Ano 3 | N° 8 | Janeiro, Fevereiro, Março/2010

Ponto E

www.jusmarlustoza.com.br

Saúde
Educação
Cultura

O SOM DO GRUPO ITALIANÍSSIMO

O grupo, de Porto Velho, é composto por amantes da música italiana, levando-a para todo o Estado. Pág. 21

INDENIZAÇÃO POR PERDA DE CHANCE

Funcionário demitido perto de receber promoção, talvez tenha direito a indenização, afirma o advogado Laércio Geron, de Ariquemes. Pág. 20

AUTOMAÇÃO = SEGURANÇA

No Laboranálises os equipamentos de última geração substituem procedimentos manuais, diminuindo riscos biológicos. Pág. 12

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

ÚNICA:

- a chegar de forma homogênea nos 52 municípios.
- a chegar às 397 escolas da rede estadual com o apoio da SEDUC.
- a chegar aos médicos da UNIMED através das próprias cooperativas do Estado.
- a chegar a todos os dentistas do Estado ligados à Associação Brasileira de Odontologia-ABO-RO com o apoio de seu presidente, Dr. Paulo Jorge Alves Martins.
- da Região Norte a voar pela TRIP Linhas Aéreas; 30 dias a cada edição; como revista de bordo, partindo de Porto Velho, Ji-Paraná e Vilhena.
- a projetar o conhecimento de cada profissional, seja ele ligado à Saúde, Educação ou Cultura.
- também on-line (www.jusmarlustoza.com.br), exatamente como foi impressa.
- a chegar via e-mail, com o apoio da OAB-RO, a aproximadamente 4.700 advogados do Estado registrados na Ordem. Agradecimento ao presidente, Dr. Hélio Vieira.

Jusmar Lustoza - diretor

Este é o perfil da PONTO E, projeto desenvolvido com ética que já parte para o seu terceiro ano. De publicação trimestral, prima pela qualidade e não pela quantidade, respeitando a língua portuguesa em sua perfeita grafia e concordância, adequando-se também à recente reforma ortográfica; exigência mínima dos fiéis leitores, formadores de opinião, que acreditam na competência dos profissionais que fazem este trabalho. É o esforço e seriedade de uma equipe que trabalha em prol do crescimento intelectual de cada cidadão rondoniense, permitindo-lhe discernir com clareza quais são os profissionais competentes do nosso Estado. Muito obrigado!

"Participe você também da próxima edição. Ligue (69) 3443-4286 ou 9257-7850 ou envie seu e-mail para revistapontoe@gmail.com"

Justa causa bem sucedida

Muitos trabalhadores saem vitoriosos nas ações com objetivo de reverter uma dispensa por justa causa. Qual a razão disso? O que faz com que o Juiz do Trabalho reverta uma dispensa por justa causa transformando-a em dispensa sem justa causa? Em muitas situações a justa causa foi mal aplicada pelo empregador. Nesses casos o empregador é condenado a pagar ao empregado, aviso prévio, férias proporcionais acrescida de 1/3, décimo terceiro proporcional e multa de 40% do FGTS, além de emitir novo Termo de Rescisão para saque do FGTS e Guias do Seguro Desemprego.

O empregador dirige o contrato de trabalho e detém o poder disciplinar, em razão do qual pode punir o trabalhador com advertência, suspensão do Contrato de Trabalho e com a rescisão do Contrato por Justa Causa.

A Justa Causa é a punição máxima e, sua aplicação exige a presença de alguns requisitos. O primeiro requisito é a prática de uma falta grave - isso implica em comprovação robusta de que o empregado praticou uma das condutas previstas no artigo 482 da CLT. O segundo requisito é a atualidade - a punição deve ser aplicada tão logo o empregador tome ciência do fato. O terceiro requisito é a proporcionalidade - por ser a punição máxima, a justa causa é reservada para as faltas gravíssimas. Por fim, deve haver uma ligação direta entre o ato praticado pelo empregado e a punição a ele aplicada. Também não se pode punir duas vezes pelo mesmo ato.

É comum a justa causa ser revertida em juízo, pela simples razão de o empregador ter punido com advertência ou suspensão e em seguida ter aplicado a justa causa sem que o empregado tivesse cometido novo ato faltoso. Vale lembrar que o empregado detentor de estabilidade provisória, só pode ser dispensado por justa causa, após autorização judicial em ação própria.

Dr. Ezequiel Cruz de Souza
- advogado
- Professor de Direito do Trabalho
Fone: (69) 3441-4513 Cacoal – RO

Contracepção hormonal na perimenopausa

As mulheres em perimenopausa têm baixa fertilidade, mas ainda precisam de contracepção se forem sexualmente ativas. Costumam ter problemas menstruais coexistentes e sintomas menopausais. Nenhum método de contracepção é contraindicado unicamente pela idade. Além da contracepção altamente efetiva, métodos hormonais oferecem benefícios não contraceptivos que podem melhorar a qualidade de vida para as mulheres em perimenopausa.

A contracepção hormonal oral combinada está disponível há muitas décadas. A combinação de anel vaginal e adesivo transdérmico são métodos mais recentes que oferecem sistemas alternativos de oferta, porém têm perfis de risco semelhantes aos das preparações orais. Os métodos apenas com progestágeno têm bom perfil de segurança e uma variedade de sistemas de distribuição de dosagem.

Continuam as preocupações referentes à perda da densidade mineral óssea com acetato de medroxiprogesterona injetável de liberação lenta, mas, até o momento, não há evidências de que isto se traduza em risco mais alto de fratura.

O uso efetivo de qualquer método de contracepção depende fortemente de um bom aconselhamento e de suporte de profissionais da área da saúde. Os riscos devem ser explicados em termos absolutos para cada mulher individualmente, possibilitando-lhe fazer uma escolha informada sobre a medicina baseada em evidências, e não influenciada por publicidade mal elaborada.

Dr. Edson Marquiori
- médico ginecologista, obstetra e ultrasonografista
Hospital e Maternidade São Paulo
Ultra-Center (Centro de Ultrassonografia de Cacoal)
(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

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

A dedicação faz a diferença!"

No mundo globalizado em que vivemos, o desenvolvimento da tecnologia, a automação em quase todos os setores que movem nossa sociedade, e em meio a tantas inovações, o valor humano está se perdendo. Conversamos através de uma máquina com pessoas em qualquer lugar do mundo, e até cirurgias podem ser feitas por computador.

No laboratório CID isso é bem diferente. Realizar exames laboratoriais não é simplesmente um processo mecânico como muitos pensam. Contamos sim com excelentes equipamentos e controles de qualidade, pois é o mínimo esperado de um laboratório de análises clínicas com responsabilidade e ética. Mas o mais importante é que exercemos nossa profissão com dedicação e amor. Na atualidade muito se tem estudado sobre o poder de cura do amor. Por isso, o Laboratório CID tem como meta: "Atender às necessidades e expectativas de seus clientes, fornecendo resultados de exames qualificados e confiáveis, através de serviços éticos, equipe competente, tecnologia, inovação e humanidade".

A equipe do Laboratório CID deseja um ano novo de muitas realizações e calor humano para todos. Feliz 2010!

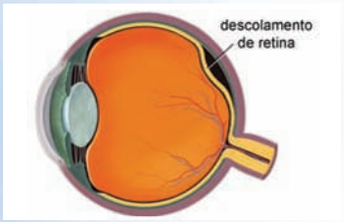
CID
Centro Integrado de Diagnóstico

Dra. Lídia L. Yassuda Moreira – citologista – CRF 335
Dra. Galdina Sêcco de Camargo – bioquímica – CRF 192
Dr. Mário Nonato Borba – citologista – CRF 095
Dra. Simone M. Diogo de Araújo – microbiologista – CRF 359
www.laboratoriocid.com.br
(69) 3441-2361/3441-4461 Cacoal-RO

O que é descolamento de retina?

Entende-se por descolamento de retina a separação desta membrana da "parede" interna do globo ocular. Anatômica e genericamente falando, excetuando-se a **córnea**, que é a porção anterior transparente do olho, a "parede" do globo ocular é constituída basicamente por três camadas; externamente a **esclera** ("o branco do olho"), internamente a esta a **coroide** (camada vascular) e revestindo internamente o globo ocular está a **retina** que é a membrana sensorial do nosso olho, onde são captadas as imagens que vemos. A **retina** está firmemente ligada à **coroide** de onde recebe parte de sua vascularização.

A estabilidade desse sistema permite o perfeito funcionamento fotoquímico retiniano ao transformar estímulos luminosos em reações químicas, e destas em estímulos elétricos os quais serão enviados através



do nervo óptico às áreas cerebrais onde será decodificada a visão.

Quando ocorre qualquer condição traumática, inflamatória, ou mesmo espontânea que cause a perda de contato da **retina** com a **coroide**, dá-se o nome de **descolamento de retina**. O paciente relata perda visual súbita que pode ser de leve a total, geralmente sem dor, sem que os olhos fiquem necessariamente vermelhos, normalmente sem o aparecimento de qualquer sinal externo. Essa condição é uma urgência oftalmológica e como tal seu tratamento deve ser instituído tão logo seja feito o diagnóstico.

Geralmente o procedimento é cirúrgico e sequelas visuais são frequentes haja vista a perda sensorial da área da retina acometida.

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

Sobre a Conferência Nacional de Educação

A Conferência Nacional de Educação – Etapa Rondônia, realizada no mês de novembro em Porto Velho, foi um amplo e democrático espaço de debates na busca de melhorias para a educação. Foram trabalhados Eixos Temáticos tratando do papel do Estado na garantia do direito a educação de qualidade; gestão democrática e avaliação; acesso, permanência e sucesso escolar; formação e valorização dos profissionais da educação; financiamento da educação e controle social; justiça social, educação e trabalho: inclusão, diversidade e igualdade.

Os eixos discutiram propostas aprovadas nas Conferências Municipais, acrescentando ideias, suprimindo ou mantendo o texto original, segundo vontade da maioria. Vinte e nove delegados escolhidos na Etapa Estadual defenderão as propostas de Rondônia na Conferência Nacional em Brasília-DF, marcada para março de 2010.

Entre as propostas de Rondônia, está a que busca aumento do percentual do Produto Interno Bruto (PIB) brasileiro destinado à Educação. Segundo Angélica Ayres, representante da Seduc na organização da conferência, hoje o percentual gira em torno de 4%. Os conferencistas querem 7%, com percentual atingido gradativamente até 2014. "Melhores condições ao trabalho do professor, instalações adequadas em escolas, redução do número de alunos por sala e recursos do petróleo da Camada do Pré-Sal foram outras solicitações dos participantes" – informou Angélica.

A professora Marli Cahulla (foto), secretária Estadual da Educação acompanhou o evento. "Foi um trabalho intenso com os conferencistas escolhendo as melhores propostas de Rondônia para a Conferência Nacional do ano que vem em Brasília. Foi um belo trabalho" – finalizou a secretária.

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

Celulite: Como tratar?

A lipodistrofia ginoide, popularmente conhecida como celulite, manifesta-se como depressões no relevo cutâneo (furinhos), dando um aspecto deprimido em forma arredondada, oval ou linear na pele das nádegas e coxas, acometendo, preferencialmente, as mulheres.

O tratamento depende da gravidade das lesões. Para os casos em que as lesões aparecem apenas com a compressão da pele ou com a contração muscular, indica-se massagens e mudança no estilo de vida.

Para os casos onde a alteração do relevo é evidente em repouso, em que a pele tem aspecto de "casca de laranja", a subcisão leva a uma melhora significativa, e até mesmo sua resolução completa. A subcisão é um procedimento realizado ambulatorialmente no consultório sob anestesia local que consiste em descolar as aderências internas das lesões e induzir um pequeno hematoma controlado com o objetivo de preencher o espaço abaixo da lesão, fazendo com que ela não volte a ficar deprimida. O descolamento é realizado com agulhas específicas, não sendo necessário fazer incisões na pele.

Em todos os casos está indicado mudança no estilo de vida, que inclui hábitos alimentares saudáveis e a prática de atividade física regular.

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

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

Você tem pausas respiratórias enquanto dorme?

A qualidade do sono, hoje tão estudada na maioria dos países do mundo, é uma das principais causas de discussão quando se fala em prevenir doenças do nosso cotidiano.

A Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono - SAOS é caracterizada por um processo obstrutivo das vias aéreas superiores durante o sono (pausas respiratórias). Em decorrência de um esforço respiratório aumentado pela diminuição do fluxo aéreo e redução da ventilação pulmonar, a pessoa passa a ter o sono comprometido.

A sonolência, por consequência da má qualidade de sono, passa a ser excessiva durante o dia. Há também alterações do humor, da concentração, da memória, da atenção, quadros depressivos, irritabilidade e ansiedade; sintomas frequentes.

Entre as principais causas da SAOS; que se classifica como leve, moderada e severa; estão: obesidade, obstrução nasal, aumento das vegetações adenoides e amigdalianas, doenças da tireoide, alterações craniofaciais e mandibulares, entre outras. São problemas que podem levar a alterações da pressão arterial, arritmias cardíacas, angina noturna, insônia, etc..

Para se obter um diagnóstico mais preciso, é necessário que sejam realizados exames clínicos, laboratoriais, radiológicos, e em especial, a polissonografia.

O tratamento depende de cada caso. Muitas vezes apenas medidas comportamentais podem resolver o problema. Porém, em outras situações, são necessárias medidas medicamentosas, aparelhos bucais, ou a utilização do CPAP que é um aparelho que gera e direciona o fluxo de ar contínuo através de tubo flexível aderido a uma máscara que fica fixada à face durante o sono. No tratamento também pode haver indicação de procedimentos cirúrgicos.

Distúrbios de sono comprometem sua qualidade de vida. Procure um médico especialista regularmente.

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

Dra. Janaína Dias Kannenberg
- nutricionista
- especialista em Nutrição Clínica
Atendimento:
Clínica Monte Cristo Saúde
Fone: (69) 3443-3093 - Cacoal-RO
Hospital e Maternidade São Paulo
Fone: (69) 3441-4611 - Cacoal-RO

De estadual a federal: Como se aposenta o servidor?

A maioria dos servidores federais lotados no Estado de Rondônia, é dos quadros do ex-Território ou dos beneficiados pela emancipação do Estado. Por este motivo, procuraremos destacar as opções de aposentadoria dos servidores que ingressaram no serviço público até 16 de dezembro de 1998.

Com o advento das Emendas Constitucionais 20/1998, 41/2003 e 47/2005, foram promovidas alterações no sistema previdenciário dos servidores públicos. Desta forma, ressalvados os direitos adquiridos, os servidores terão as seguintes opções para se aposentar:

a) Regras previstas no art. 2º, da EC nº 41/2003: *contribuição*: 30 anos (mulher) e 35 anos (homem); *idade mínima*: 48 anos (mulher) e 53 anos (homem); 10 anos no serviço público e 5 anos no cargo em que se dará a aposentadoria; ter cumprido o pedágio de 20% do tempo que faltava para a aposentadoria integral em 16/12/1998; perda da integralidade, da paridade e inclusão de gratificação no cálculo, inclusive do exercício de cargo de chefia ou em comissão.

O servidor que cumprir as condições para a aposentadoria fixadas neste artigo e permanecer em atividade fará jus ao Abono de Permanência de 11%, até lograr a aposentadoria. O cálculo do valor dos proventos não parte mais da integralidade (última remuneração), mas da média das 80% maiores contribuições pagas pelo servidor no período de julho de 1994 até o mês anterior ao da aposentadoria.

Redutores: preenchidas estas condições, se o servidor de fato desejar se aposentar com a idade mínima (53 ou 48, conforme o caso), ou com idades superiores a estas, sofrerá uma redução de 5% a cada ano antecipado de 60 (homens) ou de 55 (mulheres). Se as condições mínimas para a aposentadoria, acima listadas, foram preenchidas antes de 31/12/2005, este redutor será de 3,5% a cada ano antecipado da idade de 60 ou 55.

b) Regras previstas no art. 3º da EC 47, de 5/7/2005: *contribuição*: 30 anos (mulher) e 35 anos (homem); *idade mínima:* 55 anos (mulher) e 60 anos (homem); 25 anos de serviço público, 15 anos na carreira e 5 anos no cargo em que se dará a aposentadoria. O tratamento a ser dispensado às pensões, nesta hipótese, não contém texto expresso, é a chamada PEC paralela, sendo adotado o mesmo critério do cálculo acima.

A vantagem da opção por esta regra está no fato do servidor não ficar obrigado a esperar até completar 60 ou 55 anos para se aposentar, uma vez que, para cada ano de contribuição a maior que 30 (mulher) ou 35 (homem), o servidor terá reduzido 1 (um) ano da exigência de idade mínima. Mantém o direito à Paridade (reajustes dos ativos) e à Integralidade (cálculo pela última remuneração).

Assim, é necessário que sejam analisadas as opções para cada caso, uma vez que o instituto da desaposentação ainda é uma possibilidade remota e o servidor sofrerá ou gozará pelo resto de sua vida as consequências de sua opção.

Dra. Roseane Maria V. Tavares Fontana – advogada
- especialista em Educação pela UFMS e em Direito Processual Civil pela ULBRA
- especializanda em Direito Previdenciário e Direito Tributário
- Membro do Instituto Brasileiro de Direito Previdenciário
Fone: (69) 3443-3903 Cacoal-RO

Proteja seus olhos do sol

Sol? Qual o perigo para os olhos?

Apesar de trazer alguns benefícios para a saúde, os raios solares podem ser perigosos para os olhos se não tomarmos os devidos cuidados. O principal perigo é a radiação ultravioleta (UV), raios invisíveis da energia solar que também são produzidos por fontes artificiais, como aparelhos de bronzeamento artificial e laser, entre outros. Mais de 99% da radiação UV que atinge nossos olhos, são absorvidas pelas estruturas anteriores dos olhos e, parte dessa radiação, alcança ainda a retina.

O que o sol pode causar?

A exposição, sem proteção, a quantidades excessivas de radiação UV por curto período de tempo, pode causar ceratite. É como se fosse uma "queimadura" da córnea causando dor, vermelhidão, lacrimejamento, fotofobia e sensação de areia nos olhos; geralmente temporária e raramente causa danos permanentes aos olhos. A exposição prolongada, por sua vez, pode ser mais perigosa. Mesmo com pequenas quantidades de radiação UV, a exposição prolongada aumenta a chance de desenvolvermos catarata (opacificação do cristalino), pterígio, câncer de pele nas pálpebras e lesões na retina (degenerações).

O que devemos fazer para nos proteger?

É aconselhável o uso de óculos escuros de boa qualidade e que ofereçam proteção adequada aos olhos, não apenas durante o verão, e sim durante todo o ano. O risco aumenta na praia, no mar e nas montanhas, e é ainda maior entre 10h e 14h. Atenção! Óculos adquiridos em camelôs não possuem proteção UV. Previna-se! Consulte seu oftalmologista regularmente.

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

Medicina Ocular

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

O vinho na Dieta Mediterrânea

Quando ouvimos a palavra **dieta,** imediatamente pensamos em privação, renúncia. Dieta na verdade é uma palavra de origem grega que significa estilo de vida. Em sua origem este termo expressa a ligação entre o homem e a região onde ele vive. No campo alimentar existe uma dieta comum entre os países banhados pelo Mar Mediterrâneo, composta por alimentos ali produzidos que recebe o nome de Dieta Mediterrânea.

Este estilo de vida se tornou conhecido como a dieta da longa vida, pois ajuda a prevenir doenças como a hipertensão arterial, a dislipidemia (elevação do mau colesterol), a doença de Alzheimer, a artrite reumatóide, além de diversos tipos de câncer.

Curiosamente esta dieta surgiu das dificuldades em encontrar "boas carnes", doces, gorduras ou leite em abundância. Os habitantes da região tiveram que se adaptar àquilo que dispunham: verduras, frutas (frescas e secas), cereais, azeite de oliva, peixe e **vinho**.

O que chamou a atenção dos cientistas para as propriedades do vinho, foi o chamado "Paradoxo Francês". Sabe-se que comparados a outras populações, os franceses consomem mais gorduras, são mais sedentários e fumam mais. No entanto, são muito menos acometidos de doenças cardíacas.

O vinho é, sem dúvida, um dos heróis da Dieta Mediterrânea, graças aos seus componentes antioxidantes, como o resveratrol, a quercitina e os polifenois.

- Se puder, beba **UMA** taça de vinho durante as refeições principais. Ele exalta o sabor do prato que o acompanha e melhora os processos digestivos.

* *Na **Butique do Vinho**, em Cacoal, você encontra vários componentes da Dieta Mediterrânea.*

Dr. Douglas Alexandre de Moura Rodrigues - médico gastrocirurgião e endoscopista
Clinigastro – Hospital dos Acidentados
Fone: (69) 3441-5166/3441-2253 Cacoal-RO

"Vou construir minha casa"

Que bom! Depois de anos de sonhos e esperanças, o dia chegou: você vai construir sua casa própria!! Mas, cuidado para que esse sonho não se transforme num pesadelo.

Começando pela escolha do terreno, cuide para não fazer uma aquisição errada. Se for em algum loteamento lançado recentemente, consulte a Prefeitura para saber se o mesmo foi aprovado e legalizado junto a esse órgão. Verifique também quem é o proprietário, se há ônus ou dívidas existentes sobre o lote no Setor de Cadastro da Prefeitura. Aproveite também para saber quais são as medidas oficiais registradas e suas divisas. Há algum tempo atrás, soube de uma pessoa que havia construído num loteamento recém lançado. Por falta de informações precisas, construiu no lote vizinho e não no seu. Já imaginaram a confusão? Por sorte, o proprietário desse lote aceitou trocar os documentos dos terrenos para resolver a situação.

Aconselho que desde a aquisição do lote, você deve ser assessorado por um engenheiro ou arquiteto, pois o profissional vai lhe esclarecer sobre a melhor posição em relação ao nascer do sol, sobre taxa de ocupação, recuos frontais, laterais, caimentos, desníveis e outros detalhes que podem influenciar diretamente no projeto final.

Ah, o P R O J E T O!! Pelo projeto o futuro proprietário vai começar a visualizar o seu sonho sendo materializado e gestado. Portanto, deve escolher o profissional que vai realizá-lo de forma muito consciente e criteriosa. Existem vários profissionais competentes e habilitados no mercado. Analise seus trabalhos já realizados, troque ideia com amigos e parentes sobre os trabalhos desse profissional, procure o Conselho Regional de Engenharia, Arquitetura e Agronomia – CREA, e veja se ele é habilitado junto ao órgão. Enfim, esgote suas dúvidas sobre essa escolha. E lembre-se! Tenha uma boa conversa com ele e só contrate-o após esclarecer as bases do contrato, tais como: quanto custam os serviços, se estão inclusas as taxas de CREA, cópias e outras que podem incidir. Deixe claro sobre o acompanhamento da obra e número de visitas por semana, e só então, após tudo esclarecido, passe à fase seguinte do anteprojeto onde devem ser feitos tantos quantos forem necessários até que você esteja totalmente satisfeito com seu futuro Castelo.

É Castelo mesmo! Você tem ideia de quantas pessoas chegam a construir e escolher o projeto de sua casa própria em toda sua vida? Poucos, não é? A maior parte da população nem casa própria vai ter, ou acaba comprando suas casas já edificadas de outros proprietários, em prédios, sem poder optar por essa ou aquela mudança no projeto. Então, se você é um desses privilegiados que vão realizar esse sonho, a sua casa será o SEU CASTELO, independente do tamanho, do acabamento, da localização ou de qualquer outra coisa. Faça vários anteprojetos antes de se decidir e peça ao profissional que faça várias vistas, fachadas e perspectivas utilizando as ferramentas que a computação fornece, e somente depois de se apaixonar perdidamente pela sua futura casa, é que deve ser feito o projeto definitivo.

Essa é a parte mais prazerosa: *curta a escolha de todos os detalhes; *não se apresse na escolha de nenhum item; *veja todas as alternativas e soluções; *esgote todas as possibilidades e modificações possíveis, porque depois dessa fase de projeto, vem a de construção, e então as modificações importam em demolir e refazer, e isso custa dinheiro. No projeto isso é mais fácil e praticamente sem custo nenhum.

Projeto executado, taxas pagas, você deve escolher quem vai construir o seu sonho. Consulte o autor do projeto sobre qual a melhor forma de contratar a mão de obra em relação a quanto você se dispõe a gastar no custo total da construção. Veja as vantagens e desvantagens de se contratar uma construtora estabelecida ou um empreiteiro diretamente, verifique com seu contador sobre o recolhimento das Leis Sociais sobre a mão de obra. Aconselhe-se com pessoas amigas que já tenham construído suas casas sobre qual melhor forma de proceder nessa contratação de mão de obra e na administração direta da

obra quanto à compra e escolha do material de construção. Nessa fase, é imprescindível o acompanhamento de um engenheiro civil já que você não tem experiência sobre a qualidade e custo dos materiais que devem ser comprados e utilizados. Peça um relatório periódico com os gastos realizados e previstos a cada etapa da construção através de uma planilha orçamentária e cronograma de execução. Planeje-se sobre os desembolsos financeiros para não perder as rédeas do custo total da obra. E não se assuste se os custos finais ultrapassarem as previsões, pois é o seu Castelo que está sendo edificado, e um pouquinho de luxo, não faz mal a ninguém. Mas não exagere para o Castelo não se transformar num Elefante Branco!!

E, depois de alguns meses, espero que o Castelo fique pronto do jeito que você imaginou e que não esqueça de guardar algum dinheiro pro churrasco de inauguração, e também de me convidar pra tomar umas geladas com umas picanhas assando.

E.R.F. Construções Ltda.

Dr. Ernani Fontana
- engenheiro civil
Fone: (69) 3441-4377
Cacoal-RO

Muitas pessoas não podem consumir glúten

Chamada de doença celíaca, a intolerância ao glúten é permanente, ou seja, por toda a vida, e pode levar à morte se não for tratada. O glúten é uma proteína que está presente nos seguintes alimentos: trigo, aveia, centeio, cevada e malte. A doença celíaca ocorre em pessoas com tendência genética à doença. Geralmente aparece na infância nas crianças com idade entre 1 a 3 anos, mas também pode surgir em qualquer idade.

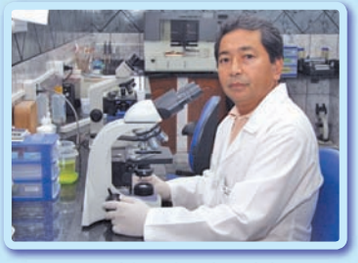
Os sinais variam de pessoa a pessoa. Os mais comuns são: diarreia crônica, prisão de ventre, anemia, falta de apetite, vômitos, emagrecimento, atraso no crescimento, humor alterado (irritabilidade ou desânimo), distensão abdominal (barriga inchada), dor abdominal, perda de peso ou pouco ganho de peso, e osteoporose.

Exames de sangue são muito utilizados na detecção da doença. Os exames do anticorpo anti-transglutaminase (AAT) e do anticorpo anti-endomisio (AAE) são altamente precisos e confiáveis, mas insuficientes para um diagnóstico. A doença deve ser confirmada colhendo-se uma amostra de tecido do intestino delgado através de endoscopia com biópsia (um instrumento flexível com uma sonda é inserido através da boca, passa pela garganta e pelo estômago, e chega ao intestino delgado para obter pequenas amostras de tecido).

O único tratamento é uma alimentação sem glúten por toda a vida. A pessoa que tem a doença nunca poderá consumir alimentos que contenham trigo, aveia, centeio, cevada e malte ou os seus derivados (farinha de trigo, pão, farinha de rosca, macarrão, bolachas, biscoitos, bolos e outros). Verifique no rótulo dos produtos. Deve, por lei, apresentar as informações **"CONTÉM GLÚTEN"** ou **"NÃO CONTÉM GLÚTEN"**.

Consulte um médico especialista e faça exames regularmente.

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



Dr. Tochiuqui Nakandakare

Dra. Kelly Cristina

Dra. Kelli Moreira

O LABORANÁLISES foi reinaugurado recentemente e conta com nova equipe de trabalho. O Dr. Tochiuqui Nakandakare é biomédico (hematologista) com experiência profissional de 23 anos. A Dra. Kelly Cristina, bioquímica (citologista) e a Dra. Kelli Moreira, bioquímica (pós-graduanda em Análises Clínicas) completam a forte equipe. Todos têm o mesmo objetivo: oferecem um atendimento por excelência aos seus clientes, buscando adequar os funcionários às novas tendências do século XXI, que é a automação dos diagnósticos em Medicina Laboratorial, utilizando equipamentos de última geração para garantir confiabilidade, agilidade e rapidez.

Apesar da tecnologia empregada, o LABORANÁLISES preza pelo atendimento humanista, cultivando calor humano, o sorriso, o cumprimento e o respeito; valores que nenhuma tecnologia pode substituir.

A importância da automação

Elevados padrões de qualidade e serviço são cada vez mais exigidos dos laboratórios clínicos, principalmente devido à tendência de mercado para redução de custos.

O desafio é equilibrar custos e metas de qualidade, enfatizando segurança do paciente e a qualidade dos serviços.

A automação passa pela substituição dos procedimentos manuais, diminuição dos riscos biológicos, redução de desvios, eliminando ou reduzindo a intervenção do operador, aumentando a produtividade, reduzindo o tempo de entrega dos laudos (TAT), melhorando a segurança pessoal e manipulação das amostras.

As diversas fases

A automação pode variar de apenas alguns passos do processo até a automação total do laboratório, dependendo das necessidades e dos recursos de cada laboratório. No entanto, algumas fases e princípios gerais devem ser aplicados.

A fase pré-analítica

O sistema pré-analítico automatizado faz a inspeção e a separação das amostras a serem enviadas aos analisadores. São realizados a detecção de coágulo e os índices de qualidade da amostra. Por exemplo: lipidemia, hemólise e icterícia são avaliadas nesta fase.

Outra opção existente e amplamente difundida na América e Europa é a integração do sistema pré-analítico, conectado a esteiras por onde as amostras são direcionadas ao sistema analítico, que por sua vez faz o gerenciamento destas amostras direcionando-as a diferentes analisadores, o que representa um custo/benefício muito interessante para os laboratórios de médio e grande porte.

A fase analítica

Para a tomada de decisão em relação aos analisadores, é fundamental avaliar características como o desempenho dos ensaios, o menu de testes e o menu disponível para análise imediata. A capacidade de armazenamento de reagentes no equipamento, diluições de amostras e reagentes, e informações sobre a capacidade de execução de testes/hora, também são determinantes nesta fase. Os dados sobre manutenções, preparo de reagentes, controle da qualidade, estabilidade de calibração.

O tempo necessário para as manutenções diárias, semanais, mensais, corretivas e preventivas, também deve ser levado em consideração, devido ao tempo de parada dos equipamentos.

A fase pós-analítica

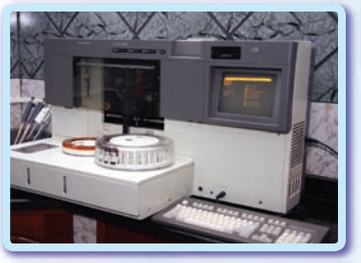
É chamada de sistemas pós-analíticos a fase da vedação do tubo de amostra já processada para o arquivamento das amostras já analisadas, constituindo a soroteca.

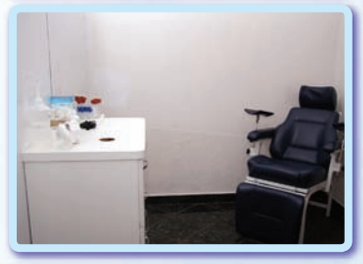
No pós-analítico ocorre a recuperação de amostras da soroteca para repetições, testes adicionais, inclusões de testes, bem como a auto-avaliação de resultados, de acordo com parâmetros previamente estabelecidos no sistema, permitindo que após a análise dos dados seja liberado um laudo confiável.

LABORANÁLISES
Diagnóstico em Medicina Laboratorial

- Hematologia
- Parasitologia
- Imunologia
- Dosagem hormonal
- Teste DNA
- Microbiologia
- Urinálises
- Bioquímica
- Citologia (PREVENTIVO)
- Teste do Pezinho
- Anatomia Patológica

*** Especializado em coleta infantil
ATENDEMOS TODOS OS CONVÊNIOS
Rua Duque de Caxias, 1772 Esquina com Av. Dois de Junho
e-mail: laboranalises@capitaldocafe.com.br
Fone: (69) 3443-5473 Cacoal-RO





O papel social do farmacêutico

Uma das mais antigas atividades é a de farmacêutico. Hoje, sendo umas das profissões mais promissoras, pode ser exercida em 71 diferentes áreas; todas regulamentadas pelo Conselho Federal de Farmácia (CFF).

Qualquer medicamento, por mais inofensivo que aparenta ser, pode causar graves reações adversas. Desta forma, muitas doenças e internações hospitalares, originárias do uso ou da descontinuidade do tratamento medicamentoso poderiam ser evitadas se o paciente recebesse a orientação do farmacêutico.

Grandes transformações vêm ocorrendo no seio da profissão. A mudança do modelo de ensino dos cursos de Farmácia, por exemplo, deixou de ser tecnicista para se voltar a uma formação mais humanística, social, além de projetar apurada visão social.

A atenção farmacêutica prevê que os serviços profissionais devem estar focados no paciente e não necessariamente no medicamento. Por isso, os novos serviços avançam para a prevenção de doenças no campo da atenção básica.

O Brasil aguarda muito do farmacêutico e lhe reserva um papel histórico. Por ser um sanitarista por excelência, com especial conhecimento sobre os medicamentos, cabe a ele a responsabilidade de proteger a sociedade dos efeitos indesejáveis dos medicamentos, que quando usados sem a sua orientação, podem se transformar em um tóxico letal, ou simplesmente não atingir o efeito desejável. Ao servir, o farmacêutico cumpre o seu papel social.

Profª Vera Lúcia Matias Gomes Geron
– farmacêutica e bioquímica
- mestranda pela Universidade Federal do Pará
- especialista em Análises Clínicas e Farmácia de Manipulação, em Biologia Geral, e em Didática do Ensino Superior
- graduada em Farmácia e Bioquímica, e Ciências Biológicas
- docente na FAEMA – Ariquemes-RO

Na L'Acqua é Natal o ano todo!

Os produtos L'acqua di Fiori são classificados como produtos de "Perfumaria Fina". Há mais de 28 anos no mercado, a L'acqua di Fiori vem desenvolvendo um trabalho de reconhecida qualidade, em sintonia com as tendências internacionais.

A qualidade e o bom gosto das criações, aliados a uma marca forte e consolidada, fazem da L'acqua di Fiori uma empresa de sucesso, com muitos prêmios, admirada pelos brasileiros e reconhecida no mercado internacional.

Para satisfazer um público cada vez mais exigente, a L'acqua di Fiori lança constantemente produtos de alta qualidade, com embalagens atraentes e frascos criativos.

Sempre buscando encantar seus clientes, a L'acqua di Fiori tem diversas franquias espalhadas pelo País, e um dos destaques é a franquia de Cacoal- RO, que sob a administração da Sra. Rosana Pontes, vem conquistando espaço notável com sua equipe dedicada, esbanjando simpatia e competência, fazendo deste comportamento um grande diferencial, o que ratifica a visão da grande maioria dos clientes: "a L'ACQUA DI FIORI veio pra ficar!"

A marca sempre busca novidades. Vale a pena ressaltar os lançamentos da linha infantil, "A ARCA DA L'ACQUA", e da colônia que é sensação na linha masculina "U-MAN EXTREME", além da explosão de sucesso da linha "TEENS", aprovada com todas honras pelos adolescentes.

Em datas especiais como o Natal, por exemplo, as pessoas que gostamos devem ser presenteadas com o que há de melhor no mercado de cosméticos e perfumaria. Com os produtos L'ACQUA DI FIORI, claro! O espírito de Natal está sempre presente com a marca e monta seu presente nos 365 dias do ano, levando alegria a quem está aniversariando, às mães, ao pais em seus respectivos dias, aos namorados. Enfim, àquele que merece o seu carinho de alguma forma.

As sugestões para presentes são os kits personalizados maravilhosos e com o toque de sofisticação. São diversas combinações para todos os estilos: estojos com colônias, hidratantes, sabonetes e muito mais!

A você, cliente especial, a L'ACQUA DI FIORI deseja um 2010 com amor, paz e muito sucesso!

L'acqua di Fiori

Av. Porto Velho 2125
(69) 3441-1468
Cacoal- RO

ABO-RO alcança o Jubileu de Prata

Dr. Paulo Jorge Alves Martins presidente da ABO-RO

Em 2009 a Associação Brasileira de Odontologia - ABO, Sessão Rondônia, completou 25 anos de sua fundação. Foi organizada em 4 de abril de 1984, sendo o seu primeiro presidente o Dr. Andrew Lemos Pacheco.

Em 1998 começaram os cursos de atualização e especialização ministrados em Rondônia, sendo a primeira instituição a ministrar cursos de pós-graduação na área da Saúde em nosso Estado.

A ABO- RO, de credibilidade nacional, faz parte da maior rede de capacitação na área da saúde no Brasil. Já capacitou mais de setecentos profissionais de Porto Velho, interior do Acre, Amazonas, Roraima, Tocantins, e até da Paraíba, de onde duas colegas vieram para fazer o curso de especialização em Odontologia Legal, único da Região Norte.

Entre as conquistas em 2009 está a sede própria; área central de Porto Velho, com mais de 900 m² de área construída. Ampla clínica, centro cirúrgico, laboratório e duas salas de aula; estrutura com capacidade para atender até quatro cursos simultaneamente. Os professores responsáveis possuem doutorado e se deslocam das mais renomadas universidades do Brasil: USP-SP, UNICAMP-SP, USP-Bauru, Federal do RS, Federal Fluminense, etc..

Atualmente estamos com oito cursos em andamento: especialização em Ortodontia, Prótese, Dentística e Implantodontia; atualização em Endodontia, Periodontia, Cirurgia Avançada e Implantodontia. Em março daremos início ao curso de atualização em Clínica Integrada. Atendemos em média oitocentos pacientes por mês.

No dia 27 de novembro foi eleita a nova diretoria da ABO Nacional para o triênio 2010 a 2012. O Dr. Newton Miranda, de Belo Horizonte-MG, é o novo presidente. O Dr. Marco Aurélio B. Vasquez, de Cacoal-RO, foi eleito secretário geral, e o Dr. Paulo Jorge Alves Martins, presidente da ABO-RO, passou a integrar o Conselho Fiscal. Sem dúvida, é uma grande conquista, o que comprova a seriedade da instituição no Estado.

Assessoria de Comunicação da ABO-RO Porto Velho-RO

Água combate sobrepeso infantil

Pesquisa realizada pelas universidades de Dortmund e de Witten-Herdecke, na Alemanha, e de Londres, no Reino Unido, envolvendo 2.950 crianças, concluiu que o aumento do consumo de água em escolas diminuiu o risco de excesso de peso.

Para promover o consumo, os professores deram aulas sobre os benefícios da bebida para o organismo e as crianças foram incentivadas com recompensas e brindes, como garrafas d'água. Embora não tenha havido redução no consumo de refrigerantes, os alunos das 17 escolas que receberam a intervenção beberam cerca de um copo a mais de água diariamente. Em um ano houve queda de 31% no risco de excesso de peso nesse grupo, mas não houve redução no IMC (índice de massa corporal). As crianças que não participaram da campanha tiveram um leve aumento de peso no mesmo período.

Ingerir água, essencial para o organismo, além de metabolizar melhor a gordura, reduz a retenção de líquidos, o que influencia na diminuição do peso. Por outro lado, bebidas artificiais, como refrigerantes, contêm mais sais e açúcares que nosso corpo, e por isso, dão mais sede.

Beber água também causa uma sensação de saciedade que pode inibir por algum tempo a compulsão alimentar. Um copo de 200ml dá um volume considerável no estômago de uma criança em idade escolar, afirmam os especialistas.

"O trabalho reforça o conceito de que estimular hábitos de vida saudáveis com a ingestão adequada de água, é eficiente para prevenir o aumento de peso", diz Mauro Fisberf, pediatra especialista em nutrição na infância e na adolescência.

A má alimentação infantil contribui para o aparecimento de doenças crônicas, como diabetes, artrose e gastrite. Segundo o Ministério da Saúde, 13% dos brasileiros são obesos e 43,3% estão acima do peso.

Fonte: Folha de São Paulo

Pimenta Bueno-RO

Sobre o câncer de mama

O câncer de mama é o tumor mais frequente na mulher brasileira, sendo responsável por um alto número de óbitos no sexo feminino. No ano de 2006 foram diagnosticados mais de 50.000 novos casos, sendo grande parte em fase avançada.

Apesar de a mama ser um órgão superficial e de termos à disposição métodos diagnósticos eficazes, como por exemplo, a mamografia, é alarmante tantos casos avançados, o que piora a sobrevida destas pacientes.

Muitos fatores influenciam no aumento da incidência desta moléstia, e também no surgimento em idade mais precoce: estilo de vida (maior estresse), menor número de filhos, filhos em idade mais avançada, e mudança de hábitos alimentares (maior ingesta de gorduras saturadas e de álcool em maior quantidade).

Poderíamos dizer que o câncer de mama no Brasil é um problema de saúde pública. Deveriam aplicar mais recursos na prevenção, no diagnóstico e na terapêutica. O grande número de mulheres que necessitam realizar a mamografia anual após os 40 anos de idade, o pequeno número de mamógrafos disponíveis e mal distribuídos em nosso país, assim como o pequeno número de médicos-radiologistas especializados nesta área, dificultam o diagnóstico precoce e, portanto, pioram o prognóstico destas pacientes.

Realizar a mamografia de base aos 35 anos de idade e anual após os 40 anos, é considerado o ideal no rastreamento de lesões incipientes, assim como a realização mensal do auto-exame a partir dos 20 anos de idade e o exame clínico anual com o mastologista. Exames de rotina diminuem o índice de mortalidade.

IMPORTANTE: Aparelho de ótima qualidade, experiência do radiologista e do técnico que realizam o exame, são de fundamental importância.

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

Bom mesmo é saber que existe uma Cooperativa de Crédito que pensa em você, na sua família, no seu futuro. A Sicoob Credip é assim. Por isso, somos a maior Cooperativa de Crédito do Estado e a que mais cresce em Rondônia.

Faça parte da SICOOB CREDIP seja dono ao invés de cliente.
(69) 3451-8310/3451-4136

SICOOB CREDIP
NOSSA FORÇA ESTÁ NA COOPERAÇÃO

Milhas Viagens e Turismo

- PASSAGENS AÉREAS E RODOVIÁRIAS
- PACOTES TURÍSTICOS
- CRUZEIROS
- RESERVA DE HOTÉIS
- SEGURO VIAGEM
- LOCAÇÃO DE AUTOMÓVEIS
- FRETAMENTO AÉREO E TERRESTRE
- INTERCÂMBIO CULTURAL
- CONSULTORIA EM TURISMO

Fone: 55 69 34410201 / 84431208
Rua Antônio Deodato Durce, 1104
Centro - Cep 76964-070
Cacoal RO Brasil

Sua viagem começa aqui

ESPECIALIZADA EM EUROPA VIAGENS PARA A

www.milhasviagens.com.br

Pilates: muito importante na gestação

O Pilates vem ganhando cada vez mais espaço nas academias e já existem estúdios dedicados apenas a ensinar a técnica e ajudar pessoas a tratar diversas patologias. O método integra o corpo e a mente na realização de movimentos que exigem força, controle, equilíbrio e alongamento muscular. Além disso, passou a ser uma opção adequada para gestantes em busca de novas terapias para melhorar a qualidade de vida durante a gestação.

Benefícios para a mamãe e para o bebê:

As gestantes conseguem atingir todos os benefícios da prática, principalmente com a melhora da circulação e a eliminação de dores musculares devido às alterações de postura na gravidez. A principal questão é: os ginecologistas recomendam Pilates durante a gestação?

- Sim! "Os médicos incentivam muitas alunas grávidas a praticar o método". A indicação é a partir do 3º mês, pois no primeiro trimestre ocorre a formação fetal e uma grande liberação hormonal que influencia todo o corpo da mulher.

Contraindicação:

A contraindicação é relativa e depende de cada caso, como por exemplo, uma mulher que tenha uma gravidez de risco e tem ou teve alguma complicação que necessita de repouso. Por isso, consulte sempre seu ginecologista-obstetra quanto à liberação da prática de exercícios na gravidez. No caso de uma mulher que já praticava exercícios, não existem restrições. O pilates ajuda na hora do parto, se este for natural, pois fortalece a musculatura pélvica, o que proporciona uma melhor sustentação desta região para o peso do feto. Além disso, estimula o desenvolvimento da musculatura do abdômen e o trabalho de respiração, que também beneficia o bebê com a melhor oxigenação do organismo da mãe.

Efeito preventivo:

A prática tem ainda efeito preventivo. A aluna de Pilates adquire um maior alongamento e equilíbrio na região da coluna, principalmente na lombar. Grande parte das dores presentes na gravidez, é ocasionada pelo despreparo (fraqueza) da musculatura para sustentar o aumento de carga gerado pelo novo tamanho do ventre e dos seios.

A aula:

A duração de uma aula para gestante é a mesma de uma aula convencional – uma hora – e são recomendadas pelo menos duas aulas por semana para que a gestante possa sentir os benefícios da prática em seu dia a dia.

O Pilates pode ser adequadamente adaptado para a gravidez desde que não sejam realizados certos exercícios, tais como os abdominais. É importante ressaltar que a gestante não deve ser colocada em posições que causem muito desequilíbrio, para evitar risco de quedas. Mas os exercícios de braço estão muito bem indicados, já que fortalecem a região

dando boas condições à futura mamãe de carregar seu filho no colo. Pernas também estão liberadas para serem trabalhadas. O objetivo é evitar dores articulares que possam vir em função do sobrepeso que acomete a mulher durante esse período.

Dr. Everton K. Kido
- fisioterapeuta/instrutor de pilates

Fone: (69) 3443-1361 – Cacoal-RO

BLITZ MODAS
A Parada da Moda
dimy
dimy.ind.br
Missbella
Young Spirit
Presidium
Admitt
Triagem
Index
Indigo
blitz.modas@hotmail.com
Av. 2 de Junho, 2604 - Fone: (69) 3443-1877
Cacoal - RO

Os 30 anos da lipoaspiração

A gordura do organismo está depositada nas células gordurosas, as quais têm a capacidade de aumentar ou diminuir de volume de acordo com a maior ou menor quantidade de gordura absorvida no seu interior.

Vários locais do corpo servem de acúmulo para estas células. Abaixo da pele existe uma camada denominada de subcutâneo. A maior parte dessas células se deposita nesta zona. Existem, entretanto, outras regiões que também servem de depósito, como por exemplo, o interior da cavidade abdominal.

O grau de adiposidade de uma pessoa depende de vários elementos. Entre eles estão os fatores genéticos, hormonais e o tipo de alimentação.

Existem, por outro lado, depósitos de gordura localizados em determinadas regiões do organismo, que por regimes alimentares ou exercícios, dificilmente são corrigidos.

No final da década de 70, um francês chamado Illouz (foto), relatou um método de retirada de gordura localizada através de um procedimento denominado **lipoaspiração**. Este método consiste na introdução de uma cânula metálica no subcutâneo que ligada a um aparelho de fazer vácuo, aspira quantidades de gordura.

Dr. Orestes Polo com o Dr. Illouz, precursor da lipoaspiração, no Congresso Europeu de Cirurgia Plástica

A lipoaspiração não é um tratamento para a obesidade. Serve, sim, para retirar acúmulos de gordura localizada em determinadas regiões do organismo. .

Assim como se faz a lipoaspiração, a gordura retirada também pode ser reinjetada em outras zonas do corpo melhorando o contorno corporal. Esta técnica é denominada **lipoescultura.**

Clínica Masterplástica

Dr. Orestes Polo – cirurgião plástico
Porto Velho – Fone (69) 3211-8500
Ariquemes – Fone: (69) 3536-3600
Ji-Paraná – Fone: (69) 3241-3020
Cacoal – Fone: (69) 3441-0072

Dê mais que um presente... Dê um livro!

O ser humano ama a leitura por natureza. Somos primordialmente visuais e assim interagimos com o mundo. Seria lógico que a leitura fosse um hábito. No entanto, vemos quem afirma categórico: "detesto ler". Na verdade está dizendo: "nunca fui estimulado a ler". Então, como estimular a leitura? O segredo é a sugestão! Nada de pressionar ou obrigar; procure preencher sua vida de cultura, e assim contagiar todos a sua volta! Adote a leitura como qualidade de vida e inclua livros em seu dia a dia. Dê livros de presente, principalmente para as crianças, frequente livrarias, participe de eventos culturais, crie sua mini-biblioteca (por que não?).

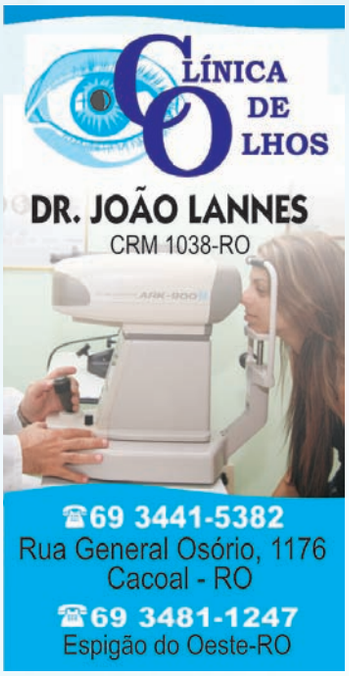
Aproveite que Rondônia plantou mais uma semente de cultura! Surgiu, dia 21 de setembro, no Dia da Árvore, a Livraria BISBILHOTEKA, em Cacoal, promovendo a leitura como um "Modo Feliz de Viver". Única livraria com biblioteca infantil do Estado, a Bisbilhoteka nasceu do sonho de duas mães: Ana Cláudia da Rocha Takahashi Bianchini e Cariny Baleeiro Tadiotto Cielo que desejavam estimular o gosto por livros desde a

tenra idade de seus filhos, além da ideia de abrir uma livraria semelhante à Livraria Cultura (a maior do Brasil), onde os adultos se sintam à vontade, gostosa de ficar.

A Bisbilhoteka tem atividades culturais, como contação de estórias e teatro de fantoches, e seu acervo inclui o melhor da literatura infantil. Atende muito bem o público adulto, com best sellers, livros de motociclismo, gastronomia, culinária, moda, saúde e bem estar, além de ótimas opções de livros para presente. Venha bisbilhotar!

Livraria BISBILHOTEKA
Modo Feliz de Viver

www.bisbilhoteka.com.br
Rua Antônio Deodato Durce, 1243
Fone: (69) 3443-3780 – Cacoal-RO



Indenização pela perda de uma chance

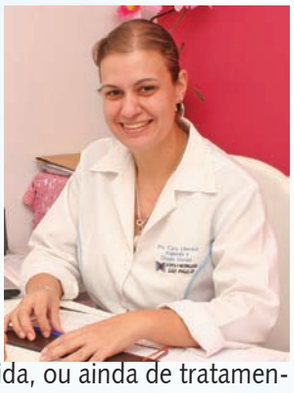
O nosso sistema legal, mais recentemente iniciou importante discussão sobre esse tema, que no exterior já há algum tempo é considerado. Em síntese, consiste em perder uma chance no direito à indenização pelo fato causado por outrem, de se obter um lucro ou se evitar determinado prejuízo. Ou seja, a frustração pela impossibilidade de se obter o resultado esperado. O benefício não chega a se efetivar ou não se consegue evitar o dano, mas isso poderia ter ocorrido, não fosse o ato ilícito praticado em desfavor de quem detinha a perspectiva do direito.

Trata-se de uma questão que deve ser analisada caso a caso. É comum confundir a indenização pela chance perdida à perda do direito em si. Uma solução encontrada é aplicar um coeficiente de redução sobre o resultado econômico pretendido proporcional à probabilidade que o titular tinha de alcançá-lo. É cabível nas áreas cível, trabalhista, administração pública.

Exemplificando: o funcionário que, conforme as normas internas da empresa, estava prestes a obter uma promoção a qual não se concretizou por conta de perseguições e de assédio moral praticados pelo chefe do mesmo. A pessoa assediada pode ter sido demitida, ou pedido demissão do emprego porque não suportou o assédio. Nesse caso, há possibilidade de se discutir o pagamento de indenização pela perda de oportunidade de obtenção da promoção, que poderia ser efetivada não fosse aquele injusto dano contra ele assacado.

Dr. Laércio Marcos Geron - advogado - graduado em Direito pela UEM-PR - pós-graduado em Direito Público, Direito Tributário e em Didática do Ensino Superior
Fone: (69) 3535-4822 / 3536-7311 – Ariquemes - RO

Carótidas: seu entupimento pode causar derrame cerebral



As carótidas são artérias localizadas no pescoço, responsáveis pelo fluxo sanguíneo para o cérebro em conjunto com as artérias vertebrais. A insuficiência vascular cerebral é uma causa importante de óbitos entre as doenças cardiovasculares. A obstrução (entupimento) das carótidas ocasionará o Acidente Vascular Cerebral, ou "derrame", manifestando-se com alterações visuais, amortecimentos, dificuldade de fala, ou ainda, desmaios.

Os sintomas dependem da área afetada e também da extensão da isquemia cerebral. Quando estes sintomas estiverem presentes, deve-se realizar investigação para descobrir sua causa, pois outras doenças também podem ser causas de derrame.

A doença carotídea é investigada através de exame clínico realizado pelo especialista, ainda confirmado pelo ecodoppler ou arteriografia. Dependendo da estenose (entupimento), há possibilidade de tratamento clínico – com remédios e mudança de hábitos de vida, ou ainda de tratamento cirúrgico ou endovascular (angioplastia). Lembramos que seu médico, angiologista ou cirurgião vascular, fará a melhor orientação de tratamento.

Assim como outras doenças cardiovasculares, a doença carotídea possui fatores de risco, como colesterol alto, tabagismo, hipertensão, diabetes, sedentarismo e obesidade.

Independente do tratamento adotado, tais condições devem ser tratadas igualmente. A melhor maneira de se evitar a doença carotídea, é a prevenção. Todo paciente acima de 68 anos deve realizar avaliação vascular anual, assim como todo paciente portador de doença cardivascular, independente da idade. Portanto, CUIDE-SE!

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

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

O som da Itália viaja o Estado

Desde quando estará sendo forjada a alma italiana? Partindo daquela caprichosa península em forma de bota, o espírito romano percorreu três dos quatros pontos cardeais: a leste, foi até a Ásia. Ao norte, varou a Europa até o Mar Báltico. Ao sul, cruzou o mediterrâneo e foi à África. Mas, para oeste, a herança latina repartiu entre as Américas o legado inesquecível do gosto pela arte, pelo belo. Nós, do Grupo Italianíssimo, tomamos um pedaço desta herança de arte, na bela e passional música italiana que nós nos obrigamos a cantar com igual paixão.

O Grupo existe desde o ano 2000. De sua formação inicial – Airton Marin e Júlia (teclados); Beniamini (baixo); os tenores Marco Dal'ácqua, Rogério Simão, Alexandre Fonseca e a soprano Elaine Cioffi – ficaram os "tenores". A sustentação músico-instrumental do Grupo, hoje tem: Bira Lourenço (percussão), Mauro Araújo (teclados), Joelson dos Santos (sax-tenor, clarineta) e Cesar (violão). Todos se dedicam à música como se fossem profissionais exclusivos, mas são profissionais de outras áreas que se voltaram para a música para cultivar o prazer pessoal que ela traz, somado ao prazer que dá fazer o bem.

O fator de união do Grupo é, além do gosto pela música italiana, a irrestrita amizade entre todos os membros, bem como a consideração de que a música é algo elevado. Tanto é assim, que a maioria dos espetáculos "Italianíssimo" foi feita em prol de causas beneficentes. Casa Família Rosetta, Sociedade Pestalozzi, APAE figuram entre muitas outras. Os espetáculos do "Italianíssimo" sempre tiveram lugar em Porto Velho; a maioria no Teatro do SEST/SENAT. Somente em 24 de outubro de 2009, em memorável noite, o "Italianíssimo" foi dado à sociedade cacoalense no 5º Jantar Italiano.

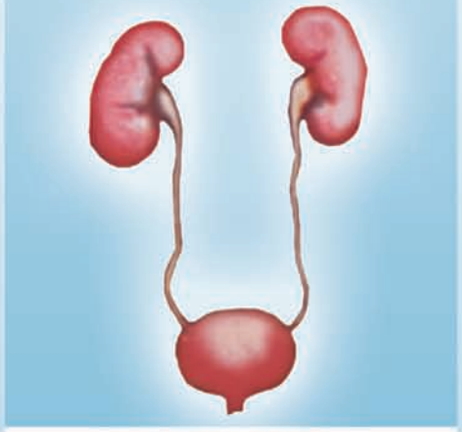
Constam do nosso repertório músicas italianas que imortalizaram Pavarotti, Plácido Domingo, José Carreras, Pepino di Capri, Sergio Endrigo, como: *Champagne, Torna Surriento, Io che amo solo te, O sole mio, Caruso, Dio come ti amo, La Dona è móbile, Nessun dorma, Santa Lucia, O Surdato 'nnammurato e Funiculí funiculá*. Porém, modernas e lindas composições popularizadas por Andréa Bocelli, Zizi Possi, Renato Russo e Laura Pausini também estão presentes, como: *Melodramma, La luna che non c'e, Le tue parole, Strani amore, Con te partirò, Canto della terra*.

De alma pronta, o Grupo Italianissimo preparou novas músicas, agora com uma cantora e um baixista. Apresentou-se no dia 27 de novembro no Teatro do SEST/SENAT, em prol da ACUDA – Associação Cultural e de Desenvolvimento do Apenado e Egresso.

- Assessoria de comunicação
e-mail: joaocesar.sc@gmail.com

UROCLIN
Clínica de Urologia de Cacoal

Dr. Luis Eduardo Dias Parada
CRM - 1635/S



UROCLIN

> Ultrassonografia
> Uretrocistoscopia
> Estudo urodinâmico
> Litotripsia extra-corpórea
(quebra de cálculo urinário sem cirurgia)
> Litotripsia endocorpórea
(quebra de cálculo urinário com cirurgia)
> Cirurgia endoscópica
(próstata e trato urinário)
> Urologia masculina
> Urologia feminina
> Urologia infantil
> Consultas

Fone: (69) 3443-4380
Av. São Paulo, 2074
Centro Cacoal-RO
uroclin.cacoal@uol.com.br

Livre-se das rugas!!!

A musculatura da mímica facial exerce papel fundamental na expressão de sentimentos humanos. Para realizar uma expressão facial, nós realizamos contração e relaxamento de músculos da face. Essa contração e relaxamento, que varia em cada ser humano, juntamente com o efeito gravitacional, com o passar dos anos vão determinar os sinais de envelhecimento facial, como por exemplo, as rugas ao redor dos olhos (famosos "pés de galinha").

Na medicina estética utilizamos a toxina botulínica (Botox®) para minimizar as rugas existentes e retardar o surgimento de novas. A toxina botulínica atua impedindo a contração muscular, ocorrendo o relaxamento dos músculos, atenuando as rugas.

O botox® é um produto de origem biológica oriundo de culturas de microorganismos (C. botulinum). Inicialmente utilizada pela Oftalmologia e Neurologia para correção de contrações musculares involuntárias, há alguns anos começou a ser utilizada na medicina com fins estéticos para a correção das rugas dinâmicas,

com ótimos resultados.

A aplicação é realizada no consultório médico, de forma rápida e pouco dolorosa, sendo necessário repouso leve por 4 horas após a aplicação. O efeito já é percebido após 48 horas e dura de 4 a 6 meses, podendo ser reaplicado após esse período.

A aplicação de Botox® é um dos procedimentos não cirúrgicos mais realizados hoje no Brasil. É crescente a procura tanto pelo público feminino e masculino. Essa procura pelo Botox® é devido ao alto índice de satisfação dos resultados obtidos na estética por parte dos pacientes e dos médicos.

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

Joque fora suas batatas

Você já reparou como é fácil ficar magoado? "Estou magoado porque o chefe não valoriza meu serviço, porque não fui convidado para uma festa, porque não tenho exatamente o dinheiro ou aparência que eu gostaria de ter, porque ainda não encontrei o amor da minha vida, porque a pessoa que quero não me quer, porque, porque..."

É fácil, muito fácil, porque sempre vai ter alguma coisinha ou alguém para nos magoar. Mas, para que tenhamos uma vida plena de saúde e felicidade, precisamos eliminar de nossas vidas este sentimento nocivo. Para ilustrar esta pequena linha de pensamento, gostaria de narrar a história que recebi via e-mail de um professor que pediu aos alunos que levassem sacola com batatas para a sala de aula. Solicitou também que separassem uma batata para cada pessoa ou motivo que os magoara ou que de alguma forma os fizesse sofrer. Então escrevessem o nome da pessoa na batata e a colocassem dentro da sacola.

Eles começaram a pensar, e foram lembrando uma a uma....

Algumas sacolas ficaram muito pesadas.

A tarefa seguinte consistia em, durante uma semana, carregar consigo a sacola com as batatas para onde quer que fossem.

Com o tempo as batatas foram deteriorando. Era um incômodo carregar a sacola o tempo todo e ainda sentir seu mau cheiro. Além disso, a preocupação em não esquecê-la em algum lugar fazia com que deixassem de prestar atenção em outras coisas que eram importantes para eles.

E foi assim que os alunos entenderam a lição de que carregar mágoas é tão ruim quanto carregar batatas.

Quando damos importância aos problemas não resolvidos ou às promessas não cumpridas, nossos pensamentos se enchem de mágoa, aumentando o stress e roubando nossa alegria.

Perdoar e deixar estes sentimentos irem embora é a única forma de trazer de volta a paz e a calma.

Vamos lá! Jogue suas batatas fora e sorria!

Sérgio Pontes – empresário
Fone: (69) 3441-5233 Cacoal-RO
(69) 3451-2395 Pimenta Bueno-RO

Vidraçaria

CASA DOS VIDROS

A qualidade está aqui!

Projetos em vidro temperado, vidro comum, e laminado

*box *espelhos *molduras em geral

Alguns tipos de vidro:

Martelado

Canelado

Silésia

Pontilhado

Mini Boreal

30 Anos de Rondônia

E-mail: casadosvidros_ro@hotmail.com

(69) 3441-3184

Av. Castelo Branco, 19.187 - Centro Cacoal-RO

Saúde de qualidade agora tem novo endereço. SUPORTEVIDA

Atendimentos oferecidos 24 horas:

- Médico
- Fisioterapêutico
- Enfermagem
- Psicológico
- Odontológico
- Coleta laboratorial

SUPORTEVIDA

Av. São Paulo, 2655 | Centro | Cacoal - Fone: (69) 3441-0501

A UNIP vai até você

A UNIP INTERATIVA leva a qualidade e a tradição de seus cursos até você, oferecendo os seguintes sistemas de Educação a Distância – EAD:

SEI
Sistema de Ensino Interativo

SEPI
Sistema de Ensino Presencial Interativo

Graduação

> Administração (4 anos)
> Ciências Contábeis (4 anos)
> Letras - Licenciatura em Portugues/Espanhol (3 anos)*
> Letras - Licenciatura em Português/Inglês (3 anos)
> Matemática - Licenciatura (3 anos)*
> Pedagogia (3 anos)
> Serviço Social (3 anos e meio)

Cursos superiores de menor duração (2 anos)

> Gestão da Tecnologia da Informação
> Gestão de Recursos Humanos
> Gestão Financeira*
> Logística novo
> Marketing
> Processos Gerenciais

*Cursos oferecidos somente na modalidade SEI

Pós-Graduação

> Adminisstração de Recursos Humanos*
> Administração Geral*
> Administração Hospitalar*
> Direito Ambiental*
> Direito Civil*
> Direito do Consumidor*
> Direito do Trabalho*
> Direito Empresarial*
> Direito Imobiliário*
> Direito Penal*
> Direito Previdenciário*
> Direito Processual*
> Direito Tributário*
> Formação de Educadores em Diabetes*
> Formação de Professores para o Ensino Superior*
> Gerstão das Políticas Sociais* novo
> Interpretação da Língua Brasileira de Sinais - Libras*
> Marketing*
> Psicopedagogia* novo
> Tecnologia de Informação para Estratégia de Negócios*

Carga horária: 360 horas

www.unip.br/ead

0800 010 9000

CREDENCIADA MEC

Vestibular
Inscrições abertas

UNIP UNIVERSIDADE PAULISTA
Interativa

Cacoal - (69) 3443-5229
Av. Cuiabá, 1804 - Centro

Rolim de Moura - (69) 3442-3950
Av. Florianópolis, 4838 - Centro

Porto Velho - (69) 3224-1102
R. Joaquim Araújo Lima (Abunã), 1035 - Olaria

Ji-Paraná - (69) 3422-9607
R. Miss. Gunnar Vingren (T-4), 1579 - Nova Brasília