



# Alta performance corporal bioestimulador de glúteo

## Tratamento promete glúteo empinado livre de estrias, celulites e flacidez

Você já ouviu falar no Bioestimulador de glúteos? Hoje vamos falar de um tratamento que promete um glúteo empinado, livre de estrias, celulites e flacidez.

Bumbum flácido, caído e com celulite é uma espécie de pesadelo para muitas pessoas. Quando essas condições aparecem, a autoestima cai, e as inseguranças começam a tomar conta. É aí que entra o bioestimulador, instrumento que,

literalmente, estimula a produção de colágeno, proporcionando mais firmeza e uma melhora na qualidade da pele.

O tratamento é feito com bioestimulador a base de hidroxapatita de cálcio, no momento em que ele é injetado na pele existe um estímulo e proliferação de fibroblastos (produtores de colágeno), fazendo com que, além do preenchimento colocado, haja mais fibras de colágeno no local. Ele reconstrói as camadas da pele, produzindo efeito rejuvenescedor.

Essa substância estimula a produção de colágeno de dentro para fora e devolve a firmeza da pele da região tratada, deixando a pele mais firme e elástica, além de ajudar a levantar os glúteos.


Este procedimento possui duas ações principais: ganho de volume imediato seguido por formação de colágeno, melhora da vascularização local e espessamento da derme, o que resulta em uma pele mais firme, com melhor textura e elasticidade.

Estudos recentes têm mostrado a eficácia do tratamento para o corpo em



**Dr. Enilton Freitas**

CRM MG 79609

 **Consultório: Clínica Espaço São Lucas Edifício Medical Center**  
Avenida José Corrêa Machado, 1858 | Melo - Andar SL

 **@dr.eniltonfreitas**  **(38)99730-0997**



**Procedimentos que realiza:**

- Botox
- Preenchimento
- Rejuvenescimento facial
- Skinbooster
- Bio estimulador de colágeno
- Harmonização corporal e facial
- Lipólise enzimática
- Entre outras.

áreas de flacidez. A técnica é considerada uma grande evolução para o envelhecimento corporal. Até agora não havia uma substância direcionada à flacidez do corpo com resultados tão promissores.

Mas tenham bastante atenção, esse procedimento deve ser realizado por profissionais habilitados, pois a medicação é injetada no local através de uma cânula.

O resultado do tratamento com os bioestimuladores depende principalmente da resposta do paciente, pois a capacidade do organismo para formação de colágeno varia de uma pessoa para a outra. Geralmente, os primeiros efeitos são percebidos 4 a 6 semanas após a primeira sessão. O resultado final aparece após 3 meses e tem duração de 1 a 2 anos. Outro fator importante para o sucesso do tratamento é a técnica de aplicação.

# Corredores devem se atentar às lesões no quadril

A corrida é uma das atividades físicas mais antigas do mundo e o número de praticantes vem aumentando a cada ano. Pessoas que buscam por um estilo de vida saudável, controle de peso corporal e melhora na capacidade cardiorrespiratória optam pela corrida pela facilidade em executar e pelo baixo custo. Porém uma das consequências desta crescente popularidade é o aumento da incidência de lesões.

As principais causas de dor no quadril do corredor são as inflamatórias (bursites e tendinites), as articulares (lesão do labrum, impacto femoro-acetabular, artrose) e as fraturas de stress.

A síndrome do trato ilio-tibial é a afecção do quadril mais comum entre os corredores. Atividades que envolvam movimentos repetidos de flexão e extensão de quadril podem afetar o músculo glúteo médio, importante estabilizador



da pelve. A sobrecarga imposta a outros músculos, como o tensor da fáscia lata e o trato ilio-tibial, aumentam o atrito na bursa com o osso lateral do quadril, gerando a inflamação.

Os microtraumas de repetição promovem sobrecarga excessiva nos tecidos sem que eles tenham tempo suficiente para cicatrização. Ao aumentar distância e velocidade de forma exagerada, há recrutamento de outros grupos musculares para manter o desempenho. O aumento repentino na distância semanal em mais de 30% ao longo de um período de 2 semanas pode aumentar o risco de desenvolvimento de lesões relacionadas à corrida, portanto, recomenda-se que o aumento de distância não ultrapasse 10% por semana. Uma distância semanal percorrida acima de 65 km é considerada outro importante fator de risco.

O treinamento de força é essencial para manter o corpo preparado para suportar o impacto gerado nas articulações, além de melhorar o rendimento na corrida. As opções de atividades de fortalecimento muscular incluem a muscula-

ção, o Pilates e o treinamento funcional, com foco no fortalecimento do abdômen, coluna e quadril – Core Training.

Para melhora da mecânica da corrida, é importante que padrões incorretos de movimento sejam corrigidos, daí a necessidade do treino de equilíbrio e de postura. O “Biofeedback” é uma forma de treinamento onde o corredor observa as alterações de movimento em tempo real, tendo a oportunidade de corrigir seus padrões inadequados, como quando corre em frente a um espelho.

Para a redução do impacto articular é recomendado correr de forma a evitar barulho ao tocar o pé no solo, evitando aterrissar com o calcanhar. A absorção correta da carga através do tornozelo dissipa menos energia para as demais articulações, reduzindo a sobrecarga no joelho, quadril e tronco. Antes de começar a correr, realize uma boa avaliação funcional e prepare seu corpo para a atividade que está por vir. Esses cuidados vão contribuir muito para a longevidade da corrida e para evitar afastamento por lesões.



## Dr. Raphael Cândido Brandão

Ortopedista, Traumatologista especialista em Quadril  
CRM: 50296 / RQE: 24549

- Graduado em Medicina pela Unimontes - MONTES CLAROS-MG / - Residência Médica em Ortopedia e Traumatologia no Hospital da Base do Distrito Federal. BRASILIA-DF / - Especializado em Cirurgia do Quadril pela PUC - CURITIBA-PR / - Atua na Santa Casa de Misericórdia de Montes Claros e Hospital Universitário Clemente de Farias / - Membro da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia (www.sbot.org.br - TEOT 12091) / - Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia do Quadril (www.sbquadril.org.br) / - Membro AO Trauma / AO Trauma Latin America (www.aotla.org)

Atendimento:  
Clínica Orthopedica

**(38)3213-5100**

Avenida José Corrêa Machado, 1858  
Edifício Medical Center, 9º andar, SI 901  
Bairro Melo / Montes Claros



**INFONORTE**  
O jornal da notícia mineira

### EXPEDIENTE

Diretor

Fabiano Fagundes  
fabianomidia@yahoo.com.br

Fale Conosco:

**(38)9.9130.0554**  
**(38)9.9126.6194**

Uma publicação da Design Promoções, Publicidade e Representações Ltda. CNPJ: 03.711.624/0001-05  
As matérias publicadas são de responsabilidade dos autores, conforme Lei 5.250/67 (Art. 28 - Inciso 1), e não expressam necessariamente a opinião do jornal.

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



# Rede Dentales Clínicas Odontológicas inaugura nova unidade em Montes Claros

Fundada em 2017, em Montes Claros, a Rede Dentales acaba de inaugurar sua terceira unidade na cidade. O novo endereço fica na movimentada rua Raul Correia, no bairro Funcionários.

“Trouxemos para esta região da cidade uma clínica ampla, confortável, tecnológica e com toda a essência da Rede Dentales. Somos uma clínica de confiança, que objetiva um serviço humanizado, de qualidade e a satisfação dos clientes, acima de qualquer coisa. Temos no nosso corpo clínico Dentistas fantásticos, capacitados e experientes. Por isso, somos tão criteriosos na escolha da nossa equipe. Buscamos sempre a excelência no que fazemos e quem ganha com isso é toda a Montes Claros.” afirma o Dr. Luiz Gustavo Figueredo, Dentista e fundador da rede de clínicas.

Apesar de ter uma história recente, a Rede Dentales já possui premiações que a destacam entre as principais empresas da área odontológica na cidade de Montes Claros.

Em 2020, ela foi vencedora do Prêmio MPE do Banco do Nordeste, como melhor empresa de Montes Claros na categoria serviços. Neste mesmo ano, foi reconhecida como empresa destaque no Programa de Inovação do Sebrae Montes Claros. Premiações que vieram para

confirmar a ótima gestão realizada e que traduz todo o empenho da equipe na busca de um serviço de qualidade.

Além da nova unidade no bairro Funcionários, a rede conta também com clínicas no bairro Renascença e Independência. Nesses 4 anos de funcionamento, a Rede Dentales já realizou mais de 25 mil atendimentos em mais de 7 mil pacientes. São milhares de sorrisos transformados e a certeza de que as vidas das pessoas são impactadas, positivamente, após a passagem delas pela clínica.

## MUITO TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO FAZEM PARTE DA CULTURA DA REDE

Desde à sua inauguração, a clínica busca sempre a capacitação dos seus colaboradores, para que todos possam oferecer um atendimento de excelência e uma experiência única para seus pacientes.

“Ir ao dentista não é uma atividade agradável para a maioria das pessoas, muitos ainda têm receio de procurar esse profissional porque não tiveram uma boa experiência, anteriormente. Aqui na Rede Dentales buscamos desconstruir isso, pois os nossos pacientes têm um tratamento diferenciado, desde a recepção até a conclusão do tratamento. Para isso, precisamos



Equipe da Rede Dentales durante treinamento

que toda a nossa equipe esteja bem treinada e com protocolos de atendimentos padronizados. Isso que nos faz crescer com qualidade e respeito aos nossos clientes.” enfatiza o Dr. Bruno Lemos, Dentista e sócio da nova unidade do bairro Funcionários.

No último dia 25 de Setembro, a Rede Dentales realizou uma imersão com toda equipe para treinamento sobre a história, cultura e filosofia da empresa, além de palestra sobre “Experiência do cliente: do atendimento ao encantamento”,

ministrada pelo mentor e coach Gregório Ventura, e dinâmicas de apresentação dos novos funcionários e de alinhamentos sobre objetivos e sonhos de cada um. Uma grande oportunidade para fortalecer ainda mais o propósito de toda rede de clínicas.

## REDE DENTALES EM MONTES CLAROS

O propósito da Dentales, desde o seu início, é o de oferecer um atendimento odontológico de alto padrão e de forma acessível, para isso, utiliza como estratégia

o crescimento na cidade através de unidades inauguradas em diversos bairros, aproximando cada vez mais dos seus clientes.

**Atualmente a rede conta com três clínicas, você pode encontrá-las nestes endereços:**

### Unidade Funcionários:

R. Raul Corrêa, 370  
Bairro Funcionários

**(38)4141-1690**

### Unidade Renascença:

Av. Bio Lopes, 581  
Bairro Renascença

**(38)4141-0831**

### Unidade Independência:

R. Imperatriz  
Leopoldina, 824  
Bairro Independência

**(38)4141-0061**



Dr. Bruno Lemos (Sócio da Rede Dentales do Funcionários)



Dr. Luiz Gustavo Figueredo (Fundador da Rede Dentales)



# MCF

Locação de Impressoras

(38) 3214-1179



@mcflocacaoimpressoracomputador



MCF Locação de Impressoras



**Locação de  
Notebook e Desktop**

- Atendemos pessoas físicas e jurídicas;
- Manutenção, venda de suprimentos e peças;
- Qualidade no atendimento e nos suprimentos;
- Não trabalhamos com toners recarregáveis, somente suprimentos novos;
- Locação de impressoras e copiadoras monocromáticas e coloridas A3 e A4.

**Promoção:**  
Locação a partir de

**R\$60,00**

**Suporte  
24 horas**

📍 Av. Deputado Plínio Ribeiro, nº 2630 - Loja 03 - Cintra - Montes Claros/MG



# Novembro Azul: seja herói da sua saúde



O câncer de próstata é o tipo mais comum entre os homens depois dos tumores de pele não melanoma, e a segunda causa de morte por câncer em homens no Brasil, segundo dados do Instituto Nacional do Câncer (INCA). Dada a importância epidemiológica deste tipo de câncer, em 2003, iniciou-se o movimento do Novembro Azul para conscientizar a população masculina quanto a importância da prevenção e diagnóstico precoce do câncer de próstata.

Os principais fatores de risco para o desenvolvimento deste câncer são idade avançada, raça negra, história familiar positiva, e obesidade.

Rastrear o câncer de próstata é importante porque na fase inicial, que é quando é mais provável a cura, os pacientes apresentam-se assintomáticos. Somente quando a doença está em estágio avançado que podem surgir alguns sintomas como presença de sangue na urina ou no sêmen,

**“A principal maneira de garantir a cura do câncer de próstata é através do diagnóstico precoce. E para isso é importante que todos os homens a partir de 50 anos, mesmo que não apresentem nenhum sintoma, procurem um médico urologista para que seja feito o rastreamento (screening)”**

DR. CONRADO LEONEL MENEZES  
Urologista

maior frequência ao urinar, dor óssea, fadiga e perda de peso.

Em 2020, houve um aumento na gravidade dos tumores, pelo fato das pessoas deixarem de comparecer ao consultório médico com medo de se infectar pelo COVID-19, tanto a prevenção como a detecção dos tumores sofreram abalos.

A principal maneira de garantir a cura do câncer de próstata é através do diagnóstico precoce. E para isso é importante que todos os homens a partir de 50 anos, mesmo que não apresentem nenhum sintoma, procurem um médico urologista para que seja feito o rastreamento (screening), conforme orienta a Sociedade Brasileira de Urologia. Os guidelines ainda recomendam que caso haja história familiar positiva para este tipo de câncer, o rastreamento deve ser iniciado um pouco mais cedo, aos 45 anos de idade.

O rastreamento pode ser realizado de duas formas: o toque retal, que deve ser realizado por um médico capacitado, através do qual é possível avaliar presença de nodulação, irregularidades e tamanho da próstata; e a dosagem do PSA (antígeno prostático específico) através do exame de sangue. Caso seja detectada alguma alteração suspeita no toque retal e/ou nos níveis de PSA, será necessária a realização da biópsia prostática guiada por ultrassonografia transretal para confirmação do diagnóstico.

Feito o diagnóstico, a escolha do tratamento é individualizada e compartilhada com o paciente, a depender de alguns critérios como o estágio que se encontra a doença, expectativa de vida, e o seu estado de saúde atual. Em alguns casos selecionados de pacientes com baixo risco, pode ser tomada a conduta de vigilância ativa, ou seja, realizar apenas um seguimento da evolução da doença através de exames periódicos, podendo intervir a qualquer momento caso haja necessidade. Já em outros casos podem ser necessários a realização de cirurgia, radioterapia, ou terapia hormonal.

Por fim, como a prevenção é o melhor caminho, é importante que os homens estejam atentos à sua saúde,



## Dr. Conrado Leonel Menezes

CRM MG 42201 / RQE 25.351

- Membro da Sociedade Brasileira de Urologia/SBU;
- Membro da Sobracil, Sociedade Brasileira de Cirurgia minimamente invasiva e robótica;
- Chefe do serviço de Urologia da Santa Casa de Montes Claros;
- Médico Urologista do Hospital Aroldo Tourinho.

### Atendimento:

R. Tupinambás, 13 - Sala 1103 Ed. Absoluto Centro - Montes Claros/MG

(38) 3221-4949 99955-5702

@drconradomenezes @clinicauroderm

praticando atividades físicas, tendo uma dieta saudável e realizando consultas periódicas. Quebrar os tabus sobre o exame e buscar ajuda com especialistas é uma medida que reduz significativamente o número de mor-

tes pelo câncer de próstata, portanto, seja o herói da sua saúde.

Houve um aumento da gravidade dos tumores, por causa da pandemia, pelo fato das pessoas não terem ido ao médico neste período.

# A importância do pediatra na vida do bebê desde o pré-natal



A consulta pré-natal com o pediatra no 3º trimestre da gestação é recomendada pela Sociedade Brasileira de Pediatria, pois auxilia na redução dos medos, apreensões e a ansiedade da família em relação à chegada do filho, antecipando informações para que os pais possam enfrentar e resolver situações do dia a dia dos bebês.

Durante a consulta poderemos conversar para melhor esclarecer e tirar as dúvidas relacionadas à gestação, o parto, o nascimento e o acompanhamento da saúde da criança.

## Conversar

### especificamente sobre:

- As doenças maternas e a influência na vida do bebê;
- As síndromes genéticas e as malformações, quando presente;
- Prevenção de doenças infecciosas e a possibilidade de transmissão para o bebê durante a gestação;



## Dra. Maressa Lopes Coelho

CRM 67291 / RQE 47455

- Pediatra pelo Hospital Universitário Clemente de Faria/Montes Claros-MG
- Preceptora da residência de pediatria da Santa Casa
- Preceptora do internato de medicina da Funorte

### Atendimento:

CESB – Centro de Especialidades Santa Bárbara

**(38)3221-5561/8834-5561**

Rua Tupiniquins, 192 Melo – Montes Claros / MG

Clínica Olhar de Mãe

**(38)3083-2343**

Rua São Francisco, 622-A Centro – Montes Claros / MG

@dra.maressalopes

- A vacinação da gestante e as primeiras vacinas do bebê;
- O aleitamento materno, incluindo o cuidado com as mamas e a importância do início precoce da amamentação, orientando a pega adequada como prevenção

- de fissuras nos mamilos, as técnicas de extração, conservação e oferta do leite materno extraído;
- Os primeiros cuidados com o bebê desde o nascimento até a alta da maternidade e em casa. Importante falarmos tam-

“Um em cada dez recém-nascidos necessita de ajuda para iniciar a respiração; assim sendo, é recomendado pela Sociedade Brasileira de Pediatria que todo nascimento ocorra em ambiente hospitalar com a presença do médico pediatra”

DRA. MARESSA LOPES COELHO  
Pediatra

bém sobre a presença do pediatra em sala de parto.

Para conhecimento, o bebê precisa começar a respirar espontaneamente ou com auxílio dentro do primeiro minuto de vida, considerado o minuto de ouro. Um em cada dez recém-nascidos necessita de ajuda para iniciar a respiração; assim sendo, é recomendado pela Sociedade Brasileira de Pediatria que todo nascimento ocorra em ambiente hospitalar com a presença do médico pediatra.





**CHEGA DE CONTA DE ENERGIA CARA!**

**CONTRATE ENERGIA SOLAR POR ASSINATURA!**

**E TENHA ECONOMIA**  
de até **20%**



**TRAGA SUA CONTA**  
**REDUZA ATÉ DUAS CONTAS**  
**DE ENERGIA AO ANO**



Algumas empresas que já fazem parte:



Entre em contato conosco e saiba como fazer parte!

 **(38) 9 9733-9327**







# CELSO IRENO

## CONSTRUÇÃO CIVIL E AGRONEGÓCIOS

Televendas: (38) 3221 1921 ou 3221 5392



### MÁQUINAS, EQUIPAMENTOS E FERRAMENTAS



- MÁQUINAS E EQUIPAMENTOS PARA SUA OBRA E AGRONEGÓCIO.
- FERRAMENTAS E ACESSÓRIOS PARA CONSTRUÇÃO CIVIL.
- ASSISTÊNCIA TÉCNICA E PEÇAS PARA MANUTENÇÃO.

PRODUTOS



LINHA LEVE



LINHA PESADA



LINHA ELÉTRICA



LINHA COMBUSTÃO  
E AGRONEGÓCIOS



CONSUMÍVEIS

KÄRCHER

CSM

TRAMONTINA

Makita

beimbozzi

DEWALT

BOSCH

Branco

BLACKS  
DECKER

STANLEY

BUFFALO

jacto

CELSO IRENO - Av. Dep. Esteves Rodrigues, 1489 - Vila Brasília - Montes Claros/MG

**(38) 3221-1921 | 3221-5392**



(38) 99986 3738



# É #FAKE. Vivemos a era da ignorância

Os quase dois anos vivemos inundados pelas chamadas fake news (notícias falsas, em bom português), que ganharam contornos ainda mais perturbadoras vidas das análises dos ditos intelectuais que acabam por confundir a opinião pública e hoje inudam as redes sociais atrás de fama e riqueza. Nos últimos meses enfrentamos diversos falsos especialistas e doutores em coisa nenhuma, que colocaram em risco no mundo inteiro a luta pela redução das mortes pelo câncer e pela corona vírus. Vamos desmentir algumas destas mentiras:

-Vacinas contra a Covid-19 não provocam câncer de mama. As Vacinas não provocam câncer e não facilitam a descoberta, não tem nenhuma ligação mesmo quando falamos das vacinas de RNA, dizem vários especialistas como o oncologista Fernando Maluf e oncologista Rafael Kaliks diretor científico do Instituto Oncoguia.

A teoria falsa ganhou impulso em inglês em sites antivacina e acabou traduzida para o português. Agora tem sido disseminada também nas redes sociais.

A mensagem falsa deturpa uma orientação feita por um médico americano e difundida no Brasil por idiotas de plantão e por políticos de diversas colorações. Para que pacientes agendem mamografias antes de tomar a vacina. Ele fez essa orientação após um estudo apontar que exames pós-vacina podem resultar em falso positivo para o câncer de mama.

A vacina não causa sintomas sugestivos de câncer de mama. O que acontece, quando se injeta, qualquer injeção, no braço, no ombro, o organismo pode desenvolver uma reação nos linfonodos, que são os gânglios, que podem aumentar na região da injeção. No caso, o ombro está perto da axila. Então, os linfonodos podem aumentar um pouco de tamanho. Acontece que quando você faz uma mamografia



**Dr. Ricardo Alcantara da Silva**  
Mastologista

para rastrear câncer de mama, a mamografia também consegue ver essas ínguas na axila. E alguns cânceres de mama, além do tumor na mama, causam um aumento das ínguas na axila. No raio X, não dá para dizer se a íngua está aumentada porque tem um câncer ou se essa íngua está aumentada porque alguém tomou a vacina. Então, esse aumento das ínguas, dos linfonodos, é um fator de confusão, mas para um bom médico e não pessoas que apenas tem CRM, uma ana-

meses e exame físico bem feitos são suficientes para resolver a situação. Essa é uma reação a uma injeção que pode acontecer. Agora, isso não deve de maneira nenhuma desestimular as mulheres a continuar fazendo suas mamografias de rastreamento. A orientação é simplesmente atrasar um mês a mamografia só para evitar um falso positivo”, complementa.

## Dez fake news sobre câncer

### 1) Uso de máscara contra Covid-19 provoca câncer de pulmão.

O uso de máscara evita a propagação do covid e não tem nada a ver com câncer de pulmão, câncer de boca e outros tipos. A principal causa do tumor de pulmão e cabeça e pescoço é o tabagismo e o etilismo, embora não sejam os únicos fatores.

### 2) Tratamento de câncer pode esperar a pandemia da Covid-19 passar.

O tratamento não deve esperar a pandemia passar. Ainda não se sabe quando tudo isso terá fim. O câncer continua se desenvolvendo, então ele não espera. É preciso tratar não só o câncer, mas também as outras doenças, como as cardíacas e renais. Doenças crônicas não devem ser deixadas de lado. Até mesmo exames de prevenção precisam ser feitos, como os ginecológicos e os de próstata.

### 3) Graviola, gengibre, linhaça, Noni, melão amarelo e até

### água de coco quente são alimentos que “curam” o câncer.

Não são alimentos que curam o câncer. Eles ajudam, sim, podem melhorar a imunidade. As pessoas têm que ter uma alimentação saudável para seguir com o tratamento. Então, é um conjunto de fatores. Falar que a graviola cura o câncer e a pessoa deixar de fazer uma cirurgia ou radioterapia, quimioterapia, isso não.

### 4) O Consumo de carnes processadas, como linguiça, salsicha e bacon, é seguro e não aumenta o risco de causar tumores.

Em todos esses alimentos muito condimentados, as substâncias que são utilizadas para a conservação, para que eles não estraguem de forma rápida, podem desenvolver câncer. São substâncias cancerígenas. Mas isso não quer dizer que se uma pessoa comeu uma salsicha uma vez ou outra terá câncer. Não é assim. Isso ocorre quando há consumo exagerado, diário.

### 5) Omeprazol causa câncer de estômago e aumenta a mortalidade por covid.

O Omeprazol não causa câncer de estômago, ele é um protetor gástrico e o covid não entra pelo estômago e sim pelas vias aéreas.

### 6) Medicamentos contra hipertensão podem causar câncer.

Medicamentos contra hipertensão não causam câncer. Na verdade, todas essas medicações devem ser utilizadas com segurança e por indicação médica. Se for realmente necessário utilizar um remédio de pressão, quer dizer que o risco de a pessoa ter uma complicação cardiovascular e vir a

morrer dele com certeza é maior.

### 7) Usar celular e

micro-ondas pode causar câncer  
As radiações utilizadas pelo celular e pelo micro-ondas são não ionizantes, ou seja, muito baixas. A chance de causar câncer é praticamente zero pois não são fatores epigenéticos consistentes.

### 8) Não tomar sol

evita o câncer de mama

Essa informação realmente não procede, sendo prejudicial pela redução da vitamina D no organismo e cálcio dos ossos.

### 9) O silicone faz com

que a mulher tenha mais

chances de ter câncer de mama

O silicone não vai aumentar as chances de uma mulher ter câncer, mas pode dificultar o processo de detecção de um tumor de forma precoce. O que pode acontecer é a mulher não conseguir apalpar um caroço. Ou às vezes ser necessário um exame de imagem mais apurado do que só mamografia. A paciente precisa relatar ao médico ginecologista ou mastologista que tem uma prótese de silicone, além da técnica usada (por cima ou por baixo do músculo), para que o exame de rastreio seja realizado da melhor forma.

### 10) Fumar narguilé ou cigarro eletrônico não aumenta risco de câncer

Independentemente de ser narguilé ou cigarro eletrônico, os dois têm substâncias malélicas. A fumaça que a pessoa inala quente machuca todo o trato respiratório. Eles influenciam, sim, no câncer também.

**Mantenha se informado e não acredite em idiotas das redes sociais.**

SEMPRE JUNTOS, POR UMA VIDA MELHOR!

## Câncer de Mama: a prevenção está em suas mãos



ACOMPANHE DR. RICARDO NAS REDES SOCIAIS

drricardoalcantara

drricardoalcantara

(38) 99878-9144

APOIO:

HOSPITAL DILSON GODINHO

VÊNUS



VOGEL EMPREENDIMENTOS

# LANÇAMENTO RIVERSIDE



DUPLEX PRIME



STANDARD DUO



FAÇA UM TOUR VIRTUAL



Espaço Fit



Hall



Home cinema



Spa



Lavanderia

@riversideedificio | www.edificioriverside.com.br

📞 38 99943-0009

VENHA CONHECER NOSSO EMPREENDIMENTO

Av. José Correia Machado, nº 910  
Bairro Melo, Montes CLaros - MG

VIVA PERTO DE TUDO





# Dr. Alexandre Gonçalves Sousa Lima

CRM 61009 | RQE 38147 | SBOT: 15164

- Ortopedia e Traumatologia
- Cirurgia do Quadril
- Membro da Sociedade Brasileira de Quadril
- Membro Titular da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia (SBOT)



**IOT - INSTITUTO DE ORTOPEDIA  
DE MONTES CLAROS**  
RUA IRMÃ BEATA, 484 - CENTRO.  
**(38) 3221-1663 / 3216-0278**  
 @IOT.MOC



**ORTOCENTER - CLÍNICA DE  
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA**  
AV. DR. JOSÉ CORRÊA MACHADO, 1858  
SALA 1602 - MELO. ED. MEDICAL CENTER  
**(38)3213-3998 / 9 9171-6226**  
 @CLINICAORTOCENTERMOC



**HOSPITAL DILSON GODINHO**  
AV. GERALDO ATHAYDE, 480 - ALTO SÃO JOÃO  
**(38) 3229-4000**

 @portobelloshopmoc

**BLACK**  
*days*

Portobello  
shop

(38) 3222-0600

Av. Deputado Esteves Rodr



\*CONSULTE CONDIÇÕES. PROMOÇÃO VÁLIDA ATÉ 26/11/2021 OU ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES.

**10X** SEM JUROS  
SEM JUROS  
SEM JUROS

COM

**90 DIAS**  
PARA PAGAR

rigues, 1569 - Montes Claros

**moxim** | viagens  
& entregas



# Ganhe R\$ 40,00\* para viagens

Código promocional

**INFO**

até 31/12/2021

Ative  
no aplicativo  
Maxim



\*O valor do bônus só pode ser utilizado no aplicativo, cobrindo até 30 % do valor da viagem. A promoção é válida para usuários novos e usuários que não tenham feito pedidos no aplicativo Maxim durante os últimos 90 dias a contar da data da ativação do código promocional. Mais detalhes no site [taximaxim.com/app](http://taximaxim.com/app).



# O novo jeito de morar

Os inúmeros compromissos de trabalho e obrigações do dia a dia, exigem muito de nós, tornando o tempo livre ainda mais precioso. Ficar em casa com a família ou reunir os amigos têm se tornado um dos maiores prazeres da vida moderna.

Essa mudança de comportamento, influencia diretamente na forma como as novas residências estão sendo pensadas. Os ambientes estão ficando mais integrados ou flexíveis a integração, a fim de promover a convivência familiar e a recepção de convidados. A sala de estar tornou-se mais ociosa e espaços como cozinha, área gourmet e lazer ganharam maior uso e importância.

No nosso trabalho diário no escritório recebemos diversas demandas de projetos residenciais, sempre buscando atender os anseios e necessidades dos nossos

clientes, que irão de fato, utilizar os espaços no dia a dia. Baseado nessas demandas, percebemos essa mudança na forma de morar e na visão de casa “tradicional”.

Os ambientes mais integrados e mais abertos, além da convivência, permitem outros benefícios como a entrada de iluminação e ventilação natural. Na nossa região isso se torna ainda mais importante, devido as altas temperaturas, ter uma casa ventilada garante maior bem-estar e diminui o uso do ar condicionado, gerando economia e sustentabilidade.

Com a facilidade de informações através de redes sociais e plataformas digitais, é possível afirmar que essa tendência também pode ser percebida mundo a fora, mesmo em países com clima mais ameno. As casas consideradas luxuosas são quase sempre

aquelas com espaços amplos integrados entre si e com a paisagem. Os grandes vãos e aberturas trazem essa sensação de que a paisagem e o lazer dão continuidade aos ambientes internos.

Em alguns casos, tivemos clientes que optaram por eliminar a sala de jantar e a área de churrasqueira, unindo esses ambientes em uma ampla cozinha gourmet, dessa forma é possível integrar e ao mesmo tempo diminuir a área construída da residência. Porém, é preciso avaliar bastante, pois caso seja uma família que recebe muitos convidados, o recomendável é ter uma cozinha interna e um espaço gourmet.

Todas essas análises e demandas variam muito de acordo com o estilo de vida de cada cliente e sua família, cabe ao profissional de arquitetura orientá-lo para as melhores escolhas, formando assim uma união de desejos do cliente com a técnica e experiência do profissional contratado. Nosso escritório atua há anos na área de arquitetura residencial, comercial e corporativo, porém a maior parte da nossa produção é voltada para a área residencial, o que nos permitiu desenvolver uma técnica apurada nessa tipologia de projeto.



Residência MC projetada pelo escritório Robson Veloso Arquitetura



**Robson Veloso Arquitetura**

Instagram: @robsonvelosoarquitetura

Email: robsonvelosoarquitetura@gmail.com

Phone: (38) 3220-1606 / 99927-9165

Address: Rua Cassimiro de Abreu 602 A  
Bairro Cândida Câmara - Montes Claros/MG



**Robson Veloso**  
arquitetura

arquitetura - urbanismo - interiores



# A arte do saber criar e educar os filhos

**Manoel Messias Oliveira\***

Quando o homem e a mulher resolvem celebrar um compromisso que lhes ajude a olhar para a relação a dois com a constituição de uma família, o casamento vale a pena. Mas o casal precisa ter humildade e respeito mútuo, extensivos aos filhos, cuja responsabilidade com a criação e educação deve recair sobre os ombros de ambos.

Os pais têm encargos sérios e pesados como: sustentar e manter a família, fazendo-a prosperar com seus trabalhos e talentos, educando e se sacrificando para conseguir a felicidade e o bem estar dos filhos, como promete o Salmo 127: “Felizes os que temem ao Senhor e andam em teus caminhos! Do trabalho de tuas mãos comerás, tranquilo e feliz; tua esposa será vinha fecunda, no recesso do teu lar; teus filhos, rebentos de oliveira, ao redor da tua mesa. Assim, vai ser abençoado o homem que teme a Deus.”

Pais ensinem as coisas importantes aos seus filhos. As brincadeiras inocentes, a observar os bichinhos, a dar beijos de borboleta e abraços bem fortes. Não se esqueçam desses abraços e não os neguem nunca. Se ocorrer que alguns anos após, os abraços que vocês, por ventura, vierem sentir falta, podem ser aqueles que vocês não deram. Digam aos seus filhos o quanto vocês os amam, sempre que pensarem nisso. Deixem que eles imaginem e imaginem com eles.

As paredes podem ser pintadas de novo, as coisas quebram e são substituídas. Os gritos nervosos e desnecessários dos pais ficam.

Às vezes, mães, vocês podem lavar os pratos mais tarde. Enquanto vocês os limpam, os seus filhos crescem.

Pais, os filhos não precisam de tantos brinquedos. Trabalhem menos e os amem mais. Menos presentes e mais presenças! Vocês serão pais por toda a vida. Eles serão crianças só uma vez.

Não esqueçam de que a humildade é o elixir da vida, na inspiração dos sentimentos mais puros, na coragem de se levantar contra o erro, de acertar o passo, de ter uma consciência alinhada com o despertar para a paz e a esperança.

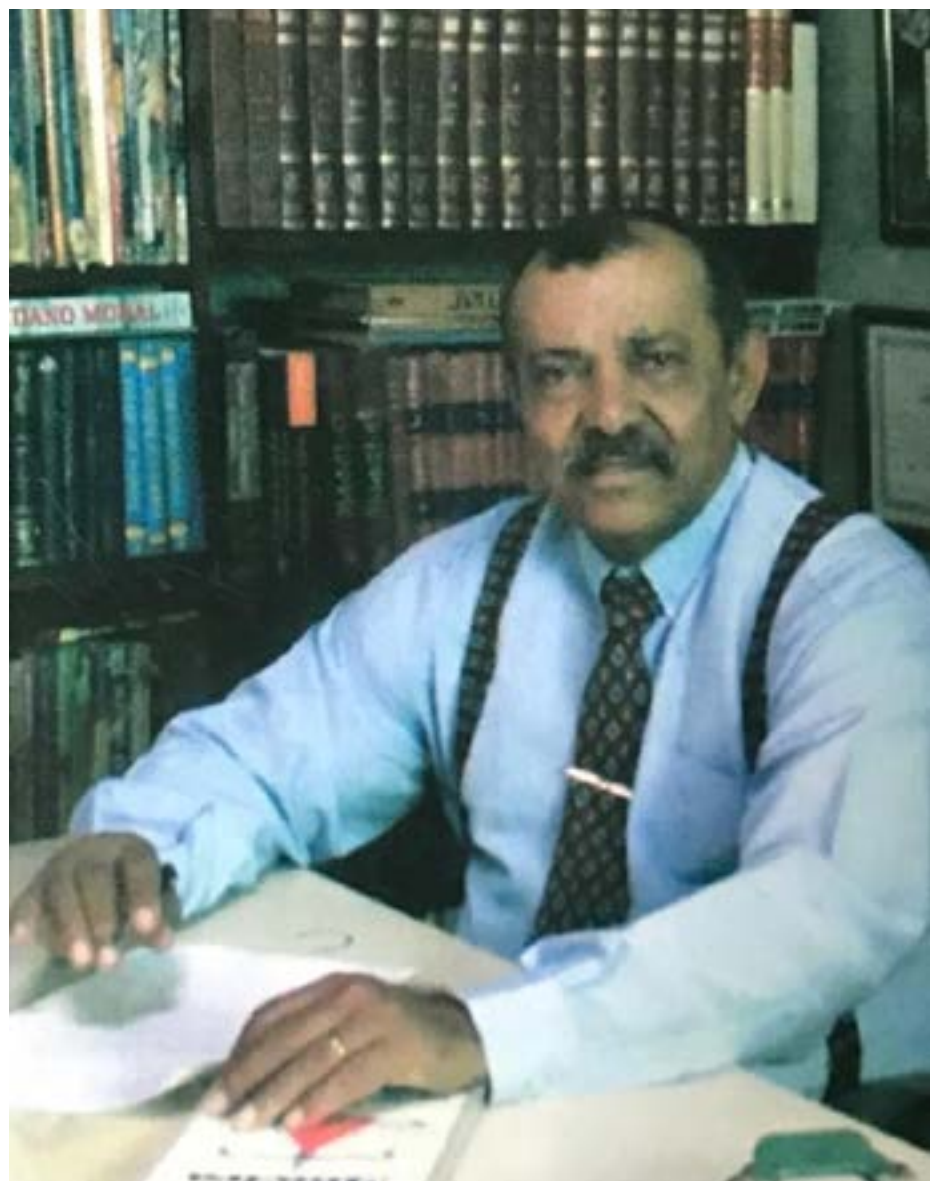
Desde os primeiros anos de vida a criança manifesta dons naturais. Os dons podem também ser fortalecidos a partir dos estímulos oferecidos no ambiente familiar e escolar. Papéis e lápis, tintas e pincéis, instrumentos musicais, jogos de raciocínio e livros infantis, de história, são alguns dos meios que permitem à criança expressar suas aptidões, desenvolver a inteligência e as múltiplas áreas do conhecimento.

Durante as brincadeiras, de forma lúcida e divertida, pais e educadores podem observar preferência e talentos.

Adotem a cultura da paz e do silêncio no seio familiar. Evitem discussões e xingatórios. Evitem o barulho, principalmente o costume de ouvir músicas com sons elevados. Pois, antes mesmo de nascer, no ventre da mãe, o bebê vive experiências a partir dos acontecimentos ao seu redor. As experiências da mãe serão suas experiências, mesmo inconscientes. Os sons da casa são os seus sons. As palavras que ouve são absorvidas e formarão o seu código linguístico. Depois de nascido, conversar com o bebê, com amor e tranquilidade, aprendam a acariciá-lo, entoar canções de ninar, cuidar com atenção da sua higiene e alimentação.

Vivemos numa sociedade de consumo. A propaganda em excesso, veiculada na TV e nas mídias sociais, desperta cada vez mais o desejo de consumir.

Cuidado! Distúrbios como a depressão, síndrome do pânico e baixa autoestima estão se tornando comuns entre as crianças e os jovens. Esta é uma reflexão que deve se iniciar desde cedo, merecendo atenção especial dos pais e educadores. É na casa e na escola que as crianças e os



demais jovens aprendem a ser felizes com simplicidade e sabedoria.

É preferível uma decisão bem pensada que demora, a uma feita às pressas que desmorona. Assim como existe o bem, também existe o mal. Às vezes alguém chega a nos dizer: Vi com os meus olhos. Mas esta será sempre a sua versão do fato. Outra pessoa que viu o mesmo fato, também com seus olhos tem outra opinião. Nenhum é mentiroso. Mas nenhum tem a verdade. Porque a verdade inteira nunca é abrangida por uma pessoa. Quando olho a paisagem de uma janela, vejo o que a janela me permite ver por um prisma. Meu vizinho vê a mesma paisagem da janela ao lado, de forma diferente. Nenhum dos dois está errado, porque todo ponto de vista é visto de um ponto.

**\*Delegado de Polícia, aposentado.  
Advogado e Escritor.**

*Presidente do Instituto Histórico e Cultural dos Policiais Civis do Norte de Minas – IHCPol. Membro do Instituto Histórico e Geográfico de Montes Claros/MG - IHGMC. Membro da Academia Maçônica. De Letras – AMALEM*

**Manoel Messias é natural do distrito de Porto Novo, município de Santana, estado da Bahia, filho de Moysés Martins de Oliveira e Francisca de Araújo Oliveira. Radicou-se em Minas Gerais a partir de 1970; residiu em Belo Horizonte, durante os dois primeiros anos e transferiu sua residência e domicílio para a cidade de Montes Claros, no Norte de Minas, em Janeiro de 1972, onde permanece até os presentes dias.**



# Procedimento inédito no Norte de Minas

## Prótese bariátrica para correção de fístulas pós procedimentos de cirurgia bariátrica



A cirurgia é o tratamento mais recomendado a longo prazo para pacientes com obesidade mórbida. É um procedimento seguro, porém com o crescimento dos procedimentos realizados no Brasil as complicações relacionadas também crescem, no mesmo ritmo. Uma das complicações mais sérias é a fístula, com incidência de 1 a 8,3%.

Uma das técnicas mais modernas disponíveis no presente para a correção de fístulas em cirurgias bariátricas é a colocação de próteses endoscópicas. As próteses minimizam a pressão dentro do estômago favorecendo a oclusão do orifício fistuloso. Esse procedimento antes só disponíveis em grandes centros agora está presente na medicina de Montes Claros. Em fato inédito um paciente operado em hospital da cidade foi tratado com a utilização de moderna prótese metálica após uma complicação no fechamento do seu estômago. Após o período de tratamento endoscópico, houve a retirada da prótese e o diagnóstico do fechamento da fístula gástrica. Esse feito na medicina do Norte de Minas coloca a endoscopia bariátrica dessa região no circuito nacio-

nal de procedimentos endoscópicos modernos e de referência.

O tratamento das fístulas após cirurgia bariátrica pode ser realizado por meio da colocação de próteses metálicas auto expansíveis, com alta taxa de sucesso. Esse procedimento moderno hoje faz parte da

medicina de Montes Claros. Feito inédito realizado pela Gastrovida e Hospital Aroldo Tourinho que faz do Norte de Minas como uma referência no tratamento de cirurgias bariátricas, como uma das melhores e mais conceituadas de complicações de cirurgias bariátricas.



### Dr. Alysson Guilherme Lopes de Oliveira

CRM 49.068

- Graduado em medicina pela Universidade de Uberaba;
- Residência médica em Cirurgia Geral e Coloproctologia pelo Hospital Beneficência Portuguesa de São José do Rio Preto;
- Residência em Endoscopia e Colonoscopia pelo Hospital Beneficência Portuguesa de São José do Rio Preto;
- Título de vídeo cirurgião pela Sociedade Brasileira de Vídeo Cirurgia – SOBRACIL.

**(38) 3221-6593 / 3221-9361**

**(38) 99920-4639**

Rua Tupinambás, 13, 10º Andar, Melo - Montes Claros / MG.

@gastrovidamoc [www.gastrovida.com](http://www.gastrovida.com)



VENHA CONHECER  
A NOSSA LINHA DE  
PORTAS, JANELAS,  
ASSOALHOS, FORROS  
E DECKS DE MADEIRA



Av. João XXIII, 795 - Edgar Pereira  
Montes Claros - MG | 38 3221-7644  
[www.madeirapinheiro.com.br](http://www.madeirapinheiro.com.br)



**PROTEJA O QUE  
VOCÊ TEM DE  
MAIS IMPORTANTE!**

**Plano odontológico  
Plano de saúde  
Seguro de Vida**

As melhores operadoras e condições  
de contratação você encontra aqui



**38 2101-8888  
38 99986-8504**



# FIDES QUAERENS INTELLECTUM\*

Por **CÉSAR FELIPE GUSMÃO SANTIAGO**

I

O ano era o de 1930. Morando em Viena, Sigmund Freud (1856-1939) descreve em seu texto intitulado “Mal-estar na Cultura”- também traduzida como “Mal-estar na Civilização”- uma situação que ele testemunhou como um homem que viveu a virada do século XIX para o século XX.

O autor descreve uma sensação de tédio ou insatisfação nos homens e mulheres do seu tempo. Segundo ele, três das causas principais da angústia e sofrimento dos seres humanos podem ser enumeradas:

1. A prepotência da Natureza, que é indomável;
2. A fragilidade do nosso corpo, a sublimação ou repressão de instintos e impulsos como o sexual e a agressividade.
3. A insuficiência das normas que regulam o vínculo do ser humano na família, no Estado e na Sociedade. As religiões e ideologias exemplificariam este item, segundo ele.

A mudança do século XIX para o século XX foi um período de transformação tecnológica e cultural sem precedentes. Freud cita a criação de meios de transporte como o automóvel, a locomotiva e meios de comunicação como o telefone. As viagens intercontinentais em navios de grande porte e a enorme novidade que era o avião causaram sensações inéditas nas pessoas.

Por exemplo, antes do século XX, um jovem rico europeu que tivesse uma noiva a 100 quilômetros de distância escreveria uma carta à sua

prometida quando sentisse falta dela. Ele passaria uma tarde inteira refletindo aquilo que deveria pôr no papel com sua caneta-tinteiro. Enfim ele escreveria a carta, escolheria um envelope, derramaria algumas gotas de seu perfume para sua querida lembrar-se dele, e se dirigiria para uma agência postal para colocar o selo. Antes de entregar o envelope ao funcionário responsável ele lhe pediria empenho e daria uma gorjeta para garantir que a carta chegaria nas mãos de sua prometida.

A carta levaria semanas ou até mais para chegar nas mãos de sua noiva. A coitada deveria reservar um tempo para lê-la, escreveria uma resposta e, talvez, quando a missiva chegasse ao rapaz ele nem seria mais o noivo dela. Ela poderia estar prometida a outro jovem.

Freud menciona que o advento dos meios de transporte possibilitaram que viagens que antes duravam semanas em carruagens, mesmo para os mais ricos e influentes, passaram a durar horas. O casal que citamos acima poderia agora ouvir a voz um do outro em tempo real.

As mortes de bebês e a higiene das cirurgias possibilitaram o prolongamento da vida humana.

Paradoxalmente, não houve uma maior sensação de felicidade na espécie humana.

Lembrem-se que estamos falando de um texto que data de 1930. Hoje pessoas comuns têm ao seu alcance uma enormidade de dispositivos de transporte e comunicação muito superiores às dos anos de 1930. Será que houve uma melhora da sensação citada na obra de Freud?

Em matéria divulgada pela rede de televisão CNN, de fevereiro deste ano, foi divul-

gada a informação de que o consumo de fármacos antidepressivos e estabilizadores de humor aumentou 17% no ano de 2020. De acordo com o Conselho Federal de Farmácia, em 2019 houve um crescimento do consumo deste tipo de medicação de 9% em relação ao ano anterior. Já em 2019, o aumento foi de 12%.

Freud era de família judia, mas não declarava nenhuma fé. Ele acreditava que o Apóstolo Paulo era o grande responsável pela perseguição a minorias no Ocidente e no Oriente Médio. Era um crítico audaz das religiões e de todo tipo de crença. Respeitemos sua opinião, mas talvez outros pensadores tenham uma resposta mais adequada para nosso tema.

II

Um outro pensador de origem germânica que viveu no século passado tem algo a acrescentar a esse respeito. Eric Voegelin (1901-1985) descreve o ser humano como um ser questionador, alguém que busca. Essa busca é a prova da inquietação existencial. No ensaio que ele chamou de Evangelho e Cultura, Voegelin expõe:

“No ato de questionar, a experiência do homem de sua tensão em direção ao fundamento divino brota na palavra da inquirição como uma prece para o Verbo da resposta. Pergunta e resposta estão intimamente relacionadas uma à outra; a busca se move na metaxy, como Platão a chamou, no Entremeio da pobreza e da riqueza, do humano e do divino.”

Voegelin afirma que o logos do Evangelho é o mesmo logos da filosofia da Hélade. Ele faz uma dura crítica à substituição de Deus por um ser humano ideal auto-suficiente e capaz de atingir a auto-salvação, em socie-



dades idealizadas e totalitárias onde os seres humanos idolatram o saber absoluto, o que se viu de lado a lado durante o último século.

“O próprio Deus Desconhecido torna-se então temático em Atos 17, 16-34, no discurso do Areópago atribuído pelo Apóstolo Lucas à Paulo. Louvando os atenienses por terem devotado um altar ao Agnostos Theos, o Paulo do discurso assegura-lhes que o deus que adoram sem saberem quem é, é o mesmo Deus que veio para programar (Katangelo) a eles.”

III

O austríaco Viktor Fraenkl (1905-1997) faz uma reflexão a respeito da existência humana baseada em sua experiência em um campo de concentração, para onde foi levado em 1942. Ele foi separado da sua família e de sua esposa que estava grávida.

Fraenkl narra um dos dias em que marchava sob a vigilância de soldados juntamente com um bando de prisioneiros, naquele que ele narra como um dos dias mais difíceis de sua vida. Naquele momen-

to, se ele deixasse a fome, a dor das feridas e a fraqueza resistirem e caísse por terra, seria alvejado pelos soldados.

Uma lembrança do rosto de sua esposa o fez recuperar o ânimo e continuar a marchar.

Depois disso, Fraenkl reparou que outros prisioneiros mais jovens sucumbiam pelo caminho. Ao sair da prisão no dia da libertação, procurou saber do paradeiro de sua esposa e descobriu que ela havia falecido.

Se o autor tivesse recebido essa notícia algumas semanas antes, teria se entregado à morte. A partir de então, mesmo que tenha passado pelo luto, Fraenkl descreve que quando o ser humano tem uma fé, um amor ou uma vocação, a existência humana ganha todo o sentido.

O ser humano é capaz de suportar todo o tipo de sofrimento, mas não é capaz de suportar uma vida sem sentido.

**\*A fé buscando o entendimento.**

Agostinho de Hipona (354-430) e Anselmo de Canterbury (1033-1109).

# Instituto de Patologia do Norte de Minas agora em Salinas

O Instituto de Patologia do Norte de Minas (IPNM), com sede na cidade de Montes Claros há 46 anos, anuncia uma nova unidade de atendimento em Salinas no dia 03 de Novembro. O IPNM oferece exames la-

boratoriais de anatomia patológica, citopatologia, além de imuno-histoquímica para solucionar casos mais complicados de patologia cirúrgica.

A nova unidade se encontra no centro da cidade de Salinas, na avenida Cônego Benício, 109, e prestará atendimento humanizado e diferenciado à sociedade salinense, e de toda região, na agilidade e confiabilidade dos resultados. O atendimento é extensivo a todos os convênios, inclusive consórcios municipais, empresas e prefeituras.

O IPNM conta com equipe médica qualificada, composta pelo Dr. José Quaresma da Costa Neto, Dr. Edson da Silva Gusmão, Dr. Luciano Sá de Oliva e Dr. Paulo Hernane Rabelo Azevedo. Este corpo clínico convida os profissionais de saúde e toda a população a conhecerem as novas instalações do IPNM.



**moxim** | viagens & entregas

## Comece a ganhar dinheiro hoje

### Taxa 0%\*



\* Promoção por tempo limitado. Consulte os termos no site: [taximaxim.com/app](https://taximaxim.com/app).





FAÇA SEU CHECK-UP  
NA SANTA CASA EM  
APENAS 6 HORAS

UMA OPÇÃO COMPLETA PARA  
CUIDAR DA SUA SAÚDE

ATENDIMENTO PERSONALIZADO

*Agende já:*

 **(38) 3229-2000**

Praça Honorato Alves, 31  
Centro, Montes Claros - MG

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

 @santacasamontesclaros |  @santacasademontesclaros



**SANTA CASA**  
Montes Claros - MG



**SANTA CASA**  
CHECK-UP



O QUE A DERMATOLOGIA PODE FAZER  
DE MAIS BONITO POR VOCÊ É  
RECONHECER E RESPEITAR O QUE  
VOCÊ TEM DE MAIS

*Bonito*



FERNANDA GOMES  
DERMATOLOGIA



FERNANDA GOMES  
CASA DE BELEZA

CRMSP 205262 · CRMMG 49862 · RQE 786552 · RQE 79345

• 55 15 3019.7190 | 99789.7190 | fernandagomesdermato@icloud.com | @fernandagomesdermato | @casadebelezafernandagomes

UNIDADE MONTES CLAROS - EDIFÍCIO ABSOLUTO  
RUA TUPINAMBÁS, 13 · 13º ANDAR · SALA 1.307 · MONTES CLAROS · MG

UNIDADE SOROCABA - IGUATEMI BUSINESS  
AV. GISELE CONSTANTINO, 1850 · 7º ANDAR · SALA 720 · SOROCABA · SP





Agora em Montes Claros  
você pode **reparar seu  
aparelho com peças  
originais Apple**

**ASSISTEC**  
ESPECIALISTA  
EM TROCA DE VIDRO

- Peças Originais
- Diagnósticos Apple
- Ferramentas originais Apple

Rua Rui Barbosa, 184  
Centro, Montes Claros-MG

 (38) 99178-6862



**CHEGOU A SUA  
VEZ DE SAIR DO  
ALUGUEL!**

**CASAS A VENDA**  
Bairro Santa Rafaela  
Montes Claros - MG

02 Quartos sendo 01 Suíte, Sala para 02  
ambientes, Banheiro Social, Cozinha, Área de  
Serviço e 02 Vagas de Garagem

 PROGRAMA  
CASA VERDE  
E AMARELA

 **ELTON**  
Corretor de Imóveis

(38) 3215-7071  
www.eltonimoveis.com.br  
Rua Tapajós, 85, Bairro Melo  
Montes Claros - MG



# Endocrinologia e Nutrologia, uma combinação de sucesso



Olá a todos os leitores! Hoje trago uma visão moderna da combinação de duas especialidades médicas em busca do melhor tratamento aos pacientes, a endocrinologia associada à nutrologia.

A endocrinologia é a especialidade médica que lida, dia-a-dia, com a necessidade de mudança de hábitos pessoais, dentre elas as escolhas alimentares mais saudáveis para o paciente e a prática atividade física. A maioria das consultas endocrinológicas envolvem a necessidade de mudança no estilo de vida dos pacientes.

A nutrologia, por sua vez, é a especialidade médica focada em ajustar a alimentação dos pacientes com a finalidade de atingir os objetivos esperados, sejam eles a perda de peso ou o ganho de massa muscular.

Pensando nisso, passamos a congregar essas duas especialidades, fato que gerou uma combinação de sucesso.

Em nosso olhar profissional, a orientação personalizada de cada paciente sobre as mudanças de hábitos que deve fazer, dentro do possível de sua rotina, é fundamental não só para se alcançar os objetivos almejados, mas visando também a garantia de uma vida mais saudável. E essa orientação se torna ainda mais completa com a combinação da endocrinologia e da nutrologia.

A exemplo, questiono os leitores: Vocês sabiam que um bom preparo nutricional pré-operatório pode diminuir o risco de infecções e complicações cirúrgicas?

Pois é. O avanço das pesquisas científicas demonstra, cada vez mais, a importância do preparo nutricional no pré-operatório, fato registrado em diversos trabalhos científicos, chegando a conclusão de que os suplementos tem potencial para fortalecer a resposta imunológica, diminuir o risco de fístulas, infecções, necessidade de reabordagem bem como melhoram a cicatrização do paciente. Diante desses estudos, torna-se imprescindível a avaliação detalhada de qualquer paciente em seu preparo nutricional antes de se submeter a cirurgia, diminuindo os riscos de complicações.

Outro fator demonstrado pelos trabalhos científicos é a importância da preservação da massa muscular, principalmente em pacientes oncológicos, o que pode ser feito através do acompanhamento desse paciente por um endócrino/nutrólogo. Isto pelo fato de que pacientes com mais massa muscular apresentam maiores chances de sobrevida e menos toxicidade aos quimioterápicos.

Além dos benefícios nas situações de doença, o acompanhamento endócrino/nutrológico ajuda pacientes que visam melhorar a sua performance em esportes e otimizar ao ganho de massa muscular de maneira saudável, apenas com suplementação e alimentação.

A maneira mais prática e disponível para se avaliar essa massa muscular é através de Bioimpedância Multifrequencial Octapolar, um método validado cientificamente, indolor e que pode ser feito no consultório. Quando dispomos da Bioimpedância para acompanhamento em todas as consultas, sempre sabemos se a variação no peso foi devido a massa muscular ou gordura. Isso é essencial para ajustarmos o plano alimentar, visando minimizar a perda de massa muscular.



## **Dra. Ana Heloisa Correia Bresque Kuniochi**

CRM-MG 85.430 RQE 49.363 RQE 49.364

- Formada pela Universidade do Oeste Paulista
- Residência médica em Clínica Médica pelo Hospital do Servidor Público Estadual de São Paulo
- Residência médica em Endocrinologia e Metabologia pelo Hospital do Servidor Público Estadual de São Paulo
- Pós Graduação em Nutrologia pelo Hospital Israelita Albert Einstein
- Pós Graduação em Terapia Nutricional do Paciente Grave pelo Hospital Israelita Albert Einstein
- Professora da Pós Graduação de Nutrologia do Hospital Albert Einstein

**Atendimento:  
Castrolife**

**(38)3223-7000** **99935-8587**

Avenida Juarez Nunes, 384, Jardim São Luiz, Montes Claro-MG

**@dra.anaheloisa**