses de vida, há uma grande possibilidade de essa cri-

ança desenvolver a fala de modo mais eficiente". Distúrbios de leitura e escrita- Há casos em que a criança é muito inteligente, mas não tira notas boas na escola por ter dificuldade de ler e escrever. Isso pode ser sinal de dislexia ou outros distúrbios. "Nesses casos, a escrita costuma apresentar muitas falhas e trocas de letras, como p por b e t por d". Por meio de exercícios psicomotores e auditivos, o fonoaudiólogo ajuda o paciente a lidar com essas dificuldades. Doenças comuns da velhice- "Alzheimer, AVC, Parkinson e muitos outros problemas característicos da idade avançada podem provocar dificuldades de fala, mastigação e deglutição". O fonoaudiólogo acompanha esses pacientes para ajudar a reverter ou amenizar esses problemas, melhorando a qualidade de vida.

**Estética facial** - As tão indesejadas marcas de expressão do rosto também podem ser alvo do trabalho de fonoaudiólogos. Além de combater as linhas de expressão, esses exercícios ajudam a melhorar a aparência flácida, o olhar caído e os lábios frouxos. Problemas de fala- Gagueira, língua presa e trocas de fonemas são alguns dos problemas de fala que os fonoaudiólogos ajudam a tratar.

**Respirar pela boca-** Os malefícios de respirar pela boca são diversos. "Esse costume provoca deformações na arcada dentária e no céu da boca (palato), além de mudanças na disposição da língua. Tudo isso leva a mastigação inadequada, diminuição do paladar, dificuldade na articulação das palavras, entre outros problemas". "Nesses casos, o fonoaudiólogo trabalha a coordenação-fono-respiratória, para que ocorra equilíbrio entre respiração oral e nasal, e ensina exercícios de articulação dos lábios, língua e bochechas, para o fortalecimento do tônus muscular".

Procure um Fonoaudiólogo se houver algum desses sintomas!



## Humanitas NUCLEAR

### Exames

Cintilografia do Miocárdio

Cintilografia da Tireóide

Dacriocintilografia

Tratamento de Hipertireoidismo

Cintilografia óssea

Cintilografia Renal

Cintilografia Pulmonar

e outras Cintilografias

**E agora atendemos: IPSEMG**

Telefone:(38)3221-0376 / 3083-2164

Avenida Mestra Fininha,881

Bairro Cidade Santa Maria - Montes Claros | MG

## Professor Tom Henrique **aprova** nos principais **vestibulares do país**

O professor Tom Henrique nasceu em Monte Azul, com a idade de 17 anos se transferiu para Montes Claros para concluir o ensino médio e cursar Licenciatura em Matemática.

Aos 18 anos foi monitor no colégio Prisma, foi professor do Colégio Biotécnico, mas deslançou sua carreira no colégio Sólido. Aos 22 anos de idade já era um dos professores mais conhecidos do norte de Minas.

Tom foi convidado pelo professor Wagner Fonseca para abrir um curso específico de matemática com a intenção de ajudar ainda mais alunos a realizarem o sonho de entrar na universidade, essa parceria durou cerca de três anos e rendeu muitos bons frutos.

Tom também foi professor do Colégio e pré-vestibular Bernoulli em Belo Horizonte, durante quase um ano, segundo ele, a maior realização da car-

reira foi trabalhar no maior e melhor pré-vestibular do país.

No mês de julho de 2015 Tom se transferiu para o Colégio BioMáximo, ajudando este a conseguir resultados além das expectativas ao final do ano de 2016, aprovando alunos nas mais diversas universidades federais pelo país.

Aos 25 anos de idade Tom seguiu carreira solo em relação a cursos específicos, criou o Tom Matemática, curso específico que veio atingir seu ápice do ano de 2016, com uma aprovação mega extraordinária.

No final de 2016 forma mais de 50 aprovados em Medicina, especificamente foram: 22 aprovados na Funorte, sendo 10 aprovados pelo vestibular tradicional e 12 pelo Fies (ENEM). Nas Faculdades Pitágoras foram 13 aprovados, pelo SISU foram 8 aprovações



nas federais, sendo o primeiro lugar na UFMG com a aluna Jamille Wanessa, além do primeiro lugar na UFV com a aluna Myrela, além do primeiro lugar em engenharia física na UFSCAR com o Aluno João Henrique.

No Paes (Processo de Avaliação Seriada da Unimontes) o primeiro lugar geral Yuri Mendes foi aluno do curso Tom Matemática e o aluno Túlio José foi o primeiro lugar de Direito.

Além de aprovações nas mais diversas faculdades particulares pelo país: Faculdade de Guanambi, Universidade de Patos de Minas, Universidade de Itaúna, Universidade Aberta de SP, Universidade das Américas, Faculdade Atenas...

Tom hoje é um dos professores mais renomados e requisitados de Minas Gerais, quem sabe um dos melhores do Brasil.

# TESLA

geradores

**Oferecemos e garantimos uma geração de energia *segura, completa e de qualidade.***

Pesquisamos, estudamos, indentificamos e ajustamos para o ponto ótimo o funcionamento da sua **subestação, transformador, painéis e demais equipamentos.**

**Javerson Martins de Freitas**  
Gerente Operacional

**Serviços:**

- Manutenção Preventiva de Geradores
- Assistência Técnica 24 Horas
- Automação de Geradores
- Venda e Locação de Geradores
- Dimensionamento e instalação de Energia Solar

**Rua Raul Corrêa, 927, Funcionários**

(38) 99899 4780      (38) 3216 5852

(38) 98805 2066      teslajmf@gmail.com

[www.teslageradores.com](http://www.teslageradores.com)

3221-2030

ÓTICAS

PRECISÃO

É aqui pode chegar!

**QUALIDADE E TRADIÇÃO**

**GENUINE SINCE 1937**

**Apartir de**

350,00

Rua Doutor Santos, 180 - Centro



# ONCOVIDA

Nossa especialidade:  
**Valorizar a vida.**

- |                |                   |                           |
|----------------|-------------------|---------------------------|
| AMAGIS         | MEDISERVICE       | UNIMED                    |
| AMIL           | GAMA SAUDE        | PROMED                    |
| ASSEFAZ        | CORREIOS          | SAUDE CAIXA               |
| BRADERCO SAUDE | SULAMÉRICA        | VALE DO RIO DOCE          |
| CAMED          | FUNDAÇÃO LIBERTAS | SAÚDE                     |
| CAPESAUDE      | FUNDAÇÃO ITAU     | VITALLIS                  |
| CASSI          | FUNDAFFEMG        | VIVAMED                   |
| CEMIG SAÚDE    | FUSEX             | CIS ALTO RIO VERDE GRANDE |
| COPASA         | GEAP              | SOMEPI                    |
|                | POLICIA MILITAR   | CASEC/CODEVASF            |

**(38) 3223-4610**

R. Cel. Spyer, 405 - Centro, Montes Claros-MG  
CEP: 39400-111

## Meditação, arteterapia e Reiki passam integrar procedimentos do SUS

**Novidade foi publicada no Diário Oficial da União. Musicoterapia, tratamento naturopático, tratamento osteopático e quiropraxia também foram incluídos**

**M**editação, arteterapia e Reiki agora fazem parte dos procedimentos oferecidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS). A novidade foi publicada nesta sexta-feira (13) no Diário Oficial da União.

A portaria do Ministério da Saúde também inclui musicoterapia, tratamento naturopático, tratamento osteopático e tratamento quiroprático. Todas essas práticas integrativas passam agora a fazer parte da Tabela de Procedimentos do SUS na categoria de "ações de promoção e prevenção em saúde".

O SUS já oferecia algumas opções de práticas integrativas como práticas corporais em medicina tradicional chinesa, terapia comunitária, dança circular, ioga, oficina de massagem, auriculoterapia, massoterapia e trata-



mento termal. Esses procedimentos continuam disponíveis.

Arteterapia: uso da arte como parte do processo terapêutico

Meditação: prática de concentração mental com o objetivo de harmonizar o estado de saúde

Musicoterapia: uso dos elementos da música - som, ritmo, melodia e harmonia - com propósito terapêutico

Tratamento naturopático: uso de recursos naturais para recuperação da saúde

Tratamento osteopático: terapia manual para problemas articulares e de tecidos

Tratamento quiroprático: prática de diagnóstico e terapia manipulativa contra problemas do sistema neuro-músculo-esquelético

Reiki: prática de imposição das mãos por meio de toque ou aproximação para estimular mecanismos naturais de recuperação da saúde.