

Viver Bem

O maior canal de saúde do RN

Ano 14 - Edição 30, Julho 2022

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



Julho Verde

Mês alerta para a prevenção e diagnóstico precoce do câncer de cabeça e pescoço



Dra. Giovanna Perantoni
Cirurgiã de cabeça e pescoço

ESCOLIOSE

Quando é necessário fazer a cirurgia?

AUTO CUIDADO

Conheça o Spa Vivá, seus tratamentos e terapias

ADOLESCÊNCIA

Você sabe o que faz um hebiatra?

Clique em cima do anúncio
e veja mais!



Você na família
Salesiana
ainda em
2022.



EDUCAÇÃO INFANTIL

INSCRIÇÕES ABERTAS
PARA O 2º SEMESTRE

salesianorn.com.br

3211.4220
SÃO JOSÉ

3608.1694
DOM BOSCO

Viver
bem

#editorial

Julho chegou, mês das férias escolares e mês do julho verde, que alerta para a importância do diagnóstico precoce do câncer de cabeça e pescoço. A estimativa do Instituto Nacional do Câncer (Inca) é de que em 2022 sejam diagnosticados 36.620 novos casos deste tipo de câncer.

Para trazer informações importantes sobre sinais e sintomas, diagnóstico e tratamento dessa doença nós convidamos a cirurgiã de cabeça e pescoço Dra. Giovanna Perantoni que se une aos especialistas de todo o país para conscientizar a população, pois se for diagnosticado na fase inicial as chances de sucesso no tratamento são maiores.

Você sabe o que faz um Hebiatra? A Dra. Thais Suassuna explica como funciona a primeira consulta e o que adolescente pode esperar.

Falamos também sobre Escoliose Idiopática, com o neurocirurgião, especialista em cirurgia de coluna, Dr. Anderson Matos, que explica sobre o tratamento desse desvio que acomete até 4% da população mundial.

E para quem se preocupa com o equilíbrio emocional, apresentamos o SpaVivá, que fica em Candelária e tem inúmeras opções de terapias que vão ajudar você a viver bem.

Nosso Guia de serviços traz uma seleção das melhores empresas e profissionais para contribuir com o seu bem estar e qualidade de vida.

Aproveite as dicas e boa leitura!



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!



Arteterapia e idosos institucionalizados

Descubra a importância da intervenção oferecida pelo Paço das Palmeiras

Com o aumento da expectativa de vida, a população idosa é a que mais cresce atualmente. Junto a ela, amplia-se também a preocupação com os cuidados ao longo desse envelhecimento.

A institucionalização no Paço das Palmeiras é uma forma de garantir mais qualidade de vida durante a terceira idade, considerando todo o conforto oferecido aos hóspedes, bem como o acompanhamento profissional relacionado a alimentação, atividades físicas, medicações, tratamentos e intervenções ligadas ao bem-estar, de forma geral.

A Arteterapia é uma dessas intervenções que promove a satisfação pessoal dos idosos, mais especificamente por meio da criatividade e da expressão. Através dela, é possível manifestar sentimentos sobre suas vontades, sonhos, lembranças e planos futuros; dessa forma, as memórias são revisitadas e a mente se mantém sã.

Nossos 14 anos de experiência asseguram que nossa equipe é preparada para atender não só às necessidades físicas dos idosos, mas também para preservar sua saúde mental, com compromisso, segurança e responsabilidade, gerando uma assistência completa e nas melhores condições. Para saber mais a respeito, entre em contato, agende uma visita e confira nosso trabalho de perto!

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

Paço das Palmeiras Residence Hotel
@pacodaspalmeirashotel
pacodaspalmeiras.com.br



Viver
bem

#capa



Julho Verde

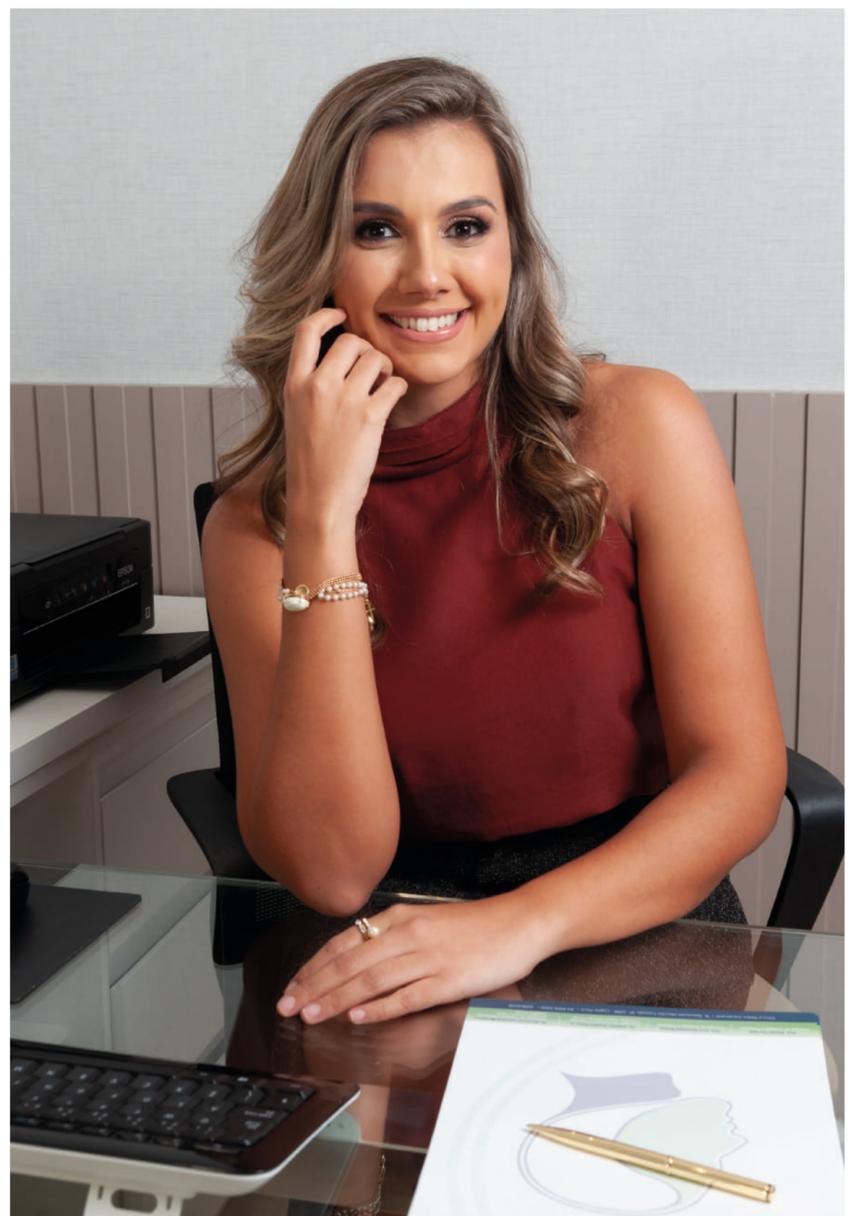
Campanha alerta para a importância da prevenção e diagnóstico precoce do câncer de cabeça e pescoço pode alcançar até 90% de cura se for tratado na fase inicial

O Julho Verde é celebrado no Brasil desde 2016, mas esse ano os especialistas têm um incentivo a mais para intensificar os alertas e orientações a respeito da doença, já que o mês de julho foi oficialmente instituído em todo o território brasileiro, pela Lei nº 14.328, de 20 de abril de 2022, como o Mês Nacional do Combate ao Câncer de Cabeça e Pescoço.

A estimativa do Instituto Nacional do Câncer (Inca) para este ano de 2022 é de que surjam 36.620 novos casos de câncer de cabeça e pescoço no país, incluídos nesse total os tumores de boca (cavidade oral), laringe e tireoide.

A boa notícia é que, quando um câncer é detectado no início, são grandes as chances de sucesso no tratamento. É preciso ficar atento aos sinais e sintomas e procurar um especialista em caso de suspeita.

Para falar sobre prevenção, diagnóstico e tratamento deste tipo de câncer, convidamos a cirurgiã de cabeça e pescoço, Dra. Giovanna Perantoni. Fique atento às orientações!





1. Quais são os tipos de câncer de cabeça e pescoço mais frequentes?

O câncer mais comum na região da cabeça e pescoço é o câncer de pele, seguido pelo câncer de tireoide e em terceiro lugar pelo câncer de boca.

Cada um tem um fator de risco diferente e isso deve ser cuidadosamente observado:

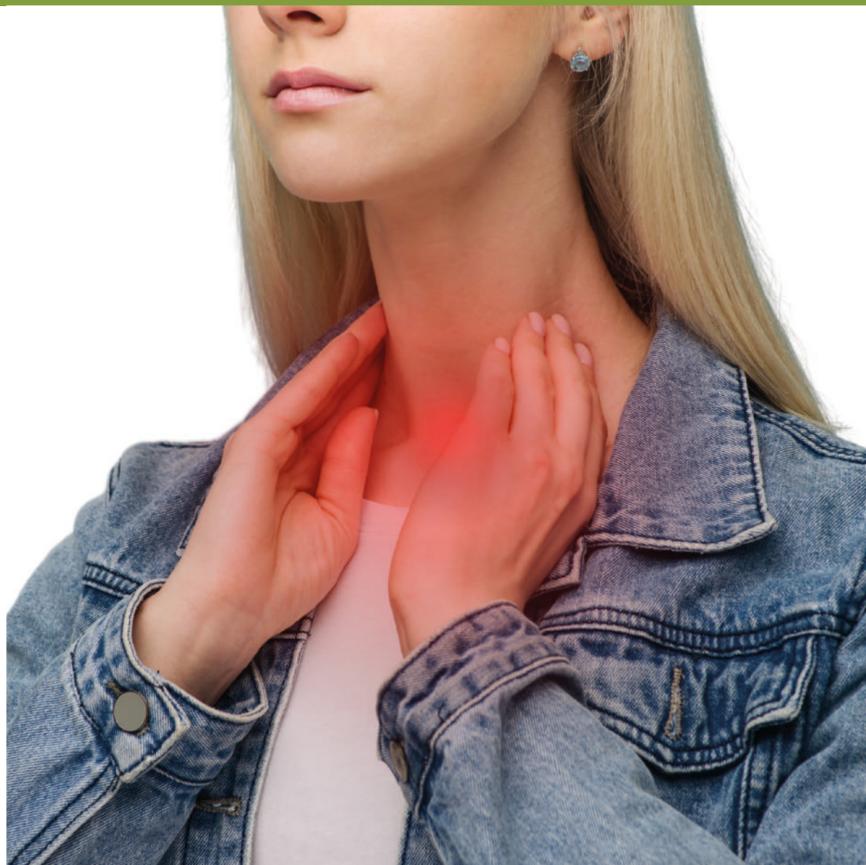
- O câncer de pele tem como vilão o sol (radiações ultravioletas), e para sua prevenção recomendamos a proteção solar de qualquer tipo.
- Já o câncer de tireoide tem como alerta principal fatores que não podemos mudar, mas que devem servir de alerta: passado desse câncer na família, ser do sexo feminino e ter mais de 40 anos.
- Quando se fala de câncer de boca temos 3 grandes fatores importantíssimos: o tabagismo, o etilismo e a infecção pelo HPV.

2. Quais sintomas devem ser observados e que médico procurar?

Dividindo novamente pelos principais tipos de câncer:

- Pele: esse câncer ocorre principalmente nas áreas do corpo mais expostas ao sol, como rosto, pescoço e orelhas. Ele surge como manchas/pintinhas na pele, com relevo ou não, que podem coçar, arder, descamar ou até sangrar. No mais, aquela feridinha que entra em um ciclo de cicatrizar e voltar também é um sinal de atenção.
- Tireoide: observar o aumento do volume cervical, aparecimento de nódulos no pescoço, podendo estar associado a dificuldade para engolir, engasgos ou rouquidão.
- Boca: pode ser observado por uma afta/lesão/ ferida que não cicatriza após 15 dias. Atentar também para manchas brancas ou vermelhas que persistem por muito tempo, perda inesperada de dentes ou dor com dificuldades para mexer a língua, mastigar ou engolir alimentos. Caroços no pescoço também devem ser observados.





3. Como são os tratamentos indicados?

A base de todo tratamento é a cirurgia, com exceção de raros casos. Pode ser necessário um tratamento complementar após a cirurgia a depender do tipo de lesão, por exemplo: alguns pacientes com câncer de tireoide podem precisar de radioiodoterapia, assim como pacientes com câncer de boca podem precisar de radio e quimioterapia.

CECAN

Centro Avançado de Oncologia

 Av. Miguel Castro, 1135 Dix sept Rosado.

 (84) 4009-5600 /5601

ICCP

Instituto de Cirurgia de Cabeça e Pescoço

 Rua Mipibu, 665 Petrópolis

 (84) 2030 5556

 (84) 9 8137 3103

 (84) 9 97098099

4. Qual a importância do Julho Verde?

Em um esforço para buscar reduzir a incidência do câncer de cabeça e pescoço, a campanha Julho Verde foi criada para conscientizar sobre os fatores de risco desses tumores.

As informações também são fundamentais para aumentar a prevenção da doença. Além disso, deve-se ressaltar a importância do diagnóstico precoce pois isso pode aumentar consideravelmente as chances de sucesso no tratamento e reduzir as sequelas de maneira importante.



**Cirurgiã Geral pela UFRN desde 2010.
Cirurgiã de Cabeça e Pescoço com formação na USP-SP desde 2012.
Título de Especialista em Cirurgia de Cabeça e Pescoço em 2012.
Médica da LIGA NORTE-RIO-GRANDENSE CONTRA O CÂNCER**

Clique em cima do anúncio
e veja mais!



NOS MOMENTOS EM QUE PRECISAR, ESTAREMOS PRONTOS PARA VOCÊ.

UNIMED NATAL. O ÚNICO PLANO
DE SAÚDE DO RN COM UTI MÓVEL.

O **SOS Unimed** é um serviço de UTI móvel da **Unimed Natal** que conta com atendimento médico hospitalar **24h**, composto por ambulâncias e UTI's com respiradores e **mais de 400 itens** para salvar vidas. Além do serviço de orientação médica por telefone. A sua cobertura abrange todo o perímetro urbano da capital potiguar.



Central de Atendimento: **0800 084 2001**



Clique aqui
e saiba mais

Unimed 
Natal

45
ANOS

U
ver
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!**

PEDIATRIA



THAIS SUASSUNA
@dra.thaissuassuna

CIRURGIA DE CABEÇA E PESCOÇO



GIOVANNA PERANTONI
@giovannaperantoni

ENFERMAGEM



YALES ROMENNA
@yalesromenna

FISIOTERAPIA



FISIO ESPORTE SAUDE
@fisioesportesaude/

HOTEL GERIÁTRICO



PAÇO DAS PALMEIRAS
@pacodaspalmeirashotel

ASSISTÊNCIA DOMICILIAR



LIFE FAMILY
@lifefamilynatal

CLÍNICA



CLIAD
Clínica do Aparelho Digestivo
@cliadaparelhodigestivo

MEDICINA HIPERBÁRICA



CLINICA HIPERBÁRICA
@hiperbaricanatal

FISIOTERAPIA NEUROFUNCIONAL



DRA. LUCIANA PROTASIO
@draluprotasio

NEFROLOGIA



DRA. LUCIANA DRUMMOND
CONSULTÓRIO
@dra.lucianadrummond

GASTROENTEROLOGIA



DRA TATIANY NAVES
@tatiannynaves

ORTOPEDIA



RAFAEL PARIZZI
Ortopedia e Traumatologia
@dr.rafaelparizzi

LABORATÓRIO



ALEXANDER FLEMING
LABORATÓRIO
@lafnatal

PSIQUIATRIA



INSTITUTO SAILLY
SAÚDE MENTAL
@institutosaily

CLÍNICA



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

HOMEOPATIA



CURA TE
@curatehomeopatia

DERMATOLOGISTA



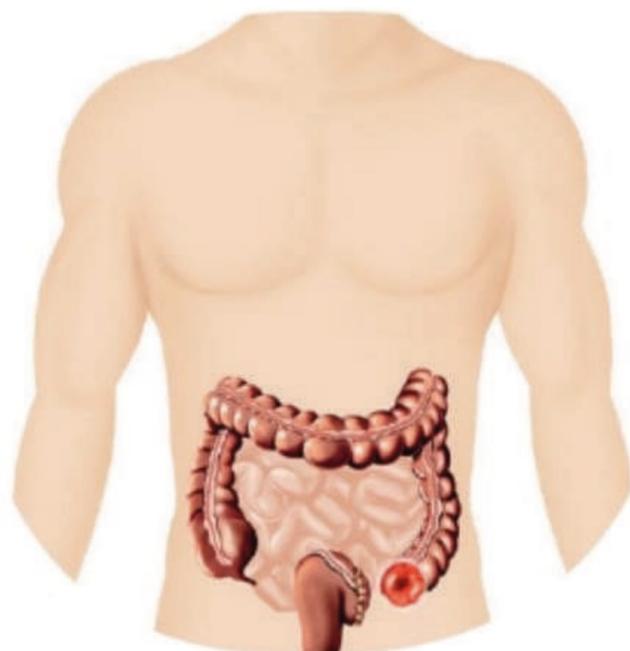
ARIANNE SANTOS
@ariannesantosdermatologia



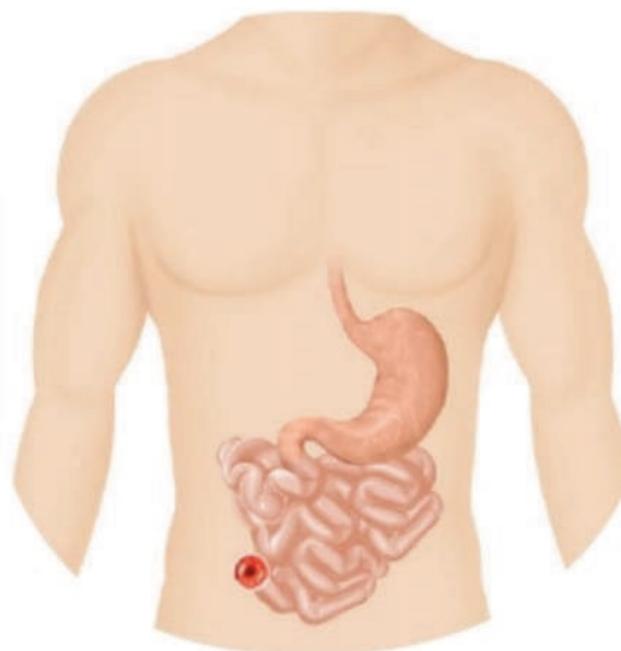
Nossa seleção de produtos e serviços que vão trazer mais saúde e qualidade de vida para você!

#enfermagemespecializada

COLOSTOMIA



ILEOSTOMIA



Vou fazer uma estomia e agora? Quais as primeiras orientações?

A atitude inicial é buscar informações seguras. É comum, e super compreensível o medo e insegurança desse momento. Como já disse aqui algumas vezes, você não está só! Sempre vou te lembrar disso.

Muitas pessoas não sabem, mas a estomaterapia também é super necessária nesse período pré operatório. É nesse momento especial que podemos tirar todas as dúvidas referente a causa da cirurgia, como será sua rotina após a confecção da Estomia, os cuidados necessários para prevenir complicações.

E, não menos importante, a DEMARCAÇÃO do local adequado para realizar o estoma. Se mal localizada, além de dificultar o autocuidado, pela dificuldade de aderência da bolsa coletora, vazamento, lesão periestomia (assaduras) e gastos excessivos com equipamento coletor e adjuvantes, contribui com o aumento da ansiedade da pessoa estomizada, causando efeitos negativos no processo de reabilitação.

A consulta pré operatória é essencial para tornar o paciente confiante e participante do seu tratamento. É na consulta que o enfermeiro Estomaterapeuta orienta como deve ser o autocuidado e suas possíveis complicações.

Conhecer o seu estoma é primordial!

☒ Assim como você, cada estoma é único e dinâmico. Os estomas variam em tamanho, formato: arredondado, ovalado ou irregular e altura: protuso ou planos em relação à pele.

Os estomas tem algumas similaridades. Todos eles devem ser brilhantes, úmidos e de cor avermelhada, similar à parte interna da boca. Um estoma não possui terminações nervosas, portanto, ele não provoca dor nem outras sensações. Contudo, possui muitos vasos sanguíneos e pode sangrar um pouco se estiver irritado ou for friccionado. Isso é normal, porém, se o sangramento persistir, entre em contato com um profissional de saúde.

A seleção do melhor tipo de bolsa depende do tipo de estomia e das características físicas particulares de seu estoma. Não existe a melhor marca ou o melhor equipamento coletor. Existe sim aquele que você melhor se adapta e isto independe de marca.

Em caso de dúvidas, procure o enfermeiro especializado!



Yales Romenna

**Enfermeira oncologista pela Universidade
Potiguar - RN**

**Estomaterapeuta pelo Instituto Israelita Albert
Einstein - SP**

**Mestranda do mestrado profissional em
enfermagem pelo Instituto Israelita Albert
Einstein SP**

**Atuação na Liga Contra o Câncer / Clínica
Oncocentro e Associada da SOBEST**

Clínica Oncocentro

 (84) 3311-4115

 Yales Romenna Enfermeira

 romennayales@gmail.com

 @yalesromenna

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

Escoliose Idiopática do Adolescente

Curvas acima de 45 graus, por que operar?

A escoliose é uma deformidade da coluna que modifica a sua estrutura nos seus 3 eixos (ela desvia para o lado, torce sobre ela mesma e se achata no dorso, principalmente) com uma angulação acima de 10 graus. Apesar de não existir cura, existe tratamento. Sabe-se hoje que o tratamento comprovado cientificamente está embasado em três pilares: observação, colete e cirurgia. Além disso, vem se tornando cada mais frequente e com bons resultados a indicação da fisioterapia específica para escoliose.

E quando essa fisioterapia está indicada? Principalmente em curvas entre 18 e 40 graus quando a criança ou adolescente ainda está em fase de crescimento (Isso mesmo - FASE DE CRESCIMENTO). A coluna em crescimento possui muita mais chance de "entortar" e naturalmente isso vai acontecer se nada for feito (Exercícios específicos, colete ou atividades esportivas - auxiliar).

Mas o que eu gostaria de falar hoje é sobre o tratamento cirúrgico. Muitos pacientes e suas famílias ficam apreensivos quanto ao tratamento cirúrgico, devido os riscos, dor no pós-operatório, tempo de internação ou retorno às atividades. Tenho uma boa notícia para você que tem mais de 45 graus de escoliose: a cirurgia não é tão arriscada, como era nos últimos 15-20 anos. Há toda uma estrutura de raio-X em sala, monitorização e instrumental cirúrgico que oferece segurança suficiente para tornar as complicações eventos raros. A equipe de anestesiologia também tem mais suporte para diminuir as dores do pós-operatório e por estas razões o tempo de internação tem se reduzido bastante, ficando em torno de 3 a 5 dias. Um fato bem interessante que já é uma realidade é que após 6h do término da cirurgia já é possível colocar o paciente para ficar em pé e caminhar.

Mas Doutor, e se não operar? O Risco de piora em algum momento da vida vai aumentar! Estudos já comprovam que além da piora da escoliose na meia-idade, os pacientes com escoliose não tratados têm mais dor crônica na coluna e mais doença degenerativa (estreitamento do canal, artrose, hernias de disco). Ficou com dúvidas? Vamos fazer uma avaliação e conversar mais um pouco a respeito do problema.



Dr. Anderson Matos
Neurocirurgião | Cirurgia de coluna, escoliose infantil. CRM RN: 7300

Graduado em Medicina pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), com residência médica em neurocirurgia pelo Hospital Municipal Dr. Mário Gatti - Campinas/SP. Aprovado no Fellowship de cirurgia em deformidades da coluna espinhal no Hospital Pequeno Príncipe Curitiba/PR. Curso de aperfeiçoamento de técnicas avançadas em cirurgia da coluna cervical - St. Louis University.

Cirurgia da Coluna Adulto e Infantil;
Membro da Equipe Neuron Natal RN;
Membro AOSPINE;
Neurocirurgião Membro Titular da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia.

Serviço



Neuron (84) 3084 6034



dr.andersonmatos.coluna

#autocuidado



O Vivá - Espaço Terapêutico é um espaço criado para proporcionar experiências de bem-estar, relaxamento e cuidado integral. Compreendemos o ser humano como um ser integral, e temos a missão de cuidar dele em sua completude, abrangendo os corpos físico, mental, energético e espiritual. O espaço é composto por um Spa que abrange serviços de massagens terapêuticas, esfoliação, cuidados faciais e estética natural, onde todos os produtos utilizados são naturais, sejam eles químicos e tecnológicos ou artesanais. Em todos os protocolos, utilizamos a aromaterapia meditativa, uma prática milenar, proporcionando uma experiência de conexão mais profunda.

Além do SPA, disponibilizamos atividades de yoga, meditação, pilates, grupos de dança terapêutica, rodas de conversa e partilha, e atendimentos com terapias integrativas e holísticas. O espaço também conta com a Boutique Vivá, uma loja que une a diversidade do universo natural, com produtos e cosméticos naturais, cristais e decoração. No nosso dia-dia, inspiramos as pessoas a cuidarem de si de maneira natural, consciente e leve. Em cada prática há um olhar para o autoconhecimento, abordado de uma forma leve e sutil. O Vivá lhe convida para conhecer o espaço e adentrar nesse mundo de beleza, leveza e bem-estar.



Rua Paulo Lira, 3562 - Candelária.



(84) 2020-7707



(84) 99625-7769



@viva_espacoterapeutico

Clique em cima do anúncio
e veja mais!



Clínica Hiperbárica Natal

Há 12 anos, pioneira em Medicina Hiperbárica
no Rio Grande do Norte

Em nossa clínica você dispõe de:



1. Tratamento em câmaras individuais (monopaciente);
2. Acompanhamento da sessão por médico, enfermeira e técnico de enfermagem;
3. Segurança - tratamento realizado dentro de hospital;
4. Sistema de entretenimento durante suas sessões: netflix e youtube;
5. Ampla disponibilidade de horários para não interferir na sua rotina diária (manhã, tarde e noite);
6. Situada dentro da Casa de Saúde São Lucas.

Indicações do tratamento

- Feridas e úlceras crônicas de difícil cicatrização
- Pé diabético
- Úlceras de pele em geral
- Infecções das partes moles de feridas no corpo
- Pontos de cirurgia que abriam e não cicatrizam
- Feridas de grandes dimensões ou complexas
- Retalhos ou enxertos cirúrgicos que não evoluem bem
- Lesões por radioterapia
- Grandes queimaduras

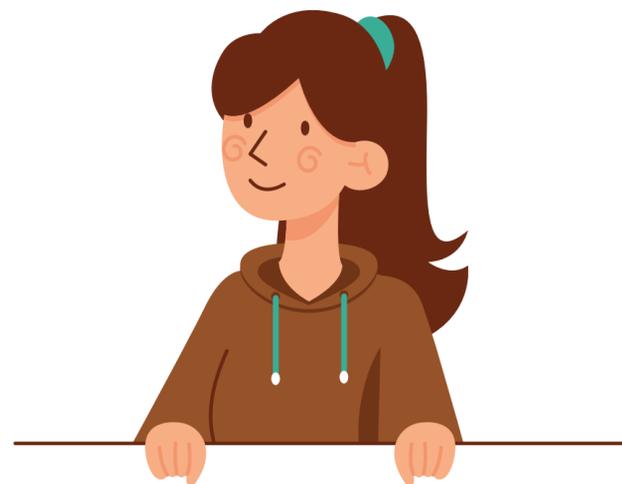
Contatos

99610-9999 3220-5462
@hiperbaricanatal hiperbaricanatal.com.br
Rua Maxaranguape, 614 - Tirol, Natal - RN

Uiver
bem

#adolescência

O que faz o médico de adolescentes?



A medicina do Adolescente (Hebiatria) é uma subespecialidade da Pediatria voltada para atenção à saúde dos adolescentes, dos 12 aos 24 anos. Tem se consolidado como uma prática abrangente que necessita do profissional de muitas competências, principalmente devido a adolescência ser uma fase da vida com muitas mudanças físicas, biológicas e psicológicas.

As consultas são voltadas para o adolescente, como o sujeito principal, não mais aos pais, obedecendo alguns princípios éticos como privacidade e autonomia, a partir da percepção da maturidade e capacidade de julgamento do jovem, através da construção de um bom vínculo médico-adolescente.

A abordagem realizada nas consultas está relacionada não somente às queixas e doenças orgânicas, mas sobretudo questões diversas como:

- Compreender suas condições de vida;
- As relações sociais e com a escola;

- Percepções sobre o exercício da sexualidade, assim como orientações de práticas preventivas (gravidez e doenças);
- Hábitos alimentares e esportivos;
- Uso de álcool, tabaco, drogas e outras condutas que levem ao vício (jogos eletrônicos, por exemplo);
- Segurança e prevenção de violência;
- Saúde mental (autolesão, ideações suicidas, depressão, transtornos alimentares);
- Habilidades essenciais para auxiliar o amadurecimento do jovem (autorresponsabilidade, empatia, autoestima);
- Orientações aos pais, sobretudo para melhora da comunicação e do bem estar familiar.

É papel do médico realizar as orientações sobre comportamentos inadequados e de risco, e auxiliar os pais durante esse processo, com ferramentas educativas que auxiliem na compreensão e abordagem.



Dra. Thais Suassuna
Pediatra e Medicina do Adolescente
CRM 7377/ RQE 4422



@dra.thaissuassuna



@bempediatria



@elo_nucleo



(84) 99418-5202



(84) 99866-3837



Para educar uma criança não é necessário bater nela, afirma psicóloga

Bater ou não bater nos filhos, eis a questão. Pais, mestres e especialistas vivem neste dilema sem fim. Além de inúmeras discussões na internet sobre a temática.

Mas a psicóloga Patrícia Bezerra, que é mãe, é taxativa: “bater é agredir e para educar não é necessário bater”.

Segundo a especialista, que faz uma analogia com a neurociência, há algumas reações que estão enrustadas em nós e que trazemos desde os primórdios da era das Cavernas, ou seja, são as reações tipicamente primitivas, onde reagimos e nem entendemos muito do porquê tivemos aquela reação. E segundo, e o mais importante, é olhar isso sob o aspecto cultural.

“Somos motivados por Memes (ou Memética) ao longo de toda a nossa vida e acabamos por perpetuar formas de pensar e

agir, baseados em 'crenças' que, na maioria das vezes são limitadores, autorregulatórios e até opressores. Resumindo, bater nunca é uma boa opção. É assim que se perpetua o famoso: “um tapinha não dói”; que as mulheres conhecem muito bem, e essa crença nasceu desde a infância. Sempre é bom lembrar”, enfatiza Patrícia.

A especialista em saúde mental reforça que toda criança é afetada negativamente com casa com muitos gritos. Inclusive, levará esse trauma por toda fase de sua vida. Essa criança vai, em graus diferentes do sentimento que essa agressão lhe causou, refletir esse mesmo padrão. Isso é um Fato. Toda a ação que gere um trauma, ele vai ser externalizado de alguma forma pelo adulto em algum momento de sua vida. Seja, espelhando as mesmas atitudes ou se tornando uma pessoa com muitos medos, com baixa estima ou até, desenvolvendo

certas fobias limitantes e/ou reações violentas.

Estudos apontam os prejuízos: Pela primeira vez, em 2021, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) incluiu o tema da saúde mental entre crianças e jovens no Tratado de Pediatria, principal publicação direcionada aos médicos que cuidam de pessoas até 18 anos em todo o país. No mesmo ano, o Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef), em parceria com o instituto Gallup, publicou o relatório Situação Mundial da Infância 2021.

“Promovendo, protegendo e cuidando da saúde mental das crianças, também elegendo a temática como prioridade de atuação. Segundo as últimas estimativas disponíveis pela pesquisa da Unicef, pelo menos uma a cada sete crianças e jovens de dez a 19 anos convive com algum transtorno mental diagnosticado em todo mundo. Além disso, também mundialmente, cerca de 46 adolescentes morrem por suicídio a cada ano, uma das cinco principais causas de morte nessa faixa etária”.

A psicóloga afirma ainda que uma educação positiva não gera superproteção, inclusive, porque por princípio ela é adepta a deixar a criança entender a gravidade das coisas e das suas atitudes pela consciência que o exemplo e a conversa franca trás. A confusão aqui é correlacionar Educação Positiva, com falta de limites.

“Uma coisa nada tem a ver com a outra. Você pode educar com sem usar violência, mas isso não quer dizer que você será passivo diante a algo errado, a uma atitude ruim de seu filho. Claro que não. Até porque se isso for feito não é Educação Positiva, é ser omissos, ausente, isso sim gera ‘pessoas frágeis’ que não entendem o que é o seu limite e o direito do outro”.

Questionada sobre as reações tão diversas sobre o tema de bater ou não para educar, Patricia analisa que a raiva vem da reação primitiva do ser humano. Ou seja, vem o instinto de agir/corrigir aquela criança que você julga merecer um corretivo.

“Então, voltamos a questão de todos nós em todos os momentos da nossa vida necessitamos de limites, de entender até onde vai a minha liberdade e onde começa da outra pessoa. Cruamente, é nisso que se resume parte da revolta em dados momentos. E no final de tudo, o grande aprendizado é o aprender com amor e ensinar a respeitar o outro”, finaliza a psicóloga Patricia Bezerra



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