



Saúde em Pauta
podcast

disponível em



jornalinfonorte.com.br

/jornalinfonorte

/jornalinfonorte

(38)99130-0554

INFONORTE

O jornal da notícia mineira

Montes Claros - MG | Edição Nº 101 | 24 páginas | Distribuição Gratuita



Accesse agora as edições anteriores do INFONORTE

O Envelhecimento e a Dor: Como a Hérnia de Disco Pode Estar Limitando sua Vida

A DOR NA COSTAS TE IMPEDE DE VIVER A VIDA QUE VOCÊ MERECE?



DOUTOR HÉRNIA

NÃO PRECISA SER ASSIM.

Com o passar dos anos, manter a qualidade de vida se torna um desafio. A mobilidade reduzida, as dores frequentes e a limitação para atividades diárias podem transformar pequenas tarefas em verdadeiros obstáculos. Mas será que essa dificuldade faz parte do envelhecimento ou há algo que pode ser feito?

A hérnia de disco é uma das principais causas de dor crônica entre os idosos, afetando diretamente sua independência e bem-estar. Segundo o Ministério da Previdência Social, milhares de brasileiros são afastados do trabalho anualmente por conta desse problema, mas o impacto vai além: muitos deixam de passear, visitar amigos ou até mesmo ir à igreja por medo das dores e da limitação física.

O impacto silencioso da dor crônica

O que poucos percebem é que viver com dor constante não apenas afeta a locomoção, mas também pode levar ao isolamento social e até à depressão. Muitos idosos param de sair de casa porque sabem que qualquer esforço pode trazer desconforto. Pequenos prazeres, como caminhar no parque, cozinhar para a família ou brincar com os netos, começam a desaparecer da rotina.

Por isso, o alerta é claro: **ignorar a dor pode agravar o problema e comprometer ainda mais sua qualidade de vida.**

O que pode ser feito?

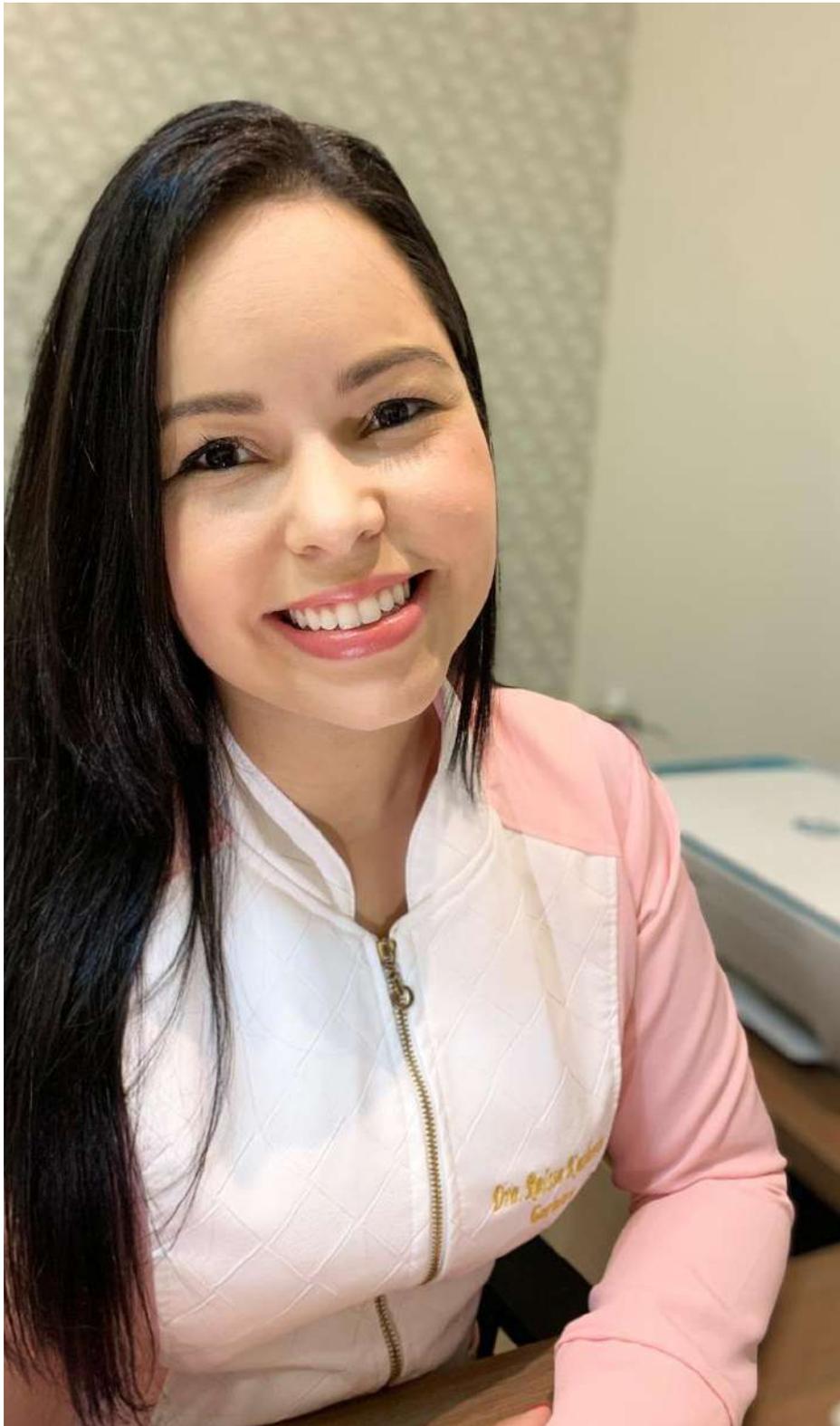
A **Clínica Doutor Hérnia** reforça que a melhor estratégia contra a hérnia de disco é a **prevenção e um tratamento especializado**, voltado para fortalecer a coluna, aliviar a dor e recuperar a mobilidade sem depender de soluções genéricas.

Se você sente que sua dor nas costas, no ciático ou na coluna está limitando seu dia a dia, talvez seja a hora de agir. **Não espere o problema piorar.**

Agende uma avaliação detalhada e descubra como é possível recuperar sua qualidade de vida com um tratamento personalizado.

RUA DOUTOR MÁRIO VELOSO, 420A (38) **99856-6206**
MELO | MONTES CLAROS

Quedas em idosos: a ponta do iceberg



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

Siga no Instagram: @draraissageriatria

Atendimento:

(38)3015-0313 (38)99860-0313 

Rua João F. Pimenta, 257 A - Cidade Santa Maria - Montes Claros/MG

A expressão “quedas em idosos são a ponta do iceberg” significa que uma queda pode ser um indício de condições graves, que estão submersas, como a parte principal de um iceberg. Embora as quedas sejam comuns em idosos, cair não é normal da idade! Elas podem ser um sinal de fragilidade ou doença aguda.

A queda é um problema de saúde pública, sendo o acidente doméstico mais frequente e crítico entre os idosos. As quedas comprometem a qualidade de vida, não somente pelas lesões que provocam, como pelo receio de cair novamente. Estudos mostram que 30% a 60% dos idosos caem anualmente. Os que já sofreram uma queda apresentam risco mais elevado para cair no ano seguinte.

Quais são as consequências das quedas?

Dentre as possíveis consequências das quedas, além das escoriações e contusões, estão as fraturas e traumatismos cranianos. Após hospitalização por queda, podem acontecer complicações sérias como: pneumonia, infarto e embolia pulmonar.

O medo de cair, ou ptofobia, é uma das consequências comuns das quedas, sendo um fator associado à redução da mobilidade. A perda da confiança na capacidade de andar com segurança pode resultar em depressão, baixa autoestima e isolamento social. Após a queda, o idoso pode restringir suas atividades, tornando-o mais propenso a novas quedas. Cria-se então um círculo vicioso chamado de síndrome pós-queda.

Além do prejuízo físico e psicológico, elas provocam um enorme impacto social e financeiro, gerando custos com cuidados de saúde, aumentando os riscos de dependência, institucionalização e até de mortalidade.

Quais as causas de quedas em idosos?

Quando um idoso cai, devemos pensar no que pode estar por trás, avaliando a possibilidade de infecção, descompensação de doenças cardíacas, queda de pressão, alterações neurológicas, depressão,

problemas cognitivos, perda de força e massa muscular (sarcopenia), alterações do equilíbrio, problemas visuais e osteoarticulares, efeitos colaterais de medicações (alguns podem causar tonturas e sonolência), dentre outras condições.

Além disso, as quedas podem ser influenciadas por fatores ambientais, como iluminação inadequada, piso escorregadio, tapetes soltos, obstáculos no caminho, como pequenos objetos, fios soltos, animais e uso de calçados inadequados. Bem como comportamentos de risco, por exemplo: subir em um banco, andar de meias, descer ou subir escadas sem uso do corrimão, ou outras situações desafiadoras.

Como reduzir o risco de quedas em idosos?

Pratique exercícios físicos que melhorem a força muscular e o equilíbrio, orientados por profissionais capacitados. Uma vez por ano, faça um exame de vista. Quando estiver deitado, levante-se devagar. Use sapatos seguros, evite andar descalço ou com chinelos. Coloque fitas antiderrapantes ou de cor contrastante na borda dos degraus das escadas. Não deixe o chão do quarto bagunçado. Mantenha sua casa bem iluminada. Deixe as áreas de circulação livres: não coloque móveis e tapetes. Instale barras de apoio no banheiro, nos corredores e degraus. Procure utilizar pisos antiderrapantes em banheiros, cozinha e áreas externas. Evite desníveis e escadas. Mantenha os itens pessoais e de uso cotidiano em alturas acessíveis. Incentive a utilização correta de bengalas e andadores.

Consulte seu médico: É necessário manter o controle das doenças crônicas, avaliar fraqueza muscular e outros problemas que comprometam a mobilidade e o equilíbrio, e revisar as medicações em uso.

Por isso, é de extrema importância que o idoso que sofreu queda procure um geriatra. Deve ser realizada uma avaliação ampla e integral, direcionada às causas da queda e o mesmo deve receber orientações de como preveni-las.

Aurora Saúde agora em Montes Claros:

aurora
saúde

Mais uma opção em
Saúde para você!

Fale agora com a **Atuar**
Corretora de Seguros e
saiba mais sobre a **Aurora**:

 (38) 3215.4200 - 3212.0000



WhatsApp



 mestredaobramoc

Escaneie o
QR Code
e solicite um
orçamento!



ALUGUEL DE EQUIPAMENTOS

para Construção Civil, Limpeza,
Pintura e Jardinagem



 (38) 99990-4041

Av. Deputado Esteves
Rodrigues, 322, Centro



**MESTRE
DA OBRA**
LOCAÇÃO DE EQUIPAMENTOS

Março Amarelo

Mês da Conscientização da Endometriose

A endometriose acomete cerca de 20% das mulheres em fase reprodutiva e é um diagnóstico cada vez mais frequente nessa fase da vida da mulher.

É causa de dor pélvica, infertilidade e perda de qualidade de vida.

Março Amarelo é o mês da Campanha de Conscientização da Endometriose. Vamos entender um pouco mais sobre a doença?

O que é endometriose?

A camada interna do útero, o endométrio, é composta por células glandulares ou estromais. É ela que responde aos hormônios e sangra todos os meses (menstruação).

A endometriose é caracterizada pela presença de tecido endometrial ectópico, ou seja, fora do local no qual deveria estar. Essas células respondem aos estímulos hormonais e podem “sangrar” mês a mês, durante o período menstrual.

Esse sangue, mesmo que em pequena quantidade, leva a um processo inflamatório local, podendo haver infiltração das células endometriais em órgãos adjacentes, como intestino, bexiga, ovários, trompas e outras estruturas.



Quais os sintomas da endometriose?

Aproximadamente 50% das mulheres com endometriose não apresentam qualquer sintoma ou não sabem que alguns sintomas são sugestivos da doença.

Os principais sintomas são dor e cólica na região pélvica, principalmente no período menstrual, que podem variar de leves a extremamente intensas, sendo comum a necessidade de procurar atendimento médico para receber medicação venosa para alívio da dor. A dor é causada pelo processo inflamatório crônico, além de alterações na anatomia local, fibrose e aderências, que podem levar à tração dolorosa dos órgãos pélvicos.



Dra. Jaqueline Borém CRM 44.467 | RQE 27.338

• 2006 – Medicina Universidade José do Rosário Velano – Alfenas • 2007 a 2009 – Residência Médica de Ginecologia e Obstetrícia Hospital Governador Israel Pinheiro IPSEMG – BH • 2010 – Residência Médica em Endocrinologia Ginecológica e Reprodução Humana na USP Ribeirão Preto • Especialização em Endoscopia Ginecológica na USP Ribeirão Preto • 2012- Fellow em Reprodução Humana na Tampa General Hospital – Tampa, Florida EUA • 2014 – Mestrado em Ginecologia com ênfase em Reprodução Humana na USP Ribeirão Preto • Título de Especialista em Ginecologia pela FEBRASGO.

Siga no Instagram: @dra.jaquelineborem

Outro sintoma muito comum é a infertilidade (dificuldade para engravidar), mesmo em pacientes que não apresentam dor. Cerca de 50% das mulheres com endometriose podem apresentar essa dificuldade.

É bastante comum a associação de sintomas como estufamento abdominal, sensação de empanzimento, dificuldade ou dor na evacuação, constipação intestinal, dificuldade ou presença de sangue na urina, dor lombar e dor nas pernas. Esses sintomas costumam se intensificar nos dias que antecedem e durante a menstruação.

Como fazer o diagnóstico?

A suspeita clínica surge quando a paciente apresenta algum dos sintomas citados acima. Porém, existem exames específicos que auxiliam no diagnóstico e mapeamento da endometriose.

A ressonância magnética da pelve ou a ultrassonografia direcionada para o diagnóstico são os principais exames solicitados. Esses exames devem ser realizados por profissionais bem treinados e com um olhar clínico crítico.

Quais as opções de tratamento?

A equipe multidisciplinar é de extrema importância para conduzir os casos de endometriose.

A dieta anti-inflamatória e antioxidante, aliada à atividade física, é o carro-chefe desse tratamento. São esses dois elementos que promovem uma melhora significativa dos sintomas. Sabemos que alguns alimentos são mais inflamatórios, como açúcar e glúten, sendo necessário reduzir drasticamente o consumo.

Em alguns casos, é necessário induzir a amenorreia, ou seja, fazer com que a paciente pare de menstruar para observar melhora. Há diversas maneiras de fazer isso, e o ideal é conversar com um especialista para definir o melhor método individualizado para cada caso.

Existem tratamentos hormonais, como os análogos do GnRH e a gestrinona, que podem ser úteis quando bem empregados e na dosagem correta. Além disso, há casos em que a cirurgia para retirada de focos endometrióticos se faz necessária.

Alguns suplementos alimentares ajudam no processo de desinflamação do organismo. Quando associados à dieta, os resultados são fantásticos. Entre eles, destacam-se a coenzima Q10, o ômega 3 e a vitamina D, entre outros.

Lembre-se de que a endometriose pode se manifestar de diversas maneiras no organismo, e a escolha individualizada do tratamento é a chave para um resultado mais assertivo e que melhore a qualidade de vida.

“Se você identificou ou conhece alguém com algum desses sintomas, agende uma consulta com um especialista”.

Atendimento

Clínica Unovita
Av. Coronel Prates, 389 - Centro
(38)3223-4281
(38)98826-9940

Clínica Gerar In Vitro
Avenida José Corrêa
Machado, 1858 – Sala 1402
(38)2211-7400



Regularização de imóvel Rural e Urbano

- Regularização de imóvel antigo
- Regularização de edificação construída
- Georreferenciamento (INCRA)
- Planta topográfica (lote e Terreno)
- Retificação administrativa de área
- Desdobro e Desmembramento
- Projetos em geral
- Unificação
- Usucapião



Energia Solar

- Kits Gerador Fotovoltaico
- Instalação e Manutenção
- Financiamento bancário
- O&M usinas fotovoltaicas

REISOL

Engenharia e Energias Renováveis



Mais informações:

Jefferson Macedo

CREA-MG N.º 2573390



38 99884-0885



reisolengenharia@gmail.com



GESTÃO DIGITAL

A REVOLUÇÃO NA GESTÃO PÚBLICA



Valma Régia Gomes - MBA em Gestão da Saúde - FGV
Especialização em Gestão e Planejamento Aplicado aos
Consórcios de Saúde da Bahia - UCS/BA
Sócio Administrativo - Empresa Lamp's Sistemas

FERRAMENTAS ESTRATÉGICAS NA GESTÃO DAS SECRETARIAS E SUAS UNIDADES

O LAMP'S SGI é uma solução totalmente integrada projetada para transformar os processos de compras e almoxarifado do setor público. Desenvolvido para otimizar e automatizar todas as etapas de gestão dos processos licitatórios, o LAMP'S SGI cobre desde o levantamento de necessidades por meio do Documento de Formalização de Demanda (DFD) e do Estudo Técnico Preliminar (ETP) até a movimentação do estoque, patrimônio e inventário, aumentando significativamente a eficiência operacional.

Com o LAMP'S SGI, todas as informações são centralizadas em uma única plataforma, proporcionando uma visão holística que permite aos usuários focar em atividades estratégicas. O sistema assegura conformidade com a nova lei de licitação, promovendo transparência e auditabilidade, com registro detalhado de cada ação para um acompanhamento mais efetivo.



GESTÃO HOSPITALAR

O Lamp's Hosp é um software que integra todos os setores da instituição. Com o prontuário eletrônico, garantimos um registro ágil e preciso, facilitando a comunicação entre as equipes de triagem e pronto atendimento, otimizando o fluxo de pacientes desde a recepção até a alta.

A integração com laboratório, radiologia e imagens possibilita diagnósticos rápidos, enquanto a gestão da prescrição médica integrada com as farmácias satélites oferece uma visão de custo que garante economia.

Além disso, o faturamento é simplificado com a tabela do SUS e totalmente digital até a plataforma do BPA/SIAIH01, promovendo eficiência e transparência em todos os processos. Com nosso sistema, você assegura uma gestão hospitalar fluida e eficaz, focada na qualidade do atendimento ao paciente.

GESTÃO DE MARCAÇÃO E TFD

O software oferece dashboard interativo; gestão de cadastros; integração com chatbot para interação com o cidadão; gerenciamento de usuários; agendamentos de exames e procedimentos; gestão de lista de espera; distribuição de vagas; confirmação de presença em TFD e busca avançada de pacientes. Melhora a qualidade do atendimento e otimiza recursos.

Prontuário Eletrônico para atendimento em Centro de Especialidades

GESTÃO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA

- Implantação e capacitação do Prontuário Eletrônico do Cidadão (PEC - e-SUS APS), incluindo configuração de computadores.

- Disponibilização de servidor em nuvem para hospedagem e processamento do PEC, com capacitação de novos colaboradores e educação continuada para as equipes.

- Implantação e capacitação do e-SUS AB Território para Agentes Comunitários de Saúde (ACS), incluindo material didático e configuração de tablets e acessórios.

Uso do laser na Proctologia

Em uma era marcada pela evolução tecnológica, a medicina tem aproveitado as inovações para transformar tratamentos e procedimentos. No campo da proctologia, essa revolução é claramente vista com a incorporação de técnicas a laser.

O laser, mais conhecido e utilizado na dermatologia e ginecologia, tem sido utilizado também na proctologia, e vem crescendo a cada ano como uma nova opção. Hoje em dia, com o avanço das técnicas minimamente invasivas, o laser conquistou seu espaço.

Com o crescente aumento da preocupação com as doenças proctológicas, a evolução tecnológica tem desempenhado um papel fundamental na melhoria da prevenção, diagnós-



Atendimentos:

Clínica Gastrus

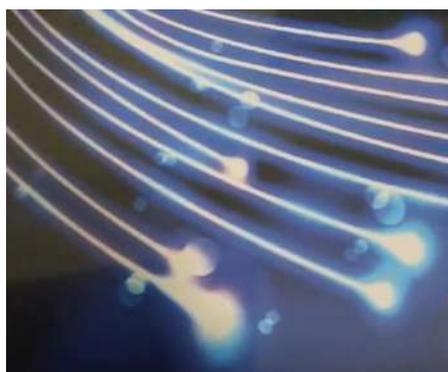
(38)3221-3840

Rua Eng. João Antônio Pimenta, 163 - Centro

Clínica Gastrovalias

(38)3221-6593

Edifício Absoluto - Rua Tupinambás, 13 - 10º andar - Melo



Dr. Frederico Gusmão Câmara

Endoscopia Digestiva | Proctologia – CRM-MG 36.691 | RQE 41.369

Formado em 2001 pela Faculdade de Medicina de Barbacena • Especialização em Cirurgia Geral pro Hospital Luxemburgo - BH/MG • Especialização em Coloproctologia pelo Hospital Felício Rocha - BH/MG • Especialização em Endoscopia Digestiva pelo Hospital das Clínicas - BH/MG • Título de Especialista em Endoscopia Digestiva pela SOBED

tico e tratamento das doenças proctológicas. Um dos avanços mais promissores é o uso do laser em procedimentos cirúrgicos, como aqueles feitos para tratar fístulas anais e cistos pilonidais.

O uso do laser nas principais pato-

logias orificiais como HEMORRÓIDAS, FISSURAS, FÍSTULAS ANAIS E CISTOS PILONIDAIS, trouxe um novo panorama no pós-operatório dessas patologias, em virtude da redução de dor, redução do tempo de internação, maior mobi-

lidade do paciente e retorno mais precoce ao trabalho, que são os atributos principais da cirurgia moderna, obedecendo aqueles princípios de PROCEDIMENTOS MINIMAMENTE INVASIVOS.

Uso de laser para Cisto Pilonidal e Fístula: mudança no pós-operatório

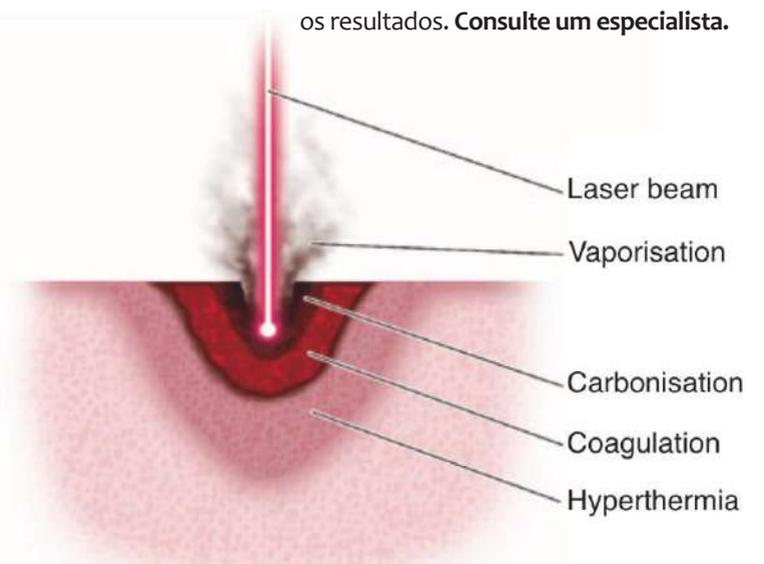
A utilização de laser, especificamente o LASER DE DIODO, no tratamento da fístula anal e do cisto pilonidal tem se mostrado uma opção ainda mais promissora e eficaz.

A técnica utiliza a fibra endorrádial do laser através de incisões mínimas, que atua por meio da fototermoablação para destruir o tecido epiteliado que reveste o trajeto a ser tratado. Essa abordagem minimamente invasiva apresenta diversas vantagens em relação aos métodos convencionais, entre elas, estão:

- Mínima ferida operatória;
- Trata internamente a ferida.
- Menos dor pós-operatória.
- Acelera a cicatrização.
- Menor tempo de recuperação;
- Resultados estéticos mais satisfatórios;

A incorporação do laser na proctologia tem ampliado as opções de técnicas minimamente invasivas para o tratamento de diversas condições. Isso resulta em melhores resultados pós-operatórios, com recuperação menos dolorosa e mais rápida, com maior satisfação dos pacientes.

Não há dúvida de que a tecnologia está remodelando o panorama médico, tornando procedimentos mais precisos, menos invasivos e com recuperações mais rápidas. Na proctologia, a introdução da tecnologia laser é um testemunho dessa progressão. Os pacientes agora têm acesso a tratamentos mais eficazes que minimizam o desconforto e maximizam os resultados. **Consulte um especialista.**



13 ANOS

Lado a lado servindo e fazendo

história

Operar
Centro de Cirurgia Especializada

Operar: Há 13 anos transformando vidas!

12 de Março de 2012. Aqui começa a história da Clínica Operar, uma empresa projetada por um grupo de médicos cirurgiões na intenção de oferecer diversas especialidades cirúrgicas em um só lugar.

Em seus 13 anos de existência toda a equipe família Operar, buscamos oferecer aos pacientes um ambiente agradável e atendimento humanizado, onde as suas

mais diversas demandas sejam atendidas com qualidade e agilidade, sendo essa a nossa missão.

É com muita gratidão a Deus, a cada componente da família Operar, aos mais diversos parceiros e a todos que por aqui passaram que esperamos continuar existindo em exitosa caminhada, certos de que, até aqui nos ajudou o Senhor.



Dr. Christian Luiz Ferreira Xavier - CRM 34847



Dr. Cláudio Henrique Rebello - CRM 30374



Dr. Cláudio Marcelo Cardoso - CRM 37680



Dr. Fernando Gusmão Santiago - CRM 37633



Dr. Gilberto Pedro Rodrigues - CRM 43743



Dr. Hallyson Vander - CRM 37766



Dr. Juliano Silva Oliveira - CRM 46804



Dr. Lucas Ferreira Bicalho - CRM 57255



Dr. Samir Almeida Borges - CRM 41185



Dra. Elisama Oliveira - CRM 59810



Dra. Maristane Neiva - CRO - MG 28.581



Dr. Thiago Nobre Queiroz - CRM 47835



Dra. Joane de Souza Quaresma - CRM 74028



As colaboradoras da Clínica Operar

(38) 3221-8321 / 99179-2727

Site: www.clinicaoperar.com.br Instagram: [@operarmoc](https://www.instagram.com/operarmoc)

Rua Tupinambás, 13 - Melo (Edifício Absoluto - 1º andar, Sala 112)



COLÉGIO BATISTA

N O R T E M I N E I R O



Aponte a câmera do seu celular e agende uma visita.

(38)3222-0101
(38)2101-0800

Siga nosso Instagram: **@colegiobatistanm**

70% de índice de aprovação!

PRÉ-CONCURSO SEE-MG
Início das aulas: 17 de março



Venha **construir seu futuro** no pré-concurso do Colégio Batista!

Entre em contato:
(38) 98826-3591



Loez Fonseca
ADM UNIMONTES



Leonardo Monteiro
DIREITO UNIMONTES

Paulo Silas
Medicina Unimontes

Abraão
Medicina FADIP



Thalya
ENFERMAGEM UNIMONTES



Igor
SISTEMAS DE INFORMAÇÃO UNIMONTES



Pedro
SISTEMA DE INFORMAÇÃO UNIMONTES

Histeroscopia Cirúrgica: um procedimento importante para a saúde da mulher

A histeroscopia cirúrgica é um procedimento que permite ver e tratar problemas dentro do útero da mulher com o auxílio de uma câmera. Durante esse procedimento, um instrumento chamado histeroscópio é inserido pela vagina até o útero, o que permite ao cirurgião ginecológico visualizar a parte de dentro do útero com clareza.

Esse procedimento é muitas vezes comparado à curetagem uterina, que é uma técnica mais antiga. A curetagem envolve a raspagem do revestimento do útero para remover tecido, mas não permite que o médico veja o que está acontecendo. Já a histeroscopia cirúrgica oferece uma visão clara e detalhada, permitindo um diagnóstico mais preciso e tratamentos mais eficazes.

A histeroscopia é utilizada para resolver problemas como pólipos, miomas e aderências que podem causar cólicas, sangramentos anormais ou dificuldade para engravidar. Além de diagnosticar, a histeroscopia cirúrgica permite que o médico realize pequenas cirurgias, como a remoção destes pólipos e miomas ou a correção de anomalias no útero. O procedimento é útil também para retiradas de DIU que não foram possíveis em consultório.

Aqui em Montes Claros o procedimento é feito em ambiente hospitalar, com anestesia. A duração da cirurgia varia entre 20-60 minutos. Após a histeroscopia cirúrgica, a maioria das mulheres pode voltar para casa no mesmo dia. É normal sentir um pouco de cólica ou desconforto e ter um sangramento discreto.

A histeroscopia cirúrgica é uma cirurgia segura e eficaz que pode fazer a diferença na saúde da mulher. É uma opção moderna e segura para tratar problemas uterinos, oferecendo vantagens em relação à curetagem. Se você está enfrentando problemas de saúde relacionados ao útero, converse com seu Ginecologista. Cuidar da saúde é essencial para viver bem!



Andrea Giroto Amorim

CRM MG 56745 RQE: 53630 | 53631

• Médica graduada pela Universidade Federal de Juiz de Fora • Residência em Ginecologia e Obstetrícia pelo Hospital das Clínicas-Universidade Federal de Minas Gerais (HC-UFGM) • - Especialização em Cirurgia Ginecológica pelo Hospital da Baleia – Belo Horizonte/MG • - Residência em Endoscopia Ginecológica pela UNIFESP (histeroscopia e laparoscopia) - Mestrado pela UNIFESP

Siga no Instagram: @andreagirotto

Consultório:

Clínica Gestar

(38)3015-8887

(38)99802-7482

(38)99189-6670

Rua Correa Machado, nº 1025,
sala 1307 - Edifício Premier
Center - Montes Claros/MG



Andrea Giroto

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA





☎ (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)



NOVAIS EMPREENDIMENTOS

Inovação e sustentabilidade transformam o mercado imobiliário de Montes Claros

Em um mercado tradicionalmente marcado por projetos padronizados, a empresa se destaca pelo seu “Estilo Novais”, uma abordagem que tem rigor técnico e atenção às demandas contemporâneas dos clientes.

“Não vendemos metros quadrados. Vendemos qualidade de vida”, afirma Gustavo Novais, fundador da empresa. Esta filosofia se reflete em cada aspecto dos empreendimentos da Novais, desde a concepção dos projetos até os mínimos detalhes de acabamento e pós-venda.

A sustentabilidade é um pilar fundamental na atuação da Novais. As obras da empresa contam com um sistema de gestão de resíduos avançado, incluindo lixeiras com classificações para diferentes tipos de materiais. Esta iniciativa não apenas reduz o impacto ambiental das construções, mas também educa os colaboradores e clientes sobre a importância do descarte correto de resíduos.

Os projetos da Novais são planejados para maximizar a luminosidade natural e preservar áreas verdes, criando ambientes que promovem bem-estar e conexão com a natureza. A empresa vai além, oferecendo treinamentos de conscientização ambiental para seus colaboradores e mantendo uma equipe dedicada à limpeza e organização dos canteiros de obras.

No quesito tecnologia, a Novais não fica atrás. Seus empreendimentos incorporam soluções modernas como fechaduras eletrônicas e sistemas de automação residencial compatíveis com assistentes virtuais, adaptando-se às necessidades específicas de cada projeto e cliente.

O compromisso com a excelência se estende ao atendimento ao cliente. O próprio Gustavo Novais faz questão de estar disponível para os clientes, garantindo uma abordagem personalizada e humana. A empresa conta ainda com o suporte jurídico do Dr. Pedro Alcântara, garantindo que todos os processos sigam rigorosamente as normas legais.

Para facilitar o acesso aos seus empreendimentos, a Novais oferece opções variadas de financiamento, incluindo financiamento próprio, carta de crédito e parcerias com instituições bancárias. A segurança do investimento é reforçada por uma série de seguros, incluindo seguro contratual, seguro de obra e seguro

NOVAIS
INCORPORAÇÕES E EMPREENDIMENTOS

Entre em contato:
 **(38) 9 8404-0697**

Onde estamos:
 Rua Tupinambás, nº13 - 12º andar,
sala 311 Melo - Edifício Absoluto,
Montes Claros | MG.

 **novaisempreendimentos**

 **Segurança do trabalho**
Seguro de acidente
Seguro de obras
Seguro Contratual

contra acidentes de trabalho.

O impacto positivo da Novais Empreendimentos já é sentido na economia local. Segundo dados do CRECI-MG, a empresa gerou 120 empregos diretos e impulsionou significativamente o mercado de fornecedores da região.

O slogan da empresa, “Compromisso com seu investimento, confiança no resultado”, não é apenas uma frase de

efeito, mas um reflexo da filosofia que permeia todas as ações da Novais. Esta abordagem inovadora e comprometida com a qualidade está redefinindo os padrões do mercado imobiliário em Montes Claros e região.

Para aqueles interessados em saber mais sobre a Novais Empreendimentos e seus projetos inovadores, a empresa mantém um escritório no Edifício Absoluto, no

12º andar, e atualiza diariamente seu perfil no Instagram @novaisempreendimentos com as últimas novidades e lançamentos.

A chegada da Novais Empreendimentos a Montes Claros marca o início de uma nova era no mercado imobiliário local, onde sustentabilidade, tecnologia e qualidade de vida se unem para criar não apenas residências, mas verdadeiros lares do futuro.

RECEITA SAÚDE: o novo sistema de emissão de recibos para profissionais da saúde - autônomos

A Receita Federal implementou o Receita Saúde, um novo sistema destinado à emissão de recibos por profissionais da saúde que atuam de forma autônoma. A medida busca padronizar a documentação fiscal desses profissionais, garantindo mais transparência e controle na prestação de serviços médicos.

O Receita Saúde é o Recibo Eletrônico de Prestação de Serviço de Saúde, regulamentado pela Instrução Normativa RFB nº 2.240/2024. Ele é emitido digitalmente por meio do aplicativo da Receita Federal.

QUEM DEVE UTILIZAR O RECEITA SAÚDE: a partir de 1º de janeiro de 2025, a emissão do Receita Saúde passou a ser obrigatória para os seguintes profissionais que prestam serviços como pessoa física:

- Dentistas • Fisioterapeutas
- Fonoaudiólogos • Médicos
- Psicólogos • Terapeutas Ocupacionais.

Esse novo sistema substitui os antigos recibos manuais, assegurando que todas as informações sejam registradas digitalmente.

QUANDO EMITIR O RECEITA SAÚDE: o recibo deve ser emitido na data do pagamento do serviço. Caso o pagamento seja parcelado, deve ser emitido um recibo para cada parcela paga.

FORMA DE EMISSÃO DO RECIBO: a emissão do Receita Saúde será realizada por meio de serviço digital disponível no aplicativo da Secretaria Especial da Receita Federal do Brasil - App Receita Federal para dispositivos móveis e deverá conter, no mínimo, as seguintes informações:

I - número de inscrição no Cadastro de Pessoas Físicas - CPF:

- a) do prestador do serviço;
b) do beneficiário; e
c) do responsável pelo pagamento;

II - número de registro do prestador do serviço no respectivo conselho profissional;

- III - data da emissão;
IV - data do pagamento; e
V - valor do pagamento.

É POSSÍVEL EMITIR O RECEITA SAÚDE COM DATA RETROATIVA: é permitida a emissão do Receita Saúde de forma retroativa, antes do início de qualquer procedimento de ofício pela Receita Federal.

Caso seja emitido com erro, o Receita Saúde poderá ser cancelado pelo prestador do serviço ou por seu representante no prazo de dez dias, contado da data de emissão.

Para emitir os recibos, o profissional deve estar cadastrado no carnê Leão Web, disponível no Portal E-CAC da Receita Federal. O carnê Leão é essencial para armazenar os dados de pagamentos e facilitar a apuração do IRPF.

Com a implementação do Receita Saúde, os profissionais da saúde precisam se adaptar à nova exigência para garantir sua conformidade fiscal com a Receita Federal. O processo de emissão de recibos se tornou mais digital e seguro, facilitando a regularização fiscal dos profissionais da saúde. O profissional deve manter o controle desses documentos para fins de declaração do Imposto de Renda e eventuais comprovações fiscais.

Tributação Correta, Economia na Certa.



Jacqueline Andrade

Contadora Tributária • Siga no Instagram: @jacquelineandrade

UNIMED MONTES CLAROS COOPERATIVAS DE TRABALHO MÉDICO

CNPJ nº 16.921.561/0001-63 – REG.O.C.B. Nº289 – REG. A.N.S. Nº 30405-1

EDITAL DE CONVOCAÇÃO DE ASSEMBLÉIA GERAL ORDINÁRIA E EXTRAORDINÁRIA

O Presidente da Unimed Montes Claros Cooperativa de Trabalho médico, denominada UNIMEDNorte de Minas, Dr. Farley Carneiro e Silva, no uso de suas atribuições, conferidas pelo inciso III artigo 63 do Estatuto Social, convoca os senhores cooperados a reunirem-se em Assembleia Geral Extraordinária e, após seu término em Assembleia Geral Ordinária a serem realizadas no dia 27 de Março de 2024, quinta-feira, no auditório da ACI (Associação Comercial, Industrial e de Serviços de Montes Claros), situado na Av. Major Alexandre Rodrigues, nº 232, bairro Ibituruna, CEP: 39401-301, em Montes Claros, Minas Gerais, às 17h, em primeira convocação, com presença de 2/3 (dois terços) de números de cooperados; às 18h, em segunda convocação, com a presença de metade mais 01 (um) dos cooperados, ou ainda, às 19h, em terceira convocação, com a presença de no mínimo 10 (dez) cooperados, para tomarem conhecimento e deliberarem sobre a seguinte:

ORDEM DO DIA: Assembleia Geral Extraordinária (AGE)

1. Leitura do edital;
2. Eleição de 3 (três) membros para o preenchimento dos cargos vagos do Conselho de

Administração – Mandato 2022-2026;

3. Deliberar sobre demissão, exclusão ou eliminação de cooperados.

ORDEM DO DIA: Assembleia Geral Ordinária (AGO)

1. Relatório das atividades de gestão do período de 2024;
2. Prestação de contas do exercício de 2024 compreendendo os demonstrativos financeiros, balanço geral do exercício de 2024 e parecer do Conselho Fiscal;
3. Destinação das sobras ou rateio das perdas do exercício de 2024;
4. Fixação do valor dos honorários dos diretores e da cédula de presença dos demais membros dos conselhos Administrativo, Técnico, Fiscal e Ético-Profissional;
5. Eleição dos membros do Conselho Fiscal – Mandato 2025;
6. Extra pauta.

NOTAS:

1. Para efeitos legais e estatutários, declara-se que o número de associados com direito a voto nessa data é de 276 cooperados.

Montes Claros, 21 de Fevereiro de 2025.

FARLEY CARNEIRO E SILVA:21921679620
SILVA:21921679620
Dados: 2025.02.21 16:40:44 -03'00'

Dr. Farley Carneiro e Silva
Diretor Presidente

“Constelação Familiar: destravando e transformando vidas”

Ana Karine Benício, Psicoterapeuta Sistêmica e pioneira em Constelação Familiar sistêmica há 24 anos, além de ter mais de 50 especializações dentro da terapia sistêmica e comportamental. A técnica da Constelação Familiar está cada vez proporcionando mudanças na vida dos pacientes tendo como abordagem de conflitos familiares e até empresariais através da Constelação Familiar. Esta técnica terapêutica, cada vez mais reconhecida por reconstruir histórias reajustando comportamentos do indivíduo que poderia já estar em um quadro emocional sem perspectivas de mudanças que é onde a técnica entra para proporcionar uma nova visão desde a origem da desordem até a solução do problema em que o paciente busca resolver.

O que é Constelação Familiar?

A Constelação Familiar é um método terapêutico que estuda os padrões de comportamento de grupos familiares através de gerações. Esta abordagem permite identificar e resolver conflitos ocultos, trazendo à tona dinâmicas inconscientes que perpetuam padrões autodestrutivos.

“A Constelação Familiar é uma ferramenta poderosa para desbloquear o fluxo do amor e resolver conflitos profundos”, explica Ana Karine. “Nosso objetivo é proporcionar alívio emocional e encontrar novos caminhos para a resolução de problemas aparentemente insolúveis”, afirma a especialista.

Eficácia e Reconhecimento

A eficácia da técnica tem chamado a atenção não apenas de terapeutas, mas também do sistema judiciário. Atualmente, 16 estados brasileiros utilizam a Constelação Familiar para solucionar litígios, especialmente em questões de Direito de Família. Temas como guarda, pensão alimentícia e alienação parental estão sendo resolvidos com mais facilidade, reduzindo o desgaste de processos judiciais prolongados.

Além disso, a Constelação Familiar foi reconhecida e incluída no Programa Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) do SUS em 2018. Isso demonstra o crescente reconhecimento da técnica como uma abordagem complementar válida no campo da saúde mental.

Técnicas da Psicoterapia Sistêmica

A psicoterapia sistêmica, base da Constelação Familiar, utiliza diversas técnicas eficazes:

Genogramas: Mapas visuais das relações familiares que ajudam a identificar padrões transgeracionais.

Esculturas Familiares: Representações físicas das dinâmicas familiares para visualizar e modificar padrões relacionais.

Perguntas Circulares: Técnica que explora as perspectivas de diferentes membros da família sobre um problema.



Reframing: Reenquadramento de situações para oferecer novas perspectivas e soluções.

Diante da experiência de Ana Karine Benício, a especialista adapta essas técnicas de acordo com a necessidade individual do paciente. “Cada caso é único”, afirma. “Podemos trabalhar questões imediatas em terapias de curto prazo ou abordar conflitos mais complexos em tratamentos de longo prazo.”

Uma Jornada de Transformação

Para aqueles que buscam transformação e cura emocional, a Constelação Familiar oferece uma abordagem inovadora e promissora. Ana Karine Benício convida:

“Venha descobrir como podemos reconstruir sua história e resgatar suas origens.

O primeiro passo para a mudança é a coragem de olhar para dentro.”



INCOR
INSTITUTO DE CARDIOLOGIA
CHECK-UP CARDIOLÓGICO

- Consultas
- Análise Marcapasso
- Ecodopplercardiograma Colorido
- Ecodoppler Transesofágico
- Eco Stress
- Teste Ergométrico
- Holter 24 horas
- Mapa 24 horas
- Eletrocardiograma
- Duplex Scan Carótidas e Vertebrais
- Ergoespirometria
- MRPA
- Doppler venoso e arterial de membros inferiores

Rua Raio Christoff, 84 – Centro – Montes Claros/MG
Tel: (38)3222-9932 Telefax: (38)3222-9133 (38)9.8416-9390
E-mail: incormoc@yahoo.com.br |  Incor Montes Claros



CARLUB
Centro Automotivo

O seu carro no caminho certo.

-  Troca de óleo de motor e câmbio
-  Higienização de ar condicionado
-  Pastilhas de Freio
-  Filtros

 Siga no Instagram
@carlubmoc

 Av. Doutor José Correa Machado, 1922 - Melo Montes Claros/MG

 Ligue e faça seu orçamento:
38.99920.1922

Núcleo Carlos Valias: transformando a saúde e estética no Norte de Minas

O **Núcleo Carlos Valias**, representa um marco significativo para a saúde do Norte de Minas, oferecendo uma abordagem multidisciplinar e tratamentos inovadores para obesidade, emagrecimento, doenças metabólicas e sarcopenia. Fundado pelo Dr. Carlos Valias, o núcleo reúne uma equipe altamente especializada para atender às necessidades dos pacientes com foco em resultados sustentáveis e transformadores.

De acordo com o Dr. Carlos Valias, o núcleo é um centro de referência na região e se destaca como o maior centro especializado no tratamento de obesidade e sarcopenia, oferecendo desde tratamentos clínicos até procedimentos cirúrgicos. A equipe conta com nutrólogo, gastroenterologista, endocrinologista, nutricionista, psicóloga e fisioterapeuta dermatofuncional, além de especialistas em cirurgia bariátrica.

“O **Núcleo Carlos Valias** é o único da região a oferecer diversos serviços especializados, como teste genético para obesidade e tratamentos endoscópicos, como o balão intragástrico. Somos também um dos pioneiros no uso de tecnologias avançadas para emagrecimento, como medicamentos modernos e equipamentos de bioimpedância”, afirmou Dr. Carlos. Além disso, a equipe oferece suporte completo para os pacientes pós-cirurgia bariátrica, auxiliando no processo de emagrecimento pré e pós-operatório.

Fisioterapia Dermato Funcional: estética e bem-estar

No contexto da equipe multidisciplinar, a fisioterapeuta dermatofuncional Ana Claudia Chaves explica como o trabalho de estética agregado ao tratamento de emagrecimento tem grande importância no processo de recuperação e auto-estima dos pacientes. “A fisioterapia dermatofuncional é essencial para ajudar na recuperação da pele, evitando a flacidez e melhorando a aparência estética durante o emagrecimento”, explica Ana Claudia.



Ana Claudia Chaves - Fisioterapeuta Dermato Funcional



Com equipamentos de última geração, como o Hybrius, que combina três tecnologias em um único aparelho, os pacientes podem reduzir gordura localizada, tratar flacidez e melhorar a aparência da pele. “Além de emagrecer, os pacientes conseguem ver uma melhora no corpo em um curto espaço de tempo, com resultados visíveis, especialmente na redução de medidas abdominais”, afirma Ana Claudia.

Além disso, o trabalho de drenagem linfática e técnicas de massagem exclusivas ajudam a reduzir a retenção de líquidos e melhoram a circulação, tornando o processo de emagrecimento mais eficiente e saudável.

Psicologia no tratamento da obesidade

A psicóloga clínica Emylle Cristine Alves Veloso, especializada no tratamento de obesidade e emagrecimento, ressalta a importância do acompanhamento psicológico no processo de mudança de comportamento alimentar. “A psicologia tem um papel fundamental no emagrecimento, principalmente para aqueles que passam por cirurgia bariátrica ou têm dificuldade em lidar com questões emocionais relacionadas à alimentação”, explica Emylle.

Com uma formação sólida e experiência em intervenções sistêmicas, Emylle complementa o trabalho



Emylle Cristine Alves Veloso - Psicóloga



Dr. Carlos Valias, fundador do núcleo que leva seu nome

da equipe, ajudando os pacientes a desenvolverem habilidades para lidar com as emoções e os gatilhos que podem interferir no processo de emagrecimento. “O acompanhamento psicológico proporciona uma mudança de mindset, essencial para o sucesso do tratamento de obesidade e para o bem-estar duradouro dos pacientes”, conclui.

A Visão integrada e humanizada do Núcleo

O **Núcleo Carlos Valias** se destaca pela forma como integra diversos profissionais especializados em uma abordagem holística e personalizada. A união de esforços entre médicos, nutricionista, psicólogo e fisioterapeuta oferece um tratamento completo que vai além da simples perda de peso, promovendo uma transformação no corpo e na mente do paciente.

Com resultados rápidos e eficazes, o Núcleo Carlos Valias não só prioriza a saúde dos seus pacientes, mas também contribui para a melhora da autoestima e qualidade de vida, tornando-se, sem dúvida, um centro de excelência no tratamento da obesidade e emagrecimento na região Norte de Minas.

Para saber mais sobre os serviços oferecidos e agendar uma consulta, entre em contato com o Núcleo Carlos Valias e descubra como transformar sua saúde de maneira completa e integrada.

Siga no Instagram: @nucleocarlosvalias • Entre em contato: (38)99959-8995 • Estamos na Rua Tupinambás, 13, Sala 1002, Melo, Montes Claros/MG.

VENHA CONHECER
A NOSSA LINHA DE
PORTAS, JANELAS,
ASSOALHOS, FORROS
E DECKS DE MADEIRA



Av. João XXIII, 795 - Edgar Pereira
Montes Claros - MG | 38 3221-7644

www.madeirapinheiro.com.br



A casa
dos seus sonhos

pode estar
bem pertinho



📍 Rua João Souto, 583 - lj 02-
Centro - Montes Claros-MG.

🌐 www.juliobernardes.com.br

Entre em contato para mais
informações pelo:



Whats App 9 9271-6447

Triama Norte fornece tratores YANMAR para fortalecer a produção rural em Minas Gerais

As prefeituras de 52 municípios mineiros receberam um reforço significativo para impulsionar a produção agropecuária e fortalecer a economia local. O Governo de Minas, por meio da Secretaria de Estado de Agricultura, Pecuária e Abastecimento (Seapa), entregou 116 equipamentos agrícolas, incluindo tratores e grades aradoras, adquiridos com um investimento de R\$ 8,6 milhões provenientes de emendas parlamentares. Os micro e pequenos produtores rurais dessas regiões serão diretamente beneficiados com o novo maquinário.

A Triama Norte, representante da YANMAR, foi a fornecedora dos tratores agrícolas que agora beneficiarão centenas de famílias no campo. Durante a solenidade de entrega na Cidade Administrativa, o governador Romeu Zema destacou a relevância des-

se maquinário para o desenvolvimento da agricultura familiar e para o aumento da produção de alimentos destinados à merenda escolar.

“Com esses equipamentos disponíveis, teremos um efeito multiplicador, dando apoio ao pequeno e micro produtor, promovendo melhorias na produção e gerando renda para os mineiros”, afirmou Zema.

O vice-governador Mateus Simões ressaltou que a iniciativa tem um impacto direto na qualidade de vida dos trabalhadores do campo e no abastecimento das cidades.

“É possível produzir mais, alimentando quem está na cidade e garantindo dignidade para quem vive no campo. Também é uma forma de resgatar a autoestima dessas pessoas, que representam 23% de toda a riqueza produzida em Minas Gerais”, afirmou Simões.

Para Gilberto Gualter, diretor-presidente da Triama Norte, a parceria entre o setor público e empresas especializadas na mecanização agrícola é fundamental para o crescimento sustentável da agropecuária no Estado.

“A Triama Norte se orgulha de fornecer os tratores YANMAR, reconhecidos pela eficiência e durabilidade. Sabemos que esses equipamentos farão a diferença na vida dos pequenos produtores, trazendo mais produtividade e melhores condições de trabalho no campo”, destacou Gualter.

A entrega dos tratores reforça o compromisso do Governo de Minas com o desenvolvimento da agricultura familiar e a modernização das atividades no campo, garantindo maior competitividade e sustentabilidade para os produtores rurais.



Guilherme Gualter, com Otávio Maia, Presidente da Emater, e Gilberto Gualter, Diretor-Presidente da Triama Norte



Vice-Governador Mateus Simões, Gilberto Gualter, Diretor-Presidente da Triama Norte, e o Governador de Minas Gerais, Romeu Zema



Gilberto Gualter, Governador Romeu Zema, Guilherme Gualter, Vice-Governador Mateus Simões e Thales Fernandes, Secretário de Agricultura de Minas Gerais



Gilberto Gualter e Guilherme Gualter



Gilberto Gualter e seu filho Guilherme Gualter



Gilberto Gualter e Marcelo Candioto, Presidente da CCPR

Direct Line: inovação e excelência no atendimento ao cliente

A **Direct Line**, empresa líder em soluções de atendimento ao cliente, está revolucionando o mercado com sua abordagem inovadora e estratégica. Com mais de 20 mil atendimentos mensais, a companhia tem se destacado por oferecer um amplo leque de serviços, que vão desde televendas e SAC até cobrança e recuperação de crédito.

A missão da **Direct Line** é clara: proporcionar soluções inovadoras e estratégicas em atendimento ao cliente e vendas, sempre priorizando a excelência e a eficiência para impulsionar o sucesso de seus parceiros comerciais. Para alcançar esse objetivo, a empresa investe constantemente em tecnologia e treinamento de sua equipe.

Devido a proporção de atendimentos online a empresa entendeu a necessidade do atendimento virtual através de WhatsApp e e-mails, além das tradicionais ligações telefônicas e já iniciou suas atividades com este modelo atendimento; essa flexibilidade permitiu que a **Direct Line** continuasse a atender seus clientes com eficiência, mesmo em um cenário desafiador.

A empresa também se destaca por sua abordagem consultiva, que inclui um diagnóstico inicial, análise de fluxo de atendimento e avaliação de qualidade. No quesito tecnologia, a **Direct Line** está na vanguarda. A empresa utiliza sistemas avançados de CRM, IVR e chatbots para automatizar processos e melhorar a eficiência. Uma das inovações mais recentes é a utilização de inteligência artificial como chat bots entre outros, que aumenta em 15% a possibilidade de conversão.

Outra estratégia bem-sucedida da **Direct Line** é o uso de tráfego pago, resultante em uma taxa de conversão 27% maior, já que os clientes passam pelo filtro do anúncio, demonstrando um alto nível de consciência sobre o produto ou serviço.

A **Direct Line** também se preocupa em medir e melhorar constantemente seus resultados. Para isso, a



Direct Line
CONTACT CENTER

(38) 9 8423-0705

ronaldo.rafael@directlinecontactcenter.com.br

www.directlinecontactcenter.com.br

Rua Raul Corrêa, 507 nº 02,
Funcionários, Montes Claros | MG.

empresa utiliza métricas e KPIs específicos, como Net Promoter Score (NPS), First Call Resolution (FCR) e Customer Satisfaction Score (CSAT). Essas métricas permitem que a empresa avalie seu desempenho e faça

ajustes contínuos para melhorar a satisfação do cliente.

Com sua abordagem inovadora e foco na excelência, a **Direct Line** tem se consolidado como uma referência no mercado de atendimento ao

cliente. A empresa continua a evoluir e se adaptar às necessidades em constante mudança dos consumidores, garantindo que seus parceiros comerciais estejam sempre um passo à frente da concorrência.

Planos de Saúde: o que muda com as novas coberturas obrigatórias



Luiz Henrique Martins do Amaral

OAB/MG nº 121.128

Bacharel em Direito pela Universidade Estadual de Montes Claros • Especialista em Direito Médico e em Compliance pela PUC/MG • Sócio do escritório Bernardo Brant Sociedade de Advogados • Gerente Jurídico do Hospital Aroldo Tourinho

Desde 2022, com a edição da Lei nº 14.307, que modificou a Lei nº 9.656 de 1998, todas as tecnologias avaliadas e recomendadas positivamente pela Comissão Nacional de Incorporação de Tecnologias no Sistema Único de Saúde (CONITEC) devem ser integradas ao Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde Suplementar.

Em reunião da Diretoria Colegiada da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), realizada em 10 de fevereiro de 2025, foi aprovada a inclusão de três novas tecnologias de cobertura obrigatória pelos planos de saúde. Estas tecnologias referem-se a testes para meningite, um dispositivo cardíaco e um medicamento para púrpura.

- **Testes PCR multiplex:** Detectam múltiplos agentes bacterianos, virais e fúngicos responsáveis por meningites e encefalites;

- **Dispositivo de Assistência Ventricular Esquerda (DAVE):** Produzido com fluxo contínuo e centrífugo, é indicado para pacientes com insuficiência cardíaca avançada do ventrículo esquerdo

que não são candidatos a transplante de coração.

- **Romiplostim:** Medicamento destinado a adultos com púrpura trombocitopênica idiopática primária refratária ou dependente de corticosteroides, conforme a atualização da Diretriz de Utilização (DUT) 158.

O Rol da ANS é uma lista de consultas, exames, cirurgias e tratamentos que os planos de saúde são obrigados a oferecer aos beneficiários dos chamados novos planos, isto é, aqueles contratados após janeiro de 1999, em conformidade com a modalidade do plano adquirido.

A recusa das operadoras de planos de saúde na autorização dos atendimentos/procedimentos referentes às tecnologias de cobertura obrigatória é ilegal e abusiva, pois infringe os direitos dos consumidores. Tal negativa pode provocar ações judiciais visando obrigar os planos a custear os tratamentos, além de ensejar indenizações pelos danos morais causados pela recusa injustificada da cobertura.



BERNARDO BRANT

SOCIEDADE DE ADVOGADOS

Edifício Office Center

Av. Cula Mangabeira, nº 210 • Sala 414 • Bairro Santo Expedito
Montes Claros/MG • CEP nº 39.401-001

☎ **(38)3216-1249**

Neste Mês da **Mulher**, celebre a vida cuidando da sua saúde. **A prevenção salva vidas!**



RICARDO ALCANTARA
— MASTOLOGISTA —

Acompanhe nas redes sociais:



Instagram e Facebook
@drricardoalcantara

Mulher, cuide-se:
a detecção precoce faz toda a diferença na luta contra o câncer de mama.



(38)3212-8707



(38)3212-2465



Edifício Absoluto
Rua Tupinambás, 13 - Sala 911 - Bairro Melo
Montes Claros/Minas Gerais



SONO É VIDA: dormir é essencial para a saúde do corpo e da mente

Passamos 1/3 das nossas vidas dormindo, isto reflete a importância que o sono tem para nossa saúde física e emocional. O sono é essencial para o bom funcionamento do cérebro, pois ajuda na reposição de energias, nutre o corpo e a mente, e nos guia na caminhada da vida.

O que é e qual o papel da Odontologia do Sono?

A odontologia do sono é um campo da odontologia que se concentra no diagnóstico, tratamento e gerenciamento de distúrbios do sono relacionados à saúde bucal e craniofacial. Isso envolve a realização de estudos do sono, como a polissonografia para avaliar a gravidade deste distúrbio e exames de tomografia computadorizada das ATMs, radiografias periapicais e mais alguns exames.

Principais Funções do sono: Conservar energia, recuperar o sistema nervoso central, memória, concentração, atenção e alerta, regulação metabólica, reparação tecidual, modulação da dor, sistema imunológico.

Consequências de restrição do sono: Sonolência e fadiga, maior risco de acidentes, estresse e ansiedade, alteração metabólica, maior percepção dolorosa.

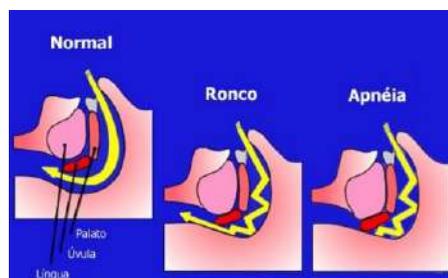
Distúrbios odontológicos do sono: Dor Orofacial, Hipossalivação/xerostomia (boca seca), bruxismo do sono, doença do refluxo gastroesofágico, apneia obstrutiva do sono, envelhecimento precoce por hipersensibilidade dentinária, alterações periodontais.

Como a odontologia do sono age?

Uma das formas é o uso de dispositivos de avanço mandibular durante o sono, com objetivo de prevenir o colapso entre os tecidos da orofaringe e da base da língua, ou seja, a obstrução da via aérea superior. O tratamento com estes dispositivos estão indicados aos pacientes com ronco primário, Apneia obstrutiva do sono leve e moderada, nos casos de apneia obstrutiva do sono grave quando houver intolerância ao CPAP.

Alguns aspectos importantes da odontologia do sono:

Apneia do sono: A apneia do sono é resulta na interrupção da respiração e em uma diminuição nos níveis de oxigênio no sangue. Principal sinal clínico é o ronco, paradas respiratórias assistidas, sonolência excessiva. Pode acometer homens, mulheres, adultos e crianças independente da idade



Bruxismo: O bruxismo é o ato de ranger ou apertar os dentes durante o sono. Isso pode causar desgaste nos dentes, dores de cabeça, dores na mandíbula e outros problemas dentários. Os dentistas do sono podem projetar placas oclusais ou dispositivos orais personalizados para proteger os dentes e reduzir os efeitos do bruxismo. Esse movimento dos dentes é realizado normalmente de forma inconsciente e é causado por contrações rítmicas dos músculos mandibulares

Ronco: RONCAR NÃO É NORMAL! Embora o ronco seja comum e geralmente inofensivo, é um sintoma de apneia do sono. A odontologia do sono pode ajudar a reduzir o ronco significativamente, o que pode melhorar a qualidade do sono do paciente e a de seus parceiros.

Tratamento personalizado: Os tratamentos na odontologia do sono são altamente personalizados para atender às necessidades de cada paciente. Os dispositivos orais são projetados sob medida para garantir conforto e eficácia.



Joseane Chaves de Toledo | CRO - MG 27025

Atendimentos clínicos em Montes Claros, Januária, Taiobeiras e Belo Horizonte

Cirurgia dentista pela UNINCOR Três Corações MG no ano de 2000 • Atendendo pacientes com Disfunção da ATM e Dor Orofacial desde 2005 • Residente em Odontologia do Sono - Belo Horizonte MG • Professora Clínica do curso de DTM e Dor Orofacial com ênfase em sono - Belo Horizonte MG • Membro da Sociedade Brasileira de Dor Orofacial- SBDOF • Membro da Associação Brasileira de Odontologia do Sono- ABROS

Tratamento personalizado



Benefícios à saúde: Por meio da odontologia do sono não apenas melhora a qualidade do sono, mas pode ter benefícios significativos para a saúde geral. A apneia do sono não tratada, por exemplo, tem sido associada a problemas como hipertensão de difícil controle, diabetes, doenças cardiovasculares, obesidade, estresse, ansiedade, impotência sexual, infarto, AVC.

A relação entre as alterações no padrão de sono e os distúrbios de ansiedade torna-se bi-direcional e cíclica, uma

vez que dormir mal favorece a ansiedade e a ansiedade compromete a qualidade de sono. O sono de baixa qualidade favorece o ganho de peso, tanto por alterações hormonais, como pelo pensamento de recompensa. Por outro lado, o ganho de peso favorece a apneia obstrutiva do sono que leva a uma restrição crônica de sono favorecendo o desenvolvimento e manutenção de distúrbios de ansiedade. Orientações sobre medidas de higiene do sono podem inibir os sinais e sintomas de insônia e tratando a Apneia Obstrutiva do Sono (AOS).

Entre os dias 14 e 20 de março de 2025 acontecerá em todo Brasil a “SEMANA DO SONO”.

Esta semana tem como objetivo alertar a população em geral sobre a importância de um SONO DE QUALIDADE. Promovida pela Associação Brasileira do Sono (ABS) e suas regionais, formada por médicos, dentistas, fisioterapeutas, fonoaudiólogos, psicólogos, nutricionistas, educadores físicos, e demais profissionais da saúde, especialistas em medicina do sono.



R. Dom Pedro II, 536 Centro Praça da Catedral Montes Claros/MG

(38) 3222-1606

(38) 99993-3532

@clidor.josychaves

Escaneie o QR Code para seguir nosso Instagram:



Podcast Saúde em Pauta: informação e saúde ao seu alcance

FOTOS: CLICK PODIUM COMUNICAÇÃO | AGÊNCIA DE MARKETING

O **Jornal Infonorte** amplia sua atuação na disseminação de conhecimento em saúde com o **Podcast Saúde em Pauta**, um espaço dedicado à informação qualificada e acessível.

Disponível no **YouTube e Spotify**, o programa traz especialistas renomados para discutir temas relevantes sobre saúde, qualidade de vida e bem-estar. Os cortes dos episódios também podem ser acompanhados no Instagram **@podcastsaudepauta**.

Episódio 1: Emagrecimento com Dr. Carlos Valias

No episódio de estreia, o **Dr. Carlos Valias**, especialista em emagrecimento, trouxe um panorama detalhado sobre a perda de peso saudável. O bate-papo abordou as principais estratégias para emagrecer de forma eficaz, desmistificou dietas da moda e ressaltou a importância do equilíbrio entre alimentação e hábitos de vida.

Episódio 2: Acidente Vascular Cerebral – Prevenção e Tratamento

Já no segundo episódio, um tema de extrema relevância para a saúde pública foi discutido: o **Acidente Vascular Cerebral (AVC)**. Para enriquecer



O podcast *Saúde em Pauta*, do *Jornal Infonorte*, é gravado nos estúdios da *Click Podium Comunicação e Agência de Marketing*

o debate, o **neurocirurgião Dr. Márcio Nobre** e a cardiologista Dra. Isabela Nobre explicaram os fatores de risco, os diferentes tipos de AVC, os sintomas e, principalmente, as formas de prevenção e tratamento.

Com linguagem acessível e embasamento científico, os especialistas destacaram a importância de hábitos saudáveis para evitar o AVC, incluindo controle da pressão arterial, alimentação equilibrada e prática

regular de exercícios físicos. O episódio reforça o compromisso do podcast em levar informação de qualidade para que mais pessoas possam se prevenir e cuidar melhor da saúde do cérebro e do coração.



O anfitrião do *Saúde em Pauta*, jornalista *Fabiano Fagundes*, com o médico *Dr. Carlos Valias*



Fabiano Fagundes recebeu a cardiologista *Dra. Isabela Nobre* e o neurocirurgião *Dr. Márcio Nobre*