

Viver bem

O maior canal de saúde do RN

Ano 14 - Edição 26, Abril 2022

Assista aos vídeos, clique nos links e aproveite o conteúdo da nossa revista **100% interativa!**



Autismo:

Conheça o trabalho da FOCUS IC, um centro de intervenção comportamental interdisciplinar que é referência no mercado



Kátia Nogueira, diretora da FOCUS IC e parte da equipe interdisciplinar

MEDICINA HIPERBÁRICA

Pesquisadores da UFRN estudam benefícios para o coração

GERIATRIA

Saiba como praticar o autocuidado com foco no envelhecimento

MATERNIDADE

Dicas para facilitar o aleitamento materno

Clique em cima do anúncio
e veja mais!



**Há mais de
40 anos cuidando
da sua saúde com
confiança e excelência.**



ONDE NOS ENCONTRAR:

Av. Campos Sales, nº 694 - Tirol

☎ (84) 3211- 5093

Av. Miguel Castro, nº 1095 - Lagoa Nova

☎ (84)3206-5096

PARA MAIS INFORMAÇÕES:

☎ 84 98153-4044



labflemingnatal.com.br

lafnatal@gmail.com

PARA SEGUIR:

📷 f
@lafnatal

Uver
bem

Tudo azul

Estamos em abril, o mês da conscientização do autismo, um transtorno de desenvolvimento que, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), atinge 1 em cada 160 crianças no mundo. No Brasil, estima-se que existam cerca de 2 milhões de autistas. O diagnóstico ocorre geralmente entre os 2 anos e meio a 3 anos.

Apesar de não existir cura para essa condição, vemos a cada dia o avanço no desenvolvimento daqueles que são acompanhados desde cedo por uma equipe interdisciplinar e qualificada.

Na reportagem de capa apresentamos o trabalho da Focus Intervenção, uma clínica interdisciplinar que se destaca no mercado pela qualificação da equipe, estrutura e por realizar intervenções baseadas em evidências.

Nesta edição você confere também orientações para praticar o autocuidado com foco no seu envelhecimento, com a médica geriatra Dra. Ângela Costa.

Tem orientações da equipe da Materneo sobre aleitamento materno e uma pesquisa realizada por professores da UFRN e Ufersa que aponta efeitos positivos da oxigenoterapia hiperbárica no tratamento de alterações cardíacas decorrentes da diabetes.

Aproveite também para rever as semanas especiais que promovemos no mês de março para contribuir com a saúde de todos vocês.

Boa leitura e que abril seja repleto de saúde para todos nós!



Clique em links
e anúncios



Dimensione
com os dedos



Arraste
para os lados



Deslize
verticalmente



Avance
ou retorne

Clique em cima do anúncio
e veja mais!



ANS - nº 335559-2



**Investir na
saúde é ter
como resultado
uma vida longa
e saudável.**

**MUDE1
HÁBITO**

SEMPRE MAIS PARA VOCÊ.



**Viver
bem**

#capa



Os profissionais que atuam na FOCUS IC são especializados na ciência da Análise de Comportamento Aplicada (ABA)

Autismo e a importância da intervenção precoce

Conheça o trabalho desenvolvido pela clínica FOCUS IC

No mês de abril, comemora-se o Dia Mundial do Autismo.

A Intervenção Comportamental baseada em Análise do Comportamento Aplicada (ABA) é o tratamento recomendado para indivíduos com TEA. E a FOCUS IC desenvolve esse trabalho no Rio Grande do Norte, com uma equipe interdisciplinar completa.

A VB Digital convidou a neuropsicóloga, analista do comportamento e diretora da FOCUS IC, Kátia Nogueira para falar sobre Autismo, diagnóstico e a importância de um plano de intervenção baseado em evidências científicas.

“A FOCUS IC tem como missão prover um serviço de qualidade e através deste proporcionar benefícios à família e à sociedade.

Temos uma equipe interdisciplinar, psicólogos, pedagogos, fonoaudiólogos, fisioterapeuta, terapia ocupacional, educação física especial/adaptada, todos amparados pela ciência da Análise do Comportamento Aplicada-ABA. Nossas intervenções são guiadas pelos dados coletados durante os atendimentos, o que nos permite monitorar o desenvolvimento de nossos alunos e suas aquisições através dos objetivos ensinados”, explica Kátia.

O QUE É AUTISMO?

É um transtorno do neurodesenvolvimento, cujas causas têm um fator preponderantemente genético, e causas ambientais não especificadas, que se classificam quando não são encontrados fatores genéticos na família direta: pais, tios, avós.

As áreas que mostram prejuízo no desenvolvimento são áreas de comunicação social e comportamentos restritos e repetitivos.

Os graus estabelecidos pela classificação do DSM-V (2013) são:

Leve, moderado e Grave, decorrentes do nível de suporte que necessitam para conseguirem lidar com as demandas do ambiente/comunidade. Estes também



Equipe reunida na sala da fisioterapia



Em cima: Ana Carolina (Fonoaudióloga) e Karoline Lucas (Psicóloga)
Embaixo: Viviane Barbosa (Fisioterapeuta), Elna Costa (Terapeuta Ocupacional), Jonatas Rodrigues (Pedagogo) e Suanny Barreto (Profissional de Educação Física)

dependerão da intervenção recebida, qualidade x carga horaria e frequência, podendo a partir desses ocorrer remissão do grau de suporte e a transição entre os diferentes graus. Com boa qualidade de intervenção pode vir a tornar-se indistinguível perante seus pares e ou uma criança com indicação de grau leve transitar para moderado e até grave.

No autismo costumamos falar que receber serviço de intervenção inadequado ou sem conhecimento do que e como realizar a intervenção é tão prejudicial quanto não receber nenhuma intervenção. Percebemos a ocorrência de reforçamento de comportamentos indesejáveis ao seu desenvolvimento, assim como pela inabilidade profissional, perda de comportamentos adequados que deveriam ser reforçados e estimulados.

COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO ?

O diagnóstico é fechado por um profissional médico (pediatra/neurologista/psiquiatra), na sua grande maioria, melhor vistos por outros profissionais pelo acompanhamento longitudinal, psicólogos comportamentais, pedagogos, professores, fonoaudiólogos, terapeutas ocupacionais e fisioterapeutas. Atualmente a avaliação médica é melhor corroborada com a avaliação neuropsicológica, pela especificidade da avaliação que pode corroborar com a hipótese diagnóstica e a descrição do quadro comportamental com perfil cognitivo.

Geralmente a família percebe diferenças no desenvolvimento da sua criança frente ao esperado para sua faixa etária, nível cultural e exposição a estímulos, comparados também aos pares no ambiente escolar (o que a comunidade pode esperar e exigir). O fator que mais coloca os pais em alerta é a questão comunicativa, a intenção comunicativa, que muitas vezes é trazida pela falta de oralidade,

porém o comprometimento não está alocado somente na falta ou dificuldade de produzir sons, mas quando bem avaliado é mais amplo, refere-se a habilidades do desenvolvimento primário, como apontar, olhar, compartilhar as vivências que experiência, seja apontar o avião e esperar que o pai olhe, acompanhar coisas que o grupo social gosta, divertir-se com este grupo.

O diagnóstico mostra-se importante para seleção das condutas, quais tratamentos mostram melhores resultados, quais mostram maior evidências na comunidade científica.

Quem não recebe diagnóstico precoce e ou intervenção adequada terá prejuízos de grandes dificuldades de adaptação às demandas do ambiente, fragilidade na quebra de rotina, comportamentos excessivamente ritualistas, dificuldades alimentares fortemente instaladas pela passagem do tempo, intolerância à frustração, impulsividade, o que na sua grande maioria acarreta em comportamentos auto e hetero lesivos, assim como muitas vezes destruição





de patrimônio. Por consequência, teremos uma desestruturação familiar na tentativa de conduzir comportamentos que não estão devidamente preparados e muitas vezes cobrados pela sociedade, como pais permissivos e incapazes de prover educação. Teremos uma família toda em sofrimento.

A IMPORTÂNCIA DA INCLUSÃO

Falar em inclusão, é não somente estar no ambiente escolar, mas ter direito e acesso à aprendizagem. Os níveis de adaptação que serão necessários não são pré estabelecidos. Precisa haver uma avaliação e estabelecer objetivos educacionais pedagógicos específicos a esta criança, e que ela consiga estabelecer-se dentro dos objetivos para a turma e com suas limitações.

As escolas ainda não estão totalmente preparadas para inclusão, assim como a sociedade ainda não está preparada para o diferente. A sobrecarga de multi tarefas ainda recai sob os professores. Há uma lei que estabelece que independente de diagnóstico, as crianças têm direito a um ensino diferenciado. Precisamos de um ambiente escolar com mais profissionais, com qualificação e capacitação, para conduzir diferenças e buscar oportunidades diferenciadas para um objetivo integralizado a todos.

A FOCUS IC, quando necessário, presta aos seus clientes este serviço, acompanhamento escolar e adaptação de material pedagógico, com a equipe pedagógica ABA.

EQUIPE MULTIDISCIPLINAR

A equipe da FOCUS IC conta com Psicólogo, Pedagogo, Fonoaudiólogo, Fisioterapeuta, Terapia Ocupacional, Educação física adaptada e especial. Também trabalhamos com intervenção alimentar e grupos de habilidades sociais e vocacionais.

Psicólogo: com especialização em Análise do comportamento (ABA) avalia e acompanha, montando um plano de intervenção individual, atendendo a demanda, aos excessos e déficits de cada cliente.

Pedagogo: avalia e estabelece os padrões de desenvolvimento de aprendizagens formais que este indivíduo se encontra e ao deparar-se com déficit, estabelece plano de ensino a partir de onde já existe repertório e estabelece também a rota de ensino individualizada a cada um, dando suporte ao contexto escolar.

Fonoaudiólogo: avalia o padrão comunicativo seja de base dos instrumentos orgânicos a aspectos comportamentais, estabelece metas e objetivos mensuráveis para acompanhar as aquisições necessárias. Assim como, quando necessário faz uso de comunicação alternativa, uso de aparelhos eletrônicos ou através do livro do pec's, como também procedimentos de PROMPT.

Fisioterapeuta: avalia as condições motoras para as demandas diárias, assim como os déficits e excessos que podem acarretar prejuízos posturais. Estabelece, assim como todos os profissionais da Clínica Focus IC, metas e objetivos mensuráveis para acompanhar o desenvolvimento e estabelecimento de novas posturas ou novos comportamentos motores.

Terapeuta Ocupacional: avalia as habilidades de desempenho para atividades de vida diária, oportunizando aprendizagens mensuráveis através de "análise de tarefas" quebrando cada atividade e ensinando ser possível realizar uma atividade simples como usar o sanitário, limpar-se, lavar as mãos, tudo num processo independente. Assim como trabalha as questões de hipo e hiper funções sensoriais, trabalhando redução ou ampliando esta regulação.

Educação física adaptada e especial: adaptada quando ela é inserida ao contexto do plano individual para ampliar a generalização de habilidades importantes associada a atividade física e motora, aumentando assim a motivação; a especial quando precisa estabelecer objetivos específicos ao indivíduo como gasto calórico, ganho de força, e ou resistência.





Focus IC

Atualmente temos uma sede que atende especialmente os adolescentes e trabalha com questões direcionadas a esta comunidade: desenvolvimento de habilidades vocacionais, ambiente com maior exploração de contextos a esta faixa etária e uma maior independência, não só ao contexto familiar como também ao contexto comunitário. Saber se deslocar só, uso da moeda corrente, uso de cartão, encontros e grupos e formação de núcleos como todo adolescente merece.



Av. Miguel Castro, 1126 Lagoa nova



(84) 2130 2884



(84) 9 9642 0168



@focusintervencao

Clique em cima do anúncio
e veja mais!



TEMPO INTEGRAL

Salesiano

O SEU FILHO MERECE O MELHOR
DA EDUCAÇÃO INFANTIL AO 5º ANO

O Tempo Integral do Salesiano São José potencializa a criatividade e o desenvolvimento do seu filho em suas múltiplas dimensões: física, social, intelectual, psicológica e espiritual.

Temos o compromisso de vivenciar a pedagogia de Dom Bosco na sua essência: educar evangelizando e evangelizar educando.

Informações:

(84) 3211.4220

www.salesianom.com.br



Viver
bem

#Aconteceu no Guia Viver Bem

As cores da saúde

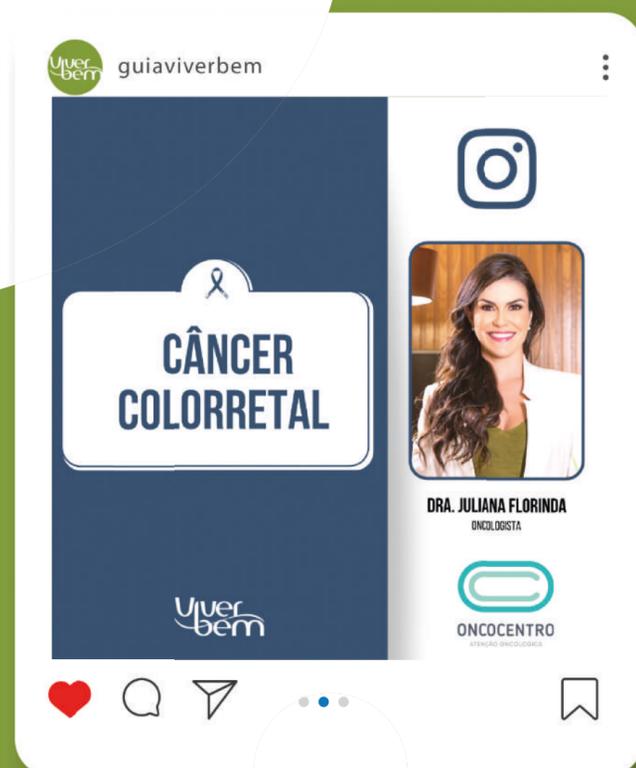
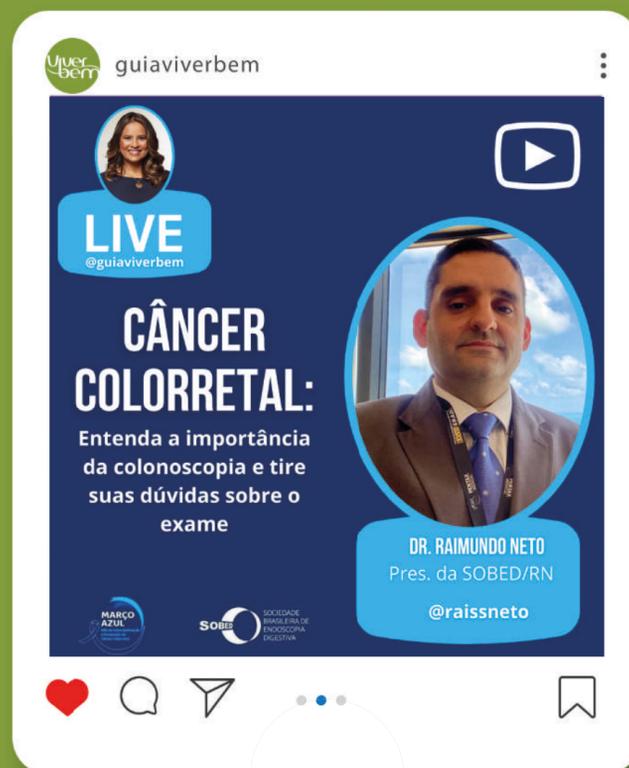
Iniciamos o mês de março com a Semana da Mulher, recebendo profissionais de diversas áreas para ajudar nossas seguidoras a ter mais saúde física, mental, emocional e profissional.

Nos vestimos de roxo para abraçar a campanha de conscientização sobre epilepsia, numa parceria com a clínica Neurolife.

A cor amarela, é um alerta sobre endometriose. Lilás, sobre o câncer de colo de útero. Azul Marinho, destaca a importância do rastreio do câncer colorretal.

Todas os vídeos e lives estão disponíveis tanto no instagram como no Youtube.

Clique nos links abaixo e confira!



#maternidade

Amamentar é mesmo instintivo e natural?

Um cuidado especializado para mamãe e bebê no pós parto.

Certamente amamentar é um processo natural, mas não se pode afirmar que é instintivo e fácil. Romantizar a amamentação como algo intuitivo, simples, pode levar mulheres a não buscarem informações necessárias durante a gravidez, ou até mesmo a se sentirem desoladas quando algo não flui tão "naturalmente" após o nascimento do filho.

Apesar do corpo da mulher se preparar para amamentar durante a gestação e após o parto, e o recém-nascido saudável possuir todos os reflexos necessários para mamar, muitos fatores podem interferir no sucesso da amamentação. É muito comum mãe e filho necessitarem da ajuda de uma consultora em amamentação para vencerem as dificuldades no decorrer do caminho.

Ainda que seja natural, amamentar é uma prática que precisa ser aprendida pela dupla mãe-bebê, ser bem trabalhada pelos profissionais de saúde desde a gestação e apoiada pela família e sociedade.

A Empresa MATERneo dispõe de consultoras em amamentação experientes e qualificadas para oferecer todo o apoio que mãe e filho precisam para atingirem uma amamentação mais leve e prazerosa.



As consultoras da Materneo realizam essa orientação ainda na maternidade ou na casa da paciente



@materneo_



Clique em cima do anúncio
e veja mais!



5 Anos
Life family

Nossa Gratidão a todos os pacientes, parceiros
e amigos que nos ajudaram a trilhar essa jornada!

Viver
bem

GUIA

Viver bem

O maior canal de saúde do RN

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



**Clique em cima do logo e conheça
mais sobre nossos parceiros!**

GUIA
Viver bem
O maior canal de saúde do RN

PSICOLOGIA



MARTINA GALVAO
@martinagalvao.psi

CIRURGIA PLÁSTICA



MILENA GUERRA
@dramilenaguerra

ENFERMAGEM



MATERNEO
@materneo_

MEDICINA HIPERBÁRICA



CLINICA HIPERBÁRICA
@hiperbaricanatal

FISIOTERAPIA



FISIO ESPORTE SAUDE
@fisioesportesaude/

CLÍNICA



CLIAD
Clínica do Aparelho Digestivo
@cliadaparelhodigestivo

GASTROENTEROLOGIA



DRA TATIANNY NAVES
@tatiannynaves

GASTROENTEROLOGIA



DRA FERNANDA GONDIM
COLOPROCTOLOGISTA
@dra.fernandagondim

NEFROLOGIA



DRA. LUCIANA DRUMMOND
CONSULTÓRIO
@dra.lucianadrummond

PSIQUIATRIA



INSTITUTO SAILLY
SAÚDE MENTAL
@institutosailly

ASSISTÊNCIA DOMICILIAR



LIFE FAMILY
@lifefamilynatal

LABORATÓRIO



ALEXANDER FLEMING
LABORATÓRIO
labfleming@supercabo.com.br

UROLOGIA



CLIUN
@cliunnatal

DERMATOLOGISTA



ARIANNE SANTOS
@ariannesantosdermatologia

HOMEOPATIA



CURA TE
@curatehomeopatia

FISIOTERAPIA



CENTRO VITTA
@centrovittanatal

FISIOTERAPIA NEUROFUNCIONAL



DRA. LUCIANA PROTASIO
@draluprotasio

ORTOPEDIA



RAFAEL PARIZZI
Ortopedia e Traumatologia
@dr.rafaelparizzi

CLÍNICA



ICCP
Instituto de Cirurgia de Cabeça e Pescoço
@iccp.rn



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

Clique em cima do anúncio
e veja mais!



Mais que um hotel geriátrico:

Somos uma família.

Com quase 14 anos de experiência, o Paço das Palmeiras oferece hospedagem permanente ou temporária para idosos, além de day care (temporariamente suspenso devido a pandemia), hospedagem para recuperação de pós-operatório e tratamento médico.

✓ **EQUIPE**

Nossa equipe multidisciplinar conta com profissionais qualificados, incluindo fisioterapeuta, terapeuta ocupacional, arteterapeuta, psicóloga, médica, enfermeira e técnicas de enfermagem a postos 24h por dia, para supervisionar e atender os hóspedes em suas necessidades básicas e administração de medicamentos nos horários corretos.

✓ **EXPERIÊNCIA**

As dietas são orientadas por uma nutricionista especializada em controle de qualidade de alimentos e preparadas por cozinheiras e auxiliares treinadas, de forma a atender as particularidades de cada um.

✓ **COMPROMISSO**

Atuamos com dedicação, confiança e amor pelo que fazemos, mantendo o compromisso de oferecer serviços de qualidade, proporcionando comodidade e segurança nessa etapa tão delicada da vida: a 3ª idade. Entre em contato conosco e conheça de perto toda a nossa hospitalidade e conforto!

Garanta momentos de
tranquilidade
para quem tanto
cuidou de você.

Rua Graciliano Ramos, 2904,
Capim Macio - Natal/RN

Paço das Palmeiras Residence Hotel

@pacodaspalmeirashotel

pacodaspalmeiras.com.br



**Viver
bem**

Autocuidado para o envelhecimento

Você já começou a praticar?

O envelhecimento é inevitável, contudo envelhecer não significa necessariamente ausência de saúde. Normalmente, as medidas que promovem um envelhecimento saudável focam nos comportamentos físicos, alimentares e de estilo de vida, que podem permitir envelhecer com saúde.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o envelhecimento saudável é um processo contínuo de otimização da habilidade funcional e de oportunidades para manter e melhorar a saúde física e mental, promovendo independência e qualidade de vida ao longo da vida. É o processo de promover e manter a capacidade funcional com atributos que permitam que as pessoas sejam e façam o que é importante para elas.

No início do século XX, a expectativa de vida no Brasil era de 33,7 anos, chegando a 43,2 em 1950. Em 1960 houve um aumento de quase 8 anos, chegando a 55,9 anos. Em 1980, chegou a 63,5 anos. Em 2012, a expectativa de vida do brasileiro chegou a 74,5 anos. Em 2020, essa expectativa de vida seria de 76,8 anos, se não fosse a pandemia. Porém, há uma discrepância quando se divide a expectativa para homens e mulheres que seria de 73,3 anos e 80,3 anos, respectivamente. (IBGE)

O envelhecimento dependerá do estilo e dos hábitos adotados pelo indivíduo durante a vida. Fatores que interferem diretamente sobre a qualidade: prática de atividade física regular, dieta saudável, não fumar, uso de bebida alcoólica de forma moderada, saúde social, qualidade das relações humanas, espiritualidade e fé.



Não há dúvidas sobre o benefício da atividade física como melhora da massa muscular, capacidade funcional, da composição corporal, mobilidade articular, prevenção de fraturas, alívio das dores e da saúde mental.

Acompanhamento médico periódico para avaliação clínica, avaliar status vacinal, exames de rastreio de acordo com a história clínica de cada paciente é essencial.



@draangelacosta



Clique em cima do anúncio
e veja mais!



QUEM SOMOS

Somos uma empresa especializada em oferecer atenção humanizada e qualificada a mães e bebês, para que possam vivenciar o período pós-parto e nascimento de uma maneira mais segura e prazerosa. Nossos valores são o profissionalismo, a confiabilidade, o acolhimento e o cuidado integral de mães e bebês.

CUIDADORAS DE PÓS-PARTO:

O serviço de Cuidadoras de Pós-parto surgiu da necessidade de muitas mulheres em terem um apoio qualificado para ajudar com o bebê nesse momento. Nosso diferencial é um cuidado mais integral, com atenção voltada não só para a criança, mas também para a mulher, que se encontra num momento tão delicado da vida. **Todas as nossas cuidadoras são técnicas de enfermagem**, e foram criteriosamente selecionadas e capacitadas pela Empresa para prestarem uma assistência humanizada e de qualidade para mães e bebês.



84 9 9642.6476



84 9 8114.3153



materneo_



materneonatal@gmail.com

Viver
bem



Oxigênio para o coração

Estudo aponta efeitos positivos da oxigenoterapia hiperbárica no tratamento de alterações cardíacas decorrentes da diabetes

Marcos Neves Jr. – Agecom/UFRN

Entre as várias complicações ocasionadas pela diabetes mellitus, a cardiomiopatia diabética é uma daquelas menos conhecidas pelas pessoas, muitas vezes silenciosa, porém merecedora de toda a atenção. Ao provocar alterações importantes no funcionamento normal do órgão, bem como mudanças de formato, a condição pode, com o passar do tempo, levar a uma insuficiência cardíaca.

Na busca por meios de combater esse prejuízo funcional no coração, um estudo conduzido por pesquisadores da UFRN e da Universidade Federal Rural do Semi-Árido (Ufersa) vem buscando respostas sobre os mecanismos de ação de um tratamento médico conhecido por Oxigenoterapia

Hiperbárica (OHB). Em artigo publicado no periódico *Life Sciences*, os cientistas apontaram os efeitos positivos dessa terapia. Aplicada em modelos animais nesta etapa das pesquisas, a oxigenoterapia hiperbárica exerceu efeitos cardioprotetores, ou seja, conseguiu prevenir a fibrose, a hipertrofia heterogênea das células cardíacas e outras alterações indesejáveis provenientes da diabetes. Pela primeira vez na literatura foram investigadas a estrutura (morfologia) do coração e a expressão de substâncias cruciais para a sua chamada matriz extracelular.

Em condições normais, há um equilíbrio entre a produção de proteínas colágenas e a sua degradação pelas enzimas



FOTO: RAFAEL TAVARES

metaloproteínas da matriz extracelular do coração. Essa harmonia, porém, é modificada com a diabetes, a qual altera moléculas, células, a própria estrutura e a função do coração, levando ao chamado remodelamento cardíaco – um processo contínuo de adaptação frente aos insultos causados pela doença.

“A oxigenoterapia hiperbárica promoveu uma normalização dos danos da diabetes na matriz extracelular cardíaca”, afirma o professor e pesquisador do Departamento de Morfologia da UFRN, Bento João Abreu. Segundo o cientista, um dos autores do estudo, foram elucidadas vias de sinalização responsáveis por esses achados. “Isto é particularmente interessante, pois evidencia possíveis alvos terapêuticos para o tratamento da cardiomiopatia diabética”, ressalta.

Oxigenoterapia hiperbárica

Tratamento médico baseado no uso de oxigênio puro e pressurizado (entre 2,0 e 2,4 atmosferas de pressão), a oxigenoterapia hiperbárica já é aplicada a uma série de condições bem reconhecidas. Para citar algumas, doença descompressiva, embolias gasosas, pé diabético, infecções nas partes moles do corpo (celulite, fascite e miosite), grandes queimaduras, esmagamentos, danos teciduais extensos e infecções dos ossos (osteomielites) são casos nos quais a OHB é recomendada.

Outro dos autores do artigo, o pesquisador e professor do Centro de Ciências da Saúde (CCS/UFRN), Marcus Vinícius de Moraes, trabalha especificamente com a aplicação da OHB em pacientes humanos. Em sua

avaliação, o estudo, além de responder a algumas perguntas clínicas, deve abrir as portas para diversas outras pesquisas, especialmente diante do crescente interesse nessa terapia.

“Nossos resultados poderão servir de base para novas descobertas e, com o amadurecer destes achados, entenderemos a cadeia de benefícios gerados pelo oxigênio hiperbárico. O mecanismo de ação deste tratamento continua a ser descoberto e diferentes possibilidades terapêuticas poderão surgir para reduzir os problemas enfrentados pelos pacientes diabéticos”, afirma o docente.

De acordo com o professor Marcus Vinícius de Moraes, o trabalho já vem ocasionando alguns desdobramentos importantes. Um deles foi a criação de uma diretoria de pesquisa experimental dentro da Sociedade Brasileira de Medicina Hiperbárica (SBMH), órgão que congrega os médicos hiperbaristas de todo o Brasil, entre os quais há diversos pesquisadores.

Sim, ainda há muito mais a pesquisar. Entre os próximos trabalhos estão a investigação dos efeitos da OHB nas coronárias intramurais – pequenas ramificações das artérias que permeiam o músculo cardíaco – e o desenvolvimento de um sistema de avaliação das propriedades mecânicas passivas do miocárdio, cujo objetivo é revelar alterações que acompanham a doença e a repercussão de tratamentos diversos, como a própria oxigenoterapia hiperbárica. Para tanto, o estudo está aberto a novos parceiros.

Saiba mais:

Clique aqui

<https://www.ufrn.br/imprensa/reportagens-e-saberes/56758/oxigenio-para-o-coracao>



#Receita



Ingredientes:

- 2 Ovos
- Sal a gosto
- 70g de Farinha de aveia
- ½ colher de sopa de fermento químico em pó
- 1 colher de sopa de manjericão picado
- 1 colher de sopa de azeite
- 50g de Tomate cubos pequenos
- 30g de Cebola cubos pequenos
- 40g de Queijo frescal em cubos

Modo de preparo

1º passo: misturar os ovos, azeite e sal até ficar homogêneo. Acrescentar a farinha de aveia e mexer até formar uma massa lisa. Reservar.

2º passo: picar o tomate, cebola, queijo fresco e o manjericão. Acrescentar na massa reservada e finalizar com sal e o fermento em pó.

3º passo: colocar a massa em formas untadas e assar em forno pré-aquecido a 180 graus por aproximadamente 30 minutos.

Muffin caprese

Uma opção prática e saudável para o lanche das crianças

Como estão os lanches das suas crianças? A falta de tempo, aliada a busca por mais praticidade, acaba levando muitos pais a optarem por produtos industrializados.

Que tal ir pra cozinha junto com os seus filhos e preparar esse lanchinho delicioso e saudável?

A receita é da Chef Amanda Batista, Instrutora de gastronomia do Senac Goiás.



**Chef Amanda Batista,
Instrutora de Gastronomia do Senac/GO**

Clique em cima do anúncio
e veja mais!



CADA BATIDA
IMPORTA.
CADA DOAÇÃO
TAMBÉM.

Tel: 3206.1941

 amiconatal

 amico_rn

criola

**MESMO DIANTE DA PANDEMIA,
A AMICO NÃO PAROU.**

Sua ajuda faz toda diferença nesse momento.
Doe para a instituição que acolhe e trata
crianças com problemas cardiopatas.

FAÇA A SUA DOAÇÃO.

Itaú: Agência: 8380 | Conta: 07.569-0

BB: Agência: 2870-3 | Conta: 38.404-6

Unicred: Agência: 2207 | Conta: 2604-2

CEF: Agência: 4240 | Op.: 003 | Conta: 243-8

CNPJ: 07.940.906/0001-35



amico
AMIGOS DO CORAÇÃO DA CRIANÇA

**Viver
bem**