



Janeiro Branco: cuidar da mente é cuidar da vida

Janeiro é tempo de RENOVAÇÃO. Nesse mês, reascendemos a chama da esperança, traçamos metas para um novo ano e novos planos para a vida. Reforçando esse espírito de autocuidado, a campanha JANEIRO BRANCO surge trazendo a mensagem “quem cuida da mente, cuida da vida”. Essa importante campanha convida as pessoas a refletirem sobre suas emoções, seus pensamentos e comportamentos, sobre a qualidade de suas relações, a importância do autoconhecimento e muito mais.

Idealizada pelo psicólogo Leonardo Abraão, de Uberlândia, a Janeiro Branco teve início em 2014. Hoje, é promovida em todo o Brasil por psicólogos e diversos profissionais ligados à área da saúde. Desde 2017, a clínica de psicologia Renato Mota está engajada na promoção dessa campanha no Norte de Minas, incentivando o olhar para a questão da saúde mental e emocional na região.

Todos os esforços em prol da disseminação e democratização dessa temática são de suma importância.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), as taxas de depressão, ansiedade e suicídio praticamente fugiram ao controle em todo o mundo. No Brasil, os números são alarmantes. Somos o país com o maior índice de pessoas com transtornos de ansiedade e ocupamos o quinto lugar no ranking mundial quando se trata de pessoas com depressão.

O acompanhamento psicológico eficaz deve ter técnica. Deve também ter início e fim, tal como todo tratamento de saúde. Atualmente, uma das técnicas mais indicadas por médicos e psiquiatras é a Terapia Cognitivo-comportamental, devido aos bons resultados apresentados por sua abordagem.

Em face da dura realidade revelada pela OMS, precisamos dar, à saúde mental, a mesma atenção que damos à saúde física. Ao contrário do que se pensa, o tratamento psicológico não é um luxo para poucos. É um cuidado necessário e um investimento possível.



Outras informações sobre a campanha Janeiro Branco, cuidados com a saúde mental, emocional e Terapia Cognitivo-comportamental:

Atendimento

Edifício Absoluto - sala 804

 @renatomotapsi

 (38)3014-7707

 (38)99107-0707

Renato Mota

Psicólogo Clínico | CRPO4/33100

ORTOPEDIA TRAUMA- TOLOGIA CIRURGIA DO QUADRIL

📷 [DRALEXANDRESLIMA](#)

Dr. Alexandre

**Gonçalves
Sousa Lima**

CRM 61009

RQE 38147

SBOT: 15164

Locais de atendimento:



**IOT - Instituto de
Ortopedia de Montes Claros**
Rua Irmã Beata, 484 - Centro
(38) 3221-1663 / 3216-0278
@iot.moc



OrtoCenter
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

**OrtoCenter - Clínica de
Ortopedia e Traumatologia**
Av. Dr. José Corrêa Machado, 1858
Sala 1602 - Melo. Ed. Medical Center
(38)3213-3998 / 9 9171-6226
@clinicaortocentermoc



Dr. Alexandre Sousa Lima
Ortopedia e Traumatologia
Quadril



Medicina a Favor do Esporte

“**queremos obter saúde** através do exercício físico **buscando** uma modalidade que mais gostamos e melhor nos adaptamos.

Importante lembrarmos do acompanhamento médico de rotina, assim como o multiprofissional, a fim de prevenir problemas de saúde e melhorar performance.

Estamos à disposição para melhorar o seu estilo de vida! Pratique esportes!”

DR. EMILLYO CÉSAR
MEDICINA A FAVOR DO ESPORTE

“Há 10 anos me coloquei diante de um **objetivo**. O qual era longo e cansativo. **Não preocupava com incertezas, opiniões ou desafios**. À medida que o tempo passava, eu ia me **readequando aos estudos**, à matéria, à profissão, ao meu propósito. E sabia que não estava só... Para mim... cada situação era uma oportunidade!!!”

Dr. Emillyo César

- Médico Especialista em Traumatologia do Esporte pela Santa Casa de Misericórdia em São Paulo
- Especialista em Ortopedia e Traumatologia pelo Hospital Universitário Mario Palmério em Uberaba
- Graduado em Medicina pelas Faculdades Integradas Pitágoras de Montes Claros

CRMMG72789
RQE-MG50061
CREMESP221330
RQE-SP99585.
TEOT17962



Instagram **@dremilyocesar**

WhatsApp **(38)99923-8001**

Website **dr-emillyo-cesar.negocio.site**

Atendimento:

Hospital da Plástica

Av. Afonso Pena, 543, Centro
Montes Claros/MG

Naturefarm,

confiança de geração para geração.

Há mais de 50 anos, nossa família atua na área farmacêutica, manipulando fórmulas e pesquisando medicamentos que zelam por sua saúde e bem-estar.

Somos três gerações que acreditam que o tempo, a ciência e a dedicação do farmacêutico estão a serviço de uma vida melhor.



José Roberto Rebello
Maria Clara Rebello
Giovanna Rebello

📍 Av. Cel Prates, 143, Centro

📷 @naturefarmfarmacia

☎️ (38)3690-3330

📞 (38)98823-9497



Se especializar é ampliar a sua advocacia

Quando nos formamos na graduação, muitas dúvidas nos rodeiam sobre a vida profissional, como por exemplo, dedicar os estudos voltados para concursos ou advogar.

Mas, uma vez escolhida a advocacia, outros diversos pensamentos tomam conta, sendo, um deles, a necessidade de fazer uma especialização. Se especializar possibilita ampliar a advocacia, ao contrário do que podem pensar alguns generalistas.

A especialização na advocacia impulsiona a atuação do advogado no mercado de trabalho, uma vez que, com o estudo contínuo voltado para uma determinada área, é possível aprofundar-se em assuntos que, possivelmente, o advogado generalista desconheceria, além de proporcionar ao cliente maior segurança nos serviços prestados, sendo este o objetivo central.

Manter-se atualizado é essencial na advocacia, haja vista que o Direito está em constante evolução, à medida em que a nossa sociedade evolui, sobretudo com o avanço da tecnologia, o que significa que nem todas as respostas para a resolução de um litígio serão encontradas na letra fria da lei.

Portanto, é quase impossível que um advogado atue com maestria, sem qualquer suporte de outro profissional, em todas as áreas do direito. Isso porque, quanto maior o

estudo e aprofundamento em uma determinada área do direito, maior será a expertise e o domínio deste advogado no nicho por ele escolhido.

Mas você deve estar se perguntando: “E como fica a situação do cliente quando ele surgir com outra demanda ou o que fazer com a demanda que chega até o escritório, mas que não é da minha área de atuação?”. Especializar-se não significa, necessariamente, recusa do cliente que te procura para a resolução de um problema que não esteja dentro do seu campo de atuação.

Neste caso, existem algumas alternativas, como direcionar o cliente para outro advogado que seja especialista na demanda do mesmo, e que seja um advogado de sua confiança, para um trabalho em parceria ou, quando dentro do seu próprio escritório existam advogados aptos para atuarem na demanda em questão.

É de nossa inteira responsabilidade atuar com responsabilidade e seguros de que temos o conhecimento suficiente para conduzir a demanda que foi colocada em nossas mãos, ou buscar o apoio de um profissional apto para auxiliar, a fim de proporcionar ao cliente um trabalho de excelência. Se especialize e faça conexões com outros excelentes profissionais, para proporcionar ao seu cliente a solução que ele procura e, assim, todos sairão satisfeitos.



**Maria Heloisa
de Moraes Versiani**

OAB/MG 176.692

☎ **(38)98845-8065**

📷 **@heloisaversiani**

- Sócia do escritório Versiani & Miranda
- Especialista em Direito das Famílias e Sucessões e atuação em demandas cíveis;
- Mais de 05 anos de experiência;
- Pós-graduada em Direito de Família e Sucessões pela Instituição de Ensino Damásio Educacional

**Giulia Marques
de Lima Miranda**

OAB/MG 208.424

☎ **(38) 99181-5608**

📷 **@giuliamlmiranda**

- Sócia do escritório Versiani & Miranda
- Advogada criminalista;
- Pós-graduada em Ciências Penais e Segurança Pública;
- Pós-graduada em Tribunal do Júri;
- Membro da Comissão de Direito Penal da 11ª Subseção da OAB/MG;
- Membro do Conselho da OAB Jovem da 11ª Subseção da OAB/MG;
- Sócia e COO da Comunidade Minerva



VERSIANI & MIRANDA
ADVOGADOS E ASSOCIADOS

☎ **(38)99196-5447** 📷 **@versianimiranda**

versianimiranda@gmail.com

Rua Raio Christoff, nº 228, sala 301, Centro



Colégio Adventista

MONTES CLAROS



Agenda uma visita:

 (38) 3218-9390



Colégio Adventista de Monte Claros:

**A escolha certa,
professores e estrutura
de excelência.**

A ênfase do nosso colégio vai muito além das páginas dos livros ou das fórmulas matemáticas, e nós da família da educação Adventista acreditamos que o ensino forma bons alunos, mas ir muito além do ensino cria cidadãos para o futuro.

Educação Adventista, isso é ir além!

Escoeie o QR CODE e
siga-nos no Facebook:
Colégio Adventista Moc



Escoeie o QR CODE e
siga-nos no Instagram:
@colégioadventistamac



**MUITO
»»»»» ALÉM!
DO ENSINO**

**MATRÍCULAS
ABERTAS**

do Maternal ao 9º ano
e Ensino Médio



RUA FRANCISCO COUTINHO, 982 | BAIRRO AUGUSTA MOTA | MONTES CLAROS/MG

Urologia e o câncer de bexiga

A urologia é a especialidade da medicina que estuda e trata patologias relacionadas ao trato urinário tanto de homens quanto de mulheres. Ao contrário do que muitos imaginam, a urologia também atende e trata de mulheres. São muitas as patologias que afetam o trato urinário e que podem necessitar de intervenção de um especialista, sendo as mais conhecidas os cálculos renais, as infecções urinárias recorrentes, as incontinências urinárias e os tumores que podem acometer as glândulas adrenais, os rins, ureteres, bexiga, próstata, uretra, pênis e testículos.

O urologista também dedica ao estudo e tratamento de condições que afetam o sistema reprodutor masculino, tais como infertilidade, disfunção erétil, hipogonadismo, doenças da próstata, pênis e testículos.

Um tema pouco conhecido da população e que abordaremos aqui é o câncer de bexiga.

O câncer de bexiga é a 10ª neoplasia mais diagnosticada no mundo, com incidência de 3-4 vezes maior em homens em relação às mulheres e costuma manifestar após a 6ª década de vida. O principal sintoma é a hematúria

macroscópica indolor - presença de sangue na urina.

O fator de risco mais importante que contribui para o surgimento do câncer de bexiga é o tabagismo, aumentando cerca de 5 vezes a chance do desenvolvimento desta neoplasia. A carga tabágica (número de cigarros fumados por dia) e o tempo de exposição ao tabaco tem relação proporcional de aumento de risco. A cessação do tabagismo, entretanto, reduz o risco do aparecimento do câncer de bexiga.

O diagnóstico da presença de lesões vesicais pode ser realizado através de ultrassonografia da bexiga, mas o exame padrão-ouro para este diagnóstico é a cistoscopia.

A cistoscopia é um método de exame endoscópico utilizado para diagnóstico de diversas patologias da bexiga e da uretra. É realizado por urologista e sua principal indicação é para a investigação de hematúria (sangramento na urina). Através deste exame a mucosa vesical é inspecionada diretamente e biópsias podem ser realizadas para diagnóstico definitivo. A cistoscopia também é utilizada para acompanhamento após a realização do tratamento.

Os tratamentos do câncer de bexiga vão variar de acordo com o tipo de tumor, o estadiamento do câncer, as condições clínicas e escolhas do paciente. Dentre as possibilidades temos a ressecção endoscópica da lesão tumoral da bexiga, terapias intravesicais, cistectomia (retirada cirúrgica da bexiga), quimioterapia e/ou radioterapia.

Interromper o tabagismo é a maior recomendação para redução de risco de vários tipos de câncer, dentre eles o de bexiga.

Em caso de hematúria macroscópica (presença de sangue na urina), procure um médico urologista para avaliação.



Dr. Thierry Vinícius

Urologista - CRM 71569 / RQE 71569

- Médico graduado pela Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES)
- Cirurgião geral formado na Santa Casa de Montes Claros/MG
- Pós graduado em Urologia pela Santa Casa de Belo Horizonte/MG
- Titulado pela Sociedade Brasileira de Urologia - SBU



Atendimento:

CenterMed

Av. José Corrêa Machado, 1858
15º andar, sala 1502.

(38)3220-8860

(39)99817-2251

A PROPAGANDA É A ALMA DO NEGÓCIO!

IMPRESSORES GRÁFICOS

Temos a produção mais rápida da cidade!

PRODUÇÃO PRÓPRIA!

Entregamos em até *
24h

RYOBI
RYOBI LIMITED
GRAPHIC SYSTEMS DIVISION
Osaka e São Paulo RYOBI LIMITED



IMPRESSÃO OFF-SET 4 CORES



PLOTTER DE ALTA QUALIDADE



PRÉ-IMPRESSÃO - CTP



 38 3223-6666 

 grafcenter:moc@gmail.com

 @grafcagrafcenter

RUA CORONEL ALTINO DE FREITAS
160 - CENTRO - MONTES CLAROS - MG


GRÁFICA
GrafCenter®
Gráfica offset digital

* Prazo de entrega válido para serviços com acabamento simples, após a liberação do arquivo em dias úteis.

Depressão em idosos: Esteja atento aos sinais!

A depressão se apresenta por meio de tristeza excessiva, angústia, falta de interesse ou prazer em determinadas atividades, sentimentos de inutilidade ou culpa que causam sofrimento e prejuízo funcional. Em idosos, a doença pode ser confundida erroneamente como “coisa da idade” e ainda pode se apresentar por meio de outros sintomas, o que requer atenção de quem está por perto.

Depressão em idosos é um assunto sério, nunca deve ser tratada como algo “normal da idade”. A doença atinge cerca de 13% dos idosos na comunidade, e essa prevalência é ainda maior em idosos hospitalizados e institucionalizados. Idosos deprimidos tendem a ter um estilo de vida menos saudável e maior dependência nas suas atividades. Sabe-se que doenças já existentes como diabetes e doença cardiovascular podem ser agravadas por episódios depressivos que também podem interferir na adesão ao tratamento, complicando ainda mais o quadro, aumentando o risco de hospitalização e mortalidade. A depressão também pode ser um precursor de outros transtornos como a demência. Outra questão preocupante é o risco de suicídio, que é muito maior na terceira idade.

Como se manifesta a depressão em idosos?

Identificar depressão em idosos pode ser um pouco mais difícil, pois alguns dos sintomas mais comuns da depressão costumam não estar aparentes e nem sempre o idoso vai se queixar de tristeza. No idoso a depressão pode se manifestar com: perda de apetite, problemas com o sono, queixa de dores físicas, tontura, problemas de memória, pessimismo, falta de energia, isolamento ou apatia. É muito importante que o familiar esteja alerta a esses sinais e procure ajuda profissional para o correto diagnóstico e tratamento.

Quais são os fatores de risco para depressão em idosos?

A depressão em idosos está relacionada a fatores fisiológicos, psicológicos e sociais. Com o envelhecimento uma série de acontecimentos podem gerar um grande impacto emocional, contribuindo para desencadear um quadro depressivo. Dentre eles estão a saída dos filhos de casa e o afastamento da família, a aposentadoria e perda do papel social, o falecimento do cônjuge, a solidão e perda de outros entes queridos. Além disso, a história familiar e



Dra. Raíssa Katherine Rodrigues Costa

CRM MG 61287 | RQE CLÍNICA MÉDICA 44121 | RQE GERIATRIA 44122

-Médica graduada nas Faculdades Pitágoras de Montes Claros

-Residência de Clínica Médica na Santa Casa de Montes Claros

-Residência de Geriatria no Hospital Clemente Faria-Unimontes

Atendimento:

Rua João F. Pimenta, 257 A - Cidade Santa Maria

Instagram @draraissageriatra

WhatsApp (38)99860-0313

Telefone (38)3015-0313

depressão, a presença de doenças crônicas, limitações físicas, problemas de visão e audição, infarto, AVC, dores severas e neoplasias, são outros fatores de risco importantes. O uso de alguns medicamentos e hipotireoidismo também estão associados a sintomas depressivos.

A recente pandemia de COVID-19 contribuiu para o surgimento e agravamento de casos. O medo da contaminação pelo coronavírus, o isolamento social e alterações na rotina levaram a uma piora do estado emocional.

Quais são as formas de prevenção?

Para evitar o surgimento da doença, é preciso que os idosos mantenham a cabeça e corpo ativos! Que procurem realizar atividades físicas, mantenham uma alimentação saudável, separem um tempo para lazer e que tenham uma rede de apoio composta por familiares e profissionais da saúde, para garantir o bem-estar e qualidade de vida, evitar a solidão e conseguir lidar de forma adequada com as dificuldades e inseguranças dessa fase da vida.

Como é feito o tratamento?

Para um tratamento bem-sucedido, é possível envolver psicoterapia, medica-

mentos, atividade física e grupos de apoio. É essencial procurar um especialista qualificado para tratar pessoas da terceira idade, o mesmo irá propor o tratamento mais seguro e indicado para o paciente, com base na gravidade do quadro, no perfil de sintomas e nas doenças que ele possui, avaliando o risco de efeitos colaterais e interações medicamentosas.

Como o familiar pode ajudar?

A família é fundamental para o cuidado, pois é nela que o paciente encontra apoio e conforto. Procure ouvir o idoso com atenção, tenha paciência, demonstre afeto, interaja com ele através de ligações ou videochamadas, tente fazer algumas

atividades em família; como jogar damas, dominó ou baralho; convide-o para acompanhá-lo nas compras, permita que ele faça as coisas que gosta, como pequenas tarefas em casa, se possível. Estimule-o (sem forçar!) a realizar um passeio, caminhadas no parque, frequentar centros de convivência, realizar artesanato, dança ou musicoterapia. Um bichinho de estimação também pode ser benéfico!

Os idosos têm uma resistência maior em buscar ajuda. Muitas vezes eles não reconhecem o problema ou acreditam que é algo passageiro. Por isso, é importante que a família esteja atenta aos sinais e procure ajuda sempre que necessário.

SEU LAR, SUA PAZ

Em tempos líquidos, de vida tão corrida e tantos compromissos, o tempo que passamos em casa, com a família e amigos ganha um valor especial, um sentimento de paz. O sossego do lar, e a tranquilidade para receber bem aqueles que queremos ter por perto, se tornam mais especiais quando temos espaços pensados para isso.

Por isso, cada vez mais os ambientes são personalizados, de acordo com as necessidades e os gostos de cada

pessoa e família. As casas que projetamos carregam um pouco da nossa linguagem arquitetônica, porém, representam mais a personalidade dos proprietários.

A concepção de lar deve surgir desde o início do projeto, quando se imagina como será vivenciar os ambientes, sentindo as sensações que eles poderão oferecer, para que assim, aquilo que foi construído na imaginação se torne realidade.



Residência AJ projetada pelo escritório Robson Veloso Arqu



Robson Veloso
arquitetura

arquitetura · urbanismo · interiores

(38)3220-1606/99927-9165

Rua Cassimiro de Abreu 602 A - Cândida Câmara, Montes Claros/

Instagram: @robsonvelosoarquiteura

Email: robsonvelosoarquitetura@gmail.com



Residência AJ projetada pelo escritório Robson Veloso Arquitetura



Residência AJ projetada pelo escritório Robson Veloso Arquitetura



Escritório de Contabilidade projetado pelo escritório Robson Veloso Arquitetura



Residência Freitas projetada pelo escritório Robson Veloso Arquitetura

Arquitetura

PROCURANDO POR REFERÊNCIA EM QUALIDADE E RESPONSABILIDADE NO ENSINO

No CAV é onde você encontra isso e muito mais !

Venha conhecer o Colégio Alegria de Viver! Uma escola com espaço privilegiado, área verde, instalações adequadas para todas as faixas etárias.



- ✓ Melhoria contínua com equipe competente que trabalha de mãos dadas com as famílias parceiras.
- ✓ A fundadora e diretora do Colégio, pedagoga e psicóloga, acompanha há 28 anos o desenvolvimento individual dos alunos!
- ✓ Responsabilidade com a formação acadêmica, humanista e cristã.
- ✓ Educação Socioemocional - Programa Líder em Mim (LEM).
- ✓ Educação Maker - Aulas de Robótica.
- ✓ Educação Financeira e Empreendedorismo.
- ✓ Assistência pedagógica e psicológica.
- ✓ Acompanhamento real do desempenho de cada aluno.
- ✓ Número reduzido de alunos por turma que garante resultado.
- ✓ Aulas de Espanhol e Filosofia desde o 6º Ano.
- ✓ Ensino bilingue.

SIGA-NOS NO INSTAGRAM:

@COLEGIOALEGRIADEVIVERMOC

VENHA NOS CONHECER E GARANTA LOGO A SUA VAGA! MAS CORRA, POIS AS VAGAS SÃO LIMITADAS!

SE PREFERIR, AGENDE O SEU HORÁRIO COM OS NOSSOS DIRETORES.

 (38)99859-5151 | 99957-3371



Saiba mais sobre o efeito sanfona e como evitá-lo

O efeito sanfona se refere a perda de peso com um reganho logo depois. Geralmente isso acontece com quem deseja emagrecer rapidamente, pois para perder peso rápido a dieta neste caso é muito restrita e difícil de ser mantida por muito tempo, isso leva a maior probabilidade de desistência de seguir o planejado e ao fim voltar a comer mais e engordar tudo o que conseguiu perder, podendo ainda até ganhar mais peso do que tinha antes. O efeito sanfona geralmente pode acontecer inúmeras vezes com alguém que não se conscientiza que para emagrecer não precisa ter pressa.

O que causa o efeito sanfona?

O efeito sanfona é causado principalmente por dietas da moda ou dietas restritivas que geram uma rápida perda de peso em pouco tempo. Com o rápido emagrecimento o nosso corpo responde com um grande aumento do apetite, o que gera ainda mais dificuldades em continuar seguindo a dieta restrita. O resultado ao fim é a desistência de continuar com a dieta e voltar a comer de forma descontrolada, pois agora o apetite está ainda maior. Esse descontrole do apetite é um tipo de efeito colateral da redução muito drástica da quantidade de alimentos ingeridos, assim há um desequilíbrio de dois hormônios que controlam nossa fome e saciedade no corpo,

chamados de grelina e leptina. A dieta restritiva aumenta os níveis de grelina, que é o hormônio que gera mais fome, e ainda diminuiu os níveis da leptina, que é um hormônio que aumenta saciedade e ainda colabora para queima de gordura, e neste caso com seus níveis baixos a pessoa não se sacia quando ingere alimentos e ainda começa a queimar menos gordura.

Como evitar o efeito sanfona?

O correto é que a alimentação voltada para perda de peso seja balanceada, equilibrada e saudável. Alimentos integrais como pães, macarrão, aveia e até o arroz são boas opções. Devemos dar preferência carnes brancas, no caso do frango sem a pele, como o filé de peito, por exemplo, e no caso das carnes vermelhas ou suínas devem ser magras, sem gordura. Devemos consumir diariamente porções de saladas, frutas, verduras e legumes, e por fim evitar açúcar, frituras, alimentos gordurosos, doces e bebidas açucaradas. A forma de preparar os alimentos também é importante, não se deve usar tanto sal, óleo ou gordura, sempre preferindo alimentos cozidos, ensopados, grelhados ou assados. O mais recomendado é assumir uma reeducação alimentar de forma permanente, assim qualquer tipo de reganho de peso praticamente nunca acontecerá.



Hebert Vieira

CRN-9 25275

- Graduado em Nutrição pela Faculdade de Saúde Ibituruna
- Pós Graduado em Nutrição Clínica e Esportiva
pela Faculdade Única - Grupo Prominas

Atendimento

Montes Claros: Clínica Benvitta

📍 Edifício Medical Center, Sala 603, 6º andar

📞 (38)99838-2098

Januária: Centro Médico Mais Saúde

📍 Av Conego Ramiro Leite, Número 769, Centro

📞 (38)99172-6019

📷 @hebert_vieira_nutricionista





(38)3222-0001 @martelinho_de_ouro_moc

MARTELINHO DE OURO

PRODUZINDO QUALIDADE

Pioneiros no ramo, produzindo qualidade!

- ◆ Funilaria Artesanal (Martelinho de Ouro) ◆
- ◆ Funilaria e Pintura ◆
- ◆ Polimento e Cristalização ◆

Desamassamos seu veículo sem estragar a pintura.



Av. Geraldo Athayde, 951
Alto São João
Montes Claros/MG
(em frente à praça Itapetinga)



Oculari Hospital Oftalmológico é referência em **Plástica Ocular** em Salinas, Taiobeiras e região

Oculari Hospital Oftalmológico, em parceria com o Hospital São Lucas de Salinas, constituiu um moderno bloco cirúrgico oftalmológico em 2022 para atender Salinas, Taiobeiras e adjacências, sendo referência nessa região.

O Hospital Oculari realiza todas as cirurgias oftalmológicas e também a cirurgia plástica de pálpebra.

A plástica de pálpebra é uma cirurgia, chamada de blefaroplastia, em que se retira o excesso de pele e gordura das pálpebras superiores, posteriormente as suturas de plástica. Este tipo de plástica é muito recomendada para pessoas que tenham excesso de pele, bolsa de gordura a partir dos 45 anos de idade. Raramente se opera antes dessa época, a não ser que o paciente tenha uma tendência genética para blefarocalase, mas geralmente acima dessa idade. Algumas pessoas fazem o tratamento apenas por questões funcionais (maior peso das pálpebras e ao fim do dia a pessoa apresenta uma impressão de cansaço e com dificuldade na visão, principalmente nas partes superiores do campo visual). Outras pessoas optam pela plástica puramente por benefício estético. Fazemos também um tratamento com toxina botulínica para melhoria dos vínculos da pele, tanto da região frontal, chamada de testa, ou região orbicular (dos olhos). A aplicação do botox é realizada também

em Salinas e Taiobeiras.

A Oculari também realiza todas as cirurgias de pterígios, que são aquelas “carnes vermelhas” que surgem na região da conjuntiva em direção da córnea. Hoje em dia, a cirurgia de Pterígio é realizada com a moderna técnica do transplante conjuntival, não utilizando sutura (pontos) mas a cola biológica.

Outra cirurgia realizada é para o ectrópio palpebral, que são aquelas pálpebras inferiores caídas ou desabadas. Pacientes com esse diagnóstico pode procurar a Oculari para realizar a correção plástica.

São realizadas cirurgias também de tumores e verrugas palpebrais.

Outro tipo de cirurgia é para desobstrução do canal lacrimal ou aumento do ponto lacrimal, realizada em paciente com lacrimejamento excessivo, que escorre pela face (chamamos de epífora).

É realizado também a cirurgia de triquiase, que são os cílios dos olhos que nascem para dentro do olho. Essa patologia incomoda o paciente 24h por dia, impactando na qualidade de vida.

O Oculari Hospital Oftalmológico tem profissionais gabaritados para atender você. O setor de plástica ocular é chefiado pelo Doutor Carlos Heitor Sarmiento Queiroz, e conta também com o Doutor Marden Azevedo dos Anjos e o anestesio- logista doutor André Jener.



Dr. Carlos Heitor Sarmiento Queiroz

CRM-MG: 32.798 | RQE: 26.688

- Diretor Clínico da Oculari Hospital Oftalmológico
- Membro da Sociedade Brasileira de Oculoplástica
- Membro da Sociedade Brasileira de Catarata, Cirurgia refrativa e do Ceratocone



Blefaroplastia (Antes e Depois 01)



Benefícios do Botox



Ectrópio Palpebral



Pterígio



Blefaroplastia (Antes e Depois 02)



Botox



Entropio palpebral com triquiase

Agende sua avaliação

Atendimento Salinas

Rua Rio Pardo, 44 - Centro

(38)3841-2200

(38)99250-1273

@oculari_hospital_oftalmologico

Carrancas
GRILL

COSTELÃO
NO FOGO
DE CHÃO

BREVE NO POSTO ABRANTES
BR - 365

<p>Dobradiça clip el RETA</p> <p>4,85</p>	<p>Dobradiça clip movel CURVA</p> <p>4,85</p>
<p>Pé QUADRADO para roupeiro CINZA</p> <p>2,20</p>	<p>Dobradiça de pressão CURVA</p> <p>1,99</p>

MONTES CLAROS - MG

(38) 9 9885-3987

Av. Plinio Ribeiro, 2630- Loja 01, Cintra

VÁRZEA DA PALMA - MG

(38) 9 9894-8419

Rua Tomaz Antonio Gonzaga, 86 Centro

Thinner 900ml

19,20

INSTITUTO DE TERRAS DO BRASIL – ITERB

Juntos vamos regularizar o Brasil

O Instituto de Terras do Brasil - ITERB é uma organização da sociedade civil sem fins lucrativos, referência em Regularização Fundiária que são procedimentos com medidas urbanísticas, ambientais, jurídicas e sociais que tem como objetivo integrar assentamentos informais ou irregulares no âmbito legal, concedendo ao ocupante um título registral.

Os procedimentos da Regularização fundiária estão embasados pela Lei Federal Nº 13.465 de 11/07/2017 e Decreto Federal Nº 9.310 de 15/03/2018 que desburocratiza procedimentos da regularização possibilitando o acesso à terra urbanizada pela população.

O ITERB atua como agente facilitador e integrador de ações e soluções para a regularização fundiária, garantindo a segurança jurídica, buscando a excelência na prestação de serviço ao beneficiário e com o menor custo possível, para isso é composta por uma equipe multidisciplinar de profissionais ligados às áreas de agrimensura, arquitetura, engenharia, sociologia, direito e serviço social. Todos esses profissionais possuem capacitação técnica na área e são especializados nos procedimentos necessários à regularização fundiária.



“Entregar esses títulos é muito gratificante, pois sabemos que estamos contribuindo para a legalização imobiliária no município e ao mesmo tempo levando a segurança jurídica aos cidadãos que foram beneficiários do programa.”

DR. LEONARDO SÁ
Diretor presidente do ITERB

O programa de Regularização Fundiária promovido pelo ITERB traz inúmeras vantagens para o município como a possibilidade de participar de vários programas do governo federal e estadual, impulsiona a atividade econômica local, atualização dos projetos urbanísticos do município. Também proporciona benefícios para a população como a posse da Certidão do Imóvel Registrado em cartório, acesso a financiamentos através de instituições financeiras.



Entrega de Títulos em Jequitibá – MG



Entrega de Títulos em Inhaúma – MG



Entrega de Títulos em Itacarambi – MG

Rua Alan Kardec, nº 652- Bairro São José - Montes Claros/MG



(38)99902-8673
contato.iterb@gmail.com
www.iterb.org.br
@iterb_brasil



VOCÊ VIU. SEU CLIENTE

TAMBÉM VAI VER!



Odontologia Domiciliar: a dentista em sua casa



Atendimento domiciliar, você com certeza está ouvindo muito sobre esse serviço. Mas e sobre odontologia domiciliar?

A Dra. Flávia Biondi trouxe para Montes Claros essa inovação. Com um completo consultório portátil é possível receber todo tipo de tratamento odontológico, onde você preferir. Seja em casa, no hospital, em clínica de reabilitação, ou até mesmo, além de humanizado e personalizado, é de excelência.

No atendimento domiciliar a demanda do paciente transcende padrões estabelecidos e todo tratamento é planejado de acordo a demanda particular do paciente. O melhor horário, a presença dos cuidadores e familiares, a interação com outros profissionais que tratam do paciente, tudo é planejado

e executado visando qualidade e conforto. E se a saúde começa pela boca, não só os pacientes com deficiências de locomoção se beneficiam com esse serviço.

A odontologia domiciliar da Dra. Flávia Biondi é realizada também para quem nunca encontra tempo para ir ao consultório e se deparar com uma sala de espera que além de aumentar a ansiedade, não tem tempo. A Dra. Flávia Biondi atende em horários flexíveis e às urgências aos finais de semana. É a odontologia sem fronteiras visando saúde e bem estar a todos.



FLAVIA BIONDI
ODONTOLÓGICA

CRIO-MG 40307 | CEP 35100-000 | RUA JOSE CARLOS LAMARCA, 100



ANUNCIE AQUI!

FALE CONOSCO (38) 99130-0554



*Um dia
especial
merece um lugar
especial*

**Casamentos | Formatura
15 anos | Eventos empresariais**

CASABLANCA
LAGOA EVENTOS

RESERVAS (38) 3221 4870 | 988015305 | 99992 8266 | 9 9222 2001

DE CASA NOVA

E O COMPROMISSO DE SEMPRE!

*Já estamos atendendo em nossa
nova sede, um espaço novo,
moderno, e adequado as novas
tendências do mercado imobiliário,
com localização privilegiada na
Rua São José, n° 51 - Loja 01, do
Bairro Todos os Santos.*

*Venha conhecer e fazer bons
negócios!*



www.eltonimoveis.com.br



(38) 3215-7071



COLÉGIO

BATISTA

DE MONTES CLAROS

Investindo no Futuro!

MATRÍCULAS

ABERTAS

2023

**INTEGRAL
INFANTIL**

FUNDAMENTAL I e II

MÉDIO



Sistema
Mackenzie
de Ensino



38 98826 3591 **38 3222 0101**



Unidade 01: Rua General Carneiro, 254 - Centro



Unidade 02: Rua General Carneiro, 325 - Centro



Unidade 03: Rua Eugênio Nunes, 256 - Melo