

**PODE
ME
LEVAR
PRA
CASA**

SAÚDE SEMPRE

**PLANO DE
SAÚDE
SANTA
CASA**

Taquaritinga | outubro/2013 | N.º 38 **Informações para uma vida melhor.** ANS N.º 32.132-0

Outubro Rosa: uma aula sobre prevenção

Na noite de 29 de outubro, o ginecologista Rodrigo Alves Ferreira proferiu uma palestra muito esclarecedora, no auditório da Câmara Municipal, acerca do tema “Mitos e crendices do câncer de mama e da prevenção de doenças do colo do útero”.

O evento, que integrou as ações do Outubro Rosa, foi uma promoção da Fraternidade Feminina Cruzeiro do Sul Líbero Badaró, com apoio da Loja Maçônica Líbero Badaró, da Santa Casa, do Plano de Saúde Santa Casa e da Câmara Municipal.

A noite começou com a apresentação do quadro “São Sebastião”, óleo sobre tela pintado em 1940 pelo artista plástico F. Valzacchi e doado ao Poder Legislativo pela família da professora Nelly Montenegro (in memoriam).

Logo em seguida, o médico falou para uma plateia predominantemente feminina, primeiro sobre o câncer de mama, o tipo de neoplasia que mais faz vítimas mulheres no país. Felizmente, segundo ele, 3/4 das patologias apresentadas por mulheres que chegam aos consultórios são benignas. “Aparecendo um caroço, dor ou secreção, procure um médico, sem estresse”, disse.

Números mundiais da OMS indicam 41 casos de câncer de mama para cada 100 mil mulheres; no Brasil, essa relação é de 43,7 por 100 mil. Estimativas apontam que, neste ano, 53 mil brasileiras serão diagnosticadas com a doença e 18 mil terão câncer de colo do útero.

Dr. Rodrigo exibiu um quadro informativo em que desfez mitos acerca de fatores de risco para o câncer de mama. Não são causa para a patologia: uso de antitranspirante nas axilas, sutiã apertado, prótese de silicone e trauma/batida no peito. Por outro lado, a obesidade e o uso contínuo de bebida alcoólica e cigarro aumentam as chances de a enfermidade aparecer.

Há pesquisas que colocam outros hábitos entre os vilões do câncer de mama, que ainda carecem de estudos mais aprofundados. São eles: uso de anticoncepcional e o trabalho noturno. Quanto à terapia de reposição hormonal, os médicos já empregam hormônios seguros e, desde 2004, aban-



Dr. Rodrigo Alves Ferreira, em palestra

donaram os dois tipos que ofereciam riscos para as pacientes.

Entre os fatores que reduzem os riscos estão: ter o primeiro filho antes dos 30 anos; amamentação durante pelo menos um ano; e atividade física diária, que deve começar na juventude e se estender até a terceira idade.

“Câncer de mama tem cura, desde que descoberto no comecinho”, enfatizou o ginecologista. Para isso, mulheres acima dos 40 anos devem realizar a mamografia anualmente e ficar atentas ao aparecimento de alterações, como caroços, inchaço com aspecto de casca de laranja, secreções sanguíneas ou cristalinas.

Quanto ao câncer de colo do útero, Dr. Rodrigo disse que a doença prevalece na faixa dos 48 anos. No início, é assintomático. Para a prevenção, é necessário realizar o exame papanicolau uma vez por ano, a partir do início da vida sexual. É a única neoplasia para a qual existe vacina: as três doses contra o vírus HPV oferecem proteção porque em 95% dos casos o câncer de colo do útero é causado por esse agente.

Ao encerrar sua palestra, Dr. Rodrigo fez um alerta: somente 60% das mulheres de Taquaritinga vão ao ginecologista pelo menos uma vez ao ano. Por meio de uma campanha de esclarecimento do Rotary Club, ele está percorrendo todas as escolas da cidade. O objetivo é fazer com que pelo menos 90% delas faça uma consulta anual.



Mirão Basso, presidente da Câmara, Wilson José Davoglio, administrador da Santa Casa, Dr. Rodrigo, Dr. Sidnei Sudano, presidente do Conselho Deliberativo da Santa Casa, e Walter Bordinasso, diretor do hospital



A plateia e a Fraternidade Feminina Cruzeiro do Sul (ao lado). O evento foi abrilhantado pelas alunas Ana Maria (teclado) e Francieli (saxofone), da Etam Santa Cecília



NESTA EDIÇÃO



A posse responsável de animais, esses amigos leais na hora de **superar doenças**

AVC: é preciso estar atento aos sintomas



Dicas para posse responsável de cães

Os direitos dos animais estão cada dia mais em alta. Além de companhia, a convivência com eles proporciona alegria para crianças e adultos. Porém, a posse de um bicho de estimação requer algumas responsabilidades. Para isso, as regras abaixo (formuladas pelo Programa Pedigree) precisam ser observadas antes de adotar um pet:

1. Jamais adote um animal por impulso.
2. Cães vivem, em média 12 anos ou mais e não são descartáveis. Esteja certo de que deseja o convívio dele durante todo esse tempo.
3. Converse com todos os membros da família ou das pessoas que vivem com você. Um animal muda a vida de todos.
4. Informe-se sobre peculiaridades da raça escolhida – tamanho, comportamento, espaço físico necessário ou necessidades especiais.
5. Cuide da saúde física do cão – alimentação, higiene, vacinas, abrigo e visitas periódicas ao veterinário.
6. Dê atenção e carinho a ele.
7. Cachorro não é gente – ele precisa de alimentação e cuidados específicos para cães.
8. Não deixe seu cão solto pelas ruas. Durante os passeios, que são momentos especiais para eles, use sempre guias e coleiras. Algumas raças grandes exigem focinheiras.
9. Eduque seu cão com carinho e recompensas. Ele não precisa destruir seus móveis ou incomodar os vizinhos para ser amado.
10. Adote um cão com o qual você simpalizou. Não é pelo fato de ele não ter uma raça definida ou ter vindo de um abrigo que deve ser menos amado por você.



Os cães nunca deixam de amar

Mais do que grandes amigos ou companheiros, os cachorros têm um amor incondicional por seus donos. Um exemplo real e emocionante dessa relação de carinho é apresentado no livro “Os cães nunca deixam de amar”, da editora Universo dos Livros. A autora, Teresa Rhyne, narra como ela e seu cãozinho Seamus conseguiram vencer duas doenças devastadoras: Teresa tinha câncer de mama e o pequeno Seamus lutava contra um tumor maligno.

Essa curiosa história teve início quando a vida da advogada Teresa Rhyne estava de “pernas para o ar”. Ela acabava de sair do segundo casamento fracassado e ainda precisava conviver com a perda de seus dois amados ca-

chorrinhos da raça beagle. Depois desse momento conturbado, Tereza tentava se reestruturar aos poucos. Já tinha conseguido namorado novo, casa nova, enfim, seguia outros caminhos. Mesmo assim, ela sentia um vazio grande dentro de si.

Em um dia rotineiro no escritório, o telefone tocou com uma ligação inesperada. Era Destiny, sua amiga do Centro de Adoção de Animais Mary S. Roberts, que avisava sobre o resgate heroico de um pequeno beagle que ia ser sacrificado. Como ela sabia da recente perda da advogada, logo ofereceu o cãozinho para adoção. Tereza era apaixonada por essa raça, mas sabia que, apesar de ser fofo, o animalzinho era um pacote

para sua antiga vida.

Mesmo assim, Tereza foi conhecê-lo no Centro de Animais e, claro, não resistiu aos encantos do energizante cachorrinho. Não pensou duas vezes: decidiu adoptá-lo. Logo o balizou de Seamus, homônimo ao seu primo irlandês. De alguma forma, ela sabia que aquele cachorro era diferente, ele tinha algo que o transformava em mais do que um simples animal doméstico. Parecia ser único em todos os sentidos. Ao mesmo tempo era carinho e bagunçeiro.

Pouco tempo depois da adoção, Tereza percebeu algo de errado nele. O veterinário descobriu que Seamus estava com um tumor maligno, com diagnóstico de

Uma história real de superação e um amor que venceu as barreiras na luta contra o câncer

um ano de vida. A notícia deixou a autora devastada, mas ela decidiu lutar e aprender tudo o que estava ao seu alcance sobre o melhor tratamento para o cão. Mas o destino ainda reservava outra cruel surpresa para a bem-sucedida advogada: ela seria diagnosticada com câncer na mama.

Na luta pela sobrevivência, Tereza e Seamus batalharam com unhas e dentes contra duas doenças mortais, que podiam aniquilá-los sem piedade. Uma história real, que revela como cada um conseguiu enfrentar e vencer esse desafio e que mostra como os cachorros roubam os corações de seus donos e, ainda, ensinam como viver e amar de modo despretensioso e honesto.

CEDISC



**CENTRO DE
DIAGNÓSTICO
SANTA CASA**

Praça Dr. José Furiatti, 153 (16) 3253-9230 - Taquaritinga

- ✓ Raio-X (simples e contrastado)
- ✓ Mamografia
- ✓ Tomografia
- ✓ Ultrassonografia
- ✓ Ecocardiograma
- ✓ Endoscopia
- ✓ Densitometria óssea



AVC – se aparecerem os sintomas, seja rápido

A cada ano, cerca de seis milhões de pessoas morrem de acidente vascular cerebral (AVC). No Brasil, essa é a primeira causa de morte e incapacidade. Para tentar reverter esse quadro, no dia 29 de outubro, a Campanha do Dia Mundial do AVC realizou ações de conscientização sobre a doença em todo o país. Idealizada pela ONG Rede Brasil AVC, Sociedade Brasileira de Doenças Cerebrovasculares (SBDCV) e Academia Brasileira de Neurologia (ABN), a iniciativa chega à sua quarta edição com o slogan “AVC...eu me importo”.

A Rede Brasil AVC listou alguns sintomas. É preciso ficar atento a eles, porque tempo perdido é cérebro perdido:

- ✓ Fraqueza ou formigamento na face, no braço ou na perna, especialmente em um lado do corpo;
- ✓ Confusão, alteração da fala ou da compreensão;
- ✓ Alteração na visão (em um ou ambos os olhos);
- ✓ Alteração do equilíbrio, coordenação, tontura ou alteração no andar;
- ✓ Dor de cabeça súbita, intensa, sem causa aparente.

Se você ou alguém que você conhece estiver com um destes sintomas, não espere melhorar. Corra! Cada segundo é importante.

Ligue imediatamente para o número 192 (SAMU), ou para o serviço de ambulância de emergência, para que possam enviar o atendimento. Outro dado importante é anotar a hora em que os primeiros sintomas apareceram. Se houver rapidez no atendimento, até 4,5 horas do início dos sintomas um medicamento que dissolve o coágulo pode ser dado ao paciente com AVC isquêmico, o tipo mais comum de AVC, diminuindo a chance de sequelas.

O QUE É AVC

Acidente Vascular Cerebral (AVC) pode ser definido como o surgimento de um déficit neurológico súbito causado por um problema nos vasos sanguíneos do sistema nervoso central. Classicamente o AVC é

COMO SE PREVENIR

- ✓ Diminua a quantidade de gordura na sua dieta.
- ✓ Adotar uma dieta saudável melhora a sua forma física e diminui o risco para doenças vasculares (derrame, infarto).
- ✓ Parar de fumar diminui ainda mais o risco e é imediatamente eficaz.
- ✓ Exercícios físicos regulares melhoram a circulação e ajudam a diminuir os outros fatores de risco para AVC.
- ✓ Se você tem pressão alta, faça um grande esforço para tomar os seus remédios conforme orientado pelo médico, mesmo que você não tenha sintomas.
- ✓ Se você tem diabetes, preste bastante atenção na sua dieta e tome os seus remédios adequadamente para manter o nível de glicose no sangue dentro do normal.
- ✓ Se você possui qualquer fator de risco citado neste texto, consulte o seu médico.
- ✓ Quanto maior o número de fatores de risco acumulados, mais elevada é a probabilidade de ter um AVC.
- ✓ Prevenir o AVC é muito mais fácil do que tratá-lo depois que ele acontecer!

Fonte: ONG Rede Brasil AVC

dividido em 2 subtipos:

AVC isquêmico: ocorre pela obstrução ou redução brusca do fluxo sanguíneo em uma artéria cerebral causando falta de circulação no seu território vascular.

AVC hemorrágico: o acidente vascular cerebral hemorrágico é causado pela ruptura espontânea (não traumática) de um vaso, com extravasamento de sangue para o interior do cérebro (hemorragia intracerebral), para o sistema ventricular (hemorragia intraventricular) e/ou espaço subaracnóideo (hemorragia subaracnóide).



Passeata pró-doação de órgãos

O Dia Nacional da Doação de Órgãos e Tecidos (27 de setembro) foi lembrado em Taquaritinga em uma passeata na manhã do dia seguinte. A ação foi uma iniciativa da Comissão Intra-Hospitalar de Doação de Órgãos e Tecidos para Transplantes (CIHDOIT) da Santa Casa de Taquaritinga, em conjunto com a Organização de Procura de Órgãos (OPO), de Ribeirão Preto, que forneceu todo material informativo para a passeata. O objetivo foi conscientizar a população de que para doar um órgão a pessoa não precisa de um documento, ou seja, é a família que autoriza o procedimento. O grupo passou pela Rua Prudente de Moraes e depois se concentrou na Praça Dr. Waldemar D'Ambrósio, contando com a presença de funcionários da Santa Casa, alunos da Escola Técnica Estadual (Etec) Dr. Adail Nunes da Silva e integrantes do Demolay.

TESTE DO CORAÇÃOZINHO

Todo bebê ganha o exame ao nascer

Todos os bebês que nascem na Maternidade Dona Zilda Salvagni são submetidos ao teste do coraçãozinho, um exame que leva menos de cinco minutos e é indolor. Ele pode até salvar a vida de bebês que nascem com defeitos cardíacos. É feito por uma pulseira que mede a concentração de oxigênio no sangue e que detecta problemas no coração antes mesmo de aparecerem sintomas. Um a cada 130 bebês pode apresentar alterações cardíacas congênitas.

Em Taquaritinga, o teste tornou-se oficial pela Lei nº 4.020, de 8 de maio de 2013, de autoria do vereador Valmir Carrilho Marciano.

Tramita na Assembleia Legislativa um projeto de lei que o torna obrigatório em todo o estado de São Paulo.

Vale salientar que a Santa Casa oferece o exame gratuitamente, embora a lei que criou a obrigatoriedade não tenha previsto repasse para cobrir os custos. Os cerca de 600 bebês que nascem todos os anos na cidade também passam pelos testes da orelhinha (avalia se há algum déficit auditivo, que pode comprometer a fala), do olhinho ou o teste do reflexo vermelho (pode detectar e prevenir doenças oculares, como uma cegueira irreversível) e do pezinho (detecta doenças metabólicas, genéticas e infecciosas, que poderão causar alterações no desenvolvimento neuropsicomotor).





SEMANA DA CRIANÇA

A comemoração da Semana da Criança foi de 7 a 12 de outubro, na Pediatria da Santa Casa, a cargo da Fraternidade Feminina Cruzeiro do Sul. O grupo, ligado à Loja Maçônica Líbero Badaró, presenteou com brinquedos os pequenos pacientes, que também soborearam guloseimas diferenciadas, especialmente preparadas no setor de Nutrição e Dietética da Santa Casa. No dia 10, integrantes do Interact Club também estiveram presentes para ajudar nas brincadeiras, que proporcionaram entretenimento e alegria às crianças.

ANIVERSARIANTES / MÊS DE SETEMBRO



Estela Luzia Cestari / Jessica Aline Pio / Ana Paula de Jesus Stuchi Parma / Dulce D.D.V. Ramos de Oliveira / Clebiana R.G. da Silva / Angélica Mendes L. Machado / Alessandra de Souza Oliveira / Marta de Fátima A. Dias / Roseli Terezinha Fante / José Roberto Pessoa de Campos / Maria de Lourdes P. de Oliveira / Valéria Paiva Carvalho / Patrícia Luiz dos Santos / Angela M. Delpra dos Santos / Tatiana Carla Pacheco da Silva / Alcides Aparecido do Nascimento / Suzeli Burity Martins / Kelli F. da Silva Carvalho / Luzia Cristina Monteiro de Magalhães / Flávia Estela de Assis Lugli / Gratielle Rodrigues dos Santos / Maria Aparecida de Oliveira Silva / George Orvalo Neto / Luciana dos Santos Pupim / Cíntia Cristina Malinala Contrera / Sueli Fernandes de Souza.

AOS ANIVERSARIANTES, VOTOS DE FELICIDADE, SAÚDE E PAZ

CASAMENTOS



Kátia e Lucas

Kátia Gisele Romanelli, enfermeira da Santa Casa, e **Lucas Vergílio Dias**, técnico de enfermagem do Pronto Socorro Municipal, casaram-se no dia 19 de outubro.



Ricardo e Ana Carolina

Ricardo Alexandre Martin Buscardi, da portaria da Santa Casa, e **Ana Carolina Pavarina**, cabeleireira, trocaram alianças no dia 21 de setembro.



Natália e Caio

Natália Cristina Giroto, enfermeira da Santa Casa, casou-se no dia 3 de agosto com o advogado **Caio Menon Gonçalves**.

SAÚDE SEMPRE

Divulgação do Plano de Saúde da Santa e da Santa Casa de Misericórdia e Maternidade "Dona Zilda Salvagni" - Taquaritinga (SP)

DIRETORIA EXECUTIVA | CONSELHO DELIBERATIVO

Praça Dr. José Furiati, 153 / Tel.: (16) 3253-9230

Jornalista Responsável: Nilton Morselli (MTB 44029/SP)

Produção e impressão: TAG Gráfica e Editora - (16) 3252-4768

Aos jovens casais, os colegas de trabalho desejam felicidade, paz e amor!



CEDISC

CENTRO DE DIAGNÓSTICO SANTA CASA

Praça Dr. José Furiati, 153 (16) 3253-9230 - Taquaritinga

UNIDADE DE TERAPIA E AUXÍLIO DIAGNÓSTICO

- ✓ Laboratório de Análises Clínicas
- ✓ Fisioterapia



O Laboratório está credenciado, pelo Control Lab a utilizar o Selo de Proficiência no laudos das análises. Empresa especializada em avaliar o grau de eficiência, qualidade e confiabilidade nos laudos.