

# Viver bem

O maior canal de saúde do RN

ANO 14 . Edição 68 . AGOSTO - 2021

Instituto Dentário  
de Implantes  
por Dr. João Marcelo Arcoverde

## Implantes dentários sem cortes

**Dr. João Marcelo Arcoverde inaugura o Instituto Dentário de Implantes e consolida seu trabalho com foco na técnica sem cortes com bisturi ou incisões na gengiva**



### FISIOTERAPIA

Projeto Quero Cuidar dá suporte aos cuidadores

### SAÚDE DA MULHER

Conheça os benefícios da técnica de embolização dos miomas uterinos

# O VÍRUS MATA. A VELOCIDADE NO TRÂNSITO TAMBÉM.



Você sabia que os acidentes de trânsito se tornaram ainda mais fatais durante a pandemia? A explicação é simples: com ruas, avenidas e estradas menos cheias, motoristas e motociclistas adotaram comportamentos de risco, abusando perigosamente do excesso de velocidade. O triste resultado deste desrespeito com as leis, com a vida do próximo e com a própria vida não é muito diferente daquele que a gente vê na dor e no sofrimento de quem perdeu alguém querido para a Covid-19. Valorize a vida.

**Porque o vírus mata. A velocidade no trânsito também.**



**RIO GRANDE  
DO NORTE**  
GOVERNO DO ESTADO



DETRAN-RN



**VIDA  
NO TRÂNSITO**

# sumário

<b>CAPA</b> Novo Instituto Dentário de Implantes foca na odontologia digital e técnica minimamente invasiva	<b>08</b>
<b>Rinite Alérgica</b> Dicas simples para prevenir as crises	<b>16</b>
<b>Saúde da mulher</b> Conheça os benefícios da técnica de embolização dos miomas uterinos	<b>18</b>
<b>Reconhecimento</b> CEO da Potigás está entre os 100 mais influentes da energia	<b>22</b>
<b>Fisioterapia</b> Conheça a proposta do Projeto Quero Cuidar	<b>24</b>
<b>Vacina</b> Porque você não deve relaxar com os protocolos de segurança depois da vacina	<b>26</b>
<b>Neurocirurgia</b> Conheça a técnica que alivia a dor lombar em idosos	<b>28</b>
<b>Oncologia Pediátrica</b> Confira os avanços no diagnóstico e tratamento da leucemia	<b>30</b>
<b>Eu aprendi a viver bem</b> Nando Campos conta sua história de superação	<b>32</b>

# Vamos voltar a sorrir?

**D**urante a pandemia, o nosso sorriso foi ofuscado pelo uso das máscaras, acessório indispensável para nos proteger da Covid-19. Agora, com a vacinação avançando mundo afora, já vemos alguns países liberando o uso da máscara e os sorrisos voltando a assumir o seu lugar de destaque nos rostos das pessoas.

O sorriso do Dr. João Marcelo Arcoverde, que estampa a capa dessa edição, celebra a concretização de um sonho que se realiza no momento certo, quando já vislumbramos “a volta dos sorrisos” aqui no Brasil também.

O Instituto Dentário de Implantes é focado na odontologia minimamente invasiva, tendo como destaque a realização dos implantes sem cortes com bisturi. Nas páginas dessa edição você vai conhecer a estrutura, os diferentes e os recursos tecnológicos disponíveis nesse novo espaço da odontologia potiguar.

Para as mulheres que sofrem com miomas uterinos trouxemos uma reportagem sobre a técnica de embolização de miomas, uma estratégia que preserva o útero da mulher. O Dr. José Ricardo Cavalcanti, radiointervencionista, destacou os benefícios dessa técnica que vem devolvendo a saúde e qualidade de vida a muitas mulheres.

Ainda nessa edição você confere notícias sobre a vacinação de covid-19, rinite alérgica e tratamento da leucemia. Falamos também sobre a relação entre ansiedade, genética e alimentação.

Além disso, trouxemos a história de superação e vontade de viver do jornalista Nando Campos, na coluna Eu Aprendi a Viver Bem, e também a nossa seleção de profissionais, empresas e serviços na área de saúde e qualidade de vida.

Vamos torcer para que a vacinação avance, que a pandemia dê uma trégua e que os sorrisos voltem a iluminar nossos rostos e corações.

Boa leitura e até a próxima revista!



Ano 14  
Edição 68 – Julho 2021

**DIRETORA DE CONTEÚDO**  
Juliana Garcia

**DIRETORA DE NEGÓCIOS**  
Patrícia Guedeville

**DIAGRAMAÇÃO**  
AM Criativo

**COMERCIAL**  
(84) 9 9451-4142

**REPRESENTANTE NACIONAL**  
Conteúdo Saudável  
(11) 4114-5828

**TIRAGEM**  
4.000 exemplares

**IMPRESSÃO**  
Unigráfica



**FALE CONOSCO**  
contato@  
guiaviverbem.com.br  
(84) 9 9104-4561  
@guiaviverbem



**Capa:**

Dr. João Marcelo Arcoverde.  
Foto: Junior Barreto.



A gente  
**protege**  
tudo que você  
conquistou.



**Seguros  
para você.**

Para viver com tranquilidade, é preciso ter segurança. Com as nossas soluções em seguros, você protege sua família, seu lar, seu carro, seu patrimônio e muito mais. Também encontra as coberturas mais adequadas para a sua necessidade, aproveitando assistências e benefícios exclusivos. Com essa proteção, as suas conquistas ficam muito mais seguras.

**Invista na tranquilidade de ter um seguro.**  
Fale com o seu gerente e contrate já.

[sicredi.com.br/seguros](http://sicredi.com.br/seguros)

SAC - 0800 724 7220 / Deficientes Auditivos ou de Fala - 0800 724 0525. Ouvidoria - 0800 646 2519.



# Juliana Garcia

juliana@guiaviverbem.com.br



Dr. Luiz Roberto, diretor do Hospital Rio Grande, apresentou a estrutura ao Dr. Ney Fonseca e pediatras que vão atuar na nova unidade. Foto: Kleber Teixeira

## Contagem regressiva

Estamos todos ansiosos para a inauguração do novo serviço de pediatria do complexo Rio Grande, que será inaugurado em breve. Além da estrutura, que funcionará no antigo Hospital Papi, o serviço contará com uma equipe de peso, coordenada pelo pediatra Dr. Ney Fonseca.



## Reciclagem

A cirurgiã-dentista Patrícia Monte Duarte participou, em Recife-PE, do curso "Reabilitação Estética Oclusal com Resinas Compostas", onde a biomecânica e a estética são observadas em conjunto. Foi uma semana de curso teórico e prático laboratorial com o prof. Luis Felipe, de Florianópolis-SC.

## TDAH

Dr. Luiz Paulo, neurofisiologista que faz parte da equipe da Neurolife, utilizou suas redes sociais para falar sobre o diagnóstico do TDAH, em especial sobre o exame P300 que pode ser utilizado para ajudar no diagnóstico e também avaliar a resposta ao tratamento.

O P300 também conhecido como Potencial Evocado Auditivo de Longa Latência, permite avaliar a atividade cortical envolvida nas habilidades de memória,

discriminação, integração e atenção do cérebro, útil para ajudar no diagnóstico de vários distúrbios como TDAH, autismo, dislexia, transtorno bipolar, demência, depressão e ansiedade. O exame já está sendo realizado da Neurolife. Para saber mais sobre ele, siga o perfil @dr.luizpaulo\_neuro



## Sentindo na Pele

O livro recém lançado pela dermatologista Regina Jales foi escrito durante a pandemia e traz informações sobre dermatologia para um público leigo, numa linguagem acessível e leitura bem agradável. Além de falar sobre a evolução da pele desde a infância até a terceira idade,

Dra Regina abordou temas como dermatites, melasma, câncer de pele, covid-19. E claro, explicou tudo sobre os tratamentos dermatológicos que promovem o rejuvenescimento como toxina botulínica, preenchimentos, bioestimuladores e lasers.

O livro Sentindo na Pele está a venda na Clínica Regina Jales, na Livraria Leitura do Natal Shopping, na Livraria do Centro de Convivência da UFRN e no site [www.jovensscribas.com.br](http://www.jovensscribas.com.br)

\*Promoção válida para sócios-torcedores do ABC e do América Futebol Clube. Plano Essencial Fitas. É imprescindível o participante preencher a ficha de inscrição até 03/12/2021. \*\*O kit especial terá 300 unidades e será distribuído em lotes de 100 unidades. O estoque é limitado.

# SEJA UM TORCEDOR DE CARTEIRINHA COM A UNIMED NATAL.

Planos a partir de

**R\$ 80,54\***

+ carteirinha com  
brasão do time  
e kit especial.\*\*



LIGUE AGORA  
**3220.6200**





Instituto Dentário  
de Implantes  
por Dr. João Marcelo

# ID IMPLANTES

Um novo Instituto Dentário referência na técnica de implantes sem cortes com bisturi ou incisões na gengiva.







**E**le escolheu trabalhar com o cartão de visita da maioria das pessoas: o sorriso. Responsável por devolver a alegria de viver e a autoestima de centenas de pacientes que perderam os dentes ao longo da vida, o cirurgião dentista João Marcelo Arcoverde desperta admiração pela sua discrição, humildade, carisma e forma de acolher seus pacientes.

Unindo anos de dedicação aos estudos e amor pelo que faz, inovação tem sido a palavra de ordem na sua vida e carreira. Ver a alegria estampada nos rostos dos pacientes que lhe confiam o seu maior bem se tornou rotina na vida desse profissional que está a frente do mais novo Instituto Dentário de Implantes, o ID Implantes, localizado no coração da avenida Campos Sales, no bairro de Petrópolis.

Com Mestrado em Implantodontia pelo renomado Centro de Pesquisas Odontológicas e Faculdade São Leopoldo Mandic, Campinas/SP, Dr. João Marcelo se tornou referência nacional na técnica que permite repor dentes perdidos sem a necessidade de cortes com bisturi ou incisões na gengiva e hoje coordena uma equipe totalmente alinhada com a sua missão de vida que é: devolver sorrisos fixos aqueles que cansaram de usar dentadura ou soluções temporárias.

Sua expertise nesse tipo de cirurgia lhe rendeu o convite de uma das maiores empresas de implantes do país para coordenar o desenvolvimento de um kit cirúrgico específico para a técnica minimamente invasiva, e hoje cirurgiões do país inteiro podem tratar seus pacientes de uma forma extremamente rápida, precisa e segura.



## Vantagens da técnica sem cortes:

- Cirurgia rápida! Em média 10 minutos para instalação de cada implante.
- Técnica extremamente previsível, segura e minimamente invasiva.
- Indicada para pacientes idosos, diabéticos e hipertensos controlados.
- Redução da dor, inchaço e sangramentos durante o pós-operatório.
- Recuperação rápida.
- Cirurgia realizada no próprio consultório.
- Menos anestesia! Por ser menos invasiva, a quantidade de anestésico é mínima.
- Ideal para quem tem medo ou receios de cirurgia mais invasivas.

A cirurgia pela técnica sem cortes proporciona aos pacientes um pós-operatório com muito menos dor, inchaço e sangramentos. Por ser minimamente invasiva, a grande maioria dos pacientes retorna quase que imediatamente às suas atividades profissionais e o pós operatório é realmente surpreendente.

Outro grande diferencial da técnica é a rapidez com que os implantes são instalados, em média 5-10 minutos para cada implante. E diferentemente do que todos imaginam, não é preciso colocar um implante para cada dente perdido, um ponto muito importante principalmente para aqueles pacientes que perderam todos os dentes de uma arcada.

“A tecnologia de ponta disponível no Instituto Dentário de Implantes e a experiência com a técnica cirúrgica sem cortes com bisturi ou incisões na gengiva, viabiliza o desejo de muitos pacientes de voltar a mastigar e sorrir sem medo. Para se ter noção da evolução da técnica: com apenas 4 implantes é possível ter 12 dentes fixos de volta na boca. Não é milagre! É muita ciência e tecnologia em benefício da-

queles que priorizam ter a qualidade de vida e mastigação devolvidos.”, ressalta Dr. João Marcelo Arcoverde que além de 13 anos de experiência na área também é responsável por transformar a vida de mais de 2127 pacientes que optaram pela cirurgia sem cortes.

Quando corretamente indicada, a técnica pode ser utilizada para repor um, vários ou todos os dentes perdidos de uma arcada, e é bastante indicada para pacientes idosos, diabéticos e hipertensos controlados.

**A técnica sem cortes possibilita que com apenas 4 implantes você tenha até 12 dentes fixos de volta! E o melhor, de uma forma minimamente invasiva, segura e rápida.**



Instituto Dentário  
de Implantes

por Dr. João Marcelo Arcoverde

## ID Implantes: conheça a nova estrutura

O Instituto Dentário de Implantes traz a humanização como principal característica do seu DNA. Além dos 4 consultórios, o espaço foi expandido para 320 m<sup>2</sup> de área construída, fugindo do conceito de clínica com o objetivo de promover um acolhimento diferenciado para que o paciente se sinta como se estivesse realmente em casa. Ambientes inovadores com jardim vertical, fonte de água, espaço café, música em todos os ambientes e consultórios ultra modernos, adequando elegância com conforto e bem estar.





## Equipe

Todos os membros da equipe do ID Implantes são treinados por uma consultoria especializada em atendimento, com acompanhamento semanal e foco total no paciente.

## Serviço próprio de diagnóstico por imagem e laboratório digital

Uma grande novidade é a inauguração do setor de odontologia digital que contará com um tomógrafo 3D de última geração para que os pacientes possam ser diagnosticados de maneira rápida e extremamente precisa já no momento da primeira

“Esse treinamento é feito com base nos aspectos psicológicos dos colaboradores, para alinhar os setores e fazer com que todos possam prestar um atendimento de excelência, desde o primeiro contato até a chegada do paciente na clínica”, explica Dr. João

consulta. Além disso, os pacientes também contarão com um serviço de escaneamento facial, escaneamento intraoral e um laboratório digital equipado com impressoras 3D que proporcionarão uma rapidez enorme na capacidade de finalização e entrega dos tratamentos.

O Instituto Dentário de Implantes abre suas portas para que os pacientes vivenciem uma experiência única de atendimento odontológico e cirurgia com implantes dentários.

Marcelo Arcoverde. No que diz respeito a capacidade técnica dos dentistas, todos possuem especialização, mestrado ou doutorado na área e uma só missão: devolver o sorriso de maneira fixa a todos aqueles que perderam a alegria de sorrir e mastigar.

Sejam muito bem vindos e pensou em implantes, pensou ID Implantes! A nova identidade do seu sorriso.

**Instituto Dentário  
de Implantes**

CRO RN 3482

Av. Campos Sales, 632 - Petrópolis

(84) 98157-4676

(84) 2133-9760

idimplantes

# Guia *Viver bem*

Nossa seleção de produtos e serviços que vão trazer mais saúde e qualidade de vida para você!





## ORGÂNICA MERCADO NATURAL

Rua Jaguarari, 1215 loja 2. Barro Vermelho

A Orgânica é muito mais do que uma loja de produtos naturais. Nosso propósito é estimular uma vida leve, dinâmica e saudável. Grande variedade de produtos saudáveis e um atendimento acolhedor lhe esperam tanto na loja, quanto nos canais online.

8h30 às 17h30  
Sábado 9h às 13h  
(84) 9 9406-5170  
@organicanaturais



## CLÍNICA GERLANE CRISTINA

Rua Coronel Auris Coelho, 414 – Lagoa Nova

Tratamentos de dores, pilates, exercício terapêutico, hidroterapia, laserterapia, terapia manual, acupuntura, fisioterapia, nutrição, fonoaudiologia, hidroginástica, RDM, fisioterapia uroginecológica, fisioterapia domiciliar, psicologia e serviço médico com cardiologistas. Reabilitação pós covid.

(84) 3231-1494  
(84) 99959-0762  
@clinicagerlanecristina  
clinicagerlanecristina.com.br



## CLIUN – CLÍNICA DE UROLOGIA DE NATAL

Rua Vereador João Alves Silva Filho, 784. Tirol

Equipe formada por urologia, mastologia, geriatria, psicologia e fisioterapia. Desde 2001, cuidando da sua saúde com os melhores profissionais e equipamentos.

(84) 3211-9797  
@cliunnatal



## INSTITUTO DE CIRURGIA DE CABEÇA E PESCOÇO

Rua Mipibu, 665. Petrópolis

Clínica especializada no diagnóstico e tratamento das patologias de cabeça e pescoço com corpo médico referência na cidade.

(84) 2030-5556  
(84) 9-8137-3103  
(84) 98186 0747  
@iccp.rn



## SKOPIA – CLÍNICA DO APARELHO DIGESTIVO

Rua Maria Auxiliadora, 804 – Tirol

Emagrecer de forma saudável, segura e no tempo certo. O balão intragástrico é um recurso não cirúrgico, realizado por Endoscopia Digestiva Alta, temporário, para o tratamento de pacientes com IMC acima da faixa normal e que não tenham obtido redução de peso através de outras técnicas não cirúrgicas.

(84) 3198-1900  
(84) 9 9473-3788  
administracao@skopiaclinica.com.br



## ARIANNE SANTOS DERMATOLOGIA

Rua Doutor Poty Nóbrega, 1946, sala 1101. Edifício ITC, Lagoa Nova

Com as melhores e mais avançadas técnicas e procedimentos que a dermatologia dispõe, a Clínica Ariane Santos busca a beleza natural dos pacientes, com o fundamento da qualidade de vida, a saúde e o bem-estar, garantindo o melhor da medicina em todos os aspectos.

(84) 3322-2005  
(84) 9 9634 2222  
@ariannesantosdermatologia  
ariannesantos.com.br



## OFFICINALIS FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO E HOMEOPATIA

Rua Mipibu, 355 – Petrópolis

Homeopatia, florais de bach, fitoterapia, ortomolecular, pré e probióticos. Medicamentos personalizados.

(84) 3216-0090  
(84) 9 8897-3896  
(84) 9 8623 9975  
farmacia\_officialis  
contato@officinalis.com.br



## CENTRO VITTA

Rua Leonardo Drummond, 1610 – Lagoa Nova

Método Mackenzie, Programa de Manejo e Tratamento da Dor Crônica Persistente, Reequilíbrio e Educação em Postura (REP), Reabilitação para Distúrbios da Cabeça e Pescoço: labirintite, cefaleia e DTM, Liberação Miofascial Manual, Pilates Clínico e Funcional, Treinamento Funcional.

(84) 3206-3327  
(84) 9 8773-0665  
@centrovittanatal  
centrovitta.com



## DRA. LUCIANA PROTÁSIO

Fisioterapeuta Neurofuncional, pesquisadora e professora

Tratamento de limitações físicas e funcionais, como AVC, doença de Parkinson, Alzheimer, doenças neuromusculares, paralisia facial. Foco em estimular a neuroplasticidade e recuperar as funções e atividades perdidas.

(84) 99404-4059  
@draluprotasio  
protasio.melo2@gmail.com



## CURA-TE HOMEOPATIA

Av. Amintas Barros, 3700. Lagoa Nova

Referência em medicina homeopática, há 30 anos. atendimentos adulto e pediátrico.

(84) 3222-2225  
(84) 9 9967-1197  
@curatehomeopatia



## LABORATÓRIO ALEXANDER FLEMING

Av. Campos Sales, nº 694 – Tirol

O Laboratório Alexander Fleming (LAF) atua há 40 anos com exames de apoio a diagnósticos em geral. Fundado em 1979 com o objetivo principal de trazer para a cidade de Natal um laboratório de bioanálise de alta qualidade e credibilidade junto à sociedade e classe médica da região.

(84) 3211-5093  
labfleming@supercabo.com.br  
labflemingnatal.com.br



## DRA. LUCIANA DRUMMOND GOUVEIA

Centro de Nefrologia de Natal. Clínica de Hemodiálise e Consultório de Nefrologia. Desde 2010 atuando na prevenção e tratamento das doenças renais.

(84) 3205-1191  
bit.ly/37ipNMN

ODONTOLOGIA



**INSTITUTO DENTÁRIO DE IMPLANTES - Dr. João Marcelo Arcoverde**

Av. Campos Sales, 632 - Petrópolis

Transformando vidas com a técnica de implantes dentários sem cortes com bisturi. Menos dor, inchaço e sangramentos. Segurança e rapidez.

(84) 2133-9760  
@idimplantes



**CLÍNICA DE OLHOS SANTA BEATRIZ**

Rua Coronel Joaquim Manoel, 590 - Petrópolis

A Clínica de Olhos Santa Beatriz é uma das melhores clínicas localizada em Natal no ramo de oftalmologia. Além de fazer exames de rotina, trabalha também com cirurgias, lentes de contato e ainda aceita convênios. Faça já a sua visita!

(84) 3344-7788

OFTALMOLOGIA

PSIQUIATRIA



**DR. JALES CLEMENTE PSIQUIATRA**

Rua Auris Coelho, 285 sala 506 - Lagoa Nova

Oferece atendimento voltada pra recuperação de pacientes com doenças psiquiátricas e seus familiares. Especialista em tratamento de doenças de difícil controle. Desde tratamentos medicamentosos a eletroconvulsoterapia.

(84) 99832-1050  
@drjalesclemente



**INSTITUTO SAILLY**

Av. Amintas Barros, 3700 CTC sala 305 B. Lagoa Nova

Saúde mental e qualidade de vida. Psiquiatria, psicologia, nutrição.

@institutosaily

PSIQUIATRIA

SAÚDE



**REPROGRAMAÇÃO METABÓLICA - MARCOS MATIAS**

Av Alexandrino de Alencar 1392 - Tirol

Fisiologista do Exercício. Especialista em emagrecimento. Credenciado a Gallo personal system, trabalha com reprogramação metabólica.

(84) 9999-45451  
matiamarcos34@gmail.com



**ATENDIMENTO PSICOLÓGICO ONLINE**

Aprender a lidar com suas emoções ajuda na qualidade de vida. Faz terapia quem quer viver bem! Preparado (a) para mudar? Se sim, inicie agora sua terapia online, com profissional autorizada pelo Conselho Federal de Psicologia para atendimento online.

Taciana Chiquetti  
(84) 99411-6372  
@web.terapia  
www.webterapia.com.br

TERAPIA

**Anuncie no maior canal de saúde do Rio Grande do Norte!**



Revista



Youtube



Portal



Instagram



Lista Whatsapp

**Guia Viver Bem, há 19 anos levando informações de qualidade para um público qualificado**



**Informações**  
(84) 9 9451 4142

# Dá para amenizar doenças respiratórias neste inverno e durante a pandemia?



**A resposta é SIM. Confira 12 dicas para fortalecer o sistema imunológico de toda família com sugestões práticas para evitar certas patologias alérgicas nesta época do ano!**

**S**egundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), as doenças respiratórias atingem, em média, 30% da população mundial. Porém, durante o inverno a atenção deve ser ainda maior, inclusive neste ano que estamos vivenciando uma pandemia.

“É bastante comum no inverno, com as sucessivas frentes frias, muitas pessoas sofrerem com alergias respiratórias, resfriados e gripes, que aumentam em 40% a incidência, por conta das oscilações climáticas. O grande vilão não é só o vírus, mas o ar frio e a poluição do ar. Tomar a vacina é fundamental, porque diminui o risco de gripes e suas complicações, mas a frente fria, o tempo seco e a baixa umidade relativa do ar contribuem para o aumento das doenças respiratórias devido à alta concentração de poluentes na atmosfera e maior

concentração das pessoas em lugares fechados. O que leva à redução dos mecanismos de defesa do organismo, propiciando o aparecimento de doenças respiratórias como rinite, sinusite, asma e bronquite”, ressalta o otorrino Dr. Alexandre Colombini.

Segundo o especialista, cerca de 10% dos brasileiros apresentam quadros variados de asma, enquanto 30% sofrem com rinite alérgica.

“A faixa etária que mais sofre nessa época do ano são as crianças, com idade abaixo dos 05 anos e os idosos acima dos 60 anos, isto por que o sistema imunológico nestas faixas é menos funcional. Com isso as chances de as gripes e resfriados voltarem a cada semana é maior, o que também acaba levando a um gasto maior dos anticorpos, abaixando ainda mais a resistência para que peguem mais e mais doenças respiratórias”, explica o doutor.





## Dicas do especialista. Anote:

- 1 Beba bastante água: o ideal é ingerir dois litros por dia para manter o organismo hidratado. Isso vai ajudar muito a hidratar as vias respiratórias também.
- 1 Faça limpeza nasal com solução fisiológica ao menos duas vezes ao dia. Caso trabalhe em ambiente com ar condicionado, redobre o uso por que ele resseca ainda mais as vias respiratórias.
- 2 Umidifique o ar, seja com aparelhos próprios para isso ou mesmo com toalhas úmidas e/ou grandes bacias para que haja uma grande superfície a ser evaporada para tornar o ar mais úmido.
- 3 Guarde brinquedos de pelúcia em embalagens à vácuo depois de higienizados.
- 4 Procure manter os ambientes arejados.
- 5 Evite usar vassouras para limpar a casa, pois elas podem espalhar a poeira. Prefira utilizar panos úmidos.
- 6 Troque a roupa de cama a cada semana.
- 7 Procure ter uma boa alimentação. A alimentação deve ser balanceada com sopas e caldos ricos em verduras e legumes. As frutas são essenciais, principalmente aquelas que contêm vitamina C, como a laranja. Elas ajudam a prevenir gripes e resfriados.
- 8 Lave as mãos com álcool gel e evite o contato com a boca, nariz ou olhos por que é a porta de entrada dos vírus e bactérias.
- 9 Tenha um bom sono e um bom descanso.
- 10 Evite o contato com pessoas gripadas ou com resfriados, pois essas doenças são adquiridas pelo ar. Ao espirrar, coloque um lenço ou a mão só se puder lavá-la em seguida, ou vai transmitir a doença assim que tocar qualquer superfície.
- 11 Mantenha a respiração sempre pelo nariz e não pela boca, pois as narinas têm a função de filtrar o ar e aquecê-lo;



**Dr. Alexandre  
Colombini**

Otorrinolaringologista



# Embolização de **miomas** uterinos

Uma estratégia para preservar o útero e a identidade feminina de maneira segura e eficaz

**Texto: Mariele Araújo**

**U**m nome que assusta: Mioma Uterino. As consequências? Sintomas que podem atrapalhar as mulheres desde as simples atividades rotineiras, no trabalho e até mesmo levar a crises no casamento.

Mas o que são miomas?

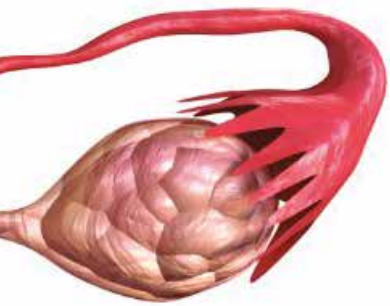
Um problema global que atinge as mulheres geralmente na faixa etária reprodutiva, prejudicando a qualidade de vida feminina em níveis muito maiores do que se possa imaginar. Sangramento vaginal abundante, dor pélvica intensa durante o período menstrual, forte incômodo durante a atividade sexual, aumento do volume abdominal e da frequência urinária,

constipação e tendência a infertilidade são alguns dos problemas que podem ser causados pela patologia. Nos casos mais graves, pode levar a anemia, resultando em dificuldade de concentração, falta de disposição e mesmo a necessidade de transfusão de sangue nos casos mais urgentes.

Atingindo em geral mulheres de 35 a 50 anos, os miomas são nódulos benignos localizados na parede uterina que estão presentes em uma a cada quatro mulheres. A maioria deles felizmente não produz sintomas. Porém, em razão deles, com frequência a qualidade de vida feminina pode ser significativamente piorada.

Existem diversas hipóteses do motivo do surgimento dos miomas, mas não existe uma causa identificável definida. Porém, eles atingem em sua maioria mulheres acima do peso, de pele preta, com mais de 40 anos e que tenham história familiar de miomas uterinos. Eles são diagnosticados em sua maioria através da ultrassonografia ou ressonância magnética da pelve.

A consequência mais conhecida relacionada aos miomas é o aumento do fluxo menstrual, mas há muito mais que eles podem causar. Por exemplo, muitos casamentos são duramente afetados por eles. Sem disposição e com dores na relação



Íntima, algumas mulheres evitam a atividade sexual com seus parceiros, passando a ter problemas matrimoniais. Nos períodos de crise, as dores excruciantes e o intenso fluxo de sangramento podem contribuir para dificuldade de realizar algumas tarefas e até mesmo impedir a mulher de trabalhar.

Além disso, com o aumento do número de miomas, as dimensões do útero podem crescer, passando dos habituais 60 a 120 mL para até úteros tão grandes que chegam a medir 1.000 mL (que pesam, por sua vez, cerca de 1 kg), pressionando os órgãos ao redor da parede uterina, gerando desconforto pélvico intenso e contínuo. Em alguns casos específicos, os miomas podem ser um dos fatores que causam infertilidade ou dificuldade de manter a gestação, pois o mioma pode distorcer a cavidade endometrial e provocar aumento de fluxo menstrual com tendência a descamação abundante e frequente do endométrio, podendo atrapalhar a nidadação e, assim, impedir o desenvolvimento do embrião.

A boa notícia para o problema é que há uma solução eficaz para os casos que não se resolvem com os medicamentos tradicionais, baseados nos remédios sintomáticos e tratamentos hormonais, ou nos procedimentos cirúrgicos invasivos.

## SINTOMAS

- Aumento do fluxo sanguíneo e da duração do período menstrual;
- Sangramento fora do período menstrual;
- Dor abdominal e cólicas na região do útero;
- Dor lombar;
- Sensação de pressão na barriga;
- Aumento da vontade de urinar ou incontinência urinária;
- Prisão de ventre;
- Dor durante a relação sexual;
- Dificuldade para engravidar

Se marcou sim em 3 sintomas ou mais, procure o seu ginecologista para uma avaliação completa

## Conheça a Embolização de Miomas e saiba por que ela é tão eficaz



José Ricardo Cavalcanti, médico especialista em Radiologia Intervencionista, explica a técnica que tem salvado muitas mulheres dos sintomas produzidos pelos miomas.

“A embolização de miomas surgiu há 26 anos, é aplicada nos principais centros do mundo e é determinante para reduzir a necessidade de cirurgias para retirada de miomas e até mesmo de histerectomias. A Radiologia Intervencionista possibilita o tratamento minimamente invasivo dos miomas através da embolização das artérias uterinas, procedimento que irá reduzir os miomas até o quase completo desaparecimento”, esclarece José Ricardo.

O método é prático para médico e paciente e eficiente no resultado. “Embolização é um implante controlado de um agente com o objetivo de ocluir o vaso que nutre os miomas. Com a paciente com uma sedação leve, através de uma punção em uma artéria do corpo, como a artéria femoral (na virilha) ou radial

(no pulso), é realizado o cateterismo das artérias ilíacas na pelve e, logo após, das artérias uterinas. Nas pacientes com úteros grandes devido a miomas, a artéria uterina é significativamente mais grossa que o normal. Depois de localizadas as artérias uterinas, realizamos a inserção de esferas microscópicas calibradas, medindo aproximadamente 0,3 a 0,5 mm.”

“Embolizar significa liberar de maneira controlada microesferas nas artérias uterinas, causando oclusão de algumas das artérias que levam sangue ao útero. Dois tecidos são irrigados pelas artérias uterinas: o próprio mioma e o útero normal. O tecido uterino sadio não sofre com o tratamento, mas os miomas são muito sensíveis a essa isquemia, então o mioma ‘morre’ e diminui de tamanho. Ele não é expelido, mas reduz o bastante para o útero diminuir em até 60% o seu volume inicial”, ressalta o médico.

Destaca-se ainda que o procedimento é um grande aliado no tratamento dos miomas que não envolvem a necessidade de internação prolongada e ainda possibilita o retorno precoce para o trabalho e as atividades cotidianas, e ainda preserva a identidade feminina, uma vez que não retira o útero da mulher.

## É possível reduzir a necessidade de histerectomias

As modalidades de tratamento dos miomas em sua maioria caminham para a intervenção cirúrgica, com a retirada do mioma (chamada de miomectomia) ou histerectomia. “Os miomas acometem mulheres jovens, que ainda estão em idade reprodutiva e que enxergam o útero, o seu órgão matriz, assim como as mamas, como parte fundamental da sua identidade feminina. Uma histerectomia, além de poder impactar a saúde mental da

mulher, pode impedir uma possível gestação futura, mesmo que diante da crise relacionada ao mioma isso seja relegado a um segundo plano.”, diz José Ricardo.

O número de mulheres que fazem histerectomia é alarmante. De 200 a 300 mil mulheres perdem seu útero por ano no Brasil, e o motivo mais frequente dessa cirurgia são os miomas. Além disso, a histerectomia, por ser uma operação de grande porte, pode ter complicações compatíveis com esse porte. A taxa de mortalidade chega a três óbitos a cada mil cirurgias.



**José Ricardo Cavalcanti**

**Médico especialista em Radiologia Intervencionista**

Av. Campos Sales, 901. Sala 2602  
Manhattan Business

☎ (84) 9 9677-6666

# SAÚDE NO **SESC RN** É O ANO INTEIRO

## ODONTOLOGIA

(Clínicas fixas e unidade móvel OdontoSesc)



## SESC SAÚDE MULHER

(Mamografias e preventivos gratuitos)



## EDUCAÇÃO EM SAÚDE



## ALIMENTAÇÃO BALANCEADA

nos Restaurantes Sesc



# Presidente da Potigás está entre os 100 mais influentes da energia da década

O prêmio “Os 100 Mais Influentes da Energia da Década”, entregue em junho/2021, homenageia as personalidades que mais se destacaram ao longo dos últimos dez anos, prestando tributo a empresários, pesquisadores, executivos, autoridades públicas e profissionais que fizeram a diferença no setor. Dentre os homenageados, estava a diretora presidente da Potigás, Larissa Dantas.

Nessa entrevista ela fala sobre o reconhecimento e sobre esse trabalho desenvolvido pela Companhia de Gás do RN.

**P - O que esse prêmio representa para você?**

**R -** Muito me orgulha ter sido indicada ao prêmio. Além do reconhecimento, estar entre os 100 mais influentes da energia da década faz aumentar a responsabilidade e o compromisso com os resultados práticos e de benefícios gerais para a sociedade. Desde que assumi a gestão da Potigás tenho me dedicado para ampliar o mercado do gás natural e trazer infraestrutura para o meu estado, além de estar conectada às necessidades da área de energia do país e trabalhar pelo desenvolvimento econômico do Brasil. Amo o que faço e ser reconhecida por isso é realmente motivo de muita gratidão aos idealizadores do evento e à equipe da Potigás que divide comigo o trabalho diário com muita técnica e competência.

**P - Em que segmentos o gás natural é mais utilizado?**

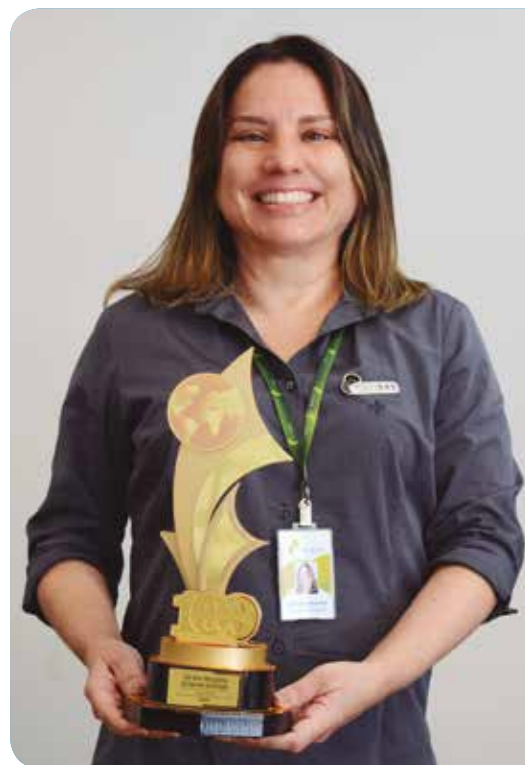
**R -** Os segmentos residencial e comercial são os que possuem o maior número de clientes, comprovando o reconhecimento, por parte dos usuários, dos benefícios do gás natural canalizado para esses setores. Já os segmentos veicular e industrial são os que representam o maior volume de gás natural no estado porque são os grandes consumidores.

Nos cinco primeiros meses de 2021 mais de 1,5 mil clientes foram interligados à rede de gasodutos da Companhia Potiguar de Gás que atingiu no último mês de abril a marca de 30 mil nos quatro segmentos.

**P - Para os próximos anos, quais são as projeções para ampliação de mercado da Potigás?**

**R -** O Rio Grande do Norte trabalha o PL do gás que deverá ser votado em breve na Assembleia Legislativa e que regulamentará o novo mercado do gás no estado, um cenário que trará mudanças e dinamismo para o setor. A Potigás espera adquirir o gás natural a preços ainda mais competitivos de forma a beneficiar os usuários.

Os investimentos da Companhia previstos para 2022 serão de cerca de R\$10 milhões e expansão da rede de gasodutos de mais de 27mil metros. Atualmente a Potigás conta com mais de 460km de rede em Natal, Mossoró, Parnamirim, Goianinha, São Gonçalo do Amarante e Macaíba. Mais usu-



ários interligados à rede de gasodutos significa mais potiguares desfrutando dos benefícios do gás natural canalizado como economia, praticidade, segurança e sustentabilidade.

**P - Qual o impacto do uso do gás natural para a nossa qualidade de vida?**

**R -** O gás natural emite menos poluentes para o meio ambiente, garantindo uma queima mais limpa que os demais combustíveis fósseis. Essa questão já melhora a qualidade do ar e garante mais qualidade de vida para os potiguares. No entanto, outras questões também ajudam esse ganho para o meio ambiente. O gás distribuído pela Potigás não utiliza transporte rodoviário porque chega aos estabelecimentos diretamente pela rede de gasodutos, ou seja, até o trânsito nas cidades melhora porque dispensa o transporte em caminhões. Além disso, a segurança proporcionada pelo uso do gás é fator decisivo para a qualidade de vida porque não precisa ser estocado em botijões. Então é uma série de ganhos para os usuários.

84 3272 7506  
unigrafica.ind.br

Use o seu tempo  
para aproveitar  
o melhor da vida  
**e viver bem.**



**Agilidade** em atender as necessidades dos nossos clientes é um dos nossos valores mais importantes, porque a **rapidez** aliada a qualidade que o mercado exige no fornecimento de produtos e serviços gráficos é a nossa motivação diária.

**E você cliente, ganha tempo para aproveitar a vida da melhor maneira**

**UNIGRÁFICA**



SOLUÇÕES  
EM UM  
ESTALAR  
DE DEDOS



*Dra. Aline Falcão  
CREFITO 92013-F  
Dra. Luciana Protásio  
CREFITO 92012-F*

# Projeto Quero Cuidar

**Fisioterapeutas se unem para oferecer um serviço diferenciado para o cuidador de idoso**

**C**hegou a QUERO CUIDAR! Esse projeto nasceu da paixão de duas fisioterapeutas em contribuir para a assistência ao cuidador de idoso. Nossa população, conta cada vez mais com pessoas idosas que devem viver bem e continuarem incluídos nas atividades e na sociedade. Para isso, o acompanhamento, supervisão e/ou cuidados de uma outra pessoa se faz essencial, muitas vezes sendo essa pessoa um familiar que se sente sobrecarregado ou sem saber lidar com a nova rotina, melhor forma de conduzi-la diante de suas necessidades pessoais e as necessidades

do idoso. Se esse idoso estiver com alguma condição de saúde específica como AVC, doença de Alzheimer, Parkinson, fraturas entre outras, o cuidado passa a ter peculiaridades que exigem mais desse cuidador.

Nossa missão é oferecer a você, CUIDADOR, informações, orientações e conteúdos com base científica, para te dar suporte neste cuidado, de maneira simples e clara. Com isso suprir suas dificuldades perante o familiar que você cuida e as suas próprias necessidades, através de consultoria domiciliar e cursos, em um formato dinâmico e encaixado no seu tempo.

Vamos tratar sobre exercícios, rotina, mobilidade, autonomia, adaptações no ambiente, educação em saúde e outros temas mais, como perdas cognitivas, tipo de exercício, indicação, dispositivos de marcha (acessórios para andar) e quedas.

## Serviço

E-mail: [querocuidaridoso@gmail.com](mailto:querocuidaridoso@gmail.com)

**Dra. Aline Falcão** – (84) 98804-5941;

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

**Dra. Luciana Protásio** – (84) 99404-4059;

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

Facebook: Dra Lu Protásio



E-BOOK



# Guia Viver Bem de Nutrição Saudável



Em homenagem ao dia do Nutricionista, o Viver Bem lança um E-Book com os melhores nomes da Nutrição do RN e excelentes opções para você ter uma alimentação saudável!

31

Lançamento: 31 de agosto .  
Vídeos no @guiaviverbem .  
Semana de Lives com diversos temas.

 [guiaviverbem](#)  [TuViverBem](#)

# Cinco pontos que você precisa pensar mesmo após a vacinação e/ou a contaminação com o **Covid-19**



O aumento da vacinação deve ser comemorado, mas é preciso se conscientizar de como devemos agir daqui para frente, até que tenhamos mais segurança. Vale também para os que já tiveram a doença e não devem se considerar “imunes”. O médico pneumologista Felipe Marques da Costa, que é especialista em Terapia Intensiva, alerta para alguns pontos importantes.

1

Nenhuma forma de testar a sua produção de anticorpos contra o novo Coronavírus é capaz de garantir que você estará protegido contra uma eventual infecção ao longo do tempo. Portanto, não dá para você fazer um teste e sair por aí tranquilo, porque sua imunidade está alta”. Essa tranquilidade só pode vir com a maioria da população imune ao vírus. Por isso, avalie se realmente o resultado desse exame será capaz de modificar o seu comportamento. Na opinião do especialista, não MUDA NADA.

2

A vacinação, independente de qual for a vacina, é o melhor caminho, é a solução mais importante do momento, Mas cuidado com os alardes de que “fulano se vacinou e pegou mesmo assim”. A cadeia de transmissão não necessariamente será interrompida com a vacina, afinal de contas o maior compromisso dos imunizantes é reduzir a gravidade das formas de COVID19 e não necessariamente bloquear a transmissão entre pessoas. Portanto, os vacinados podem continuar tendo Covid, mas sua ampla maioria na forma leve ou moderada e sem "estressar" a capacidade de absorção hospitalar.

3

O mundo mudou, não tem jeito. Depois de uma pandemia nesta dimensão, novos hábitos devem substituir antigos costumes. Nos tornaremos menos "latinos" e mais "asiáticos". A etiqueta oriental está muito mais adaptada aos cuidados individuais, como o uso de máscaras em determinados ambientes, o cuidado na higienização das mãos e no uso do álcool após tocar em superfícies como corrimões e maçanetas. Vamos ter que nos adequar mais a essa rotina, e nos reorganizarmos em relação aos contatos físicos e multidões.


4

A nossa cultura de vacinação precisa ser fortalecida neste momento, e não só para Covid, mas também para doenças como a Influenza e Pneumococo, importantes agentes relacionados a questões respiratórias. Essas vacinas devem ganhar importância ao longo dos próximos anos. O Brasil, por exemplo, ainda não atingiu a meta de vacinação de influenza em 2021. Você já tomou a sua?

5

Temos que ser mais responsáveis pelo nosso entorno e nos ambiente que convivemos. Sintomas respiratórios, independente de quais sejam, serão o nosso sistema de alerta social para evitar sair de casa, optando pelo trabalho remoto e o cuidado com aglomerações durante um período. Este tipo de preocupação é fundamental para evitar que surtos de covid19 ou outras doenças aconteçam no futuro. Essa preocupação é real, não é catastrófica.





# Dor lombar em idosos: conheça a técnica de descompressão por vídeo

**Procedimento minimamente invasivo, feito em nível ambulatorial, traz melhora das dores e da qualidade de vida em apenas um dia, na maioria dos casos, e tem atraído idosos**

**U**m senhor de 84 anos, que andava curvado de tanta dor nas costas, viajou de Teresina, Piauí, até São Paulo, para fazer uma cirurgia. Por que ele viajou tanto? Porque ele foi atrás da técnica de descompressão por vídeo, uma cirurgia minimamente invasiva, realizada pelo médico neurocirurgião Dr. Marcelo Amato desde 2013 na capital paulista. “Ele melhorou 100% da dor já no dia seguinte e, em uma semana, já conseguia andar sem precisar curvar a coluna como antes”, relata Dr. Amato. A descompressão por vídeo evita que o paciente precise de uma cirurgia aberta como a laminectomia e, em alguns casos, pode substituir as artrodeses, que são aquelas fixações da coluna feitas com parafusos.

A técnica de descompressão por vídeo, ou cirurgia endoscópica da coluna, não é apenas uma cirurgia para um problema específico, e sim uma técnica



de magnificação, que envolve a introdução de uma câmera lá onde está o problema e, portanto, a visualização em alta definição da doença a ser tratada e das estruturas a serem preservadas. Dessa forma, qualquer tipo de descompressão de estrutura nervosa pode ser realizada por vídeo. Além da cirurgia endoscópica para hérnia de disco, outra doença bem frequente é a estenose da coluna, que pode acontecer na lombar, torácica ou cervical.

O Dr. Amato explica que as estenoses são causadas pelo desgaste e envelhecimento da coluna. O aumento anormal de ossos (bicos de papagaio) e ligamentos, assim como o surgimento de cistos na coluna, levam à compressão das estruturas nervosas, que são responsáveis por causar os sintomas dos pacientes. A estenose da coluna lombar, por exemplo, causa dor, formigamento, dormência ou perda de força nas pernas. É muito comum o paciente andar curvado para frente ou, então, precisar fazer pausas após alguns minutos andando, para que volte a sentir e ter força nas pernas. Existem outras causas de estenose da coluna como a ossificação de ligamento amarelo, que também apresentam ótima indicação para a descompressão por vídeo.

A técnica de descompressão por vídeo é uma excelente opção para pessoas que convivem com a dor e que têm medo de cirurgias, já que é menos invasiva e realizada sem necessidade de internação. Inclusive, Dr. Amato explica que está cada vez mais frequente a realização deste procedimento para pacientes acima dos 80 ou 90 anos de idade e, por ser minimamente invasiva, realizada com incisão de apenas 7-8mm, sem risco de perda sanguínea, ou seja, pouco agressiva para o corpo, é muito bem aceita por esses pacientes e com ótimos resultados.

Já as hérnias de disco são mais frequentes em adultos entre 30 e 50 anos, as outras causas de estenose são mais frequentes após os 50 ou 60 anos de idade. Ou seja, pacientes de todas as faixas etárias beneficiam-se da téc-

nica de descompressão por vídeo. Até mesmo porque a recuperação é muito rápida: “Depende de cada caso, mas geralmente no mesmo dia o paciente já percebe melhora significativa dos sintomas e da qualidade de vida”, afirma Dr. Amato.



### **Dr. Marcelo Amato Neurocirurgião**

**Especialista em endoscopia de coluna e cirurgia minimamente invasiva de crânio e coluna.**

**Dr. Marcelo Amato**

 @dr.marceloamato

Youtube: <http://bit.ly/MarceloAmato>  
neurocirurgia.com  
amato.com.br



# Leucemia

**Avanços em diagnóstico e tratamento têm aumentado consideravelmente as chances de cura dessa doença**

**D**a triste realidade dos anos 1960, quando não havia chance de cura, para o cenário atual as perspectivas para pacientes com leucemia linfocítica aguda pediátrica (LLA pediátrica) mudaram radicalmente. O índice de crianças curadas em países da Europa e nos Estados Unidos chega a 85%/90%. Mesmo no Brasil, onde algumas novidades ainda não estão amplamente disponíveis, o percentual de cura passou de cerca de 20% na década de 1980 para aproximadamente 70% nos dias atuais.

A LLA é a leucemia que mais afeta os pequenos, principalmente na faixa entre 2 e 5 anos. Não se sabe ao certo o que desencadeia a doença, mas alguns fatores de risco foram elencados ao longo dos anos, como exposição da mãe à radiação, o fato de a criança ter passado por radioterapia ou quimioterapia anteriormente, alguns quadros virais, síndrome de Down e ter gêmeo idêntico que desenvolveu a enfermidade.



## Avanços em várias frentes

Do diagnóstico ao tratamento e à abordagem multidisciplinar, há avanços nas mais diversas frentes.

De acordo com a médica Maria Lúcia de Martino Lee, hematologista da BP - A Beneficência Portuguesa de São Paulo, os diferentes subtipos de leucemia linfocítica pediátrica podem hoje ser identificados com precisão e de forma precoce por meio de modernos testes moleculares, informação fundamental para definir a melhor estratégia de tratamento em cada caso.

“Os protocolos de aplicação da poliquimioterapia - combinação de diferentes medicamentos, de acordo com a classificação da doença - também foram aprimorados para uma abordagem mais assertiva. Além disso, evoluíram os recursos para prevenir complicações como as infecções virais ou fúngicas, que podem ser fatais para essas crianças”, afirma a médica.

A recidiva (nova ocorrência) da LLA também tem hoje melhor controle graças às análises mais sensíveis que detectam a chamada doença residual mínima (tecidos com pequenas remanescências de células de câncer), permitindo o tratamento para atacar esses focos.

Outra bem-vinda novidade é abordagem multidisciplinar. “Além de pediatra e oncologista, é importante contar com nutricionista, fisioterapia,

psicólogo, pedagogo e outros profissionais que contribuem para reduzir os efeitos colaterais dos medicamentos e acompanham o desenvolvimento da criança, inclusive após a cura, avaliando qualquer eventual reflexo no crescimento, na cognição, nos ossos, etc.”, explica Maria Lúcia.

Adotado apenas no caso de pacientes que não responderam aos tratamentos, o transplante de medula óssea também teve refinamento nas técnicas e avanços que atualmente permitem a realização do procedimento com doador parcialmente compatível como mãe e pai. “Anteriormente, era necessária compatibilidade total, algo bastante difícil de conseguir. Técnicas modernas reduziram os riscos e os efeitos colaterais do transplante de medula óssea e os avanços nos exames diagnósticos ajudam na indicação do procedimento no momento adequado para obtenção do melhor resultado. Quanto mais previamente

te for realizado o processo, maior a chance de sucesso”, explica a médica da BP, que figura entre os cinco principais centros transplantadores de medula óssea do País e o principal da capital paulista.

Entre as inovações mais recentes, está o tratamento com terapia-alvo, tipo de medicamento que ataca diretamente as células leucêmicas, oferecendo bons resultados e com menos efeitos colaterais. Um tipo incurável de LLA até então, causado pela anormalidade cromossômica Philadelphia, hoje é tratado com terapia-alvo. A imunoterapia com anticorpos monoclonais, que estimula o próprio sistema imunológico a atacar as células cancerígenas, é outra frente promissora.

Ampliar o acesso a esses novos recursos é o desafio do Brasil para os próximos anos. É o caminho para fazer com que também aqui o índice de cura da LLA pediátrica chegue aos 90%.



○ dia é quarta-feira, 30/06/2021. São 11:30h da manhã, eu acabei de chegar da minha aula de surf, prazer que eu descobri recentemente, durante o período pandêmico em que vivemos. Estou um tanto atrasado, tenho que almoçar correndo e seguir para o meu curso de oratória. Ontem, participei de uma série de entrevistas acerca do lançamento do meu primeiro livro, que acabei de lançar, "Enxergando além do Atlântico: uma jornada ao reino unido". Nele narro as aventuras que vivi durante o período em que fiz intercâmbio na Inglaterra.

Até aí vocês devem está pensando: "Ah tá, um jovem como qualquer outro, um tanto ocupado, mas e daí?" Então, para que tudo seja bem entendido por vocês, eu vou me apresentar...

Me chamo Fernando, tenho 28 anos, sou jornalista, palestrante, escritor, e produtor de conteúdo da web. E sou, realmente, um jovem como qualquer outro. A não ser por uma diferença bem pequenininha.

Aos dois anos, eu perdi a visão por decorrência de um câncer na retina, um retinoblastoma bilateral, o qual é o tipo de tumor ocular infantil mais frequente em crianças de 2 a 5 anos de idade, que pode atingir estágios graves e provocar a perda da visão.

O principal sintoma da doença é a presença de um reflexo branco na pupila. O câncer pode ser diagnosticado precocemente por meio do exame do olhinho, feito nos recém-nascidos, logo nos primeiros dias de vida. Quando diagnosticado no estágio inicial, o paciente têm grandes probabilidades de cura sem sequelas.

No meu caso, o ano era 1994, no Brasil, o exame do olhinho não era tão presente, por isso, o diagnóstico foi tardio. Eu venci o câncer, mas perdi a visão.

Meu tratamento foi realizado na Filadélfia, nos EUA. Quando voltei para Natal com a minha família, um grande aprendizado teve início em nossas vidas. Eu estava cego, e sem manual de instrução. Na minha família, não

havia nenhum parente com deficiência visual, e nem eu nunca tinha sido cego antes. Não tínhamos tanta informação, mas corremos atrás, buscamos pessoas que já haviam passado pelo o que eu estava passando. E encontramos ferramentas, atalhos e caminhos a seguir.

Durante a minha vida estudantil, tive alguns percalços, pois, mesmo estando no Estatuto da Criança e do Adolescente que toda instituição de ensino deve ser inclusiva, essa realidade, ainda hoje, está longe de corresponder à verdade.


Apesar dos obstáculos, terminei a escola, entrei na faculdade, me formei jornalista e, hoje, dou palestras pelo Brasil, levando a mensagem de que todos nós somos capazes de nos superarmos se acreditarmos em nós mesmos, no nosso potencial e na força positiva que nos move sempre pra frente.

Além disso, realizo nas redes sociais, por meio do meu canal do YouTube, "Na visão do Cego", e do meu perfil no instagram, @nandopcampos, um trabalho que tem como intuito principal dirimir preconceitos e estereótipos, com base na informação.

Evidencio, assim, que pessoas com deficiência podem sim serem seres ativos na sociedade, e que todos nós somos capazes de nos superar e vencer os desafios do caminho.

## Fernando Campos

Jornalista, escritor e palestrante.

 @nandopcampos





# É JULHO, É CELEBRAÇÃO DA VIDA!

#26ANOSCDP

Já são 26 anos de solidariedade e dedicação. Na Casa Durval Paiva não se fala em tristeza. Celebramos a vida, todos os dias. Certos de que as conquistas vêm passo a passo e a caminhada é constante. Vem com a gente!

## SINAIS E SINTOMAS

DESEQUILÍBRIO AO ANDAR - FEBRE DE ORIGEM INEXPLICADA  
DOR ÓSSEA PERSISTENTE - PERDA DE PESO - SUOR NOTURNO EXACERBADO  
MANCHA BRANCA NO OLHO

OS SINAIS E SINTOMAS ACIMA NÃO SIGNIFICAM QUE SUA CRIANÇA TEM CÂNCER. PROCURE UM PEDIATRA.



[casadurvalpaiva.org.br](http://casadurvalpaiva.org.br)

# Boas vindas aos novos integrantes do **Guia Viver Bem**

Nesse mês, o Guia Viver Bem dá as boas vindas aos seus novos integrantes, médicos e especialistas de várias áreas da saúde, que vão compartilhar informações e dicas nos nossos canais digitais: Instagram, Youtube, Portal e Whatsapp. Acompanhe as nossas redes e faça parte você também!



**Luciana Drummond**  
Nefrologista



**Jales Clemente**  
Psiquiatra



**Marcio D'Angelo**  
Cirurgião de mão



**Arianne Santos**  
Dermatologista



**Dr. Rafael Parizzi**  
Ortopedista e  
especialista em coluna

# Cuide de você, cuide de todos.



O Centro de Patologia Clínica oferece um amplo portfólio de exames para COVID-19, com excelência e profissionalismo em cada atendimento e resultado.

Confira abaixo cada um deles:

## RT-PCR via amostras respiratórias

- Realizar de 3 a 10 dias após início dos sintomas.
- Resultado em até 3 dias úteis.

## Teste rápido de antígeno

- Realizar de 3 a 5 dias após início dos sintomas.
- Resultado em até 4 horas.

## Anticorpos neutralizantes

- Realizar 14 dias após início dos sintomas ou 30 dias após o recebimento da última dose do imunizante.
- Resultado em até 4 dias úteis.

## RT-PCR via saliva

- Realizar de 3 a 10 dias após início dos sintomas.
- Resultado em até 3 dias úteis.

## Sorologia IgM ou IgG

- Realizar 14 dias após início dos sintomas.
- Resultado em até 3 dias úteis.

## Teste molecular

- Realizar de 3 a 7 dias após início dos sintomas.
- Resultado em até 1 dia útil.

Não fique em dúvida. Ligue e agende o seu teste.

 (84) 2010.8870

 (84) 3215.4700

 [centrodepatologia](https://www.instagram.com/centrodepatologia)

 [Centro de Patologia Clínica](https://www.facebook.com/CentrodePatologiaClinica)

# DOE SANGUE HOJE. VOCÊ NÃO DEIXARIA ALGUÉM QUE VOCÊ AMA ESPERAR.

#DOESANGUEHOJE #COMPARTILHEVIDA



Rio Grande do Norte  
Assembleia Legislativa

[WWW.AL.RN.LEG.BR](http://WWW.AL.RN.LEG.BR)

 ASSEMBLEIARN

