



Hospital do Coração 25 anos com Acreditação ONA e inauguração da maternidade

Dr. Sérvulo Azevedo, Dr. Nelson Solano e Alexandre Sakagushi, Diretores do Hospital do Coração

RADIOLOGIA

Diagnóstico em casa
com conforto e precisão

ENTREVISTA

Natália Cuminale fala sobre
a revolução da saúde

VISITE o DECORADO E CONHEÇA O SEU REFÚGIO URBANO

FLO RATA

TIROL

Venha experimentar como é a vida nesse lugar conectado com a natureza e cercado de tudo que você deseja, em um bairro com experiências para todos os estilos.

3 ou 4 quartos
100 ou 150 m²

Rua Desembargador Floriano Cavalcante,
45 - Tirol, Natal



saiba mais:
4020.3538



MD
moura dubeux





sumário

Tecnologia que bate à porta Radiolar leva exames ao lar com precisão, agilidade e cuidado	08
Gestão renovada no Sinmed RN Mais serviços, mais lutas e protagonismo nacional	09
Nova fase da excelência Hospital do Coração celebra 25 anos com maternidade, UTI premiada e selo ONA	10
Envelhecer com vínculo Com Cuidado oferece moradia e convivência com dignidade	20
Florata no Tirol Projeto exclusivo une sofisticação e tendências globais	24
A revolução da saúde Natália Cuminale aponta mudanças e convoca à ação	28
Emoções em foco Colégios Salesianos do RN apostam em projetos que fortalecem bem-estar, saúde mental e escolhas profissionais dos estudantes	30
Superação nas pistas Campeão do Ironman, Cid Barbosa inspira ao retornar às corridas após sofrer um AVC	32
Eu aprendi a viver bem Psicanalista Beatriz Soares transforma a dor da perda do filho em acolhimento e esperança	34

Saúde em movimento

O Rio Grande do Norte vive um momento especial na área da saúde. Com uma rede cada vez mais alinhada às boas práticas internacionais, o estado avança com investimentos robustos em infraestrutura, capacitação profissional e adoção de tecnologias que transformam o atendimento. Profissionais e empresas caminham juntos no propósito de oferecer mais segurança, acolhimento e qualidade de vida à população. É um processo que reforça a confiança do paciente e amplia o acesso a um cuidado mais moderno e eficiente.

Nesse contexto, celebramos os 25 anos do Hospital do Coração, símbolo dessa evolução. A instituição conquistou recentemente a acreditação ONA 1, passou a oferecer novos serviços de maternidade e pediatria e teve sua UTI reconhecida com o selo Top Performer. Resultados que não surgem por acaso: são fruto de um trabalho sério, com foco na excelência e na constante atualização de suas práticas.

Nesta edição, trazemos também uma entrevista com a jornalista Natalia Cuminale, idealizadora do “Futuro da Saúde”, que aponta as grandes tendências mundiais do setor. O conteúdo reforça que o RN está conectado ao que há de mais atual — e preparado para garantir um cuidado de saúde à altura dos novos tempos.

Nesta edição, você vai conhecer a Radiolar, empresa que leva exames de radiologia e ultrassonografia com excelência até a casa do paciente. Apresentamos também o trabalho do Residencial Com Cuidado, que oferece acolhimento e atenção especializada aos idosos. E ainda, trazemos a inspiradora história do triatleta Cid Barbosa, que após sofrer um AVC, surpreende com sua recuperação, impulsionada pelo preparo físico e determinação.

A Viver Bem em Revista segue atenta ao que realmente importa: levar conteúdo de qualidade, útil e confiável para o seu dia a dia.

Boa leitura!



Ano 18 | Junho 2025

DIRETORA DE CONTEÚDO
Juliana Garcia

DIRETORA DE NEGÓCIOS
Patrícia Guedeville

DIAGRAMAÇÃO
Alkmist

COMERCIAL
(84) 9 9451-4142

TIRAGEM
4.000 exemplares

IMPRESSÃO
Unigráfica

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



HOSPITAL DO CORAÇÃO
25 anos com Acreditação ONA e
inauguração da maternidade



O INSTITUTO SAILLY AGORA FAZ PARTE DO HPSM! CONFIRA NOSSO NOVO ENDEREÇO.



Rua Dom José Tomaz, 999
Tirol, Natal - RN
(Por trás da TV Tropical/ Record)

O 1º Hospital-dia em Saúde Mental do RN

Referência em tratamentos
para depressão resistente!

- Consultas Psiquiátricas
- Internação em Hospital-Dia para tratamentos de transtornos mentais
- Aplicação de medicamentos especializados

Atendemos planos de saúde!



Informações: (84) 99149-1232

Juliana Garcia

juliana@guiaviverbem.com.br



CDL Saúde: nasce um hub para o setor



Patrícia Guedeville, Maria Luísa Fontes, Natália Cuminale e Juliana Garcia

A CDL Natal lançou oficialmente o CDL Saúde, um hub que conecta empresas, clínicas, startups e profissionais em um ecossistema de inovação e negócios. À frente do projeto está Maria Luísa Fontes, vice-presidente da CDL Natal, que destacou a importância da iniciativa para o fortalecimento do setor. O evento contou com palestras de peso: Natália Cuminale, do Futuro da Saúde, e Marc Tawil, referência em comunicação estratégica.

Hospitalar 2025

Siumara Bergmann (SB Saúde) marcou presença na Hospitalar 2025, maior evento da saúde da América Latina, realizado em São Paulo. Em busca de inovações e soluções para sua instituição, ela reforçou a importância da atualização constante na gestão hospitalar.



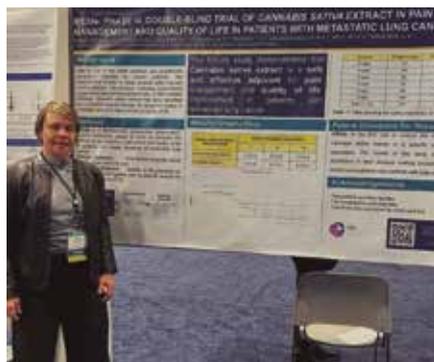
Pediatria potiguar

A nova diretoria da SOPERN tomou posse com foco em capacitação científica e ações voltadas ao bem-estar dos pediatras. O reeleito Dr. Reginaldo Holanda anunciou o 2º Congresso Norte-rio-grandense de Pediatria, em agosto, dentro do Agosto Dourado. A noite também homenageou nomes históricos da especialidade, como Dra. Rosa Vaz e Dr. Ney Fonseca, símbolos de uma pediatria com afeto e excelência.



Medicina Potiguar pelo mundo

A oncologista potiguar Danielli Matias brilhou na ASCO 2025, em Chicago — o maior congresso de oncologia do mundo. Em suas redes, ela celebrou a participação em três estudos clínicos promissores, que podem revolucionar tratamentos de câncer de mama e pulmão.



"Hoje a ASCO foi diferente. Um presente por anos de dedicação à pesquisa clínica", escreveu. Um reconhecimento à força da ciência feita no Brasil, com alma e impacto global.

O hematologista Cláudio Macedo viveu um momento especial em sua carreira: discutir um caso no lendário Memorial Sloan Kettering, em Nova York, ao lado de seu antigo mentor de Lyon, Dr. Gilles Sales. "Qual é o ápice de uma carreira? Talvez seja isso — transformar um sonho profissional em um reencontro memorável", refletiu. E deixou uma provocação: e se o ápice for só o começo de uma nova planície?



ihh

INSTITUTO DE
ONCO-HEMATOLOGIA
DE NATAL

- 🔴 **QUIMIOTERAPIA**
- 🔴 **HEMOTERAPIA**
- 🔴 **TERAPIA CELULAR**
- 🔴 **CONSULTAS**
- 🔴 **EXAMES**



📍 Rua João Virgílio Miranda,
547 - Petrópolis. Natal/RN

📞 (84) 99987-6335

📞 84 3202-5404 / 84 3202-4550



Diagnóstico em casa: a imagem da nova saúde

Radiolar leva diagnóstico por imagem até onde o paciente estiver — com agilidade, precisão e cuidado humanizado

Levar exames de imagem até o paciente: essa é a missão da Radiolar, empresa idealizada pelo médico radiologista Dr. Marcus Passos. Com longa experiência na radiologia, ele percebeu a necessidade de adaptar o atendimento às limitações físicas e à rotina de quem busca mais conforto e autonomia.

“Percebemos que muitos pacientes com doenças crônicas ou mobilidade reduzida enfrentam uma verdadeira operação para fazer um exame simples. Às vezes é preciso acionar ambulância, cuidador, enfermeiro... e muitas vezes, esse trajeto até a clínica pode acabar desestabilizando o estado de saúde do paciente”, explica.

Foi assim que surgiu a proposta da

Radiolar: levar exames como raio-X e ultrassonografias até o lar dos pacientes, com rapidez, qualidade e precisão técnica. “Já realizamos exames até em fazendas no interior. Levamos o equipamento, fazemos as imagens e transmitimos para laudo em tempo real. Em cinco minutos, o exame está pronto”, conta o médico.

A Radiolar atende três públicos principais: pacientes com limitações físicas, pessoas que valorizam a comodidade do atendimento domiciliar e médicos que precisam de exames complementares para procedimentos em suas clínicas. “Temos, por exemplo, clínicas que realizam a colocação de balão intragástrico. Fazemos o exame no local e liberamos o laudo na hora,

otimizando todo o processo”, destaca Passos.

Com uma equipe especializada e tecnologia portátil, a Radiolar representa uma nova fase da saúde personalizada. “Estamos levando cuidado com eficiência, onde o paciente estiver sem perder qualidade diagnóstica”, conclui.

Radiolar

Instagram: @radiolar.natal

84 99186-5656

radiolar.natal@gmail.com

Sinmed RN reelege diretoria e amplia defesa da categoria médica

Reeleito, Dr. Geraldo Ferreira reforça foco nas lutas trabalhistas, serviços aos médicos e protagonismo nacional do sindicato

Responsabilidade renovada, confiança reafirmada. O Sindicato dos Médicos do Rio Grande do Norte (Sinmed RN) reelegeu o médico Dr. Geraldo Ferreira para mais um mandato à frente da entidade. As eleições ocorreram no dia 28 de maio nas sedes do sindicato em Natal, Caicó e Mossoró, com a participação de médicos sindicalizados e em dia com suas contribuições.

O novo ciclo, que se estenderá até 2029, reforça o compromisso com a defesa da categoria médica, especialmente em um cenário de crescentes denúncias sobre atrasos salariais, assédio moral e precarização do trabalho, sobretudo nos municípios com terceirizações e contratos irregulares. “É uma missão grande, mas assumimos com alegria e responsabilidade. Estamos atentos às denúncias e atuando em diversas negociações”, afirmou Dr. Geraldo.

Além da atuação sindical, a entidade também oferece uma ampla estrutura de serviços gratuitos aos associados, como assessorias jurídica, contábil, de comunicação e informática. Os tradicionais cursos de inglês e espanhol (em parceria com o Senac), além de fotografia, violão, canto e informática, retornam em nova fase. Já



Dr. Geraldo preside Fórum Internacional sobre Trabalho Médico, em maio, em Natal.

o Programa Qualidade de Vida, que inclui atendimento nutricional, psicológico e suporte com educador físico, segue entre os mais procurados.

Eleito para o mandato 2025-2027, a partir de 1º de julho, Dr. Geraldo, que foi presidente de 2012-2015, reassume a presidência da Federação Nacional dos Médicos (Fenam), ampliando o protagonismo potiguar no cenário nacional da medicina sindi-

cal. “Agradeço aos colegas que foram às urnas e renovaram sua confiança. Seguiremos firmes na defesa da classe médica.”

Sinmed RN

(84) 3222 0028

@sinmed.rn

www.sinmedrn.org.br



Hospital do Coração de Natal recebe acreditação ONA

No ano em que completa 25 anos de história, o Hospital do Coração de Natal alcança um marco significativo: a certificação da Organização Nacional de Acreditação (ONA), no nível 1, que atesta a segurança e qualidade assistencial oferecidas pela instituição.

O selo confirma o compromisso do hospital com os mais altos padrões de atendimento e dá início a um novo ciclo de aprimoramento e expansão.



Os diretores do HC com os coordenadores médicos.

UM MARCO PARA O HOSPITAL E PARA A SAÚDE POTIGUAR

"É uma feliz coincidência fazer 25 anos e receber essa certificação", afirma Dr. Nelson Solano, diretor executivo e sócio fundador do hospital. "A decisão de buscar a acreditação foi tomada no final de 2023, tornando-

-se nossa prioridade em 2024. Agora, ao alcançarmos esse selo, reafirmamos a evolução do hospital, que cresceu de 60 para 169 leitos e de 150 para mais de mil colaboradores. Isso é apenas o começo de um caminho de aprimoramento constante."

Para Dr. Nelson, a certificação ONA reflete um trabalho que vem sendo consolidado há décadas. "O Hospital do Coração nasceu com um propósito claro: oferecer atendimento de alta qualidade e humanizado. Esse reconhecimento mostra que estamos no caminho certo e reforça nosso compromisso com a segurança e excelência assistencial."

Ele destaca que a trajetória do hospital sempre foi pautada pelo crescimento e inovação. "Desde a inauguração, buscamos nos aprimorar continuamente. Investimos em tecnologia, em qualificação profissional e na expansão da nossa estrutura para atender com excelência. Essa acreditação nos motiva ainda mais a continuar evoluindo."

Dr. Sérvulo Azevedo, diretor médico, complementa: "A primeira etapa da acreditação certifica que trabalhamos com um alto grau de segurança para os nossos pacientes. Esse reconhecimento chega como um prêmio na celebração dos 25 anos do hospital."

O CAMINHO PARA A CERTIFICAÇÃO

O processo de acreditação foi intenso. "Tivemos a visita inicial da ONA em fevereiro de 2024, quando realizaram uma auditoria detalhada e apresentaram um relatório com requisitos que precisávamos ajustar", explica Patrícia Saldanha, enfermeira

da qualidade. "Passamos quase um ano implementando as mudanças necessárias. Em dezembro, uma nova auditoria confirmou nossa evolução, e, finalmente, conquistamos o selo. Foi um processo desafiador, mas extremamente gratificante."

Dr. João Brás, médico da qualidade, destaca a importância dessa conquista: "O Hospital do Coração tornou-se um case de sucesso em acreditação hospitalar. Esse processo não é apenas uma certificação; trata-se de uma mudança cultural e estrutural profunda. O que implantamos agora continuará evoluindo por décadas, garantindo uma assistência hospitalar de ponta para a sociedade potiguar."

NOVOS DESAFIOS E PRÓXIMOS PASSOS

A conquista do selo ONA 1 é apenas o primeiro passo. "A acreditação não é só um selo, é a garantia de que oferecemos segurança e qualidade para pacientes, médicos e colaboradores", afirma Dr. Rafael Dianes, diretor nacional de rede ambulatorial da Athena Saúde. "Temos 12 hospitais no grupo, e o Hospital do Coração é um dos mais representativos, pela tecnologia, complexidade dos casos atendidos e relevância financeira. Nosso objetivo é avançar para os níveis ONA 2 e ONA 3 e, em seguida, buscar uma acreditação internacional."

Dr. Nelson reforça que a certificação é um estímulo para o hospital continuar crescendo. "Nossa meta agora é buscar novas acreditações e consolidar nosso hospital como referência no Nordeste. Para isso, seguiremos investindo na modernização de processos, no aperfeiçoamento da equipe e na ampliação dos serviços."



O médico Rafael Dianas, diretor nacional da rede ambulatorial da Athena Saúde com a diretoria do HC.

INVESTIMENTOS PARA UM FUTURO AINDA MAIS SÓLIDO

Para consolidar essa evolução, novos investimentos estão a caminho. "2025 será um ano de novidades", afirma Alexandre Sakagushi, diretor operacional. "Vamos modernizar nosso sistema hospitalar, tornando os atendimentos mais ágeis e eficientes. Também ampliaremos nossa estrutura com duas novas salas cirúrgicas e investimentos na linha materno-infantil

e pediátrica. O Hospital do Coração continuará sendo referência em cirurgias de alta complexidade e qualidade assistencial."

Dr. Nelson Solano destaca que os investimentos não se limitam à infraestrutura. "Estamos aprimorando protocolos, investindo em novas tecnologias e capacitando nossas equipes para garantir que o atendimento ao paciente seja cada vez mais seguro e eficiente. Nosso compromisso é oferecer um serviço de saúde que faça a diferença na vida das pessoas."

A certificação ONA é um reconhecimento importante, mas, mais do

que isso, é um compromisso renovado com a segurança, a qualidade e a inovação. Com 25 anos de história, o Hospital do Coração de Natal inicia uma nova fase, mirando um futuro de ainda mais excelência para a saúde potiguar.



Hospital do Coração inaugura serviço materno infantil e amplia cuidado com excelência, tecnologia e afeto desde o nascimento

Natal agora conta com uma nova referência em saúde materno-infantil. O Hospital do Coração inaugurou, no final de fevereiro, sua maternidade e pediatria, unindo alta tecnologia, humanização e um modelo de atendimento já consolidado na saúde adulta.

Com 25 anos de trajetória consolidada no cuidado de adultos, o Hospital do Coração de Natal acaba de escrever um novo e emocionante capítulo em sua história. No fim de fevereiro, foi inaugurado oficialmente o novo serviço materno infantil da instituição, que passa a oferecer assistência completa em maternidade, pediatria e ginecologia, além de contar com uma estrutura de UTI neonatal de excelência.

O anúncio, feito com emoção

por toda a diretoria, foi também um gesto de compromisso com a cidade. “Queremos oferecer à população do Rio Grande do Norte um serviço de qualidade, com o DNA do Hospital do Coração: assistência com excelência, humanismo e segurança”, afirmou o diretor executivo, Dr. Nelson Solano, em seu discurso de inauguração. “Parabéns a todos que tornaram isso possível. Em dois meses montamos uma estrutura diferenciada que já nasce com o nosso selo de confiança.”

A maternidade representa mais que uma ampliação de serviços. É uma resposta direta à carência de leitos na assistência neonatal e obstétrica em Natal e região metropolitana. “Sabemos da necessidade da cidade. Por isso, esse é um presente que o Hospital do Coração entrega à comunidade”, completou Dr. Nelson.

Com um investimento robusto em infraestrutura e pessoal, o novo serviço nasceu com a marca da inovação. “Contratamos profissionais al-



Diretoria do HC com os coordenadores da Pediatria/Maternidade

tamente qualificados e investimos em equipamentos de última geração. São duas salas cirúrgicas equipadas para atender qualquer tipo de cirurgia materno infantil, além de uma UTI com padrão elevado de segurança e produtividade”, detalhou Alexandre Sakagushi, diretor operacional. Ele também destacou o treinamento intensivo realizado com os novos colaboradores durante o mês anterior à inauguração. “Fizemos questão de simular todos os fluxos e processos para garantir que tudo funcione perfeitamente desde o primeiro atendimento.”

Com um olhar voltado para o cuidado humano e acolhedor, a pediatria

surge com uma proposta diferenciada. À frente do setor, a pediatra Ana Luiza Braga descreveu com carinho a missão da equipe: “As crianças serão recebidas com muito amor e cuidadas com as melhores técnicas. Aqui vamos aliar ciência, carinho e escuta, para que cada paciente e sua família se sintam seguros e respeitados.”

Para ela, estar dentro do Hospital do Coração é uma chancela importante. “Este hospital já é referência em excelência e humanização. Agora, vamos somar a isso a magia da Pediatria, com cuidado integral e muita dedicação.”

A nova maternidade simboliza também um avanço na missão do

hospital de oferecer uma jornada completa de cuidado à população. “Estamos fechando o ciclo: do nascimento ao envelhecimento, o Hospital do Coração estará ao lado do paciente em todas as fases da vida”, afirmou o diretor médico, Dr. Sérvulo Azevedo Jr. “É um momento de grande emoção para todos nós. Chegamos até aqui com muito trabalho, e seguiremos com o mesmo padrão de excelência.”

A ampliação do hospital também é vista como um símbolo de esperança para muitas famílias. Em uma época em que a rede pública e privada enfrenta desafios na atenção materno-infantil, o novo serviço traz fôlego

e alternativas à cidade. “Sabemos da responsabilidade que temos ao assumir essa missão. Mas temos confiança na equipe e na estrutura montada. É o início de uma nova etapa promissora, não apenas para o Hospital do Coração, mas para toda a Natal”, reforçou Sakagushi.

Durante a cerimônia, um sentimento unânime entre os presentes era a sensação de dever cumprido — e o olhar firme no futuro. “Temos a excelência como parte do nosso DNA. E como mantra da nossa instituição, queremos sempre fazer amanhã melhor do que fizemos hoje”, declarou Dr. Nelson.

O novo serviço já começou a funcionar. E se depender da paixão e da preparação da equipe, os primeiros suspiros de vida dados ali serão sempre acolhidos com segurança, carinho e o compromisso de um hospital que agora pulsa também pelo futuro das novas gerações.

OS PRIMEIROS BATIMENTOS: THÉO E MAITE INAUGURAM NOVA HISTÓRIA

O dia 28 de fevereiro de 2025 ficará marcado não só pela inauguração da maternidade do Hospital do Coração, mas também pelo nascimento dos primeiros bebês que abriram o caminho de uma nova geração acolhida com excelência e afeto.

Às 11h52, nasceu Théo, com 50 centímetros e 3.810 gramas. Recebido com alegria pela equipe médica, ele teve a presença do pai durante todo o parto — e foi o pai quem teve a honra de cortar o cordão umbilical, selando o início de uma nova fase para a família. Apesar de ser o terceiro filho do casal, a emoção foi como se fosse a primeira vez.

Pouco depois, às 13h32, chegou ao mundo Maite, com 51 centímetros e

3.830 gramas. Primeira menina a nascer na nova maternidade, ela encheu de emoção não apenas os pais, mas também toda a equipe do hospital, que celebrou esse momento histórico com carinho e entusiasmo.

Dois novos corações batendo forte. Dois nomes que agora fazem parte da história do Hospital do Coração. Um início simbólico e promissor para o serviço materno infantil da instituição — que já nasceu com histórias lindas para contar.



UTI com selo de excelência: Hospital do Coração entre os melhores do Brasil

Em meio à celebração dos seus 25 anos, o Hospital do Coração de Natal conquistou mais um reconhecimento que reforça sua posição de destaque nacional: o selo Top Performer da Associação de Medicina Intensiva Brasileira (AMIB). A certificação é concedida às Unidades de Terapia Intensiva (UTIs) com os melhores indicadores de qualidade do país.

“Nem todo hospital se submete a essa avaliação, porque ela exige um nível muito alto de organização e controle dos dados assistenciais. Para a AMIB, nós somos UTI Top Performer. É uma honra que vem da nossa dedicação diária à segurança e à qualidade do cuidado”, destacou o diretor executivo Dr. Nelson Solano.

A avaliação é feita com base em indicadores rigorosos enviados voluntariamente pelos hospitais à AMIB. Esses dados avaliam práticas assistenciais, níveis de infecção, conformidade dos processos e taxa de mortalidade

ajustada por complexidade.

O Hospital do Coração conta hoje com 60 leitos de UTI, distribuídos entre unidades adultas e neonatal, e segue investindo em estrutura e capacitação para manter os mais altos padrões de atendimento. “O que diferencia nossas UTIs é a capacidade técnica da equipe, o controle rígido de infecções e o compromisso com protocolos assistenciais atualizados”, completou Dr. Nelson.

A conquista vem somar à acreditação internacional da Organização Nacional de Acreditação (ONA) e reforça o DNA da instituição: um compromisso inegociável com a excelência. Para um hospital que não para de crescer — “do nada, outra coisa nova brota aqui”, brinca Dr. Nelson —, a certificação é também um símbolo da força e da visão de futuro da instituição.



Quando o cuidado precisa ir até você: Hospital do Coração lança serviço de remoção com ambulâncias em Natal

UTI móvel e transporte assistido prometem mais segurança e conforto a pacientes em situações delicadas, com início em 3 de julho

Quando cada minuto conta, o transporte adequado pode salvar vidas. Situações como transferências inter-hospitalares de pacientes graves, remoções domiciliares de pessoas com mobilidade comprometida ou apoio a tratamentos em home care exigem uma estrutura médica móvel que vá além do convencional. Pensando nisso, o Hospital do Coração, referência em atendimento de alta complexidade em Natal, lança, a partir de 3 de julho, seu novo Serviço de Remoção com Ambulância, com cobertura em toda a cidade.

A proposta é garantir transporte assistido, seguro e ágil, com duas modalidades: suporte básico e suporte avançado de vida (UTI móvel). O atendimento é voltado a pacientes que não podem se locomover sozinhos ou precisam de assistência médica durante o trajeto.

Segundo o diretor médico, Dr. Sérvulo Azevedo, o serviço foi estruturado para manter o padrão de excelência do hospital também fora de suas instalações. “Nosso objetivo é oferecer continuidade do cuidado com segurança, tecnologia e equipes preparadas para dar respostas rápidas, mesmo em situações críticas.”

O serviço estará disponível para diversas finalidades: de transferências entre hospitais a remoções domiciliares e apoio ao home care. Ambulâncias modernas e equipadas, além de profissionais treinados em emergências, são o diferencial que garante a confiança no atendimento.

Com essa iniciativa, o Hospital do Coração reforça seu compromisso com o cuidado integral à saúde, colocando o bem-estar do paciente como prioridade em todas as etapas do atendimento.

MODALIDADES DE ATENDIMENTO

- Atendimento domiciliar com suporte clínico
- Transferência inter-hospitalar
- Apoio a pacientes em home care
- Atendimento em locais diversos, sob demanda

Informações: (84) 4009-2041

Hospital do Coração de Natal

R. Cel. Auris Coelho, 235 - Lagoa Nova, Natal - RN
(84) 4009-2000

Humana Saúde aposta em cuidado acessível e cresce no RN

Operadora do Grupo Athena, a Humana cresce no RN com rede de qualidade e planos para diferentes perfis, atingindo 115 mil vidas em cinco anos

Com atuação em cinco estados, mais de 1,5 milhão de beneficiários e uma rede de 12 hospitais próprios, o Grupo Athena Saúde consolidou-se como uma das maiores plataformas de saúde suplementar do país. Criado em 2017 com investimentos do fundo Pátria, o grupo reúne operadoras regionais sob uma estratégia de crescimento sustentável, e uma das marcas que mais se destaca é a Humana Saúde.

No Rio Grande do Norte, a Humana iniciou sua operação em 2020, com uma proposta clara: oferecer planos acessíveis, cuidado humanizado e rede de qualidade. À frente da área comercial e marketing da Região Nordeste, o potiguar Idris Saldanha, comandou a expansão do plano no Estado. “Chegamos com zero clientes, em plena pandemia. Em dois anos, já tínhamos 60 mil beneficiários. Hoje, são mais de 115 mil vidas atendidas entre saúde e odonto”, afirma Idris.

Segundo ele, o crescimento acelerado se deve ao equilíbrio entre preço justo, qualidade assistencial e tecnologia acessível.

Um dos grandes diferenciais da Humana do estado é contar com o Hospital do Coração, que também integra o Grupo Athena. A unidade é referência em alta complexidade, premiada 13 vezes como o melhor hospital do estado, e agora conta com maternidade e pediatria exclusivas para beneficiários da operadora.

Com agência, app, telemedicina e pronto-atendimento online 24h, a Humana aposta em soluções que aproximam o cliente do cuidado. “É possível resolver tudo com poucos cliques”, diz Idris. No mercado corporativo, a conquista da conta do Nordeste, com mais de 5.400 vidas, reforça o posicionamento da marca.

“Nosso propósito é simples e poderoso: cuidar, com acesso, eficiência e humanidade”, finaliza o gestor.



Idris Saldanha, diretor comercial e marketing da Humana Saúde Nordeste

Ha mais de
40 anos **cuidando**
da sua saúde
com excelência em
patologia clínica.



Conte com a gente para cuidar do que mais importa!

- Exames modernos
- Salas de coleta confortáveis
- Equipe altamente preparada
- Área técnica moderna e confiável

Prazer, somos o LAF.



Unidade I - Av. Campos Sales, nº694, Tirol
Unidade II - Av. Miguel Castro, nº1095, Lagoa Nova
Unidade III - Wellness Center - Av. Lima e Silva, 1595 - Nossa Sra. de Nazaré

 (84) 3211.5093  (84) 98153.4044  @lafnatal
 www.labflemingnatal.br



Com Cuidado

Quando envelhecer é também conviver

Com proposta acolhedora e centrada na dignidade, espaço oferece moradia, atenção integral e vínculo com a família para idosos

Envelhecer não precisa significar isolamento — e é exatamente isso que a Com Cuidado, idealizada pela administradora com gestão em saúde Karina Passos, defende com sua proposta diferenciada de atenção ao idoso. Há mais de dez anos no mercado, a instituição conta com unidades em Capim Macio e Lagoa Nova, oferecendo tanto moradia permanente quanto centro de convivência diurna para idosos com diferentes níveis de autonomia.

“No centro-dia, o idoso passa parte do dia conosco e retorna para casa. Já na moradia permanente, ele fica sob nossos cuidados contínuos, com acompanhamento médico, de enfermagem, nutricionista, fisioterapia, musicoterapia, entre outros”, explica Karina. A diferença principal está na frequência do contato. “Quem mora aqui é observado diariamente, conseguimos perceber rapidamente qual-

quer mudança. Já quem vem esporadicamente, muitas vezes vai pra casa em um estado e retorna em outro.”

Um dos pilares do projeto é o estímulo à convivência social como ferramenta de saúde. “Eles se relacionam, se expressam, até discutem e isso mantém o cérebro ativo. Isso gera mais autonomia, mais autoestima, mais capacidade de decisão”, destaca Karina. A personalização também é incentivada: “O quarto pode ter a história da vida do idoso. A identidade de cada um é respeitada.”

Com um ambiente transparente e sem horário de visita, a Com Cuidado aposta na relação com a família como parte essencial do cuidado. “Os familiares podem vir na hora que quiserem, participar do almoço, colocar o ente querido para dormir. A casa é deles também.”

Karina acredita que o espaço ajuda a desmistificar a ideia de que o resi-

dencial é sinônimo de abandono. “Estamos construindo o entendimento de que é um cuidado a mais, um cuidado compartilhado entre casa e família. É acolhimento, não afastamento.”



Com Cuidado

Instagram: @comcuidado

WhatsApp: 2030-1172

(84) 99186 4646

(84) 98122 2024

PROGRAMA

FILA ZERO

CEARÁ-MIRIM É EXEMPLO NO ESTADO!

+ DE **7 MIL ATENDIMENTOS** DESDE
O INÍCIO DO ANO*

- EXAMES DE **CATARATA**
- **ENDOSCOPIAS**
- **RESSONÂNCIAS MAGNÉTICAS**
- E MAIS **14 ESPECIALIDADES MÉDICAS**

A Prefeitura Municipal de Ceará-Mirim comemora os mais de 7 mil atendimentos realizados desde a implantação do **Programa FILA ZERO** no início do ano.

Entre as diversas especialidades disponíveis, exames de catarata, endoscopias e ressonâncias magnéticas que significam **menos tempo de espera** e **mais saúde** para a população.

*dados do Setor de Regulação no Quantitativo de Demanda



PREFEITURA MUNICIPAL DE
CEARÁ-MIRIM
CONSTRUINDO O FUTURO COM O POVO

CAURN reforça cuidados com serviços próprios e atenção acolhedora ao associado

Com o propósito de cuidar, a CAURN nasceu em 1997 para atender aos servidores da UFRN. De lá para cá, cresceu, ampliou seus serviços e hoje acolhe também servidores do IFRN e da UFERSA — sempre com foco na qualidade e no bem-estar de quem faz parte do plano.

Mesmo sendo uma operadora de rede aberta, a CAURN aposta em serviços próprios para oferecer um cuidado mais próximo e personalizado. E os resultados aparecem: segundo a Pesquisa de Satisfação da ANS (ano-base 2024), mais de 91% dos associados aprovam o plano.

Um exemplo desse cuidado é o Programa De Bem com a Vida, criado em 2003. Voltado para associados a partir de 60 anos, o programa oferece atividades com uma equipe multidisciplinar, que inclui psicólogos, nutricionistas, terapeutas ocupacionais, profissionais de educação física, arteterapeutas e um médico geriatra. Tudo pensado para promover saúde e qualidade de vida.

O programa deu origem à Casa CAURN, um espaço acolhedor que hoje reúne mais de 17 especialidades com profissionais reconhecidos no mercado potiguar.

Mais recentemente, a operadora lançou a APS CAURN, um serviço de Atenção Primária à Saúde com foco na Me-

dicina de Família e Comunidade. Um cuidado coordenado, contínuo e humano — do jeito que a CAURN acredita que deve ser.





CÂMARA MUNICIPAL DE NATAL

Trabalhando pelo bem da nossa cidade.

Desde a sua fundação, a Câmara Municipal de Natal acompanha os rumos da história da cidade. São décadas de atividade, sempre com a mesma missão: trabalhar pelos interesses da população natalense.

 cmnatal.rn.gov.br

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

 [camaranat](https://twitter.com/camaranat)





Alto padrão: Moura Dubeux apresenta apartamento decorado do Florata

Clientes poderão conhecer os detalhes de um projeto arquitetônico único no Tirol e visualizar como será o apartamento

A compra de um imóvel na planta ou em construção, seja para moradia ou investimento, é uma das mais seguras e rentáveis oportunidades de aumento de patrimônio e apresenta diversas vantagens, como preços mais atrativos, facilidades de pagamento, valorização ao longo do tempo e personalização do imóvel. Mas como visualizar na prática como será o seu futuro apartamento? A resposta é simples: visitar um decorado.

Disponibilizar um apartamento decorado é uma ferramenta que coloca construtoras à frente no mercado e mostra a seriedade da empresa, da qualidade do produto e a fidelidade do projeto arquitetônico que está sen-

do oferecido ao cliente.

Em Natal, a Moura Dubeux, maior empresa do mercado de incorporação e construção civil do Nordeste, oferece para visitação o decorado do Florata, empreendimento residencial de alto padrão situado na melhor localiza o do bairro Tirol, um dos bairros mais desejados pelos natalenses. A assinatura do espaço   da renomada arquiteta Marília Bezerra.

Recém-chegada do Salone del Mobile, em Milão, na Itália, considerada a maior do mundo, ela explica que o decorado da Moura Dubeux está em sintonia com as últimas tendências da arquitetura e decora o. De acordo com Marília, a concep o do projeto

arquitetônico partiu da necessidade do cliente de possuir um lar com ambientes integrados de sala, cozinha e varandas amplas, bem como o uso de uma parede maior, que permita ver a televisão de vários lugares. Já quanto ao projeto de interiores, a arquiteta ressalta que a proposta foi adotar uma linha que possa agradar ao maior número de pessoas. “Optamos por um apartamento clean, leve, com espelhos, quadros e usamos cores suaves, com toques de verde, incluindo o verde pistache, uma super tendência. Queremos um sentimento de acolhimento ao chegar no apartamento”, disse.

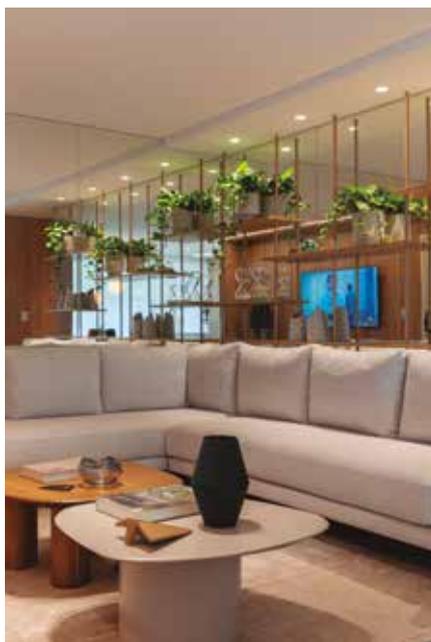
INSPIRAÇÕES

Outro grande benefício ao visitar um decorado é ter inspirações para a decoração do seu futuro lar. Com o apartamento montado fica mais fácil observar como são utilizadas as cores, os móveis e os acessórios para criar um ambiente como se deseja.

Com a bagagem cheia de referências e ideias das mais importantes feiras internacionais, Marília projetou o decorado do Florata com tendências atuais, mas com elementos que mantêm o espaço uma identidade única. A arquiteta apostou em mobiliário, iluminação aconchegante, tapetes com diferentes texturas, telas autorais para os ambientes e uma estante exclusiva. Outro destaque é uma ilha com detalhes em mármore. “Tudo foi pensado de uma forma harmônica, para que ficasse não só bonito, mas funcional. O projeto de um apartamento decorado é muito importante, pois o cliente vai sentir as possibilidades que o espaço permite. Fizemos até um closet de vidro, que é uma opção maravilhosa e personalizada. Acho que um decorado traduz para o cliente diversas alternativas”.

EXCLUSIVIDADE

O Florata é um projeto único e arrojado, com uma arquitetura moderna, espaços funcionais, paisagismo exuberante e em localização diferenciada do Tirol. Outro destaque é a proximidade com os melhores serviços que o entorno pode oferecer, mas sem perder o contato com a natureza. 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 m² ou 150 m², três ou quatro quartos e todos os apartamentos possuem varanda gourmet, suíte master, além de diferenciais como fechaduras eletrônicas.



VISITAÇÃO

Os interessados em conhecer as exclusividades do Florata podem visitar o apartamento decorado de 150 m², localizado na Rua Desembargador Floriano Cavalcante, 45, no Tirol. Consultores especializados estarão à disposição para apresentação de todos os diferenciais do empreendimento. O espaço decorado funciona de segunda a sexta-feira, das 8h às 16h, e aos sábados das 8h às 12h.

pra VIDA DO SERVIDOR PÚBLICO *da educação*

Plano de saúde dos servidores
da UFRN, UFERSA, IFRN
e entidades vinculadas.

(FUNPEC, SINTEST, ADURN,
CREDSUPER, SINASEFE,
ASCEFETR, AFURN).

CAORN

AGORA E PRA TODA VIDA.



91%

DE SATISFAÇÃO ENTRE OS ASSOCIADOS.*

Cobertura nacional para urgência e emergência
(convênio de reciprocidade).



**Escolha um estilo de
vida mais saudável.**

Central de Atendimento:
(84) 3311-3665 | caurn.com.br
[@sejacaurm](https://www.instagram.com/sejacaurm)



A saúde está em revolução

e não dá pra ficar de fora

Em Natal para o lançamento da CDL Saúde, a jornalista Natália Cuminale, fundadora do Futuro da Saúde, fala sobre as transformações mais impactantes do setor e a urgência de adaptação para quem atua na área.

Com mais de dez anos de trajetória na imprensa nacional, Natália Cuminale deixou a redação da Veja para criar seu próprio canal de conteúdo sobre o setor que mais cresce e se reinventa no país: a saúde. Fundadora do Futuro da Saúde, projeto que ganhou notoriedade durante a pandemia, ela esteve em Natal para o lançamento da CDL Saúde e conversou com a Viver Bem em Revista sobre inovação, desafios estruturais e o papel dos profissionais diante das mudanças em curso.

Você deixou uma carreira consolidada na grande imprensa para apostar num canal independente sobre saúde. O que motivou essa virada?

Comecei a perceber uma transformação profunda na saúde, tanto pública quanto suplementar, e não via um espaço na imprensa tradicional para tratar disso com a profundidade que o tema exige. Resolvi criar um canal que trouxesse informação qualificada, com foco em inovação, gestão e impacto. A pandemia validou essa

proposta, reforçando a importância de curadoria confiável num setor tão essencial.

Em suas análises, você fala de uma revolução múltipla no setor da saúde. Quais são os vetores principais dessa mudança?

O setor está mudando em várias frentes: fusões e aquisições, crescimento de startups, novas tecnologias como inteligência artificial e dispositivos vestíveis. A indústria farmacêutica também evoluiu, trazendo tratamen-

tos que antes não existiam, como os análogos de GLP-1. E tudo isso ocorre num cenário de envelhecimento populacional e aumento de doenças crônicas, o que exige mais atenção, cuidado e inovação.

Para muitos, inovação ainda é sinônimo de tecnologia. Você costuma ampliar esse conceito. O que é ser inovador na saúde hoje?

Inovar é também mudar a mentalidade. É repensar práticas, conectar setores que antes não se falavam, criar pontes dentro de um sistema fragmentado. A tecnologia é uma aliada, mas a verdadeira inovação acontece quando conseguimos colocar o paciente no centro e gerar valor real para ele.

Você defende que os profissionais de saúde ocupem espaços de comunicação, inclusive nas redes sociais. Por quê?

Porque o vácuo de informação é rapidamente preenchido por desinformação. Se os profissionais não falam, outros falam por eles — e nem sempre com responsabilidade. Precisamos ocupar as redes com conteúdo sério, acessível e baseado em evidências. Isso também é uma forma de cuidado com a saúde pública.

O SUS aparece com frequência nos seus conteúdos. Qual é o lugar do sistema público nessa revolução da saúde?

O SUS é um gigante com mais de 70% da população dependendo dele. Claro que há falhas, mas é um



sistema robusto e motivo de orgulho. Parte do nosso trabalho é traduzir sua complexidade para o público, valorizando desde o Programa Nacional de Imunizações até o papel estratégico da atenção primária.

Com tantos avanços e tecnologias caras, como equilibrar inovação e acesso?

Esse é um dos maiores dilemas. Precisamos buscar soluções como acordos de compartilhamento de risco com a indústria, judicialização mais responsável e decisões baseadas em evidências. Inovação não pode ser sinônimo de exclusão. E sempre: o foco deve ser o benefício ao paciente.

Que conselho você dá aos profissionais que desejam se manter relevantes nesse cenário em mutação?

Esteja conectado, colabore, comunique-se. O profissional que não se atualiza perde espaço. E mais do que acompanhar tendências, é preciso entender seu papel na transformação. Quem trabalha com saúde tem que olhar para o que acontece no mundo, mas sem esquecer a realidade local.

Afinal, no fim das contas, tudo gira em torno de uma pergunta: como gerar valor para quem precisa de cuidado?

Mais que notas

Colégios Salesiano Dom Bosco e São José investem no desenvolvimento socioemocional dos alunos

Projetos acolhem e fortalecem estudantes, oferecendo suporte emocional, técnicas para lidar com a ansiedade e segurança na escolha da carreira

Mesmo tirando boas notas, Júlia Nunes, de 14 anos, enfrentava uma batalha silenciosa durante as provas: mãos suadas, tremores e o medo paralisante de errar. Foi ao participar do projeto “Lidando com a Ansiedade”, promovido pelo setor de psicologia do Colégio Salesiano Dom Bosco, que ela encontrou novas formas de encarar esse desafio.

Assim como Júlia, outros alunos são beneficiados por ações da escola, que vai muito além do ensino de conteúdos, cuidando da saúde emocional desde o ensino fundamental.

“Eu suava frio, tremia e, às vezes, até tinha receio de passar mal. Isso me prejudicava muito, porque não conseguia focar direito”, conta Júlia Nunes, aluna do 9º ano do Colégio Salesiano Dom Bosco. Apesar de sua dedicação e desempenho escolar, a ansiedade transformava as provas em um grande desafio. Sua mãe, Lindalva Barbosa Rego, reconhece a importância do apoio recebido: “Esse apoio psicológico foi essencial. O colégio tem um ensino avançado e os alunos ficam



Júlia Nunes- aluna no 9º ano aprendeu a lidar com a ansiedade nos dias de prova

ansiosos. O projeto deu mais segurança para minha filha. Chegou na hora certa”.

Projeto “Lidando com a Ansiedade”

Pensando em situações como a de Júlia, o setor de psicologia do Salesiano Dom Bosco criou o projeto “Lidando com a Ansiedade”, voltado especialmente para os alunos do 9º ano. Coordenado pela psicóloga Ennia Oliveira, a iniciativa

oferece aos estudantes ferramentas para compreender e gerenciar suas emoções.

O projeto é desenvolvido em quatro encontros, realizados no contraturno. “Começamos com uma dinâmica em que cada aluno deposita anonimamente suas preocupações. Depois, discutimos em grupo, buscando estratégias para lidar com elas”, explica Ennia. As atividades incluem ainda psicoeducação sobre a ansiedade, seus sintomas e técnicas de enfrentamento. Um dos momentos mais marcantes é a entrega de um chaveirinho com a técnica dos cinco sentidos — um recurso lúdico para ajudar os estudantes a se acalmarem em momentos de crise.

Saúde emocional em foco

A preocupação com a saúde emocional dos jovens é urgente e global. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que um em cada sete jovens de 10 a 19 anos sofre de algum transtorno mental, o que representa 15% da carga global de doenças nessa faixa etária.

Depressão, ansiedade e distúrbios comportamentais estão entre as principais causas de doença e incapacidade entre os adolescentes.

Escola, pais e especialistas: juntos contra o bullying e os excessos das telas

Outro aspecto fundamental da proposta pedagógica da Rede Salesiana é caminhar de mãos dadas com as famílias, fortalecendo a parceria entre escola e pais. Este ano, por exemplo, foi realizada uma importante palestra sobre os impactos do bullying e do uso excessivo de telas na infância e adolescência, promovida pelos Colégios Salesiano Dom Bosco e Salesiano São José.

O evento abriu um espaço essencial de diálogo entre escola, famílias e especialistas. A psicóloga Débora Sampaio enfatizou a necessidade de reforçar a conexão afetiva com os filhos, defendendo uma presença ativa tanto na vida presencial quanto online das crianças e adolescentes: "O cyberbullying traz danos, às vezes irreparáveis, e não podemos mais aceitar que nenhuma família perca o seu filho por uma situação como essa. Vamos juntos prevenir, atuar e lutar contra esse tipo de violência que tem trazido tanto sofrimento".

Complementando, a advogada Luciana Lucena reforçou a importância do diálogo e da vigilância no ambiente digital: "Estejam atentos, olhem o que eles estão fazendo, porque juridicamente vocês respondem em caso de violação à imagem ou cometimento de danos a outras crianças e adolescentes".

A gestora pedagógica Ana Cristina ressaltou que é fundamental oferecer esse tipo de orientação às famílias, para que estejam atentas aos caminhos que os filhos percorrem, aos conteúdos que consomem e às interações que estabelecem, especialmente no ambiente digital. Segundo ela, a intenção da escola ao promover momentos como esse é justamente "fortalecer a parceria entre família e escola", criando um espaço de reflexão e cuidado mútuo.

Esse encontro reforça o compromisso dos Colégios Salesianos em construir, junto às famílias, ambientes mais seguros, saudáveis e acolhedores para todos os estudantes.



A palestra com Débora Sampaio foi realizada nas duas unidades do Salesiano no RN



Parte da turma do 3º ano que recebe orientação para a escolha profissional



Ennia Oliveira - Psicóloga do Salesiano Dom Bosco

Diante desse cenário, os Colégios Salesianos Dom Bosco e São José buscam atuar preventivamente, acolhendo e orientando seus alunos para que

aprendam a lidar com as emoções de forma saudável.

O cuidado com a saúde emocional nos colégios começa desde cedo, com o Projeto de Vida OPEE, um projeto que busca desenvolver competências socioemocionais como empatia, resiliência e autocontrole, desde os primeiros anos do ensino fundamental. "Queremos que nossos alunos aprendam a lidar com as emoções, façam escolhas conscientes e se sintam acolhidos em cada etapa da vida escolar", afirma a psicóloga Ennia Oliveira.

Escolha da profissão

Além de ajudar os alunos a controlar a ansiedade, o setor de psicologia também promove o projeto "Orientação para a Escolha Profissional", voltado para os estudantes do 3º ano do Ensino Médio. "A proposta é desmistificar a escolha da carreira e reduzir a pressão familiar", destaca Ennia. O projeto envolve cinco encontros, nos quais são trabalhados o autoconhecimento, a identificação de valores e interesses, além da análise crítica das profissões. Ao final, os estudantes realizam o Inventário de Beck, que permite mapear níveis de ansiedade e garantir um acompanhamento mais individualizado.

Salesiano

salesianorn.com.br
@salesianodombosco
@salesianosaojose

A corrida pela vida

Cid Barbosa, o triatleta que venceu o AVC



Campeão de Ironman, Cid Barbosa superou um AVC de grande extensão e, seis meses depois, cruzou a linha de chegada de uma corrida de 10 km. Sua história inspira e alerta sobre a importância da atividade física.

Atleta de alta performance, com mais de duas décadas dedicadas ao triatlo, Cid Barbosa construiu uma carreira sólida no esporte. Foi campeão do Ironman Brasil, venceu provas internacionais como o Ironman da África do Sul e é fundador da CB Sports, uma assessoria esportiva que orienta mais de 600 alunos em todo o Brasil. Mesmo após diminuir o ritmo das competições para se dedicar mais ao treinamento dos atletas da sua assessoria, em 2024 ele mantinha uma rotina intensa de treinos: uma ou duas modalidades por dia, de domingo a domingo.

Mas em novembro daquele ano, Cid foi surpreendido por um adversário invisível. Na manhã seguinte a uma viagem, ao acordar, percebeu uma dormência no lado direito do corpo. “Achei que fosse pela posição que dormi. Não imaginava a gravidade”, conta. Ao tentar falar ao telefone

com a esposa, não conseguia se comunicar. Foi ela, Jinnah Barbosa, quem percebeu a urgência. “Assim que atendi a ligação e percebi que ele não conseguia falar, corri para casa. Sabia que era sério”, lembra.

Graças à percepção rápida e à proximidade de um hospital com atendimento neurológico, Cid recebeu o socorro imediato que, segundo o neurologista Dr. Marcelo Marinho, foi crucial. “No AVC isquêmico, a cada minuto sem atendimento adequado, quase dois milhões de neurônios podem ser perdidos. Agir rápido muda tudo.”

Apesar do susto, o caso de Cid chama atenção por ocorrer em alguém com estilo de vida tão saudável. Dr. Marcelo explica que, embora incomum, o AVC pode atingir pessoas jovens e ativas. “Existem causas como alterações cardíacas, dissecação de artérias ou predisposições genéticas que



Comemoração após a conclusão da primeira prova. 10km em 42 minutos.

não estão ligadas a maus hábitos. Mas o histórico esportivo de Cid fez toda a diferença na resposta do organismo e na reabilitação.”

Ainda internado, ele iniciou sessões de fisioterapia e fonoaudiologia. Com alta hospitalar, seguiu em casa uma rotina intensa: fisioterapia todos os dias nas primeiras semanas, musculação duas vezes por semana e, já no primeiro mês, voltou a praticar natação, ciclismo e corrida de forma adaptada. “Foi como treinar para um novo tipo de prova. A mais difícil da vida”, relembra Cid.

Em seis meses, os resultados surpreenderam. Cid participou de uma corrida de 10 km e concluiu a prova em 42 minutos. “Estar ali, cruzar aquele pórtico... passou um filme na cabeça. Mais do que o tempo, foi sobre tudo o que eu precisei superar para chegar ali. Foi uma vitória”, comemora.

Além da superação, sua história

serve como alerta. “Cid teve todos os fatores a seu favor: um corpo preparado, um socorro rápido e disciplina na reabilitação. Mas muitos não têm essa chance”, reforça Dr. Marcelo. Por isso, ele destaca a importância de cuidar da saúde com hábitos que reduzem o risco do AVC:

- Praticar pelo menos 150 minutos de atividade física por semana
- Manter a pressão arterial, glicose e colesterol sob controle
- Evitar tabagismo e consumo excessivo de álcool
- Tratar distúrbios como apneia do sono
- Ter uma dieta equilibrada e manter o peso saudável

Ele também orienta que qualquer sinal de fraqueza súbita, fala enrolada, perda de equilíbrio ou visão deve ser tratado como emergência.

Hoje, Cid voltou à rotina esporti-

va e à liderança da sua assessoria. Mas carrega um novo propósito: conscientizar. “A atividade física não impede que algo ruim aconteça. Mas se acontecer, vai mudar o seu destino. Temos muitos problemas na vida, mas quando surge uma doença, ela vira o único. Então, cuide do seu corpo hoje — ele pode ser sua maior proteção amanhã”, aconselha.

Uma vida a te amar

Ser mãe do Heitor foi como segurar o céu nas mãos — descobrir que, em um instante, ele pode desabar, mas, no outro, ser cenário de esperança, daqueles que só um grande amor nos traz. Ele chegou com pulmões comprometidos, coração fragilizado, uma doença sem causa e sem cura. Cada momento que planejei em meus sonhos de mãe de primeira viagem precisou ser rapidamente substituído por exames, medicações e cirurgias.

Durante sete meses e vinte e três dias, a UTI foi nosso mundo. Ali, aprendi que o amor é segurar a terra úmida enquanto a tempestade arranca as raízes. Heitor lutou com a morte e eu, com a fé. Foram meses ouvindo o som dos monitores como uma sinfonia de resistência. Nunca perdi a esperança, nem a certeza de que faria tudo outra vez.

Hoje, carrego uma saudade de quem me deu lugar no mundo: ele é meu para sempre — e meu nunca mais. Ser mãe de um filho eterno é habitar um paradoxo. É sentir uma ausência que transborda amor. Ter um coração acelerado entre sorrisos e prantos. Uma prece sussurrada. É acolher uma solidão sem nome e uma dor sem forma.

Heitor não me deixou lembranças comuns. Deixou marcas de infinito. Ensinei a ele o mundo, e ele me ensinou a viver — não apesar da dor, mas através dela.

Hoje, sou psicóloga. Faço do sentido da minha vida ter esperança por aqueles que, muitas vezes, estão frágeis de-

mais para sustentar tal desafio. Decidi seguir. Apenas sigo. Sigo com ternura e cicatrizes, um tanto de medo, muita coragem e obstinação, porque aprendi que materno é acreditar que a vida, mesmo incerta e desafiadora, pode valer a pena — por você e por alguém.



Beatriz Soares

biasvmorais@gmail.com
Instagram: @beatrizsoares_vm
Contato (84) 99986.8460



55ª CORRIDA AUGUSTO SEVERO



MACAÍBA
PREFEITURA

**TRABALHANDO
E AVANÇANDO.**

A HISTÓRIA CORRE COM A GENTE.

26 DE JULHO DE 2025,
EM MACAÍBA/RN

**Corrida noturna
com as categorias:
Kids, 5 KM e 10 KM.**

Acompanhe as redes sociais da Prefeitura de Macaíba
para mais informações: @prefeiturademacaiba

Formação que vai além da sala de aula



A educação Salesiana acredita que formar cidadãos completos vai além do simples saber acadêmico. Nosso compromisso é com uma formação integral, baseada em valores éticos, sociais e espirituais, que prepare o aluno para os desafios da vida e para a construção de um futuro consciente e responsável. Afinal, ser completo vai além do saber.

Educação Infantil

Ensino Fundamental I e II

Tempo Integral*

Ensino Médio

 salesianorn.com.br



Unidade Dom Bosco
(84) 3608-1694



Unidade São José
(84) 3211-4220

**Tempo Integral exclusivo na unidade São José.*