

# Viver Bem

O maior canal de saúde do RN

Ano 15 | OUTUBRO - 2022

## Novos tempos no diagnóstico e tratamento do câncer de mama

**Dra. Roberta Jales**  
mastologista



**GASTROENTEROLOGIA**

Clínica Skopia  
comemora 35 anos

**GUIA VIVER BEM**

Confira a nossa seleção com as melhores  
empresas e serviços do Rio Grande do Norte



HOSPITAL  
DO CORAÇÃO

# Check-up Executivo

Exames em apenas  
uma manhã

Idealizado para oferecer  
praticidade, conforto e rapidez

Oferecemos mais de 50 exames  
de prevenção e diagnóstico



Agende o seu!



(84) 99602-0378



(84) 4009-2078



HOSPITAL  
DO CORAÇÃO

[www.hospitaldocoracao.com.br](http://www.hospitaldocoracao.com.br) | (84) 4009-2000

Rua Coronel Auris Coelho, 235, Lagoa Nova, Natal/RN

/hospitaldocoracao /hcdenatal



# sumário

<b>Semanas Especiais</b> Conteúdo e interatividade no @guiaviverbem	<b>08</b>
<b>Saúde</b> Conheça o polo de saúde do Shopping Cidade Verde	<b>10</b>
<b>Receita</b> Aprenda a fazer uma torta anti-inflamatória	<b>14</b>
<b>Alimentação Saudável</b> Você já conhece a Divina Terra?	<b>15</b>
<b>Educação</b> Dicas para ajudar os pais a analisar uma boa escola	<b>16</b>
<b>Imóveis</b> Consultora Karina Cunha aposta em lançamentos de alto padrão	<b>17</b>
<b>Capa</b> Os benefícios da mastologia personalizada para as pacientes com câncer de mama	<b>18</b>
<b>Morar Bem</b> Moura Dubeux apresenta o projeto exclusivo do Florata Tirol	<b>22</b>
<b>Reabilitação da surdez</b> Salutem oferece aparelhos de ponta e protocolos exclusivos	<b>24</b>
<b>Cuidados paliativos</b> A importância da enfermagem especializada nesse momento	<b>26</b>
<b>Gastroenterologia</b> Clínica Skopia comemora 35 anos	<b>28</b>
<b>Infância</b> A relação entre problemas visuais e depressão	<b>30</b>
<b>Beach Tênis</b> Como prevenir lesões	<b>32</b>
<b>Eu Aprendi a Viver Bem</b> Conheça a história da enfermeira Monica Ribeiro Dantas	<b>34</b>

# Você conhece alguma mulher que **venceu a luta** contra o câncer de mama?

**P**rovavelmente, sua resposta é sim. Todos nós conhecemos várias mulheres que foram pegas de surpresa com esse diagnóstico e venceram a doença. A medicina evoluiu bastante nos últimos anos, os diagnósticos são cada vez mais precoces e precisos, os tratamentos individualizados e as cirurgias menos agressivas.

Nossa reportagem de capa traz a Dra. Roberta Jales para falar sobre mastologia personalizada e os avanços no diagnóstico e tratamento do câncer de mama, que aumentam as chances de cura e garantem mais qualidade de vida às mulheres durante o tratamento.

Nesta edição você confere também os avanços na área de audiologia com os mais inovadores aparelhos auditivos. Falamos sobre diagnóstico e tratamento das doenças gastrointestinais, sobre a importância da enfermagem especializada nos cuidados paliativos, e trouxemos também reportagens com opções de empreendimentos imobiliários de alto padrão, além de apresentar o novo polo de saúde da Grande Natal.

No Guia Viver Bem, uma lista de empresas e profissionais para a sua qualidade de vida, uma receita saudável e dicas de onde encontrar bons ingredientes.

E se você respondeu “não” à pergunta que fizemos no início do texto, a coluna “Eu Aprendi a Viver Bem” traz a história da enfermeira Mônica Ribeiro Dantas, uma vencedora na luta contra o câncer de mama.

Boa leitura!

Equipe Viver Bem



Ano 15 | Outubro 2022

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



Na capa: Dra. Roberta Jales.  
Foto: Lucas França



# **existe alternativa**

*Um toque salva vidas.*

---

Coopere com a sua saúde:  
faça o autoexame das mamas,  
exames preventivos e  
consultas regulares.

***Juntas, fazemos  
um mundo melhor.***

*Mês de prevenção  
contra o câncer de mama*



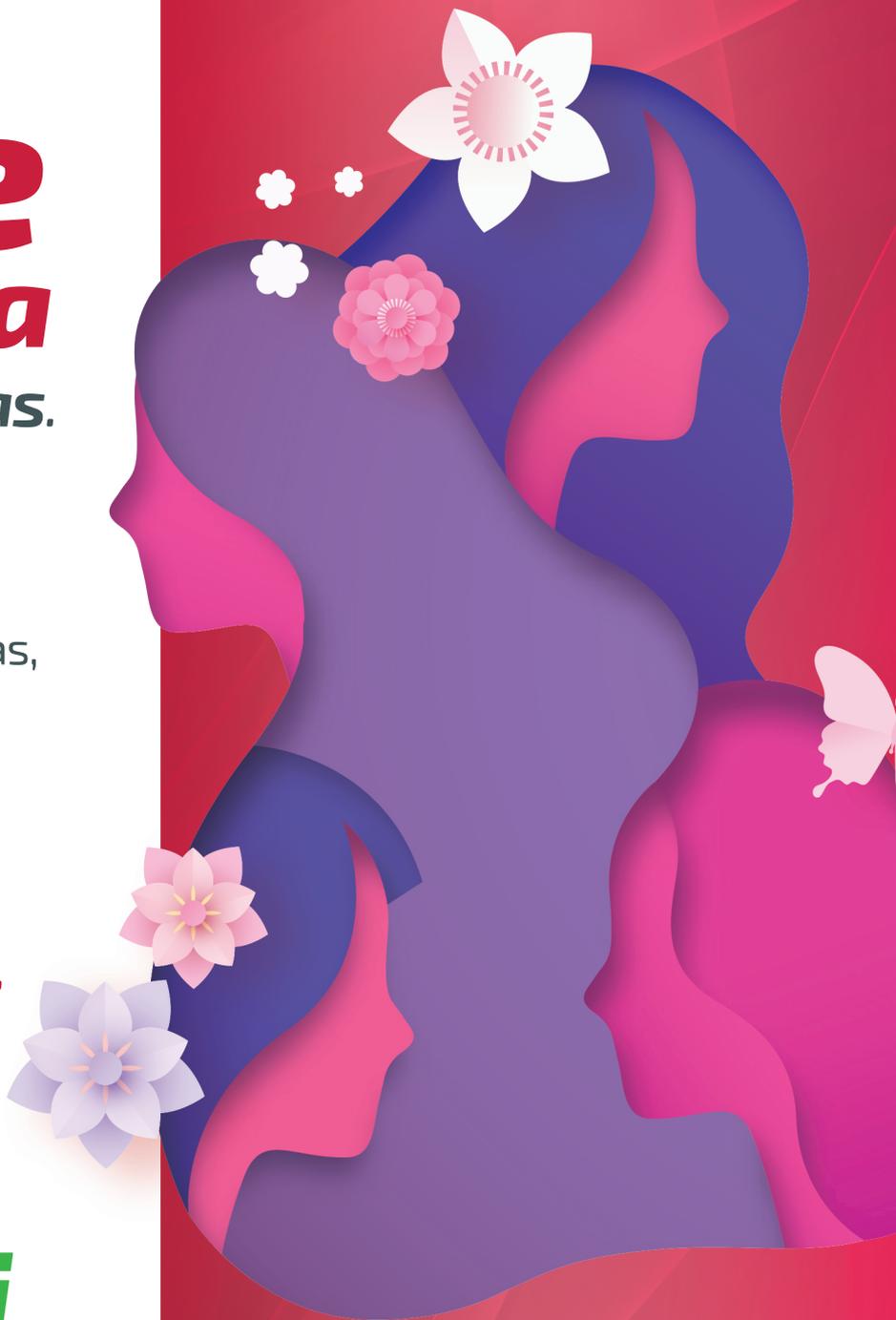
📍 @sicrediriograndedonorte

SAC Sicredi: 0800 724 7720

Deficientes auditivos ou de Fala: 8000 724 0525

Ouvidoria Sicredi: 0800 646 2519

[sicredi.com.br/riograndedonorte](https://sicredi.com.br/riograndedonorte)



# Juliana Garcia



juliana@guiaviverbem.com.br

## Alzheimer

**Sabia que até 2050 o número de pessoas com demência no mundo, que em 2020 era estimado em 55 milhões, saltará para 152 milhões de pessoas?**

68% desse total estará concentrado em países de baixa e média renda. O Alzheimer não tem cura, mas sua evolução pode ser retardada, se diagnosticado e tratado precocemente. Para isso, a informação é uma das principais armas contra essa doença e você pode contribuir com essa causa de maneira simples. Basta se tornar um associado da ABRAZ/RN. A associação oferece apoio para pacientes e familiares. Acesse o @abrazregionalrn e saiba como ajudar.

## Fisioterapia



Dr. Ronnie Peterson e a Dra. Andressa da Silva, cientista do esporte da UFMG



Dra. Luciana Protásio e a fisioterapeuta Cintia Moreno

O fisioterapeuta Ronnie Peterson presidiu o 12º Congresso Internacional de Fisioterapia que aconteceu em Natal, no mês de setembro. O evento reuniu 2400 participantes e grandes nomes da fisioterapia nacional e internacional. A dra. Luciana Protásio coordenou a comissão científica do evento.

## Giro pelos congressos



O 26º Congresso Brasileiro de Reprodução Assistida também aconteceu em São Paulo e atraiu profissionais do RN que atuam na área. Na foto a equipe do DNA Fértil.



Rheumatologists potiguarenses marcaram presença no XXXIX Congresso da Sociedade Brasileira de Reumatologia 2022, em Gramado/RS



A enfermeira Yales Romenna participou da mesa redonda sobre oncologia no VI Simpósio Brasileiro de Estomatologia, na Bahia.



Um click da Dra. Anna Karina Dantas no 35º Congresso Brasileiro de Endocrinologia e Metabolismo, em São Paulo.

## Agenda

=> **Corrida e Caminhada do Médico** será promovida pela Associação Médica do Rio Grande do Norte, dia 16/10, com percursos de 5 e 10km. As inscrições podem ser feitas no site <https://www.ticketsports.com.br>

=> **Expo Longevidade** acontece nos dias 26 e 27 de outubro, no Holiday Inn. Palestras, oficinas e uma feira com expositores de produtos e serviços voltados para quem busca um envelhecimento saudável. Informações: (84) 99999 3080.

## Pra Viver Bem

Desejo ainda mais sucesso para a Academia Attivo, projeto dessas 3 geriatras que vem ajudando muitos idosos a levarem uma vida mais saudável, ativa, com força e independência. Em setembro a academia comemorou seus 2 anos de funcionamento e de muitas vidas transformadas. Parabéns a toda a equipe!



Luana Macedo, Vanessa Giffoni e Betina Saad, geriatras e sócias da Attivo

# NO PEITO, CARREGUE APENAS AMOR E CUIDADO.

30% dos casos de câncer de mama podem ser prevenidos com hábitos saudáveis. Neste #OutubroRosa, inicie o hábito de colocar-se em primeiro lugar e prestar atenção à sua saúde. O diagnóstico precoce é a melhor chance de vencer.

## SAIBA COMO COMEÇAR A SE CUIDAR NESTE OUTUBRO ROSA

### Passo 1:

Pesquise mais informações sobre a prevenção do câncer de mama e adote hábitos saudáveis



### Passo 2:

Realize uma consulta com o seu médico

### Passo 3:

Faça os exames indicados pelo seu médico de acordo com sua idade e presença de fatores de risco para câncer de mama e conte com o IR caso precisar!



### Passo 4:

Mantenha o seguimento de acordo com a indicação do seu médico e o resultado de seus exames



### Outras dicas!

- Visite o médico para check-up;
- Descubra o poder de viver bem com exercícios e alimentação;
- Realize sua mamografia de rastreamento regularmente. Ela é o principal exame na detecção precoce do câncer de mama;
- Conte com a alta tecnologia do IR na realização da sua mamografia;
- Baixe o aplicativo de Instituto de Radiologia para fazer o acompanhamento da sua saúde.

Instituto  
de Radiologia

# Interatividade e muita informação marcam as semanas especiais promovidas pelo **GuiaViverBem**

Saúde ocular, adolescência, nutrição, envelhecimento saudável e coração. Esses foram os temas das semanas especiais que o GuiaViverBem promoveu neste segundo semestre de 2022. “O formato das semanas especiais no Guia Viver Bem é atrativo para o público, já que permite um aprofundamento no tema abordado e a possibilidade de interação com os profissionais em cada live. Já para os profissionais e empresas que participam é uma excelente oportunidade desse contato mais próximo com os pacientes, divulgando seu trabalho de uma maneira intimista e eficiente”, avalia a diretora comercial do Grupo Viver Bem, Patricia Guedeville.

Na maioria das vezes, a programação das semanas segue o calendário da saúde. “Em outubro, por exemplo, teremos uma programação especial com foco na prevenção do câncer de mama, com dicas diárias no nosso Instagram, além de entrevistas no nosso canal do YouTube e reportagens no portal. Além disso, vamos celebrar também a Semana da Criança. Para o mês de novembro teremos o Novembro Azul com foco na prevenção do câncer de próstata e diabetes”, adianta a apresentadora e diretora de conteúdo Juliana Garcia, que informa também que estão sendo produzidas semanas para tratar dos temas TDAH, saúde da pele e prevenção do AVC, além do Janeiro Branco para 2023.

**SEMANA DA NUTRIÇÃO**

**22 à 31 DE AGOSTO**

Muita informação para te ajudar a comer bem e viver mais

**Divina Terra** | **KORU BRASIL** Sabores do Mundo

**Convidados:**

- @korubrasil
- @taiscouto.nutriinfantil
- @larissalemosnutri
- @fernandamelonutricionista
- @nutricionistakarinalelis

**Semana da Adolescência**

**Convidados:**

**Viver Bem**

**SEMANA DA SAÚDE OCULAR**

**Viver Bem** | **IOMR**

**SEMANA DO Envelhecimento Saudável**

**12 A 18 DE SETEMBRO**

O conteúdo de todas as semanas promovidas está disponível no canal youtube. [com/tviverbem](https://www.youtube.com/tviverbem)



2º ENCONTRO



# Mundo Saudável



Um papo sobre saúde, alimentação e bem-estar **reunindo grandes nomes:**



**Edu Guedes**

Receita ao vivo



**Gabriel de Carvalho**

Superalimentos melhor que remédios



**Murilo Pereira**

Intestino e Saúde Mental: como a nutrição pode contribuir?



**Henrique Freire**

Alimentos funcionais, longevidade e qualidade de vida



**Tiago Pereira**

Superação de Desafios/Mudanças

**19 DE OUTUBRO**  
no Teatro Riachuelo  
A PARTIR DAS 14H

INGRESSOS LIMITADOS  
**COMPRA AQUI**



FIT FOOD



Silk



atal da castanha®  
100% natural



DANONE  
YoPRO



Neutrogena

[nordestao.com.br](http://nordestao.com.br)

# Shopping Cidade Verde completa 5 anos com expansão e polo de saúde

Shopping Cidade Verde, uma das principais referências em lazer e comércio da zona sul da Grande Natal, está completando cinco anos. O shopping chega a essa idade com 50 lojas, marcas de destaque e comemora o aniversário com o conceito "O shopping da sua vizinhança", fazendo alusão à sua importância no dia a dia da população de Nova Parnamirim, bairro que reúne mais de 90 mil habitantes.

Com uma proposta intimista, aconchegante e familiar, o Shopping Cidade Verde reúne diversos tipos de serviços e produtos para todos os membros da família, com ventilação natural, espaço kids, entretenimento para pets, restaurantes, cafés e quiosques, vigilância privada e estacionamento gratuito.

Em breve haverá uma ampliação da praça de alimentação, que passará de nove para 15 estabelecimentos. Ao todo, serão 14 novas marcas até o final de 2022. Toda essa estrutura de comércio movimentada aproximadamente 2 mil veículos por dia.

A diretora administrativa do Shopping Cidade Verde, Maria Elisa Bezerra, menciona os planos de expansão do shopping, que além do setor gastronômico irá inaugurar novas clínicas e trabalhar ainda mais eventos e en-

tretenimento. "Vamos ampliar a parte superior do shopping e pretendemos fazer com que continue crescendo como um dos principais pontos de comércio, serviço e entretenimento da região", destaca.

## POLO DE SAÚDE DA ZONA SUL

Os moradores da região Sul da Grande Natal têm a opção de contar com um variado polo de saúde encontrado no Shopping Cidade Verde. São 7 clínicas médicas e odontológicas, 2 lojas de cuidados com a saúde e estética e 2 farmácias.

Entre as opções, está o Centro Clínico Zona Sul da Unimed, com mais de 20 especialidades, onde, por mês, são realizados mais de 5 mil atendimentos. No piso superior, está também o Instituto de Oftalmologia Marco Rey, referência em serviços oftalmológicos e a clínica Otorrino Premium, além do laboratório Getúlio Sales Diagnósticos. No shopping, também é possível fazer exames no Centro de Patologia Clínica, que tem mais de 45 anos de atuação. Em breve, serão inaugurados o IORN, especializado em imagens odontológicas, e a clínica Veritá Odontologia Moderna.

O polo de saúde do Shopping Cidade Verde também conta com opções que complementam os cuidados com o bem-estar, como Drogasil, Farmafórmula, All Pé, Espaçolaser e Ótica Visualle. "Dá para otimizar o dia resolvendo tudo em um só lugar, economizando tempo, dinheiro e combustível, com comodidade e segurança", destaca Larissa Marinho, sócia-diretora do shopping.



Larissa Marinho e Maria Elisa Bezerra.  
Foto: Humberto Lopes

### Shopping Cidade Verde

Av. Ayrton Senna, 1995,  
Nova Parnamirim  
Funcionamento:

Segunda a Sábado: 09h às 20h  
Domingos e feriados: 15h às 20h

Acesse: [shoppingcidadeverde.com.br](http://shoppingcidadeverde.com.br)  
ou @shoppingcidadeverde



# 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!



(84) 99827-1503  
@divinateranatal

## DIVINA TERRA

R. Mossaró, 603, Black Mall - Loja 03. Tirol

Loja de alimentos naturais. Produtos sem glúten e sem lactose, variedade imensa de whey protein, e lanches pós treino.

Uma completa linha gourmet, além de produtos a granel. Um verdadeiro paraíso para quem busca uma vida saudável e com produtos de qualidade.



(84) 99472-6563  
(84) 3012-3959  
@salutemouvimelhor

## SALUTEM TECNOLOGIAS AUDITIVAS

R. Joaquim Fagundes, 764, Mandara Mall - loja 4. Tirol

Aparelhos auditivos, acessórios inteligentes para aparelhos e implantes, filtros, sílica, pilhas e produtos inovadores. Visite nossa loja e confira as novidades para você ouvir e viver melhor.



(84) 99895-0500  
@bezerrarn

## CIRÚRGICA BEZERRA STORE

O suporte completo para uma recuperação de excelência. Equipamentos pós-cirúrgicos, produtos ortopédicos, farmácia, suplementação alimentar, nutrição infantil, esportiva, prebióticos e probióticos.

Unidades: Av. Jaguarari, R. Auris Coelho, Av. Prudente de Moraes, Av. Hermes da Fonseca, R. João Pessoa e R. São José.



(84) 99697-4439  
(84) 99922-4943  
(84) 99800-1117  
@lifefamilynatal

## LIFE FAMILY – HOME CARE E ESTÉTICA

R. Raimundo Chaves, 1584 - Candelária

Acompanhamento humanizado e direcionado para as necessidades do paciente no conforto do lar. Além de serviços de estética como drenagem, endermologia, hidrolipoclasia, botox, lipo sem corte, massagem relaxante, ventosas e muito mais.



(84) 3220-5462  
(84) 9 9610-9999  
@hiperbaricnatal

## HIPERBÁRICA NATAL

Rua Maxaranguape, 614 - Tirol (Hospital São Lucas)

A oxigenoterapia hiperbárica é um tratamento médico realizado dentro de um equipamento especial chamado câmara hiperbárica, onde o paciente realiza sessões de 90 minutos, respirando oxigênio puro sob pressão que acelera a cicatrização de feridas complexas e auxilia no tratamento de algumas infecções.



(84) 3322-2005  
(84) 9 9634 2222  
@ariannesantosdermatologia  
ariannesantos.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 Arianne 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) 99985-9000  
@clinicacentrocorpus

## CLÍNICA CENTRO CORPUS

R. Norton Chaves, 2256. Lagoa Nova

Especializados em dores crônicas. Osteopatia, Quiropraxia, Terapia Manual e Nutrição Clínica. Agende sua consulta.



(84) 2020-5101  
(84) 9 91234-5678  
@fisioesportesaude  
fisioesportesaude@hotmail.com

## FISIO ESPORTE SAÚDE

Av. Capitão Mor Gouveia, 2085 - Lagoa Nova

Uma equipe formada por fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais, nutricionistas, médicos, profissionais de educação física e massoterapeutas. Da criança ao idoso, do sedentário ao atleta.



(84) 99404-4059  
@draluprotasio  
protasio.melo2@gmail.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) 321 1-5093  
labfleming@supercabo.com.br  
labflemingnatal.com.br

## 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) 3234-1593  
(84) 99909-5451  
@pacodaspalmeirashotel  
pacodaspalmeiras.com.br

## PAÇO DAS PALMEIRAS

R. Graciliano Ramos, 2904, Capim Macio - Natal

Conheça o Paço das Palmeiras, um hotel especializado no cuidado ao idoso, bem como para tratamento médico. Contamos com uma equipe multidisciplinar composta por profissionais de saúde qualificados, além de uma estrutura única em Natal, projetada para oferecer o máximo de conforto e acessibilidade aos nossos hóspedes. Venha nos conhecer!



(84) 2020 6255  
(84) 9 9149-1232  
@institutosaily  
www.institutosaily.com.br

## INSTITUTO SAILY HOSPITAL DIA EM SAÚDE MENTAL

Av. Xavier da Silveira, 369 - Tirol

Tratamento em Hospital Dia em Saúde Mental Tratamento pra Depressão Resistente com Quetamina/Escetamina. Consultas em Psiquiatria, Psicologia e Nutrição.

# Salesiano ***O melhor*** ***da minha vida***



EDUCAÇÃO INFANTIL  
AO ENSINO MÉDIO

**INSCRIÇÕES ABERTAS**

[salesianorn.com.br](http://salesianorn.com.br)

**3211.4220**  
SÃO JOSÉ

**3608.1694**  
DOM BOSCO





## Para ajudar seu corpo a **desinflamar**

**A** receita da torta anti-inflamatória é da nutricionista Dra. Graça Moraes, e é indicada principalmente para mulheres que estão no climatério ou menopausa e precisam caprichar nos alimentos que tem o poder de ajudar o corpo nessa fase tão cheia de alterações hormonais.

### INGREDIENTES

02 xícaras de (chá) de berinjela  
01 xícara de (chá) de abobrinha  
01 xícara de (chá) de cebola  
01 xícara de (chá) de pimentão vermelho  
01 xícara de (chá) de pimentão amarelo  
03 ovos  
1/4 xícara (chá) de azeite de oliva  
3/4 xícara de (chá) leite de coco  
01 colher (sobremesa) de cúrcuma  
02 xícaras (chá) de farelo de aveia  
1/2 xícara (chá) uvas passas sem sementes  
01 colher (sopa) fermento em pó  
Sal a gosto

### MODO DE PREPARO

Você deve picar os pimentões, a cebola e a berinjela em cubos e reservar. Bata no liquidificador, os ovos, a cúrcuma, o azeite e o leite de côco. Coloque em um recipiente a aveia, os legumes, as passas e o fermento. Acrescente o conteúdo do liquidificador e misture bem. Depois é só colocar em uma forma untada com azeite. Assar em forno pré-aquecido até dourar.



**Dra. Graça Moraes**  
Nutricionista



# Divina Terra

Loja chega a Natal com espaço amplo e inúmeras opções para a sua **saúde e longevidade**

**A** Divina Terra é uma franquia do Rio Grande do Sul que chegou a Natal esse ano e já conquistou milhares de adeptos. Uma loja ampla, linda, numa localização excelente. Tudo isso para promover saúde e qualidade de vida.

A loja conta com produtos sem glúten e sem lactose, e também atende aos veganos.

Para os atletas, uma variedade imensa de whey protein, e lanches pós treino. Traga a receita da nutricionista e adquira produtos das melhores marcas. Uma completa Linha gourmet, além de uma variedade imensa de produtos a granel.

Para quem gosta de café moído na hora, o cliente pode levar para a casa ou tomar na loja, além de fazer um delicioso lanche, café da manhã e almoço.

Um verdadeiro paraíso para quem busca uma vida saudável com produtos de qualidade.



## Divina Terra

Rua Mossoró, 603, loja 3 -Tirol  
Whatsapp: (84) 99827-1503  
@divinaterranatal



## Você sabe o que avaliar na hora de escolher uma boa escola para os seus filhos?

### Psicóloga orienta sobre os critérios a serem analisados

**A** temporada de matrículas escolares já começou e para muitos pais escolher a instituição de ensino para os seus filhos não é uma tarefa fácil. A psicóloga Giovanna Medeiros, gestora do Serviço de Atendimento Psicopedagógico dos Salesianos Dom Bosco e São José, elencou os principais critérios a serem avaliados pelos pais.

De acordo com a psicóloga, o primeiro ponto a ser levado em consideração para que a escolha seja bem sucedida é conhecer a filosofia da escola e ter certeza se os valores e crenças estão em consonância com o que a família espera e projeta para o futuro da criança ou do adolescente. “É importante também visitar a escola, conhecer o seu projeto político pedagógico, o material, a postura dos educadores e a estrutura. Tudo isso vai influenciar na adaptação do aluno e também no processo educativo dos filhos”, orienta.

Hoje as famílias se preocupam muito com números, com ranking, com aprovação no Enem. Mas é importante ter consciência de que o papel da escola vai além. É preciso trabalhar com esses alunos competências sócio-emocionais, criatividade, é preciso desenvolver na criança e no adolescente o senso crítico, noções de sustentabilidade, colaboração. “A educação no Salesiano não se resume aos conteúdos básicos, ao técnico, sempre procuramos expandir o aprendizado para poder preparar nossos alunos para a vida, para ter um projeto de vida. A isso chamamos de “Filosofia Dom Bosco” que trabalha o jovem preventivamente para o futuro e não só para uma prova, não só para um desafio imediato”, conclui.

No Rio Grande do Norte, o Salesiano conta com duas unidades: o tradicional Salesiano São José, com 86 anos de existência e localizado no bairro da Ribeira, e o Salesiano Dom Bosco, localizado em Nova Parnamirim. As inscrições já estão abertas e os pais podem agendar suas visitas através do site [www.salesianorn.com.br](http://www.salesianorn.com.br)

# A Evolução do Morar em Natal



Foto: Mirni Freitas

## Consultora de imóveis Karina Cunha apresenta os diferenciais dos lançamentos de alto padrão em Natal

### Karina Cunha

#### Imóveis de Alto Padrão

Consultora e Avaliadora  
Nacional de Imóveis

CRECI 6190 | CNAI 27.354

(84) 98153.3054

@karinacunha.oficial

karinacunhaaltopadrao@gmail.com

**C**onstrutoras e incorporadoras apostam suas fichas em lançamentos imobiliários. Impulsionadas pelo setor mais resiliente e propulsor da economia brasileira, o segmento resistiu à crise sanitária e segue avançando, adaptando-se às mudanças na vida e nos novos hábitos das famílias, valorizando as relações e as experiências, captando emoções, inovando e agregando tecnologias, e enaltecendo a perfeita harmonia com a natureza.

Mais do que nunca, arquitetura, ambientação e paisagismo recebem a influência direta do comportamento, estilo e desejos do consumidor para projetar um empreendimento. “O imóvel não é mais um produto de concreto, areia e cimento, ele abriga pessoas e suas experiências”, comenta a consultora de imóveis Karina Cunha que se especializou em imóveis de alto padrão.

As tendências que motivam as

construtoras e incorporadoras de imóveis de alto padrão em lançamento são o compartilhamento de serviços e espaços, que conciliam estilos de vida dinâmicos e plurais, plantas que privilegiam a convivência e propiciam ambientes integrais e fortalecem laços cheios de significados. A tecnologia e a conectividade estão em espaços apropriados para automação, para interligar aparelhos, assistentes de voz, aplicativos e equipamentos domésticos, tudo de forma personalizada para cada morador, além de modernos sistemas de vigilância, monitoramento e carregamento de carros elétricos.

Hermes da Fonseca, Afonso Pena, Rodrigues Alves, Campos Sales, Potengi, Floriano Cavalcante são avenidas e ruas do Tirol e Petrópolis arborizadas e largas, repleta de requintadas vitrines, galerias, docerias, cafeterias, alta gastronomia e obras a todo vapor. Cenário perfeito para novos lançamentos.





# Câncer de mama

**Dra. Roberta Jales** fala sobre os avanços no diagnóstico e tratamento e destaca a importância da mastologia personalizada

Texto  
**Wender Gomes**

**P**ara falar sobre o que há de novo e oferecer o melhor manejo no câncer de mama, são indispensáveis competência técnica, atualização e sensibilidade humana. O câncer de mama, que tanto assusta as mulheres, deixou de ser uma sentença de morte. Longe disso, hoje temos uma visão positiva do tratamento, com alta chance de cura e qualidade de vida às pacientes, é o que explica a médica mastologista, Dra. Roberta Jales, especialista em mama pela USP (Universidade de São Paulo).

Com o avanço das tecnologias, é possível oferecer uma série de tratamentos adequados a cada realidade. "A evolução da medicina molecular e de precisão permitiu classificar o câncer de mama em diferentes subtipos e desenvolver tratamentos mais específicos para cada um deles. Esclarecer o subtipo é essencial no planejamento terapêutico", detalha a médica.

De acordo com a Dra. Roberta, a mamografia é um dos pilares para o diagnóstico precoce, mas a consulta com um mastologista permite uma avaliação mais segura. "Na mastologia personalizada, olhamos para cada paciente individualmente, com o seu risco familiar, perfil de mama, história e rotina, para poder oferecer uma abordagem integral, tanto de rastreio, em caso de prevenção, quanto eventualmente se tiver algum nódulo, para assim conduzir a situação com segurança", esclarece.

A Clínica de Mastologia Roberta Jales surgiu em Natal em 2016, visando proporcionar assistência médica com elevado padrão de qualidade, unindo excelência técnica ao cuidado personalizado e humano. Tem como foco a prevenção, diagnóstico e tratamento das doenças da mama, em especial o câncer de mama.

"Tudo o que há de moderno em São Paulo oferecemos em Natal. Para cada paciente, existe o melhor tratamento. Prezamos sempre pelo conforto, segurança e o atendimento acolhedor", detalha a especialista Dra. Roberta, membro da Sociedade Brasileira de Mastologia.

## O QUE MUDOU NO TRATAMENTO DO CÂNCER DE MAMA?

Nos últimos anos, muito se modificou no manejo do câncer de mama. “A grande evolução foi conseguir descalonar tratamento, poder oferecer técnicas menos agressivas, resultados melhores, com igual ou superior eficácia e segurança oncológica”, explica.

Do ponto de vista cirúrgico, a mudança foi extrema. “Conseguimos sair do padrão anterior, de procedimentos radicais, altamente mutilantes, para cirurgias que preservam a mama, com resultados excelentes, que até passam despercebidos, e elevado índice de cura”, esclarece a Dra. Roberta Jales.

Essa evolução também ocorreu em outras áreas, como a Oncologia Clínica, especialidade que utiliza medicamentos, como a quimioterapia. “Surgiram testes de perfil molecular e assinatura gênicas que podem selecionar mulheres, com tumores iniciais, a serem poupadas com segurança da quimioterapia. Por outro lado, novas classes de medicamentos também foram lançadas. Para subtipos mais agressivos, hoje temos a terapia alvo e a imunoterapia, com respostas cada vez mais animadoras”, pontua a médica.

Na Radioterapia, os protocolos se tornaram mais curtos, em poucos dias. “Hoje, de forma geral, fazemos tratamentos menores, entregando melhores resultados e temos grande segurança de que a doença foi totalmente superada. Esse é o grande ponto no manejo do câncer de mama”, ressalta a Dra. Roberta Jales.



Foto: Tiago Hilário

**“ Hoje, de forma geral, fazemos tratamentos menores, entregando melhores resultados e com maior segurança de que a doença será superada”.**

**Dra. Roberta Jales, mastologista**

## INCIDÊNCIA E PREVENÇÃO

O câncer de mama é o tipo de câncer mais comum entre as mulheres no mundo e no Brasil, depois do câncer de pele não melanoma, respondendo, atualmente, por cerca de 28% dos casos novos de câncer em mulheres. Para 2022, foram estimados 66.280 casos novos de câncer de mama. São os dados do Instituto Nacional de Câncer - INCA.

De acordo com Roberta Jales, os casos de câncer de mama vêm aumentando nas últimas décadas por diferentes motivos, entre os quais o estilo de vida moderno da mulher, o envelhecimento da população e o aumento da notificação de casos", detalhou a médica.

A mastologista reforça que a prevenção ainda é um dos melhores caminhos e não deve se restringir ao Outubro Rosa, movimento de caráter internacional que tem como objetivo a conscientização para o controle do câncer de mama.

"É preciso estimular um estilo de vida saudável, com a prática de exercícios físicos regulares, boa alimentação, manter o peso normal e equilibrar a



Foto: Tiago Hillário

sobrecarga de estresse", pontua. "Aliado a isso, é importante ainda fazer exames de rotina, como a mamografia, e passar em consulta mais completa com o especialista, pelo menos uma vez por ano, a partir dos 40 anos. O diagnóstico precoce somado aos mais novos e eficazes recursos terapêuticos permitem à paciente uma experiência mais suave e alta chance de cura", finaliza.

### Dra. Roberta Jales

CRM: 8162 - RN - RQE 2243

Formada em Medicina pela UFRN

Residência médica em Ginecologia e Obstetrícia pela Santa Casa de São Paulo

Residência médica em Mastologia/ Cirurgia da mama pela USP

Pós-graduação em diagnóstico por imagem na mama na UNICAMP

Estágio em Cirurgia Plástica Reconstructiva, no Instituto Europeu de Oncologia de Milão, na Itália

Estágio em Mastologia pelo Hospital Memorial Sloan Kettering Câncer Center, em Nova York, EUA

Membro da Sociedade Brasileira de Mastologia

Mastologista da LIGA contra o câncer



## MITOS E VERDADES SOBRE CÂNCER DE MAMA

### Mitos

- ✗ Desodorante pode causar câncer de mama
- ✗ O câncer de mama só afeta quem tem histórico familiar
- ✗ Quem faz o autoexame não precisa fazer a mamografia

### Verdade

- ✓ Câncer de mama pode não dar sintomas
- ✓ Homem também pode desenvolver câncer de mama
- ✓ Câncer de mama tem cura



### Clínica Roberta Jales

Harmony Medical Center - Sala 1107  
Rua Coronel Joaquim Manoel,  
615 - Petrópolis, Natal/RN  
Tel. (84) 3014-6000 / (84) 99929-6545  
@robertajales\_mastologista  
www.robertajales.com.br



Alto padrão

## Moura Dubeux lança projeto exclusivo no melhor do Tirol

Florata reúne arquitetura moderna, paisagismo exuberante e localização nobre

A maior empresa do mercado de incorporação e construção civil da região Nordeste, continua firme no seu propósito maior: construir e concretizar sonhos. Em quase quatro décadas de história, a Moura Dubeux consolidou uma marca forte, conhecida pela solidez, credibilidade e alto padrão de qualidade de todos os seus produtos.

Com atuação no Rio Grande do Norte, Pernambuco, Ceará, Bahia, Paraíba, Alagoas e Sergipe, a MD segue com muita dedicação nos projetos desenvolvidos especialmente para Natal. Presente em solo potiguar desde 2007, a Moura Dubeux já entregou 30 empreendimentos e nos dois últimos anos lançou mais três projetos exclusivos e adaptados às novas tendências do mercado, com layouts modernos, funcionais e integrados a conceitos de tecnologia e sustentabilidade.

O mais recente lançamento da Moura Dubeux é o Florata Tirol, empreendimento residencial de alto padrão com uma arquitetura arrojada, paisagismo exuberante e situado na melhor localização do Tirol. Com duas torres interligadas, fachada marcante e visão privilegiada para o Parque das Dunas e a orla da praia de Areia Preta, o Florata oferece unidades com 100 m<sup>2</sup> ou 150 m<sup>2</sup>, três ou quatro quartos e todos os apartamentos possuem varanda gourmet, suíte master, além de diferenciais como fechaduras eletrônicas.

A união perfeita dos projetos arquitetônico, paisagístico e de interiores irá proporcionar uma morada que será um verdadeiro refúgio para as famílias, que vão usufruir do bem-estar ocasionado pela conexão com a natureza, sem perder o arrojo, requinte e design dos projetos contemporâneos da MD.

## SUCESSO DE VENDAS

O diretor regional da Moura Dubeux para o RN, Homero Moutinho, celebra a boa aceitação dos novos produtos da incorporadora para o público natalense. "Dos três empreendimentos lançados em pouco mais de um ano, já temos dois em construção. O Olhar das Dunas e o Les Amis, em Lagoa Nova, são sucesso de vendas e o Florata Tirol chegou para oferecer um conceito diferenciado de viver bem. Viver no Florata Tirol é estar conectado com a cidade, perto dos melhores serviços que o entorno pode oferecer, mas sem perder o contato com a natureza", destacou Moutinho.

"Natal estava esperando por um edifício residencial de alto padrão como esse, com a marca da qualidade e credibilidade da MD. É um projeto único, que uniu elegância, moderni-

dade, requinte e espaços funcionais, aliados ao aconchego de uma casa de família, com ambientes confortáveis e um paisagismo espetacular", pontuou Wesley Magalhães, gerente da Moura Dubeux no RN, que também acrescentou: "Estamos com as últimas unidades nas condições especiais de lançamento. Venha conhecer todos os diferenciais do Florata Tirol".

"A Moura Dubeux já mostrou aos potiguares a força e credibilidade da sua marca. O majestoso Porto Atlântico, na beira-mar de Areia Preta, e o edifício comercial ITC, que virou marco arquitetônico do bairro de Lagoa Nova, são excelentes exemplos de projetos que já nasceram audaciosos e modernos", destacou Rogério Angelim, gerente de Marketing de Produto da Moura Dubeux.



**Homero Moutinho**

Diretor Regional da Moura Dubeux



### ATENDIMENTO

Conheça os detalhes e diferenciais dos empreendimentos visitando a loja exclusiva da MD no Natal Shopping, no Piso L2, pelo site [www.mouradubeux.com.br](http://www.mouradubeux.com.br) ou através do número 4020-3538.



Fotos: Divulgação



# Perda auditiva e o uso do aparelho de amplificação sonora

**Tecnologia de ponta na reabilitação de pacientes com surdez**

Texto **Wender Gomes**

A capacidade de ouvir é indispensável para se manter no meio social. O impacto da perda auditiva pode ser devastador, mudando completamente a rotina do indivíduo e afetando suas relações. De acordo com a Organização Mundial da Saúde - OMS, uma a cada quatro pessoas viverão com algum grau de perda auditiva até 2050. Isso representa cerca de 2,5 bilhões de pessoas em todo o mundo.

Diante de qualquer sinal de dificuldade para ouvir, a indicação é procurar ajuda de um profissional para realizar uma avaliação. Uma vez que se tenha o diagnóstico, a intervenção precoce é primordial. Graças a tecnologia, a reabilitação é uma realidade. Segundo Danielle Penna Lima, audiologista e proprietária da Saludem, a reabilitação auditiva ajuda a prevenir outras doenças que podem ser potencializadas quando não há o tratamento da surdez. "Tratamos a perda não apenas para manter o paciente em comunicação, mas também para prevenir doenças atreladas às perdas auditivas, inclusive a depressão. Pode haver alteração da memória, cognitiva e potencializar a demência na terceira idade", detalha a especialista.



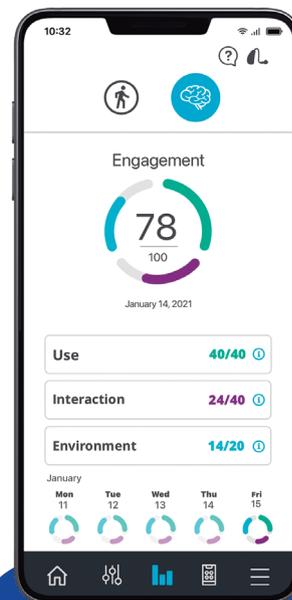
Foto: Giovanna Hackradt

A perda auditiva acomete pessoas de todas as idades. Existem três tipos de perda auditiva: neurosensorial, condutiva e mista, sendo o grau de leve a profundo. "Essa perda pode ser causada por inúmeros fatores, desde uso de medicamentos ototóxicos, traumas, alterações metabólicas, causadas por doenças infectocontagiosas, síndromes e envelhecimento natural".

De acordo com a fonoaudióloga, desde 2019 os aparelhos auditivos passaram por uma grande transformação. Por meio dos produtos com inteligência artificial, hoje é possível controlar os aparelhos auditivos por meio de aplicativo, podendo alterar o volume, trocar memória, monitorar o engajamento e atividade, além de estabelecer metas diárias, atender chamadas telefônicas com o toque de um botão e transmiti-las diretamente para o aparelho auditivo.

"A tendência é termos aparelhos auditivos cada vez mais automáticos. Hoje ele já é completo e perfeito, desde a estética até as funcionalidades. Temos aparelhos multifuncionais onde há monitoramento das funções do corpo", pontua a especialista.

“ A tendência é termos aparelhos auditivos cada vez mais automáticos. Hoje ele já é completo e perfeito, desde a estética até as funcionalidades. Temos aparelhos multifuncionais onde há monitoramento das funções do corpo”.



O aparelho auditivo Evolv AI, da Staykey, oferece uma linha completa com a tecnologia auditiva mais avançada.

Com sua conectividade, é possível ter recursos como monitoramento de engajamento e atividade, além de alerta de queda.

## EMPREENDEDORISMO QUE TRANSFORMA VIDAS

A fonoaudióloga, que trabalha há 21 anos com aparelhos auditivos e próteses auditivas implantáveis, reforça o diferencial do negócio. “Não somos meros vendedores de tecnologias auditivas, temos uma preocupação com os benefícios que cada produto irá trazer para o paciente e o quanto irá melhorar a sua qualidade de vida. Somos uma loja com o diferencial de atuar com protocolos da saúde auditiva validando nossos resultados”.

A Saluitem oferece aparelhos auditivos confortáveis, simples de ma-

nusear e com adaptação facilitada, e tem se consolidado na capital potiguar ao longo dos últimos oito anos. “Trabalhamos em Natal com exclusividade com toda a linha de aparelhos auditivos e acessórios da fabricante americana Starkey e implantes auditivos da marca MEDEL. Temos soluções customizadas, com performance auditiva incomparável e recursos tecnológicos únicos. Sempre considerando que cada caso de perda auditiva tem suas particularidades”, pontua a empreendedora.



### Saluitem Ouvir Melhor

Rua Joaquim Fagundes, 764,  
loja 4. Natal-RN  
Tel. (84) 99472 6563 / 3012 3959  
@saluitemvivermelhor

# Lesões oncológicas e cuidados paliativos

## Enfermeira Yales Romenna orienta sobre a importância do acompanhamento especializado na fase avançada do câncer

“Ferida tumoral é o câncer a olho nu”. Essa é a primeira orientação que a enfermeira Yales Romenna passa aos profissionais que atuam no cuidado de pacientes com câncer em fase avançada. Estima-se que de 5% a 10% dos pacientes oncológicos desenvolvam essas lesões, seja em decorrência do tumor primário ou de tumores metastáticos.

As feridas tumorais são formadas pela infiltração das células malignas do tumor nas estruturas da pele em decorrência da proliferação descontrolada das células, induzida pelo processo de formação do câncer, chamado de oncogênese. As feridas podem estar relacionadas ao tipo de câncer em tratamento, mas também ao estadiamento da doença. Quanto mais avançado estiver o câncer, maiores serão as chances de surgirem as lesões oncológicas.

Um estudo sobre feridas neoplásicas foi publicado na Revista Estima, em 2016. Foram avaliados 51 pacientes com feridas neoplásicas, a maioria do sexo masculino, apresentando câncer primário e ferida, predominantemente, na região de cabeça e pescoço. Os participantes do estudo tinham entre 40 e 60 anos de idade, possuíam baixa escolaridade, muitos eram tabagistas e etilistas, porém poucos

indivíduos possuíam alguma comorbidade associada, sendo a hipertensão arterial a mais citada. A maioria dos pacientes já tinha sido submetida a alguma terapia antineoplásica, sendo a quimioterapia a mais realizada. As lesões encontravam-se, em sua maioria, no estadiamento 3, que indica que a doença está bem avançada já que essa escala de avaliação vai até o grau 4.

“A complexidade da ferida tumoral significa um desafio para o cuidador leigo e para o paciente. O tempo gasto na tentativa de manejo de sinais e sintomas, a lembrança constante e perceptível da progressão do câncer e da terminalidade, suscitada pela ferida, trazem repercussões importantes em vários aspectos de sua vida (físico, psicológico, social, espiritual e econômico)”, explica a enfermeira oncologista Yales Romenna

Conhecer as opções de tratamento aumenta a segurança do enfermeiro no momento de sua avaliação e elaboração do plano de cuidados. “Cabe ressaltar que a evolução dessas feridas é muito rápida, o que implica em avaliações constantes e possíveis mudanças nas intervenções a cada curativo”, orienta a enfermeira.



## CUIDADOS PALIATIVOS

É importante que todos tenham em mente que o cuidado paliativo não é sobre buscar a cura de forma obstinada, mas, sim, um cuidado além da cura, sendo ela possível ou não. É sobre o controle, prevenção e alívio da dor e outros sintomas físicos que a doença possa causar. Prestação de suporte psicossocial e espiritual, não só ao paciente, mas aos seus familiares também.

O objetivo do enfermeiro nesse momento deixa de ser a cicatrização. Isso porque a utilização de tecnologias que busquem aceleração do processo cicatricial também promove aumento da proliferação neoplásica e consequente progressão tumoral.

As feridas tumorais geram grande impacto para o paciente e o tratamento é pautado na redução de sinais e sintomas, considerando que somente a cura do tumor que

originou a lesão pode suprimir o problema. Portanto, a equipe de enfermagem que lida diretamente com os pacientes com estas feridas tão peculiares deve estar atenta e utilizar métodos que venham a controlar os sinais e sintomas como por exemplo: controlar sangramento, diminuir exsudato (secreção), amenizar a dor e diminuir o odor. Gerando assim, mais qualidade de vida a esse paciente.

“Proporcionar qualidade de vida de forma geral, através destas ferramentas, em um momento que por si só, já é tão delicado e difícil. Nossa missão no tratamento de uma ferida tumoral é tratar os sintomas que ela apresenta e promover **QUALIDADE DE VIDA** à pessoa portadora do câncer. Virando essa chave, você começa a entender os princípios básicos do manejo das feridas tumorais”, conclui a enfermeira, que ressalta também a importância de sempre procurar um enfermeiro especializado nessa área.



### 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®

### Yales Romenna

**Consultório especializado em estomaterapia (Estomias, feridas e incontinência), agende sua avaliação na clínica ou domiciliar.**

@yalesromenna

Clínica Oncocentro (84) 3311-4115

Facebook: Yales Romenna Enfermeira

Oncologista/Estomaterapeuta

Email: romennayales@gmail.com



# Gastroenterologia e Endoscopia Digestiva

## Skopia Clínica chega aos 35 anos e acompanha de perto os avanços da área

Desde sua inauguração, em 1987, a Skopia Clínica tem assumido cada vez mais a posição de protagonista quando o assunto é gastroenterologia e endoscopia digestiva, não só oferecendo um atendimento diferenciado e tratamentos modernos, mas com diversas iniciativas para a melhoria da saúde dos seus pacientes.

Com mais de três décadas e meia de atuação, a clínica deu início a sua história nos anos 80, nos corredores do Hospital Universitário Onofre Lopes - HUOL, quando quatro jovens médicos gastroenterologistas e endoscopistas deram início ao sonho de montar um serviço exclusivo para a especialidade médica, em Natal. “Desde o início tínhamos o objetivo de oferecer um serviço de qualidade, com investimentos constantes em qualificação profissional e tecnologia”, relembra Dra. Lícia Moura. Antes mesmo da inauguração, mais dois médicos se uniram ao quarteto, formando o grupo de especialistas da Skopia Clínica.

A Skopia funciona no mesmo endereço desde sua fundação, na rua Maria Auxiliadora, 804, no bairro de Tirol, em Natal. A sede já passou por algumas reformas e ampliações para atender melhor os pacientes. Com o passar dos anos, outros três médicos se juntaram à equipe e hoje compõem a diretoria da Skopia. “Nos últimos anos, outros jovens médicos endoscopistas e gastroenterologistas qualificados passaram a integrar a equipe da clínica. Entendemos que existia uma necessidade de continuidade e renovação

da clínica e eles chegaram para somar”, explica a médica. Atualmente, a equipe conta com uma equipe composta por 16 médicos, todos eles possuem título de especialista e são filiados à Sociedade Brasileira de Endoscopia Digestiva (SOBED) e Federação Brasileira de Gastroenterologia (FBG).

Acompanhar de perto os avanços da medicina está entre os objetivos da Skopia. Em 1991, o primeiro aparelho de vídeo endoscopia de Natal foi instalado na clínica. Esse esforço consolidou os avanços nos diagnósticos por imagem e permitiu enxergar com maior resolução o que se passava dentro do corpo humano, possibilitando um melhor diagnóstico e planejamento de tratamentos, como cirurgias.

Entre os serviços oferecidos estão: ultrassonografia, motilidade digestiva, colocação do balão intragástrico com uma equipe multidisciplinar, acompanhamento nutricional, cirurgia do aparelho digestivo e cirurgia bariátrica. Para garantir a segurança dos pacientes, a Skopia Clínica também conta com uma equipe de anestesiólogistas qualificada para a realização de exames e procedimentos cirúrgicos.

“É impossível falar dos 35 anos da clínica, sem agradecer aos nossos colaboradores, alguns com mais de 30 anos de casa. A equipe conta com 30 profissionais distribuídos entre as áreas administrativa, de enfermagem, maqueiros, recepção, central de agendamento, higienização e portaria”, reconhece a Dra. Lícia Moura.



Mara Lúcia de Souza, Lidiane Pitta, Silvério Sousa, Michelle Magalhães, Lícia Moura, Conceição Marinho, João Batista e Cleuma Santos.  
Foto: André Cruz.



## PRINCIPAIS AVANÇOS

Os avanços na área da gastroenterologia e endoscopia digestiva vem permitindo diagnósticos cada vez mais precoces e precisos, tratamentos menos invasivos e mais qualidade de vida aos pacientes.

Entre os principais avanços podemos destacar a evolução dos exames de imagens como tomografia e ressonância magnética, equipamentos de endoscopia que fornecem imagens de alta qualidade, e a sedação utilizada para o exame também evoluiu e garante mais segurança ao paciente. O surgimento da cápsula endoscópica e a cirurgia por videolaparoscopia também estão na lista dos avanços, além da evolução no tratamento por via endoscópica de tumores, pólipos e varizes que antes era feito com cirurgias de grande porte.

“Precisamos destacar também o avanço no tratamento das doenças inflamatórias intestinais, como a doença de Crohn (DC) e retocolite ulcerativa (RCU). Temos novas terapias imunobiológicas que promovem uma melhoria imensa na qualidade de vida dos pacientes”, afirma a gastroenterologista.

No que diz respeito à prevenção do câncer colorretal, o terceiro mais



### Especialidades:

- Gastroenterologia
- Endoscopia Digestiva
- Coloproctologia
- Cirurgia do aparelho digestivo
- Nutrição Clínica
- Tratamento da Obesidade

### Procedimentos:

- Endoscopia digestiva alta diagnóstica e terapêutica
- Endoscopia pediátrica
- Endoscopia das vias biliares
- Colocação de Balão Intragástrico
- Colonoscopia diagnóstica e terapêutica
- Colangiopancreatografia
- Endoscópica Retrógrada
- Ultrassonografias
- Manometria Esofágica
- PH metria Esofágica

prevalente no mundo; os especialistas alertam para a importância da realização da colonoscopia a partir dos 45 anos. O exame permite a identificação e remoção dos pólipos que podem levar ao câncer, bem como viabiliza a ressecção de alguns pólipos que já contém neoplasia.

Para o tratamento da obesidade, doença que cresce no mundo inteiro, a Skopia Clínica dispõe de uma equipe multidisciplinar para a colocação de balão intragástrico.

“A Skopia Clínica é reconhecida como uma das mais completa da sua área no estado. Temos orgulho de tudo o que construímos até aqui. A ampliação da equipe e da estrutura fi-

sica da clínica está nos nossos planos para um futuro próximo. Lembrando que o mesmo compromisso de acompanhar as evoluções da área de perto faz parte do nosso DNA”, conclui.

### Skopia Clínica

Rua Maria Auxiliadora, 804. Tirol.  
Natal/RN

Tel.: (84) 3198 1900 / (84) 3198 1901  
(84) 3198 1902 / (84) 99473 3788

Instagram: @skopiaclinica  
Site: skopiaclinica.com.br  
administracao@skopiaclinica.com.br

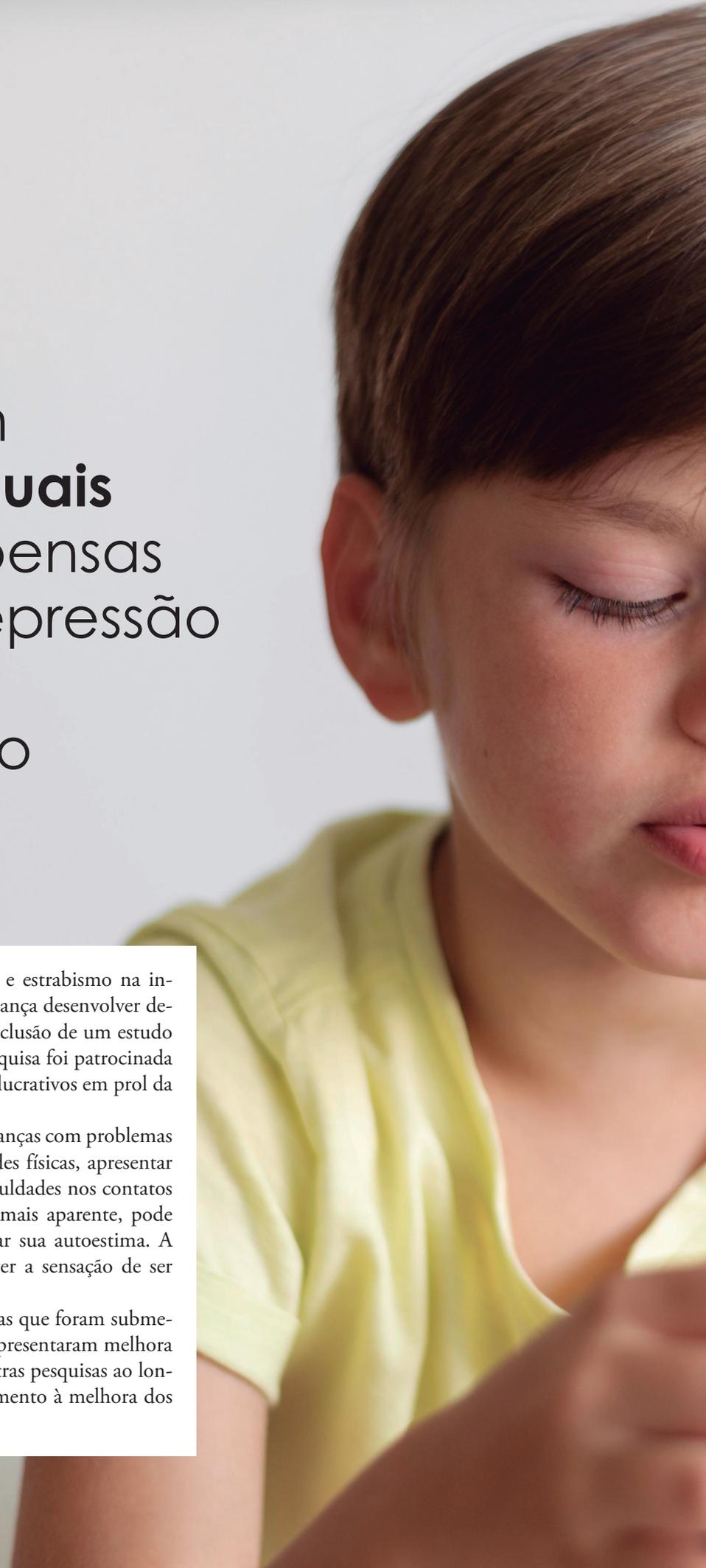
# Crianças com **problemas visuais** são mais propensas a sofrer de depressão e ansiedade, aponta estudo

## **Estrabismo é um dos principais fatores de risco**

**O**s problemas visuais como miopia e estrabismo na infância aumentam a chance de a criança desenvolver depressão e ansiedade. Essa foi a conclusão de um estudo publicado na revista *Ophthalmology*. A pesquisa foi patrocinada pela Orbis International, entidade sem fins lucrativos em prol da prevenção das cegueiras evitáveis.

Uma das hipóteses do estudo é que as crianças com problemas visuais podem participar menos de atividades físicas, apresentar problemas de aprendizagem e ter mais dificuldades nos contatos sociais. Além disso, o estrabismo, por ser mais aparente, pode submeter a criança ao bullying e prejudicar sua autoestima. A criança se sente menos confiante e pode ter a sensação de ser rejeitada pelos colegas.

O mesmo estudo apontou que as crianças que foram submetidas à cirurgia de correção do estrabismo apresentaram melhora nos sintomas da depressão e ansiedade. Outras pesquisas ao longo dos anos já haviam associado o procedimento à melhora dos aspectos psicossociais.





Estima-se que mais de 19 milhões de crianças com menos de 14 anos têm algum problema visual em todo o mundo.

## MAIS PESQUISAS SÃO NECESSÁRIAS

Segundo a Dra. Marcela Barreira, oftalmologista pediátrica especialista em estrabismo, esse estudo é muito importante para ajudar a melhorar a compreensão da ligação entre os problemas visuais na infância com a saúde mental das crianças, área que ainda carece de mais pesquisas em sua opinião.

“Contudo, o mais importante é sabermos que a maioria das condições e doenças oculares podem ser resolvidas. Os erros refrativos como miopia, astigmatismo e hipermetropia são facilmente corrigidos com óculos de grau. Já o estrabismo é tratado com a cirurgia de correção do desvio ocular, exceto quando o desalinhamento é gerado pela hipermetropia. Nesses casos, o tratamento é o uso de lentes corretivas”, reforça Dra. Marcela.

## ESTRABISMO NÃO É QUESTÃO ESTÉTICA

O estrabismo é uma condição que surge na infância na maioria dos casos. Como o desenvolvimento visual ocorre entre o nascimento até por volta dos 7 anos, qualquer alteração na visão nessa fase pode comprometer o sistema ocular.

O estrabismo não tratado pode causar a perda da visão binocular, responsável por vermos em profundidade e em 3D. “Portanto, é preciso quebrar esse mito da estética e aumentar o conhecimento da população em geral, em especial dos pais, a respeito da necessidade de correção do desalinhamento visual ainda na infância”, reforça Dra. Marcela.

A melhor maneira de cuidar da saúde visual das crianças é levar o bebê em seu primeiro ano de vida a um oftalmologista pediátrico. Nessa consulta é possível diagnosticar erros refrativos, estrabismo e outras condições visuais que podem ser tratadas ainda na infância.

“Vale ressaltar que assim que a criança entra na fase pré-escolar, o exame oftalmológico é ainda mais importante para prevenir dificuldades escolares e problemas de aprendizagem”, finaliza Dra. Marcela.

# Lesões em jogadores de Beach Tennis têm se tornado comum

**Estudo revela que 4 em cada 10 jogadores apresentam lesões relacionadas à prática do beach tennis**

O beach tennis se tornou um esporte muito popular no Brasil e se expandiu para além das cidades do litoral. Contudo, é cada vez maior o número de praticantes que sofrem lesões durante as partidas.

Um estudo recente, publicado no periódico *The Physician and Sportsmedicine* apontou que 4 em cada 10 jogadores de beach tennis apresentam lesões relacionadas ao esporte. Em 48,3% dos casos as lesões ocorreram nos ombros e cotovelos; 43,3% nas pernas e pés e 8,4% na cabeça e tronco.

A tendinopatia nos ombros e nos cotovelos foi o tipo de lesão mais frequente. Nos membros inferiores as lesões mais prevalentes foram distensões musculares na região da coxa, entorses, luxações e fraturas nos pés e região do tornozelo.

Os pesquisadores identificaram uma alta prevalência de lesões do dedão do pé, chamado de hálux, como fratura, luxação e entorse. As lesões crônicas são mais prevalentes nos ombros e cotovelos e as agudas nos membros inferiores.

## OPINIÃO DA ESPECIALISTA

De acordo com Walkíria Brunetti, fisioterapeuta especialista em RPG e Pilates, as atividades realizadas na areia macia, como no beach tennis, demandam mais energia dos músculos dos membros inferiores para realizar os movimentos, apesar de reduzir o desgaste articular já que a areia absorve parte do impacto. Por outro lado, a sobrecarga muscular é maior no impulso devido ao fato da pessoa “afundar” na areia.

“Quando a pessoa não tem um bom condicionamento físico, é comum ocorrer a fadiga muscular, ou seja, o músculo se cansa, perde a capacidade de coordenar os movimentos e de contrair com a velocidade de reação correta para proteger a articulação. As consequências são as lesões nos pés, coxas e tornozelo”.

“Durante o salto na areia, a amplitude e a velocidade articular são maiores do que seriam numa superfície dura. O movimento se torna mais complexo para o tornozelo para conduzir o corpo na vertical. A duração da impulsão do corpo é mais longa e o equilíbrio postural demanda uma maior extensão do quadril”, adiciona a fisioterapeuta.

Temos ainda a instabilidade nos pés quando afundam na areia o que demanda um controle bom do equilíbrio. Já as lesões nos ombros e cotovelos estão relacionadas ao esforço repetitivo dos movimentos para bater e rebater a bola.

## BENEFÍCIOS DO BEACH TENNIS

Naturalmente, há diversos benefícios na prática do beach tennis como melhora da coordenação motora, controle muscular propriocepção (capacidade de perceber o corpo no espaço), fortalecimento da musculatura das pernas, glúteo e abdominais, com consequente melhora na estabilidade das articulações.

O esporte é também um ótimo trabalho aeróbico, com gasto energético relativamente maior do que em terrenos mais duros.

## COMO PREVENIR LESÕES

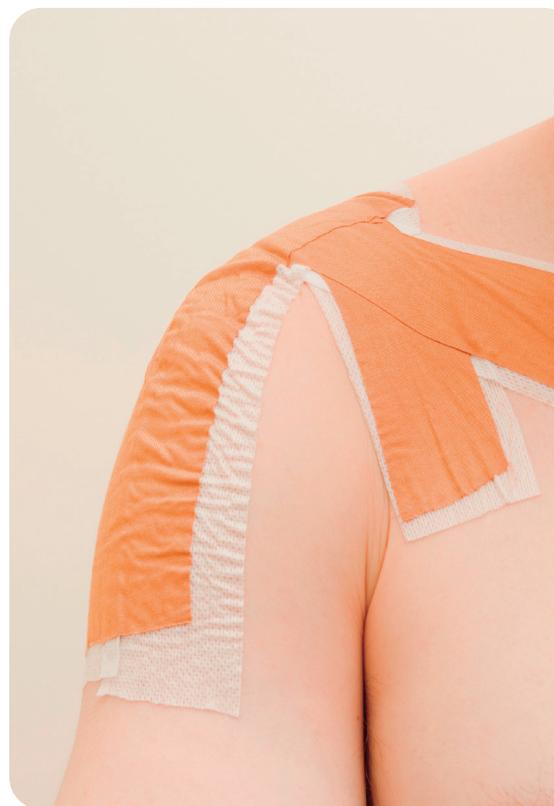
“O beach tennis é um esporte que demanda um bom condicionamento físico. Portanto, pessoas sedentárias



que pensam em praticá-lo precisam realizar exames de rotina e investir em atividades ou terapias que melhorem o funcionamento global do sistema musculoesquelético”, alerta Walkíria.

A recomendação é investir nesse condicionamento antes de iniciar a prática do beach tennis. O ideal é trabalhar o fortalecimento muscular, amplitude de movimento, correção da postura e melhora da resistência muscular.

“A fisioterapia tem recursos que podem ajudar a alcançar esses objetivos, entre eles o Pilates e a Reeducação Postural Global (RPG). O RPG ajuda a corrigir os vícios de postura e contribui no alongamento global do corpo. Já o Pilates tem benefícios adicionais como fortalecimento muscular, aumento da consciência corporal, equilíbrio, postura e flexibilidade”, finaliza Walkíria.



# Corpo e alma transformados pelo câncer de mama

Neste **Outubro Rosa** conheça a história da enfermeira **Mônica Ribeiro Dantas**

**E**ra início da primavera de 2010, quando no momento do banho eu senti um nódulo na minha mama. Como enfermeira, tive mais facilidade de encontrar um nódulo tão pequeno. Fazia 4 meses que eu tinha feito mamografia e ultrassom.

Eu sempre me cuidei muito, atividade física, alimentação, exames periódicos em dia, e mesmo assim, aos 44 anos fui diagnosticada com um câncer de mama. Um diagnóstico bem difícil pra qualquer pessoa, e comigo não foi diferente...

Pensei que fosse morrer! Mil coisas passavam na minha cabeça, e a primeira delas era como iam ficar minhas filhas, duas adolescentes. E meu marido? Minha família? Meu trabalho?

Mas como sou uma mulher muito positiva, respirei fundo e fui enfrentar a doença e tudo o que ela trazia de ruim e de bom. Fiz 2 cirurgias (quadrantectomia e mastectomia), além de 28 sessões de radioterapia e 10 anos de tratamento hormonal oral. Em todo o processo só encontrei pessoas maravilhosas, verdadeiros anjos que me mostraram com muita prioridade o amor e a misericórdia de Deus por mim.

Agradeço a Deus, a minha família, a meu marido - que me provou todo seu amor e carinho, a minhas médicas, psicóloga e amigos. Todos foram essenciais e imprescindíveis em todo o processo.

O câncer de mama me moveu a ajudar as mulheres carentes e no ano de 2012 fundamos o Grupo Reviver, entidade que faz mamografia itinerante em Natal e nos municípios do RN. Talvez esse tenha sido o grande propósito do câncer de mama em minha vida. É uma realização imensa poder, de alguma forma, contribuir para que tantas mulhe-

res carentes consigam fazer mamografia, ultrassonografia e ter assim o diagnóstico e início do seu tratamento de forma humanizada e precoce.

Hoje me sinto uma mulher realizada e feliz, o câncer de mama me modificou no corpo e na alma. Agradeço por tudo o que vivi e aprendi nessa maravilhosa estrada que é a vida!



**Maria Mônica  
Ribeiro Dantas Bezerra**

56 anos  
Enfermeira  
Funcionária pública  
Casada, 2 filhas

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



**Saber cedo  
é se encher  
de esperança.**



**Setembro**  
**Dourado**

Contra o câncer  
infantojuvenil,  
**diagnóstico  
precoce salva.**



PREFEITURA DO  
**NATAL**