Ano 2 | N° 7 | Outubro, Novembro, Dezembro/2009

Ponto E

www.jusmarlustoza.com.br

Saúde Educação Cultura

EDUCAÇÃO MUSICAL

Em Porto Velho a Escola de Música Villa-Lobos segue a Metodologia Suzuki e estimula a música em projetos sociais. Pág. 12

VENCENDO OBSTÁCULOS

Em consequência de uma deficiência visual, a cirurgiã-dentista Sandra Vian, de Jaru, deixou sua profissão desde 2004 e descobriu seu talento nas artes plásticas. Pág. 5

NUTRÓLOGAS

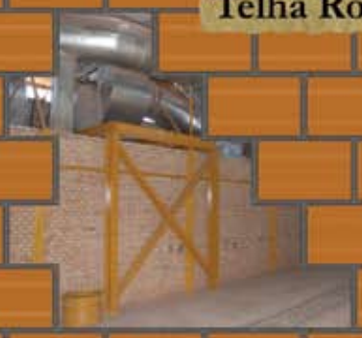
A Dra. Tatty e a Dra. Tameke Berno (Clínica Berno), as primeiras nutrólogas do Estado, esclarecem o que é nutrologia: a especialidade médica do futuro. Pág. 14

CERÂMICA ROMANA

"A medida certa para cobrir seus sonhos"

Qualidade que somente uma aliança de talento e tecnologia poderia proporcionar

Telha Romana



Telha Portuguesa

Telha Americana

Capa Lateral

Cumeeira Colonial

Cumeeira

Lajota Rústica

Tijolo Furado

Elemento Vazado

www.ceramicaromana.com.br

Pimenta Bueno - RO - Fone: (69) 3451-3654

Expediente

Atendimento ao cliente:
69 3443-4286
jusmarlustoza@gmail.com

Direção Geral:
Jusmar Luiz Silva Lustoza

Jornalista Responsável:
Adair Antonio Perin
Jornal Tribuna Popular

Diagramação e Artes:
Heliel/2wfdesign.com

Assistente de Artes
Fernando Brito

Fotografia: Flávio Ozawa

Impressão:
Gráfica Leonora - Vilhena-RO

Tiragem: 5000 exemplares

Os artigos assinados, bem como as informações contidas nos artigos de serviço/publicidade são de total responsabilidade de seus autores e dos anunciantes. A direção desta revista não se responsabiliza por conceitos e informações contidas nestes espaços publicitários.

O maior acervo histórico de Cacoal
TRIBUNA POPULAR
Fones: (69) 3441- 7776 / 3443 - 4277
Rua Antonio de Paula Nunes, 1412 - Centro - Cacoal - RO

O que caracteriza Jusmar Lustoza - além da peculiar simpatia – é o seu tino empreendedor. Afinal, abrir mão do conforto da odontologia pra abraçar o colunismo social, não é pra qualquer um. Bem explicado: o colunismo em questão não é aquele bajulatório, rasteiro e fora de moda como é tão comum por essas bandas.

Cobrir a sociedade, sim, pois quem não gosta de uma noticiazinha mundana?

Mas Jusmar logo abraçou o compromisso com o conteúdo e a informação de qualidade. Seja nas colunas de jornal, na internet ou na TV, a prestação de serviço sempre foi a marca de seu trabalho – em especial a área da Saúde.

Agora eu quero falar da **PONTO E**, mais um produto com o rigoroso padrão de qualidade JL.

A proposta é ambiciosa ("ser o ponto de encontro dos profissionais ligados às áreas da Saúde, Educação e Cultura"), mas entrega aos leitores o que promete.

A revista trata temas complexos com simplicidade, e a leitura é acessível a todos, assim como sua bem bolada distribuição. Das asas da **TRIP Linhas Aéreas** às escolas da rede estadual (**SEDUC**), passando pela área médica, com o providencial apoio da **UNIMED**.

Onde quer que você esteja, tem sempre uma à mão.

Impossível alguém como eu, que milita nas hostes culturais e jornalísticas, não ler, gostar e recomendar com entusiasmo a **PONTO E**.

Em plena era das mídias digitais, de twitters, blogs, facebooks e outros brinquedinhos virtuais, a **PONTO E** mantém-se firme, forte e altiva, bem diagramada, impressão caprichada com suas cores vivas e reais. É exemplo cabal de que a mídia impressa está mais forte do que nunca, convivendo harmoniosamente com as novas tecnologias.

A **PONTO E** acompanha o ritmo alucinante desta terra que teima em crescer mais rápido que o Brasil.

Vida longa!

Fred Perillo
- produtor cultural e consultor de comunicação
- sócio-proprietário da Fred Perillo Comunicação, Cultura & Conteúdo
Porto Velho-RO fredperillo@fredperillo.com.br

Escolha o melhor para você!
A maior rede de assistência médica do Brasil.
Só a Unimed tem vantagens e serviços que fazem a diferença quando você precisa de um atendimento especializado e de qualidade.
69 3411-3800 www.unimedjpr.com.br
Unimed Ji-Paraná
O melhor plano de saúde é viver.
O segundo melhor é Unimed.
ANS - nº 347507

Um lar é muito mais que uma casa, é lugar de aconchego e paz.

Simonelli
•Cozinhas
•Banheiros
•Salas
•Dormitórios
•Área de Serviço
CASA & DECORAÇÃO
conforto e bem estar em sua vida
Cacoal e Rolim de Moura

Anemia por deficiência de ferro

É um estado no qual há redução da quantidade total de ferro corporal até a exaustão das reservas de ferro, e o fornecimento de ferro é insuficiente para atingir as necessidades de diferentes tecidos, incluindo as da formação de hemoglobina e dos glóbulos vermelhos.

As principais causas da anemia por deficiência de ferro (anemia ferropriva) são: insuficiente ingestão de alimentos fontes de ferro; insuficiente absorção de ferro ingerido devido a problemas alimentares (forma errada de interagir os alimentos, de forma que a absorção do ferro ingerido seja prejudicada); momentos biológicos, como gravidez e crescimento; enfermidades, tais como síndrome da má absorção, verminoses, doenças gastrointestinais, miomas, ou qualquer outras enfermidades que causam hemorragias, ocasionando perdas progressivas de ferro).

Anemia ferropriva no Brasil e no Mundo é considerada a alteração carencial de maior magnitude mundial na atualidade, atingindo cerca de 35% da população humana. É um distúrbio também prioritário no nosso país, onde dados de consumo alimentar em algumas cidades já evidenciaram inadequação desse micronutriente na dieta, sobretudo de crianças e mulheres em idade fértil.

De forma surpreendente, e ao contrário da tendência de declínio de outras carências nutricionais, como a desnutrição, a anemia ferropriva é considerada uma endemia em expansão no mundo e em nosso país, afetando todos os segmentos sociais e atingindo especialmente as crianças menores de dois anos e gestantes.

Dr. Paulo Bindewald – bioquímico - especialista em Hematologia

LABORATÓRIO DOM BOSCO
-Análises Clínicas
Av. Presidente Dutra, 290
Fone: (69) 3451 2643
laboratoriodombosco@bol.com.br
Pimenta Bueno – RO

Cirurgia de catarata: qualidade de vida!

A catarata é a principal causa da cegueira reversível no mundo. Caracteriza-se pela opacidade do cristalino (uma lente intra-ocular incolor). A opacidade acontece de forma lenta e progressiva, porém a perda da qualidade visual para o paciente pode parecer imediata, o que o incapacita de algumas atividades rotineiras do dia a dia. Dirigir a noite, por exemplo, pois a qualidade visual noturna fica muito prejudicada com o aparecimento da catarata.

É prevalente em adultos após os 50 anos de idade, podendo se manifestar também em crianças e adultos jovens.

O tratamento é exclusivamente cirúrgico. Promove melhora da visão e da qualidade de vida do paciente. É um procedimento seguro, realizado com anestesia local, o que evita a necessidade de internação hospitalar na grande maioria dos casos.

Com o advento da facoemulsificação com implante de lente intra-ocular dobrável, a cirurgia pode ser realizada em um momento mais precoce, diminuindo assim, o trauma cirúrgico. O procedimento é indolor e sem a necessidade de pontos.

Com as novas lentes intraoculares, é possível ainda, em alguns casos, eliminar o uso de óculos longe e perto. Isso depende de cada caso e de exames pré-operatórios cuidadosos e específicos. Uma avaliação pré-operatória criteriosa é importante para se obter um resultado visual satisfatório pelo paciente.

A perda visual pela catarata dificulta algumas atividades rotineiras e piora a qualidade de vida, enquanto que uma cirurgia de catarata quando bem realizada melhora a segurança e a qualidade de vida do paciente.

Dra. Paula Ragnini – médica oftalmologista
- pós-graduada em Stanford University of Medicina – EUA

Medicina Ocular
R. Hebert de Azevedo c/ Tenreiro Aranha, 1268 – Olaria
Fone: (69) 3223-0330
Porto Velho-RO

Vencendo obstáculos

A artista plástica Sandra Mariana Guimarães Vian, natural de Irapuã-SP, passou sua infância e juventude na cidade de Urupês-SP. Formada em Odontologia pela UNESP-Campus Araraquara-SP desde 1977, exerceu a profissão de cirurgiã-dentista até 2004, sendo de 1993 a 2004, na cidade de Jaru-RO, onde reside.

Em 2004 paralisou sua atividade profissional por consequência de uma deficiência visual em ambos os olhos chamada de Retinose Pigmentar.

Esta paralisação lhe deu possibilidades de enxergar a vida em outras perspectivas, o que lhe estimulou a continuar praticando seu talento nato de aguçar sua sensibilidade com a facilidade no desenvolvimento de habilidades manuais.

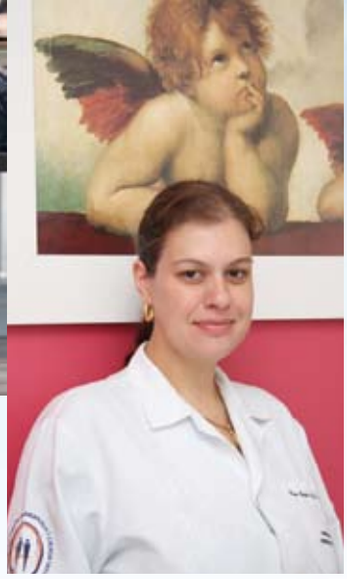
Por meio da pintura, criando formas com harmonização de cores, iniciou uma nova etapa de sua vida, projetando sua sensibilidade, seus sentimentos, em telas que retratam amor, harmonia e serenidade.

As obras que imortalizam o nome Sandra Vian vêm se destacando em vernissages por todo o Estado. Recentemente a artista expôs seus trabalhos no coquetel de inauguração do novo escritório da arquiteta Mônica Límoli, em Cacoal. Rendeu-lhe bons negócios e muitos elogios, principalmente por provar que nunca devemos nos sentir ameaçados por qualquer obstáculo. Reflita: "Você pode muito mais do que acha que realmente pode".

Contato:
carolvian@uol.com.br
Jaru-RO

À direita a artista plástica Sandra Vian em vernissage, em Cacoal, no novo escritório de Arquitetura da Dra. Mônica Limoli

"Pare de esconder as pernas! Trate de suas varizes"



As varizes se formam devido à influência dos hormônios sexuais femininos, gravidez e pela herança genética; fator principal. Elas podem ser tratadas e evitadas de maneira fácil e segura, e costumam aparecer em forma de veias que se dilatam e ficam tortuosas deixando linhas avermelhadas (vasinhos ou telangiectasias), azuis ou nódulos que saltam o plano da pele (varizes).

Muitas pessoas são acometidas pelas varizes, principalmente as mulheres, que muitas vezes procuram tratamento pelo aparecimento de sintomas (dor tipo peso e cansaço, queimação, inchaço, câimbras piores ao fim do dia e na menstruação) ou ainda por prejuízos estéticos. Os homens também sofrem com as varizes, porém estes só procuram tratamento quando têm muitos sintomas.

As varizes podem ser tratadas de várias formas, desde o uso de medicamentos, ou com cirurgia e até com o uso de laser endovascular (em conjunto com a cirurgia). Os vasinhos são tratados através de aplicações (escleroterapia), método mais simples de tratamento que consiste na injeção de uma medicação esclerosante no interior do vaso promovendo sua absorção.

Seja qual for o caso, todos os portadores de varizes merecem tratamento, pois além de estética, temos que promover bem estar. Aproveitando o período de "inverno" para realizar o tratamento, chegaremos ao verão com as pernas lindas, e sem dor, para aproveitar melhor as sonhadas férias. Pense nisso!

Dra Carla Cristina Gularte Liberato - angiologia e cirurgia vascular
Membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular
Hospital e Maternidade São Paulo
Fone: (69) 3443-4611
Cacoal-RO

Livrando-se das estrias

Estrias surgem pelo rompimento de fibras elásticas e colágenas decorrentes de uma hiperextensibilidade da pele, devido ao aumento de peso, aumento de massa muscular, gravidez, estirão da puberdade. No início apresentam coloração avermelhada ou arroxeada, e depois, branco-nacarado, e se apresentam com formas de linhas de vários tamanhos e largura, podendo apresentar superfície brilhante.

O tratamento para estrias visa a renovação da pele e o aumento da produção de colágeno e elastina. Isso pode ser conseguido por vários tratamentos:

Carboxiterapia: é um tratamento exclusivamente médico onde um gás inerte (anidrocarbônico) é injetado na derme. O gás promove o aumento da micro-circulação no local da estria e pelo descolamento da derme vai estimular a produção de novas fibras elásticas e colágenas.

Intradermoterapia (mesoterapia): tratamento exclusivamente médico. Consiste em microinjeções de substâncias na derme (vitamina C, silício, ácido Hialurônico, centelha asiática, entre outros), que estimulem a formação de colágeno e elastina.

Peelings: são indicados, pois estimulam a produção de colágeno, além de remover as camadas superficiais da pele, fazendo com que as estrias pareçam menos profundas.

Microdermoabrasão: é muito utilizada nas estrias mais esbranquiçadas e largas. Funciona de forma semelhante aos peelings, porém, atinge camadas mais profundas da pele.

Luz Intensa Pulsada: fonte de energia que emite feixes luminosos com vários comprimentos de onda. Ao incidir na estria, promove contratura de colágeno e a reorganização das fibras melhorando ou até mesmo eliminando as estrias. As estrias mais "jovens" (avermelhadas ou arroxeadas) respondem melhor ao tratamento.

Muitas vezes a associação de técnicas é necessária para potencializar o tratamento e atenuar as estrias.

Dr. Paulo Cezar de Almeida - especialista em Medicina Estética Avançada
Corpo & Imagem Esthetic Center
Fone: (69) 3441-8394 - Cacoal-RO

Estresse x Infarto

Existem pesquisas que mostram que o estresse afeta o organismo causando alterações celulares de maneira a aumentar a incidência de doenças. O estresse está ligado às doenças do coração e à hipertensão arterial, podendo também ter uma relação com o surgimento do câncer. A solução é diminuir o ritmo!

O primeiro infarto, quem já teve, nunca esquece. Mas muitos não se cuidam, ou reclamam do preço dos remédios, e até mesmo desistem da atividade física. Um pequeno deslize, ou vários ao mesmo tempo, tende a aumentar as chances de um segundo infarto, o que, em muitos casos, pode ser fatal.

Existe também o paciente certinho; aquele que corta radicalmente a gordura do cardápio e passa a se exercitar diariamente. No entanto, amaldiçoa todos os antepassados enquanto está na academia. Ou seja, continua se estressando como antes. Mas, a Sociedade Brasileira de Cardiologia alerta que o estresse é um grande fator de risco para o coração, pois aumenta em até 2,7 vezes o risco de infarto. O estresse aciona a liberação de neurotransmissores, especialmente as catecolaminas, que podem acelerar a frequência cardíaca, aumentar a pressão arterial e desequilibrar pequenas placas que estavam estáveis.

Desacelerar é algo indispensável para quem já passou por um infarto. Fácil não é, até os cardiologistas reconhecem. No entanto, se a pessoa não rever as prioridades, vai virar mais uma estatística.

Manter as emoções sob controle, portanto, é tão importante quanto tomar os remédios, medir a pressão arterial constantemente e controlar colesterol e glicemia. Mantenha contato frequente com o cardiologista. Ele poderá lhe passar todas as recomendações para que você tenha uma vida saudável.

Dr. Credival de Carvalho
- médico cardiologista
CMC – Centro Médico de Cacoal
(69) 3443-2001 – Cacoal-RO
Hospital e Maternidade São Paulo
(69) 3441-4611 – Cacoal-RO

Viaje com segurança e tranquilidade

A cada minuto vivido, o tempo se torna mais precioso para o ser humano, sendo na hora do lazer ou do trabalho.

Por ser tão precioso e valorizado o **SEU** tempo, **MILHAS VIAGENS E TURISMO** se preocupa com cada minuto de sua viagem para que esta seja tranquila e sem imprevistos.

Quando viajamos, experimentamos diferentes realidades, procedimentos, climas, altitudes, sabores, aos quais nem sempre estamos acostumados. Eventualmente pode ocorrer algum transtorno que exija cuidados médicos. Na Europa e nos EUA, por exemplo, uma consulta médica custa em média o equivalente a U$ 200,00 sem contar os medicamentos e outros procedimentos. Uma cirurgia passa facilmente os U$ 10.000,00. **E uma repatriação?** Imprevistos podem ocorrer obrigando você a cancelar a viagem. **Quem paga os gastos?** Todo viajante pode perder ou ter a bagagem roubada, documentos extraviados, enfrentar atrasos ou cancelamentos de voos...

É em função de toda a essa preocupação que **MILHAS VIAGENS E TURISMO** recomenda você, nosso cliente, a adquirir o seu seguro de viagem para que não precise se preocupar com imprevistos e gastos. O seguro cobre todos esses atendimentos, conforme o plano contratado, respeitadas as condições do serviço. Em viagens **NACIONAIS E INTERNACIONAIS**, adquira o seu **SEGURO DE VIAGEM**.

VIAJAR É MARAVILHOSO, mas imprevistos podem acontecer.

Qualquer que seja a emergência, ter proteção e assistência de quem sabe o que fazer, é **VITAL** para que se tenha uma viagem tranquila.

Mário Basílio e Alessandra Stecca
Milhas Viagens e Turismo
Rua Antonio Deodato Durce, 1104 - Cacoal – RO
Fone: (69) 3441-0201 / 8443-1208

BLITZ MODAS
A Parada da Moda
missbella
Dimy - Young Spirit - Index
Menina Bonita - Triagem
Indigo - Gata Bakana
Moda
Feminina
e
Masculina
blitz.modas@hotmail.com
Av. 2 de Junho, 2604 - Fone: (69) 3443-1877
Cacoal - RO

Sobre infecção urinária

As Infecções do Trato Urinário (ITU) são bastante comuns, principalmente nas mulheres, podendo ocorrer em qualquer idade. As ITU são divididas em dois grupos principais: as cistites (infecções da bexiga) e as pielonefrites (infecções dos rins).

A cistite causa sintomas como: dor ao urinar, necessidade de ir várias vezes ao banheiro, dor no baixo ventre, sangramento na urina e urgência para urinar. Normalmente não se observa febre. Por outro lado, a pielonefrite é um quadro mais grave, com febre, dor lombar, vômitos e calafrios. O exame de urina é fundamental para o diagnóstico das ITU. Alterações no hemograma são comuns na pielonefrite.

Os fatores que podem facilitar a ocorrência de infecções urinárias são: a constipação intestinal, a atividade sexual (em mulheres), os cálculos urinários, a gravidez, o refluxo de urina da bexiga para o ureter, os estreitamentos uretrais e crescimento da próstata com obstrução urinária, entre outros.

Algumas medidas podem evitar a doença nas mulheres: realizar a higiene anal da frente para trás, realizar higiene da genitália e urinar antes e após as relações sexuais, evitar duchas vaginais internas e reduzir o uso de absorventes.

Uma alimentação saudável e equilibrada é fundamental para que o sistema imunológico funcione de forma adequada. A ingestão de líquidos, de 2 a 3 litros por dia, ajuda a prevenir infecções e cálculos urinários, além de melhorar o trânsito intestinal.

Desde 2008 está disponível no Brasil uma vacina de uso oral, que tem sido muito útil no tratamento de pacientes com infecções persistentes.

Dr. Rodrigo Zipparro – médico urologista
– graduação e residência médica pela Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto-SP
– Membro Titular da Sociedade Brasileira de Urologia
– Hospital Cândido Rondon - HCR (69) 3411-3333
- Clínica Berno - (69) 3423-2224
Ji-Paraná-RO

Poliamor e suas consequências no mundo jurídico

Poliamor nada mais é do que a relação íntima e profunda com dois companheiros, simultaneamente. Geralmente existe o casamento com uma e uma relação de união estável com outra. Há muito tempo existe esse tipo de situação na sociedade. Eu mesma, anos atrás, estive a frente de situação semelhante, onde a companheira ajudou a amealhar um patrimônio razoável. Com o falecimento do companheiro, após provado o poliamor, entenderam as partes interessadas em, consensualmente, efetuar uma divisão razoável dos bens amealhados quando das uniões paralelas.

A repulsa aos vínculos afetivos concomitantes não os faz desaparecer e não se pode desconhecer a realidade desse comportamento, vez que são relações que repercutem no mundo jurídico vez que, muitas vezes há construção de patrimônio, além de terem filhos. Desconsiderar essa relação atentaria contra a dignidade dos integrantes desse núcleo familiar.

O STJ tem reconhecido o direito da companheira na relação dúplice a partilhar o recebimento de pensão em caso de falecimento do companheiro. Esse reconhecimento também deve caber para fins de divisão do patrimônio amealhado pelos três durante a relação dúplice, principalmente se ficar provado que a "companheira" ajudou nessa aquisição.

Não reconhecer os efeitos jurídicos dessa relação seria admitir o locupletamento ilícito. A Jurisprudência vem se assentando nesse posicionamento. *(JRS - ApCível 70019387455-07 –24.05.07).*

Acredito ser justo o reconhecimento da união dúplice, advindo daí as consequências legais, com divisão de bens adquiridos nesse período. Entretanto, o legislador deverá estudar caso a caso, com redobrado critério, para não resultar em injustiças.

Dra. Ângela M. D. Rondon Gil
- advogada
- presidente da OAB-Cacoal
- pós-graduada em Direito Constitucional pela Unir e pós graduada "Latu Sensu" Exeutive MBA em Direito Ambiental pela UCAM-RJ
Fone: (69) 3441-0791 - Cacoal-RO

O que é ceratocone?

Ceratocone é uma alteração degenerativa da córnea, caracterizada por afilamento progressivo de região central, ocasionando gradativamente, aumentando sua curvatura (aumento da convexidade anterior) tendendo à forma de um cone. Em consequência, a acuidade visual é prejudicada de forma quase imperceptível na fase inicial podendo gradativamente evoluir para uma distorção moderada e aumentar ainda mais até se tornar severa.

Na grande maioria dos casos atinge igualmente os dois olhos podendo também acontecer de um olho ser mais acometido que o outro. O principal sintoma é o embaçamento e distorção da visão, o que geralmente é causado por aparecimento de miopia e astigmatismo.

O período de início dos sintomas pode variar desde a adolescência até aproximadamente os vinte e cinco anos de idade, sendo que o diagnóstico geralmente é de fácil determinação nas fases mais avançadas quando as distorções nas curvaturas corneanas são facilmente detectadas pelo oftalmologista até mesmo no

exame de rotina. Para o diagnóstico nas fases iniciais, são necessários exames complementares específicos além de uma história clínica e familiar detalhada e, logicamente, realização de um exame oftalmológico criterioso.

Geralmente, pacientes com ceratocone têm modificações frequentes nas prescrições de seus óculos. As refrações são frequentemente variáveis e inconsistentes. Inicialmente, pode ser indicado o uso de óculos, sendo que, na medida em que o quadro se agrava esse recurso geralmente se torna insuficiente exigindo a utilização de lentes de contato rígidas. Dependendo da evolução, a opção recomendada é a cirurgia (transplante de córnea), logicamente respeitando-se as indicações e contraindicações específicas para cada caso.

Dr. João Lannes Simões Junior
- médico oftalmologista
Clínica de Olhos Dr. João Lannes
Fone: (69) 3441-5382
Cacoal-RO
Fone: (69) 3481-1247
Espigão do Oeste - RO

A mulher e o climatério

O climatério é uma fase que toda mulher terá que passar um dia, ocorrendo por volta dos 45 anos quando os ovários deixam de produzir os hormônios femininos (estrógeno e progesterona) também conhecido como síndrome do climatério, sendo que um dos fatos a ocorrer é a **menopausa** (meno=sangue), que seria a última menstruação da mulher.

Neste período ocorrem vários sintomas de ordem física e psicoemocional. Surgem primeiro as alterações da menstruação, depois as ondas de calor (fogacho), angústias, nervosismo, depressão, pele seca, mucosas secas, cabelos fracos e quebradiços, aumentam as infecções urinárias, dores nas relações sexuais (dispareunia) por falta de lubrificação vaginal, aumentam os riscos de infarto do miocárdio, trombose, e osteoporose,

Como o climatério ocorre porque o ovário deixou de produzir hormônios, é preciso fazer sua reposição. Eles existem em forma de comprimidos (que é o mais usado), adesivos de pele (transdérmico), cremes vaginais e injetáveis, e tam-

bém o fitohormônio, extraídos de vegetais que possuem efeito semelhante aos hormônios; a soja, por exemplo. Após duas ou três semanas de tratamento há uma grande melhora dos sintomas. É bom lembrar que não há prevenção do climatério, e que o tratamento não engorda, não faz "aparecer barba" e nem dá câncer.

Beba bastante água, adote uma dieta rica em cálcio, com muito laticínios e verduras; faça refeições leves e mais frequentes; use roupas leves e procure lugares frescos e ventilados. Pratique exercícios leves e frequentes, evitando a osteoporose. Tome sol com frequência e em horários adequados. Evite fumo e álcool.

Dr. Edson Marquiori
- médico ginecologista, obstetra e ultrasonografista
Hospital e Maternidade São Paulo
(69) 3441-4611 - Cacoal-RO

ULTRACENTER
ULTRA-SONOGRAFIA COM DOPPLER COLORIDO
com 3 e 4 dimensões e ecocardiograma

EXAMES REALIZADOS:
- Medicina Interna:
Abdômen total, abdômen superior, rins, bexiga e próstata

- Medicina Superfície em geral:
Nódulos, glândulas cervicais, sub mandibular, tireóide, mamas, testículo, pênis

- U. S. em Ortopedia:
Ombros, joelho, coxa femural, cotovelos, punhos, tendões e músculos

- Ginecológicos:
Útero e anexos
Obstétricos com avaliação fetal
Obstétrico Morfológico

DOPPLER COLORIDO
Com toda suas aplicações em carótidas, vertebrais,
vasos de membros superiores e inferiores, aorta e renais.
"Doppler em obstetrícia e ginecologia
"Ecocardiograma
"Biópsia dirigida por ultrassom em mama, tireóide e próstata

Atendimento com hora marcada.
Urgências todos os dias
Convênios e particulares

Av. São Paulo, 2539 - Cacoal - RO
hspspaulo@nettravel.com.br
☎ (69) 3441-4611 / 3441-4612

DISAVAN DISTRIBUIDORA DE AÇO VANZIN LTDA.
"VANZIN FERRO E AÇO"
Ferros em Geral, Forro de PVC, Caixas D'água,
Tela de Alambrado, Chapas, Perfis, Telhas, Vergalhões, Etc.
Estruturas Metálicas e Serviço de corte e dobra
até 3/8 de espessura
PRENSA
GUILHOTINA
E-mail: vanzincacoal@brturbo.com.br
Fones: (69) 3443-3330 / 3443-3143 / 3441-8981
Av. Castelo Branco, 20.200
Bairro Novo Horizonte - Cacoal-RO

Fígado Gorduroso é doença silenciosa

Dados da Vigilância de Fatores de Risco à Saúde do Governo Federal, divulgados no dia 15 de março, mostram que 43% dos brasileiros têm excesso de peso e, destes, 11,4% são obesos. Muito se fala das doenças que a obesidade pode causar, mas uma delas é quase sempre esquecida: a esteatose ou doença gordurosa do fígado que aumenta assustadoramente em todo o mundo, inclusive no Brasil, e já é considerada um problema de saúde pública.

Na Páscoa, por exemplo, há um aumento no consumo de chocolate em todas as faixas etárias e em diferentes camadas sociais da população. Em excesso, é um dos fatores que levam ao sobrepeso e, conseqüentemente, poderá levar o indivíduo, em alguns casos, a desenvolver a esteato-hepatite que é assintomática e pode ser até fatal por conseqüência de cirrose e, em alguns casos, de câncer de fígado.

A doença no Brasil preocupa pelo significativo aumento da taxa de crianças e jovens com excesso de peso nos últimos 28 anos. O sexo feminino é o mais comprometido (60 a 80%) e mulheres diabéticas com idade superior a 50 anos teriam um maior risco de desenvolver a doença.

A esteatose hepática está, pois, frequentemente associada à "Síndrome metabólica", cujos principais componentes são: a gordura que se acumula predominantemente no abdome, o diabetes tipo 2, o aumento do colesterol ou dos triglicérides, e a hipertensão arterial.

Os tratamentos indicados são a perda de peso a partir de uma dieta elaborada, os exercícios físicos regulares e moderados e, se necessário, correção dos níveis da glicose (se há diabetes), colesterol e triglicérides com a ajuda de medicamentos. Vários outros medicamentos estão sendo pesquisados para o controle da "doença gordurosa do fígado".

Dr. Arthur Freire de Barros
- gastrocirurgião/endoscopia digestiva
Hospital e Maternidade São Paulo
Fone: (69) 3441-4611 Cacoal-RO

MEGA VIDEO PRODUÇÕES
PROPAGANDA E MARKETING
RÁDIO E TELEVISÃO
AUDIO E VIDEO DIGITAL
TELEFONE: 69 3443-4333
ETERNIZANDO MOMENTOS

Arte Luz
Qualidade e Respeito
Aparecido Souza
8464-7533
Materiais Elétricos em Geral
(69)3441-3845
Rua Antonio de Paula Nunes, 1014 - Centro
Cep. 76.960-000 - Cacoal - RO
E-mail/msn: arte.luz2009@hotmail.com

italínea Móveis
TOK Interiores
Fone: (69) 3441-2389
Av. Porto Velho, 2650
Centro Cacoal-RO
E-mail: tokinterioresitalinea@hotmail.com.br

VOGUE eyewear
Ótica Brasil
Fone: (69) 3443-5325
Av. Castelo Branco, 19.020
Cacoal - RO

CASA DOS RÁDIOS
A SUA LOJA DE CD'S E DVD'S
CASA DOS RÁDIOS
Rádios
Telefones
Sonorização de Escolas, Igrejas e outros Ambientes
Aparelhos de Som Profissionais
Instrumentos Musicais
Fios e Antenas para Celulares, Tevisores e Rádios Amadores
Rua General Osório, 1074
Fone: (69) 3441-3490
Centro Cacoal-RO

HOTEL RAMADAS
O SEU LAR FORA DE CASA
Rua Rio Branco, 1807
Centro Cacoal-RO
Apartamentos completos, café da manhã e estacionamento próprio
Fone: (69) 3441-0750

Villa-Lobos: também no "Ritmo da Superação"

Em 2004, em Porto Velho, nasceu a Casa Cultural Thomas Jefferson. Com seu crescimento, após três anos de atividade passou a se chamar Escola de Música Villa-Lobos, que é dirigida pelo MM. Marcelo Yamazaki Carvalho, Bacharel em Música Sacra pelo STBSB – Rio de Janeiro, e coordenada pela sua esposa, Marina Prestes C. carvalho, também Bacharel em Música Sacra pela mesma instituição.

Seu diretor atua na área do ensino musical há mais de vinte anos, lecionando em diversas escolas de música, entre elas o extinto Conservatório Musical do Estado de Rondônia e a Escola Municipal de Música Jorge Andrade.

A Villa-Lobos destaca-se no ramo do ensino musical com a Metodologia Suzuki. Este método muda completamente a visão do ensino musical, pois um dos conceitos básicos é que o aluno começa a estudar diretamente em seu instrumento, para somente depois iniciar o estudo de "teoria musical". Se primeiro a criança interage com o mundo para depois aprender a ler e a escrever, o mesmo se faz na educação musical, evidentemente seguindo suas devidas proporções.

Além de manter convênio firmado com o Colégio Dom Bosco, onde presta serviços de ensino musical para os alunos do 2º ao 5º ano, utilizando a flauta doce como instrumento musicalizador e modernas técnicas de ensino de percepção musical e história da música, a Villa Lobos também mantém uma equipe de profissionais na ONG "Casa do Pai" onde faz um bonito trabalho com mais de duzentas crianças carentes, com o projeto "No Ritmo da Superação", utilizando a música como instrumento de reabilitação, integração e superação dos traumas dessas crianças. O objetivo é chegar ao final do projeto com uma orquestra formada por essas crianças, tocando violinos, flautas, percussão, violão e canto coral.

A Escola, que tem como visão a modernização do ensino musical, já começou a trabalhar o Ensino de Teoria Musical por EAD (Ensino à Distância). O Coro da CERON, dirigido pela Villa-Lobos, foi o primeiro a experimentar esta nova plataforma de ensino, com grande sucesso.

A Villa-Lobos mantém um belo grupo de músicos composto por violinistas, pianistas, flautistas, saxofonistas, cantores e cantoras, que já atuou em diversos eventos na Capital e no interior do Estado. Um dos diferenciais no atendimento é que o cliente pode escolher as músicas de sua preferência para a ocasião. O maestro monta os arranjos e, em casamentos, ainda faz um recital para os noivos antes da cerimônia.

Marcelo Yamazaki Carvalho
- diretor
site:
www.villalobospvh.com.br
e-mail:
marcelo@villalobospvh.com.br
Fone: (69) 3223-4225
Porto Velho-RO

Acic
Associação Comercial e Industrial de Cacoal
Conheça as vantagens de ser associado
www.aciccdl.com.br
CDL
Câmara de Diretores Lojistas de Cacoal

Direito Médico: a eficácia pela prevenção

Na medida em que a sociedade evolui, também crescem as responsabilidades civil, penal e administrativa, que vão se tornando cada vez mais presentes no cotidiano. No Brasil há um número significativo de ações indenizatórias contra médicos e instituições de saúde, nas esferas federais, estaduais e municipais, ou ações ingressadas contra a iniciativa privada.

O Direito tem relevante papel social ao regular as atividades em coletividade, daí emergindo a visualização da sua função social, inclusive como solucionador de conflitos. Mas o próprio Ordenamento Jurídico, em especial o Código de Ética da profissão médica, norteia as condutas que o profissional zeloso possa tomar para que não seja surpreendido por medida judiciária.

Uma das medidas que é considerada como instrumento eficaz de prevenção ou precaução, é o atendimento voltado para oferecer ao cliente/paciente um diagnóstico e tratamento eficiente e, caso não esteja ao seu alcance o tratamento, que seja encaminhado em tempo hábil a outro centro especializado.

Deriva da natureza *intuitu personae* dos serviços prestados e da confiança neles depositada pelo cliente, principalmente a quem está necessitando com a máxima urgência da atenção. É importante que os registros, rotina, evolução e conduta sejam realizados com presteza, desde o momento da admissão do cliente/paciente até a alta, considerando que a caneta é o instrumento precioso para salvaguardá-lo de alguns aborrecimentos.

É importante não deixar de frisar os deveres atinentes à profissão. Entre as proibições, por exemplo, podemos citar a prescrição por telefone, ausentar-se dos plantões, dentre outros inseridos no Código de Ética.

Com essas medidas o profissional zeloso e inserido no mundo globalizado estará prevenido de algumas situações que não cabe ao ser humano explicar em algumas ocasiões o inexplicável, porém serão objetos dos olhos da Justiça.

Dra Julinda da Silva – advogada - doutoranda em Ciências Jurídicas - docente da Faculdade de Rolim de Moura - FAROL
Fone: (69) 3443-1570

Nutrologia: especialidade médica do futuro

A Nutrologia é a especialidade médica voltada para o diagnóstico, prevenção e tratamento das doenças nutricionais. Doenças nutricionais, por sua vez, são aquelas em que a dieta é a única ou uma das principais formas de tratamento. A anemia ferropriva, por exemplo, é uma doença nutricional típica: a reposição do ferro - o nutriente que está em falta no organismo – recupera o estado nutricional e obtém-se a cura. Esta reposição pode ser realizada através da dieta e/ou de medicamentos e suplementos nutricionais.

A Nutrologia envolve:

* diagnosticar e tratar as doenças nutricionais;

* identificar possíveis "erros" alimentares, hábitos de vida ou estados orgânicos que estejam contribuindo para o quadro nutricional do paciente;

* esclarecer ao paciente:

1. o que as doenças nutricionais envolvem desde condições mais simples, como a própria anemia ferropriva, o escorbuto, a pelagra, o beribéri, o bócio endêmico e a carência de vitamina A, até condições mais complexas, como a obesidade, a hipertensão arterial, o diabetes mellitus, as dislipidemias, a gota, as doenças inflamatórias intestinais, a insuficiência e a litíase renal, a bulimia e a anorexia nervosa, a osteoporose, o raquitismo, entre muitas outras;

2. quais são as substâncias benéficas e maléficas presentes nos alimentos, de modo que ele mesmo saiba fazer as suas escolhas alimentares para viver mais e melhor;

3. que a ingestão do nutriente não assegura o seu aproveitamento pelo organismo e que a informação nutricional se torna fundamental para a diminuição de riscos de doenças e promoção da saúde e bem-estar;

4. que o seu comportamento alimentar - como a distribuição dos alimentos ao longo do dia e intervalos entre as refeições - assim como suas escolhas alimentares, influenciam enormemente os mecanismos de controle da fome e da saciedade, de modo que a adesão às orientações propostas são essenciais para se alcançar o equilíbrio metabólico e o controle do peso;

5. propor ao paciente mudanças de hábitos de vida, em particular de hábitos dietéticos, que possam contribuir para a prevenção e tratamento de doenças;

6. enfatizar a necessidade de acompanhamento sistemático do estado nutricional através de uma avaliação nutrológica periódica para permitir, inclusive, o diagnóstico precoce de possíveis desequilíbrios nutricionais;

Finalmente, a Nutrologia intenciona esclarecer o que é realmente uma dieta saudável, já que dieta, do grego, diaita, significa "modo de vida". O que ela propõe não é simplesmente uma dieta para ser seguida, mas uma dieta para ser "vivida", incorporada com prazer ao nosso dia a dia.

Dra. Tatty Berno – Medicina Estética e Nutrologia
Fone: (69) 3441-8126 Cacoal-RO

Dra. Tameke Berno - Medicina Estética e Nutrologia
Fone: 3423-2224 Ji-Paraná-RO

CLÍNICA BERNO
MEDICINA E ESTÉTICA

- Emagrecimento e Medicina Estética
- Angiologia e Cirurgia Vascular
- Ginecologia e Obstetrícia

A Dra. Tatty e a Dra. Tameke participaram e coordenaram a "Mesa Redonda" sobre Medicina Estética e Nutrologia, no 12° Congresso Brasileiro de Nutrologia, realizado no Maksoud Plaza Hotel em setembro de 2008 na capital paulista.

Bactérias e resistência aos antibióticos

Antibióticos são substâncias capazes de inibir ou matar microrganismos. Um dos maiores avanços da Medicina foi a descoberta da Penicilina. O uso indiscriminado deste antibiótico levou uma bactéria conhecida como *Staphylococcus aureus* a se tornar resistente à sua ação. Desde então, essa e outras bactérias vêm desenvolvendo resistência direcionada para um número cada vez maior de antibióticos.

Atualmente surgiram bactérias resistentes, inclusive àqueles antibióticos ditos de última geração. Felizmente esses casos são raros, mas servem de alerta para o problema mundial da resistência bacteriana. A OMS definiu como uma das metas para o século XXI o **Uso Racional de Antibióticos**.

Alguns exemplos de uso inadequado de antibióticos são os indivíduos que o fazem por conta própria. Pacientes com alguma infecção; urinária, por exemplo; que **NÃO** são encaminhados ao laboratório de microbiologia para que seja realizado um exame de cultura, correm sérios riscos, pois este exame fornece informações im-

portantes a respeito do agente que está causando a infecção e quais antibióticos podem ser utilizados. Pacientes que param o tratamento assim que observam melhora no estado de saúde deixando de tomar o remédio receitado pelo médico, contribuem com o aumento da resistência da bactéria ao antibiótico, prejudicando o controle da infecção.

É de fundamental importância que se procure o médico, realize exames de cultura e não abandone o tratamento. Assim estaremos contribuindo para o uso racional dos antibióticos, evitando o surgimento de novas resistências bacterianas.

CID Centro Integrado de Diagnóstico

Drª Simone M D de Araújo - microbiologista
www.laboratoriocid.com.br
(69) 3441-2361/3441-4461
Cacoal-RO

REMOG Retífica de Motores Gonçalves Ltda.
Retífica de Motores Diesel, Gasolina, Alcool, Estacionário e Camisa de Moto
Serviço de Bombas
Bicos Injetores
Fone/Fax: 3441-5006
Celular (Nei) 9960-3634
Bomba Injetora 3443-3185
Av. Castelo Branco, 20.562
B. Novo Horizonte
Cacoal - RO

Dr. Misack Bagon Jr.
Urologia - Clínica e Cirúrgica
CRM - 1942-RO
Título de Especialista da Sociedade Brasileira de Urologia
*Próstata *Peniscopia
*DST *Cistoscopia
*Cálculo Renal *Disfunção Sexual
*Estudo Urodinâmico
*Incontinência Urinária
Hospital Bom Jesus
(69) 3442-2463 - Rolim de Moura-RO
Center Clínica
(69) 3416-9345 - Ji-Paraná-RO

Água: questão de saúde

Em seu relatório sobre o uso da água, a Unesco enfatiza a importância do recurso no desenvolvimento e crescimento econômico. Segundo a organização, 80% das doenças nas nações em desenvolvimento estão relacionadas com a água, causando cerca de três milhões de mortes precoces por ano. Cinco mil crianças morrem por causa da diarreia a cada dia no mundo, sendo que cerca de 10% das doenças poderiam ser evitadas com medidas básicas de saneamento e higiene, diz o relatório.

No Brasil, conforme notícia publicada em edição especial do jornal O Estado de São Paulo sobre o Dia Mundial da Água, apenas 49.9% da população brasileira tem acesso a rede de esgoto e cerca de 40 milhões de brasileiros (21,4% dos domicílios) ainda utilizam fossas sépticas ou negras.

As doenças causadas por falta de saneamento básico, segundo o infectologista Arthur Timerman, do Hospital Sírio Libanês, ouvido pelo jornal, são responsáveis por 65% das internações no Sistema Único de Saúde (SUS). E segundo dados da Fundação Nacional de Saúde, a diarreia mata por dia no Brasil sete crianças com idade de 1 a 5 anos. São mais de 2,5 mil por ano.

Além da diarreia, a água contaminada pode transmitir doenças como hepatite A, febre tifoide, cólera, salmonelose, giárdia, disenteria bacilar e disenteria amebiana, entre outras.

Timerman afirma que a ausência de saneamento interfere também na aprendizagem: "Problemas relacionados a doenças transmitidas pela água são responsáveis por 34% das faltas de crianças a creches e salas de aula".

Cacoal MOTO SERRAS
Fones: 69 3441-3473 - 3441-2837 - Fax: 69 3441-2272
Av. Castelo Branco, 19.209 - Cacoal - RO

Nunes
IMOBILIÁRIA NUNES
Creci J- 0344- 24ª Região
Tel. (69) 3441 3463-3441 2758
E-mail: imobiliarianunes@cacoalnet.com
Av. Sete de Setembro, 2.522 - B. Princesa Isabel - Cacoal-RO

Água Mineral e Refrigerantes
Lind'Água DE RONDÔNIA
LEVE POR NATUREZA
Pimenta Bueno-RO

Nefrologia: uma área desconhecida

A Nefrologia é a área médica que cuida dos problemas renais/urinários; Néphron vem do grego e significa "rins".

Os rins são dois órgãos em forma de feijão, do tamanho de um punho fechado (cerca de 11 a 13cm), localizados ao lado da coluna vertebral lombar e pesam aproximadamente 150g cada um.

Apesar de pequenos, correspondendo a 5% do peso corpóreo, recebem em torno de 20 a 25% do fluxo sanguíneo vindo do coração, demonstrando sua extrema importância. Entre suas funções podemos destacar:

1- A eliminação de substâncias tóxicas, drogas, amônia e uréia.

2- Manter o balanço de sal e água do organismo.

3- Manter o balanço de minerais como potássio, cálcio, fósforo e magnésio.

4- Produzir hormônios como Eritropoetina - que estimula a produção das células vermelhas do sangue - e vitamina D.

5- Produzir substâncias como a Renina, importantes no controle (ou descontrole!) da pressão arterial.

Os rins podem sofrer perda da função de forma lenta, cronicamente, por doenças como a pressão alta, diabetes e nefrites; podem também parar de funcionar de forma abrupta, agudamente, por exemplo, em casos de picadas de cobras, nefrites, lesões musculares e em pessoas graves em UTI com infecção generalizada. Nos casos crônicos ou agudos de perda de função renal, o nefrologista pode lançar mão de um método para substituir seu funcionamento, que é a diálise, sendo que esta pode ser tanto a hemodiálise, quanto a diálise peritoneal.

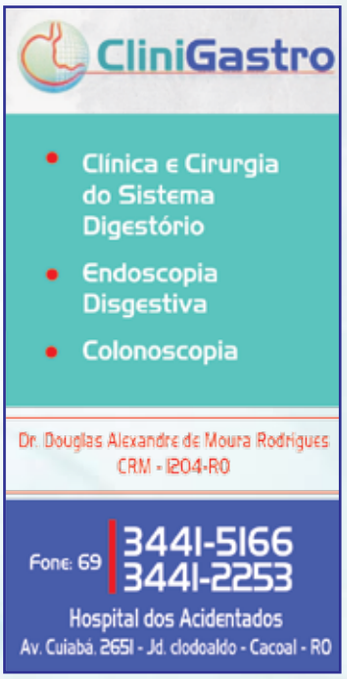
Além da medicina intensiva (UTI) e acompanhamento de quem perde a função renal (abaixo de 60% de função devem ser acompanhados ambulatorialmente pelo nefrologista), avaliamos, acompanhamos e tratamos casos de infecções urinárias de repetição, pressão alta (principalmente as de difícil controle) e tratamento clínico dos cálculos urinários (as famosas "pedras nos rins").

Dr. Andrei Silva Torres
– médico nefrologista
Consultório na Hemodiálise de Cacoal
(ao lado do Hospital São Daniel Comboni)
Fone: (69) 9257-6039 - Cacoal-RO

De manchas avermelhadas ao câncer

A queratose actínica surge como pequenas manchas avermelhadas cobertas por escamas secas e duras que dão uma sensação áspera ao toque, localizadas em áreas expostas ao sol como: rosto, orelhas, lábios, colo, dorso das mãos e antebraços, em pessoas de pele clara. A importância em reconhecer e tratar as queratoses actínicas está no risco de transformações malignas destas lesões (transformarem-se em câncer de pele). O tratamento pode ser realizado com cremes ou procedimentos realizados no consultório dermatológico. A crioterapia com aplicação de nitrogênio líquido é na atualidade a maneira mais prática, segura e eficaz de tratar as queratoses actínicas. O tratamento adequado das lesões evita sua progressão para o câncer de pele.

Dr. Edson Borges
- médico dermatologista
CMC – Centro Médico de Cacoal
Fone: (69) 3443-2001
3441-3888
Cacoal-RO



Fontinele Orquestra & Coral: A trilha da emoção!

Há 10 anos a Fontinele Orquestra & Coral desenvolve seu trabalho de forma brilhante. Deixa sua marca em inesquecíveis apresentações e atua de forma continuada na formação de novos profissionais. Aguçando a sensibilidade dos amantes da música, seja qual for o ambiente, dá forma e conteúdo às suas apresentações, grandes ou pequenas, buscando a perfeição e emoção em cada nota musical.

A Fontinele é referência no contexto musical em Rondônia. Conta com um staff variado e exclusivo de músicos de alto nível, incluindo integrantes de orquestras sinfônicas e corais, tendo formação erudita e popular.

Seu repertório é composto por variados estilos musicais, adequado a cada tipo de evento, do erudito ao popular, músicas evangélicas, católicas, temas de filmes, jazz, temas infantis, etc. A autenticidade na Fontinele é regra. Por isso, quem faz o repertório e determina o tamanho de cada grupo musical, é o cliente. Desta forma, o evento passa a ser único, unindo bom gosto aos melhores artistas e profissionais da área.

Tem como diretor o Maestro Rafael Fontinele, reconhecido músico rondonienese, que tem em seu currículo grandes atuações na música erudita e popular como instrumentista/maestro e na formação de orquestras, lançando jovens e adultos no mercado musical do nosso Estado. Já se apresentou com músicos renomados. Entre eles estão os violinistas Alessandro Borgomanero e Salmo Lopes, e também o grupo Roupa Nova.

Diferenciais:

- Atendimento personalizado e diferenciado;
- Escolha de repertório sob orientação profissional;
- Elaboração de proposta de acordo com o local do evento;
- Equipe de produção, montagem e suporte técnico.
- O cliente escolhe o melhor horário e agenda antecipadamente em uma visita individual, podendo assistir a DVDs de algumas apresentações da Fontinele.

Eventos :

Cada vez mais os eventos têm se tornado um momento importante na rotina das empresas, pois é essencial na divulgação de seus produtos e no posicionamento de suas marcas no mercado. Coquetéis, palestras de motivação, premiações, confraternizações, feiras, inaugurações e lançamentos de produtos estão entre os eventos que são abrilhantados pela Fontinele. Sua interatividade com o público alvo é marcante e fundamental para a criação e fortalecimento de uma imagem favorável.

Formações, como quarteto de cordas, violinos, cantores, cantoras, saxofones, trios, jazz quartets, piano de cauda, big band, etc., abrilhantam o seu evento corporativo.

Contato:
(69) 9234-2510
(69) 8471-6904
fontinele_musica@hotmail.com
Ji-Paraná-RO

Óticas
PRECISÃO
Qualidade e preço baixo em 1º lugar !!
Av. Porto Velho, 2105 - Centro Cacoal-RO
Fone: (69) 3441-5482 ou 3441-5578

Criare: versatilidade nos ambientes

Além de exportar seus produtos para 32 países, a Criare móveis planejados expande novamente sua rede no País e inaugura a primeira loja do estado de Rondônia, em Cacoal. É liderada pelo casal empresário, Wanielle e Márcio Dellatorre, ambos vindos de famílias pioneiras que se orgulham por terem contribuído com o desenvolvimento de Rondônia, em especial da cidade de Cacoal.

A nova Criare quer conquistar um público exigente que busca novos conceitos em móveis planejados. "Queremos que o consumidor conheça não só a qualidade dos produtos, mas também o design – que é um dos diferenciais", afirma o casal.

Um sofisticado e moderno show room está à disposição na nova loja, tanto para mostrar a mais alta tecnologia do material que é utilizado na fabricação dos móveis, quanto para apresentar algumas das idéias que são colocadas em prática pela Criare nos mais variados ambientes: cozinhas, dormitórios, home-theaters, home-offices, banheiros, áreas de serviço e closets.

Os projetos idealizados sem compromisso são assinados por arquitetos e decoradores locais e sempre prometem encantar pela versatilidade.

O casal empresário destaca que trazer a Criare para Rondônia foi uma necessidade de mercado. "Com um show room demonstrando as vantagens da tecnologia MDF (alternativa ecológica que apresenta alta resistência à umidade), estaremos mais próximos do cliente final. Além disso, por meio de equipe especializada, poderemos formalizar também importantes parcerias com profissionais do setor e empresas da área de construção civil da região, ratificando a credibilidade Criare que já completa quarenta anos no mercado brasileiro, com indústria instalada em Bento Gonçalves-RS".

Criare®
móveis planejados

Criare móveis planejados
Av. Castelo Branco, 19408
Fone: (69) 3441-8572 / 9952-0811
e-mail: dellatorre_@hotmail.com
Cacoal-RO

Wanielle e Márcio Dellatorre com a filha Larissa.

A dança como instrumento pedagógico

Criada em 2005, a Escola de Dança da Secretaria de Estado da Educação (Seduc) tem funcionado como uma das importantes ferramentas pedagógicas adotadas pelo Governo do Estado com vistas ao desenvolvimento motor e intelectual dos alunos em Rondônia, tendo como base a Lei de Diretrizes e Bases (9394/96), que atende à política de inclusão social de crianças e jovens a uma opção cultural gratuita. Conforme a secretária Marli Cahulla, a escola é aberta a alunos da rede pública estadual e municipal, além da comunidade em geral, e tem por função promover a complementação escolar e a erradicação do trabalho infantil.

Sob a coordenação da professora Cléa Rocha, da Representação de Ensino (REN) de Porto Velho, em maio deste ano a escola foi uma das atrações do Teatro Banzeiros, reapresentando a Mostra de Dança de dezembro de 2008, com o tema "Era uma vez". No espetáculo, os bailarinos fizeram uma abordagem do mundo infantil, com resgate ao momento familiar, quando os pais contavam estórias e histórias a seus filhos antes de dormirem, incentivando-os ao hábito da leitura de obras clássicas infantis. Ainda foram lembrados musicais da Broadway, famosa rua de artes de Nova Iorque (EUA), entre outros ritmos brasileiros. A próxima apresentação será nos dias 5 e 6 de dezembro.

A secretária Marli considera que a dança no contexto escolar consiste em uma forma construtiva de experiência lúdica, que está ao alcance de todos pelo fato de ter o corpo como instrumento principal, proporcionando ao aluno um contato efetivo e intimista, possibilitando se expressar de forma criativa com o movimento. "Tanto quanto o esporte, a dança é importante ferramenta pedagógica para trabalhar, inclusive, com a diferença entre gêneros, domínio corporal e ritmicidade e a diversidade cultural e de estilos regionais. Por isso, incentivamos e investimos, em nome do Governo do Estado, nesta prática", argumentou a secretária.

Assessoria de Comunicação da Seduc
Fone: (69) 3216-1098 - Porto Velho-RO

Perda Auditiva Induzida por Ruídos

A Perda Auditiva Induzida por Ruídos ou como é mais conhecida: P.A.I.R., é um dos problemas que trazem grandes preocupações. É uma alteração nas estruturas internas do ouvido em decorrência da exposição por tempo prolongado a ruídos intensos. A pessoa passa a ouvir cada vez menos, principalmente nas frequências acima de 3.000 Hz.

Normalmente, a perda auditiva não ocorre somente pela exposição aos ruídos intensos, mas, principalmente, porque as providências relacionadas à proteção aos ouvidos não foram adequadas ou satisfatórias.

Muitos estudos são realizados, sendo que dados fornecidos pela Organização Mundial de Saúde mostram que o stress auditivo pode provocar outras alterações associadas à perda de audição, como ansiedade, irritabilidade, alterações da pressão arterial, entre outros.

Trata-se, portanto, de um problema sério que acomete trabalhadores do mundo todo, não somente de países pobres, mesmo sabendo-se que são os mais acometidos, mas países considerados mais ricos também.

Como exemplo, estima-se que cerca de mais de oito milhões de trabalhadores americanos sofrem de Perda Auditiva Induzida por Ruído.

Alguns ramos de atividades são mais propensos a apresentar tais alterações, sendo os mais comuns o metalúrgico, o madeireiro, o têxtil, o de transportes, o gráfico e todos aqueles em que a pessoa fica exposta a ruídos acima de 70, 80, 90 dB por um período de tempo prolongado.

A melhor maneira de se prevenir é usando adequadamente protetores auriculares, fazer os exames periódicos audiométricos e o controle rigoroso da especialidade de medicina do trabalho. Para orientações e dúvida, procure um otorrinolaringologista.

Dr. Claudemir Borghi – médico otorrinolaringologista
OTORRINO CLÍNICA
Fone: (69) 3443-2689 – Cacoal-RO

ML. Estética Facial e Corporal
Drª Marina Lima
Fisioterapeuta
(69) 3443-4938
vcemarina@hotmail.com
Av. Dois de Junho, 2450
Cacoal-RO

ESTÉTICA FACIAL
- Limpeza de pele
- Peeling de cristal
- Hidratação profunda
- Tratamento anti-rugas
- Clareamento de manchas
- Tratamento anti-acne
- Designer de sobrancelha

ESTÉTICA CORPORAL
- Drenagem linfática (atendimento especial para gestante)
- Massagem modeladora (gordura localizada, celulite e flacidez)
- Banho de lua

Síndrome de Down: prevenção e diagnóstico

É possível prevenir a Síndrome de Down?

No momento as possibilidades de prevenção da Síndrome de Down são mínimas. Alguns trabalhos na literatura relatam que a suplementação alimentar com ácido fólico pode diminuir o risco da trissomia do 21 bem como defeitos de tubo Neural ("espinha bífida ou coluna aberta").

A Síndrome de Down ocorre em todas as raças, em qualquer classe social, e em todos os países. Não existe relação entre alimentação ou doenças com a Síndrome de Down. A única relação reconhecida é a idade materna: 80% das crianças com Síndrome de Down nasceram de mães com idade superior a 35 anos.

É possível o diagnóstico precoce da Síndrome de Down?

Sim. A pesquisa para identificar a Síndrome de Down pode ser feita entre 11 – 14 semanas de gestação. Utilizando-se a ultrasonografia neste período, faz-se a medida de um espaço líquido na nuca fetal, chamada de "translucência nucal", e que deve ser menor que 2,5mm. Esta medida, associada à idade materna, calcula a probabilidade para Síndrome de Down, com uma sensibilidade de 80%.

Nesta mesma oportunidade, pode-se colher o sangue materno e dosar hormônios como PAPP-A e free Beta hCG, que quando associados à medida da translucência nucal, aumenta a sensibilidade para a detecção da Síndrome de Down para 85-90%. Pode-se, também neste período, fazer a amniocentese (coleta de líquido amniótico) ou biópsia de vilo corial (placenta), ambos procedimentos invasivos que possibilitarão a análise do cariótipo fetal ("mapa genético do feto").

A escolha do método caberá ao médico assistente ou a quem este designar, após cuidadosa e minuciosa explicação do casal. Vale lembrar que qualquer dos métodos invasivos mostrará o cariótipo ("mapa genético") da criança que por si só demonstrará ou não a existência de anomalias cromossômicas.

Dr. Francisco A. Pinheiro
- médico ultrasonografista
CLINIMAGEM
Fone: (69) 3441-3571 Cacoal-RO

L'acqua com os olhos voltados para o futuro

Fundada em 1980, a L'acqua di Fiori produz perfumes, cosméticos e produtos para banho com qualidade internacional. Pioneira e em constante evolução, a L'acqua di Fiori está sempre lançando novas linhas com qualidade e eficiência comprovadas pelos clientes em todo o Brasil e reconhecidas no mercado internacional.

E mais uma vez inova com um **super lançamento**: a linha **Teen L'acqua di Fiori** composta por uma fragrância feminina- **Teens L'acqua for Her** e outra masculina- **Teens L'acqua for Him**.

Direcionado ao jovem que está ligado às inovações da Internet; com twitter próprio e muito mais!

E na compra de uma **Deo colônia Teens for Him**, o cliente ganha um gel para banho corpo e cabelo da mesma fragrância. Na compra de uma **Deo colônia Teens for Her**, o cliente ganha uma emulsão hidratante iluminadora.

Para satisfazer um público cada vez mais exigente, a L'acqua di Fiori trabalha com os melhores produtos do mercado, e disponibiliza um atendimento diferenciado em suas lojas. Pensou em presentear alguém especial, em especial no Natal, lembre-se da L'acqua di Fiori de Cacoal. Está localizada à Av. Porto Velho, 2125, no centro de Cacoal. Esteja globalizado com a L'acqua di Fiori. Volte seus olhos para o futuro!

L'acqua di Fiori

Lançamentos

CARROCERIAS BANDEIRANTES

69 3441-4004

Av. Castelo Branco, 18443
Bairro Liberdade - Cacoal - RO

www.troncosbandeirantes.com.br
www.carroceriasbandeirantes.com.br

BANDEIRANTES

Carrocerias Troncos Balanças

Reboques

Carreta Agrícola

Carretinha P/Moto

Reboque P/Cavalo

Gaiola

Carroceria

Tronco Americano com Balança Mecânica

Tronco Padrão com Pistão

Tronco Padrão

Balança Eletrônica

Tronco P/Balança Mecânica

Desde 1986, ano de sua fundação em Cacoal, a Carrocerias e Troncos Bandeirantes se projeta na Região Norte como uma das maiores e melhores no segmento. Com seu veloz crescimento, houve a necessidade de expandir seus negócios e hoje se encontra disponível em quase todas as cidades do Estado por meio de seus representantes.

A utilização de alta tecnologia na produção de carrocerias, troncos e balanças, aliada à experiência de muitos anos, é a garantia de satisfação do cliente da Carrocerias Bandeirantes.

Além das montagens precisas destes produtos, a empresa ainda oferece:

* **rapidez na entrega**
* **os melhores preços e condições de pagamento**
* **garantia total dos produtos**
* **atendimento técnico compatível com a exigência do cliente**
* **completa estrutura na assistência de pós-venda**

Eliane e Josemar Galina - Empresários de sucesso!

O que são alimentos funcionais?

São aqueles que, além da função de nutrir o organismo do ser humano e saciar a fome, possuem componentes bioativos secundários capazes de prevenir e/ou reduzir o risco de doenças que vão desde a prisão de ventre à osteoporose, sintomas da menopausa, arteriosclerose e cânceres dos mais diversos tipos.

A **soja** na dieta promove a redução do colesterol LDL (colesterol ruim), colesterol total e triglicérides, prevenção de câncer de mama, cólon, reto, estômago, próstata e osteoporose, além da diminuição e intensidade dos sintomas da menopausa.

O **azeite de oliva extra-virgem**, composto por gordura monoinsaturada (ômega 9), auxilia na redução do colesterol total e LDL.

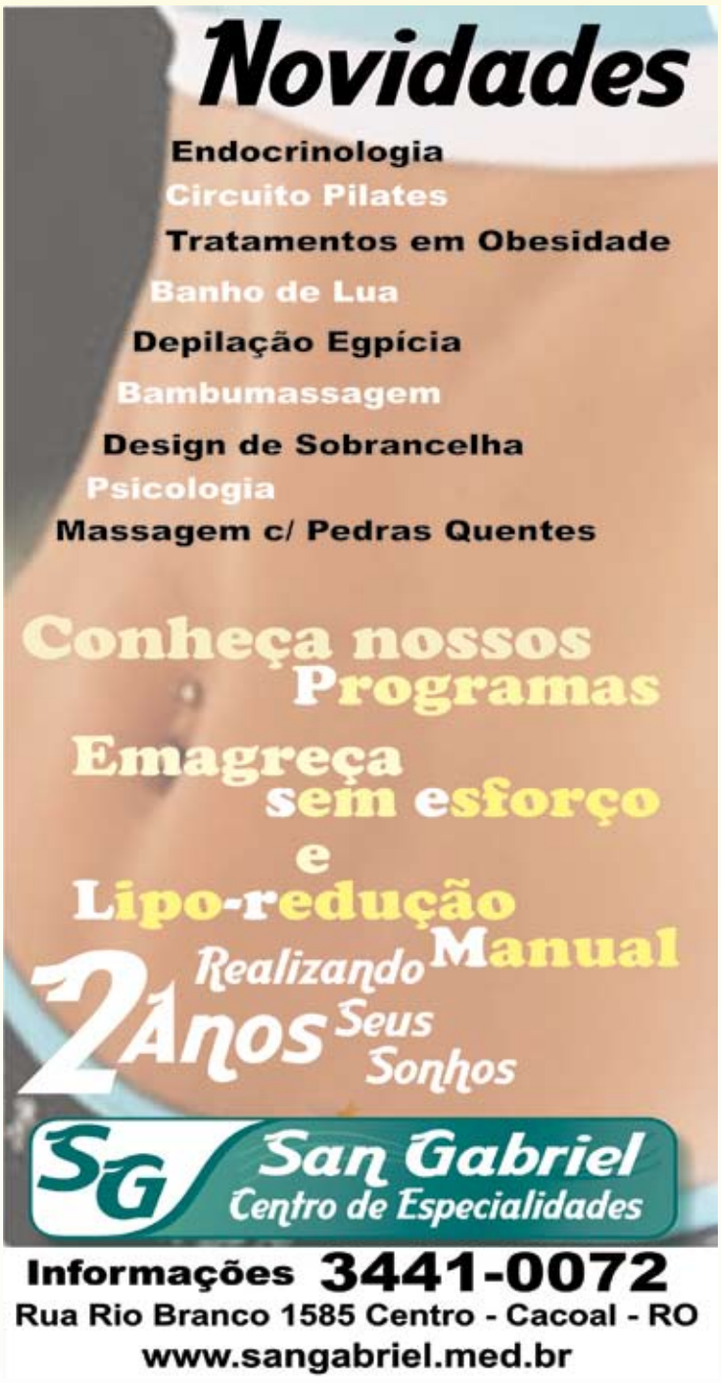
O **alho** reduz a pressão arterial e protege o coração ao diminuir a taxa de colesterol ruim e aumentar os níveis do colesterol bom, o HDL.

A **aveia** ajuda a reduzir colesterol total e LDL, reduz a absorção da glicose em diabéticos e ainda ajuda as pessoas que desejam perde peso.

A **castanha-do-pará** ou **castanha-do-brasil** é rica em gordura monoinsaturada (ômega 9). Ajuda a baixar os níveis do colesterol LDL e aumentar o colesterol bom, HDL.

Ainda podemos citar uva e vinho tinto, chá verde, peixes, tomate, semente de linhaça dentre outros.

Dra. Janaína Dias Kannenberg
- nutricionista
- especialista em Nutrição Clínica
Hospital e Maternidade São Paulo
(69) 3441-4611 Cacoal-RO



Clínica Masterplástica

www.clinicamasterplastica.com.br

Cirurgia Plástica

Clínica de Estética

Cirurgia Vascular

Laboratório

Dermatologia

Ginecologia e Obstetrícia

Laser Fraxel

Depilação a Laser

Qualidade e Conforto!

Porto Velho - RO
Av. Carlos Gomes, 2746 - Centro
Fone: (69) 3211-8500

Ariquemes - RO
Av. Jamari, 3140 - Setor 1
Fone: (69) 3536-3600

Cacoal - RO
Rua Rio Branco, 1585
Fone: (69) 3441-0072

Ji-Paraná - RO
Rua Almirante Barroso, 1443
Fone: (69) 3241-3020

Benefícios | Ingredientes

Chegou TNT Energy Drink, um produto funcional.
Mais do que reduzir a sensação de cansaço e sonolência,
o TNT Energy Drink ajuda o organismo a produzir energia,
indispensável para melhorar a resistência física
e a capacidade de concentração.

Com TNT é assim: você tem energia de sobra para correr,
pedalar, malhar, trabalhar até tarde, virar a noite estudando
ou curtir aquela balada até de manhã.

E quando você pensa que acabou, TNT traz outras novidades:
versão zero açúcar com apenas 11 calorias e lata que brilha
em contato com a luz negra. É isso mesmo.
Daqui pra frente, se vir uma lata brilhando na balada,
é porque tem alguém detonando.

TNT Energy Drink. Detone.