

JORNAL Viva Bem

ano24
nº 280
Novembro 2025

Periodicidade Mensal
Passo Fundo/RS
Distribuição Gratuita

www.jornalvivabem.com.br

[@jvivabem](https://www.instagram.com/jvivabem)



Pantik
PANIFICAÇÃO INTEGRAL

LEVE UMA VIDA INTEGRAL

R. Capitão Araújo, 297
Passo Fundo/RS

54 3601-0830

[pantikintegral](https://www.instagram.com/pantikintegral)

PÃES
LANCHES
DELICATESSEN

Ginecologia e Obstetrícia
Cirurgia Ginecológica
Ultrassonografia

Clínica DRUM
SAÚDE DA MULHER

JOSÉ OSVALDO DRUM
CREMERS 22374

54 99165 7764 [@clinicadrum](https://www.instagram.com/clinicadrum)

Radioativa
Geek / Nerd

Alto risco de se apaixonar!

[@lojaradioativageek](https://www.instagram.com/lojaradioativageek)
lojaradioativa.com.br
(54) 99676-2378
Paissandu, 1850

BLUMA
arquitetura & design

PIREDO & MOREIRA
FOSSARDOS

Criamos espaços e marcas
que comunicam valor

Acesse o QRcode
e fale conosco!

(54) 99216 7655
[@blumastudio.ad](https://www.instagram.com/blumastudio.ad)



**NOVEMBRO
AZUL**

Mês de Conscientização sobre o Câncer de Próstata
e a Saúde do Homem

HOSPITAL DE OLHOS LIONS
500 Orygenes A. Maciel Reis

**CIRURGIA
REFRATIVA**

A LIBERDADE DE
VER SEM ÓCULOS
OU LENTES

PÁGINA 03

Master
ADMINISTRADORA DE CONDOMÍNIOS

Há mais de **30 anos** atuando com
excelência exclusivamente na
administração de condomínios,
buscando a **melhor gestão** para
condomínios residenciais e comerciais.

Com a Master ao seu lado, a gestão fica muito mais fácil!

Conheça as soluções da Master para o seu condomínio:

(54) 99982-0221 [@mastercondominiospf](https://www.instagram.com/mastercondominiospf) [mastercondominiospf.com.br](https://www.mastercondominiospf.com.br)

A tua presença é importante

Recebi de um amigo um texto sobre uma história acontecida recentemente com um jovem japonês. Shoji Morimoto, cansado de trabalhos que não o satisfaziam, resolveu fazer uma publicação em redes sociais com as seguintes palavras: "Alugo-me para não fazer nada. Posso estar contigo, ouvir-te, acompanhar-te. Não cozinho, não limpo, não dou conselhos. Apenas existo contigo. Preço: transporte e comida". Dizia que sua intenção era apenas pela expectativa de ver quais resultados adviriam, mas ficou surpreso no dia seguinte ao perceber ter recebido mais de 500 mensagens de pedidos. Uma mulher queria que estivesse junto enquanto fosse assinar os papéis de seu divórcio; após alta hospitalar decorrente de uma cirurgia, um jovem pediu-lhe que o acompanhasse caminhando em silêncio até sua casa. Shoji foi convidado também para ver um pôr do sol, para segurar um guarda-chuva, para ouvir alguém chorar durante uma hora sem julgamentos e até para assistir a uma jovem subir ao palco, já que ninguém da sua família iria. Suas histórias foram publicadas em um livro ainda sem tradução no Brasil, porém,

no site da Amazon encontramos a

versão em inglês sob o título "Rental person - who does nothing" - que numa livre tradução soa como Pessoa de aluguel que não faz nada. Há também algumas entrevistas de Shoji no Youtube bem como matérias afins.

Estou escrevendo sobre um fato acontecido no oriente, onde a diferença cultural da população deve ser considerada e a honestidade é um valor social fundamental, visto como um pilar da confiança comunitária que impacta a segurança e a economia. Embora exista desonestidade, como em qualquer sociedade, a norma cultural japonesa valoriza a integridade e a palavra.

É possível encontrar em vários lugares do mundo anúncios de serviços de cuidadores e de acompanhantes, normalmente voltados a pessoas idosas ou a outras com alguma doença ou condição especial e que necessitem de ajuda. No Brasil, o termo em uso é "conciérge", referente a uma palavra francesa que revela uma necessidade corriqueira: a de evitar a solidão e proporcionar autonomia a idosos saudáveis no cenário de aumento da longevidade. Segundo os profissionais que atuam com serviços de cuidadores ou de acompanhantes a pessoas idosas, a maioria das solicitações são feitas pelos filhos, os quais alegam falta de tempo por compromissos de trabalhos ou então com seus próprios filhos menores, e justamente por isso pedem ajuda. Também existem ofertas (de empresas ou da parte de algumas pessoas) para a prestação de variados serviços, tais como acompanhante em uma consulta médica, para ir à missa, para uma caminhada, etc., e a qualquer pessoa interessada, independentemente de idade ou condições de saúde.

Voltando ao nosso personagem oriental, é importante pensarmos

sobre o que levou o grande número de pessoas a procurá-lo. Em uma de suas falas, ele deixa claro que não está na companhia de alguém para corrigir-lhe ou para julgá-lo, diz que sua proposta é apenas a de estar presente. Esta é a função que fez com que mais de 4 mil pessoas o procurassem, há muita carência no ser humano, e isto digo, também, embasado em minha experiência de mais de duas décadas de trabalho em psicoterapia. Num mundo tecnológico onde a grande maioria de telefonemas resume-se a ouvir robôs e a digitar a tecla correspondente ao nosso anseio, onde há muito mais trocas de mensagens e de postagens do que falas ou conversas olho no olho, ESTAR PRESENTE, neste caso, fez a diferença. Paradoxalmente ao seu anúncio de nada fazer, Shoji Morimoto fez muito!

Como estamos presentes na vida de nossa família? Com relação aos amigos, quando trocamos um abraço ou nos colocamos à disposição para algum auxílio? Estar presente é ser solidário, e isso fortalece laços sociais, familiares, dá sentido à vida e nos permite agradecer. Gratidão é o sentimento nobre que advém do bem que fizemos, não se trata de reconhecimento de terceiros, mas da consciência em sermos úteis. Tens dificuldade de expressar teus sentimentos? Sessões de psicoterapia propiciam momentos de franqueza, sinceridade sem julgamentos e auxiliam no processo de autoconhecimento, capaz de fortalece-lo em tua caminhada. Esteja presente em tua vida, comece por ti mesmo.

Fonte:
César A. R. de Oliveira
Psicólogo
(54) 99981-6455
www.homemnapsicologia.com.br



Curiosidades sobre as flores

✿ A flor mais cara do mundo é a orquídea dourada da Malásia. Ela floresce pela primeira vez apenas aos 15 anos.

✿ Na Alemanha, na cidade de Hildesheim, crescem as flores mais antigas do mundo. A roseira perto da catedral local tem mais de mil anos.

✿ Alguns tipos de flores são bastante comestíveis. Por exemplo, compotas e até saladas são feitas com dentes-de-leão preparados de maneira especial.

✿ Não há flores negras no mundo. Também não há brancos - as que parecem ser, na verdade, são apenas incolores.

✿ Uma flor incrível cresce nas montanhas da América do Sul e floresce apenas uma vez na vida, e somente após atingir a idade de cerca de 150 anos.

✿ O número de pétalas em uma rosa flor varia de 5 a 128.

✿ Está provado experimentalmente que as flores reagem de maneira diferente a pessoas diferentes, dependendo de como as tratam.



César Augusto Ribeiro de Oliveira

Psicólogo - CRP 07/13.695



Centro Profissional Bento Gonçalves
Rua Bento Gonçalves, 190, sala 509
Centro, Passo Fundo/RS
CEP: 99010-010

(54) 99981-6455 | www.homemnapsicologia.com.br

Garanta já suas Agendas 2026 Personalizadas!

Personalize suas agendas com o logotipo e identidade da sua empresa, e ofereça aos seus clientes e colaboradores um brinde útil, elegante e memorável.

Passografic
INDÚSTRIA GRÁFICA



Capa Dura | Tamanho 15,8 x 21,8 cm
4x0 cores | Miolo padrão 352 páginas

SOLICITE JÁ SEU ORÇAMENTO COM A PASSOGRÁFIC!

54 99119.8589

Cirurgia Refrativa: a liberdade de ver sem óculos ou lentes

A cirurgia refrativa é uma solução inovadora para quem deseja se livrar dos óculos e das lentes de contato. No Hospital de Olhos do Lions, reconhecido como referência em oftalmologia em Passo Fundo e no interior do Rio Grande do Sul, você encontrará tecnologia de ponta e uma equipe experiente, garantindo um procedimento seguro e eficaz.

Por que escolher o Hospital de Olhos do Lions?

No Hospital de Olhos do Lions, está disponível uma abordagem completa que transforma a qualidade da sua visão de forma rápida e eficiente. A cirurgia refrativa possibilita a correção de diversas condições oculares em uma única intervenção.

Além disso, a instituição é pioneira em nossa região com a utilização da tecnologia Mel 90 da Zeiss, que proporciona procedimentos mais seguros e precisos, otimizando os resultados e garantindo uma experiência excepcional para nossos pacientes.

Imagine realizar suas atividades diárias sem se preocupar com ócu-



los ou lentes de contato! A cirurgia refrativa no Hospital de Olhos do Lions oferece a liberdade de desfrutar de uma visão clara e nítida, seja no trabalho, na prática de esportes, em viagens ou em qualquer outra atividade.

Quem pode se beneficiar?

A maioria das pessoas entre 18 e 60 anos, diagnosticadas com miopia, hipermetropia, astigmatismo ou presbiopia, pode se beneficiar da cirurgia refrativa. No entanto, é essencial realizar uma consulta de avaliação prévia para determinar a elegibilidade do paciente.

Como saber se sou elegível?

Para quem está interessado em realizar a cirurgia refrativa, o primeiro passo é agendar uma consulta de avaliação no Hospital de Olhos do Lions. Durante a consulta, os oftalmologistas da instituição farão uma avaliação completa para determinar sua elegibilidade. Entre em contato conosco pelo telefone ou WhatsApp: (54) 3318-0200 e agende sua consulta.

Entenda Cada Erro Refrativo

Miopia: Dificuldade em ver objetos distantes, enquanto os próximos são nítidos. **Hipermetropia:** Dificuldade em ver objetos próximos, enquanto os distantes são claros.

➔ **Astigmatismo:** Visão distorcida de objetos próximos e distantes.

Presbiopia: Dificuldade em focar em objetos próximos, comum com o envelhecimento.

Entre em contato pelo telefone ou WhatsApp (54) 3318-0200 e descubra como a cirurgia refrativa pode transformar a sua visão e qualidade de vida.

A MARIA EXPRESS CHEGOU!

PROMOÇÃO DE INAUGURAÇÃO!

R\$ 15,00

o ciclo para lavar ou secar

**30 MIN
PARA
LAVAR**

**45 MIN
PARA
SECAR**

*Desconto válido até 30/11/2025.

Av. Brasil Leste, 925, sala 1 – B. – Petrópolis – Passo Fundo/RS

@mariaexpress.passofundo





Black ~~Fraude~~ Friday

cuidados que você deve ter para aproveitar as promoções

A Black Friday é uma época propícia para comprar produtos a preços reduzidos, mas também pode ser um período de fraudes e armadilhas financeiras. A Black Friday se consolidou na última década como uma importante data de vendas para o comércio. O evento acontece sempre na última sexta-feira do mês de novembro, ou em períodos mais longos como as "Black Week" ou mesmo durante o mês de novembro inteiro com o "Black November" com o objetivo de esvaziar estoque de produtos dos lojistas antes da temporada de Natal.

Originalmente criada nos Estados Unidos, a promoção foi criada para oferecer descontos imperdíveis de mais de 50% no preço de tabela dos itens à venda. Desde 2010, a promoção também foi incorporada pelo calendário do comércio brasileiro. O problema é que os preços por aqui não baixam tanto e muitas vezes a propaganda oferta descontos irreais de até 90%. No Brasil, a Black Friday passou a ser chamada de Black Fraude, o que afeta a confiança de consumidores para a data.

Apesar de haver descontos e promoções reais, a baixa confiança dos consumidores é fato no Brasil. Uma pesquisa com 23,5 mil internautas do site Reclame Aqui aponta que 48,8%

consideram a data uma "Black Fraude". Os golpes durante a Black Friday podem ser de duas naturezas: a elevação de preços na véspera, conhecida como Black Fraude, ou o cibercrime, golpes para roubar dados financeiros dos consumidores. Nos dois casos, o consumidor acredita estar estabelecendo uma relação de confiança, mas está sendo enganado. Saiba como evitar as fraudes e o que fazer caso venha a se tornar uma vítima.

Como evitar a Black Fraude na Black Friday

A melhor forma de evitar a desejada situação de fraude nas compras de Black Friday é planejar a lista de compras com antecedência e fazer um monitoramento de preços. O ideal é que o consumidor saiba o que quer comprar na data um ou dois meses antes para poder comparar preços e fabricantes. Um dos golpes mais comuns é o desconto falso, que consiste em aumentar o preço dos produtos antes da Black Friday e depois reduzi-los, fazendo parecer que estão oferecendo um desconto. Como a fraude também pode estar configurada em preços abusivos de frete ou não aplicação de desconto no check out, o consumidor deve estar atento durante

toda a jornada de compra e venda. Depois de concluída a transação, o pedido de estorno costuma ser mais demorado, estando entre as reclamações frequentes dos consumidores insatisfeitos.

Outra situação que exige atenção do consumidor é a segurança digital em relação à operação de compra online. Os cibercriminosos aproveitam as datas nas quais as pessoas estão mais predispostas a gastar para praticar estelionato, ou seja, convencer o consumidor a fechar um negócio vantajoso.

Mas lembre-se que se um negócio parece bom demais para ser verdade, provavelmente é golpe. O melhor a fazer é negociar pelos canais e com pessoas com as quais você já estabeleceu uma relação de confiança. Deixe para experimentar novos negócios em outras ocasiões e com produtos de valores mais baixos. Mas, se você cair em um golpe de roubo de dados pessoais ou financeiros nesta época, não deixe de reunir o máximo de provas e registrar o boletim de ocorrência.

Fonte:
Priscila Battistella
Economista e Consultora
Financeira
@prihbattistella
www.prihbattistella.com



Dr. Alexandro Rossetti
Cirurgião-dentista - CRO 9864
Especialista em cirurgia bucomaxilofacial

**Implantes Dentários
Enxertos Ósseos**

Av. Sete de Setembro, 77
Sala 06 - Passo Fundo / RS
rossettialexandro@gmail.com
(54) 99946-1843 (54) 3311-7161

Carina Tagliari
Fisioterapeuta

Microfisioterapia

Pilates

Intradermoterapia
Mesoterapia
Terapia Neural

AGENDE SEU HORÁRIO
54 98121-9229 / 99924-8792 @carinatagliari

Encomende bolos, salgados e doces
e transforme seu momento em
sabor de festa!

PÃO & MEL
PANIFICADORA E CONFEITARIA

PÃES ESPECIAIS - TORTAS - CUCAS - XIS - PIZZA CASEIRA
DOCES E SALGADOS PARA FESTAS - LANCHES EM GERAL

54 99262-6050 54 3314-6466 @padaria_pao_e_mel_pf
Rua Bento Gonçalves, 496 - Centro - Passo Fundo/RS

HSVP anuncia tecnologia inédita na América Latina para a Radioterapia

Inovação foi destaque painel da Feitech e beneficiará pacientes em tratamento oncológico e neurológico

O Hospital São Vicente de Paulo, de Passo Fundo, encerrou com chave de ouro sua participação na Feitech (Feira de Tecnologia, Feira de Inovação, Tecnologia, Negócios e Conteúdo, realizada de 23 a 25 de outubro, no Rio Grande do Sul, Brasil) com o pré-lançamento de uma das mais avançadas tecnologias em radioterapia do mundo: o conjunto formado pelo acelerador linear Versa HD (Elekta) integrado ao sistema ExacTrac Dynamic (Brainlab).

O equipamento é o único com essa configuração em toda a América Latina e, em breve, estará disponível no Serviço de Radioterapia do HSVP para o tratamento de pacientes com doenças oncológicas e neurológicas. A apresentação foi conduzida pelo médico radioterapeuta César Augusto da Silva, pelo físico médico Bruno Tonetto, pelo neurocirurgião Alex Roman, pelo diretor da Elekta Julio Cezar Paes de Lima e pelo diretor da Brainlab Brasil, Marcel Rodrigues da Silva, que veio diretamente da Alemanha especialmente para o evento.

O novo acelerador linear alia alta precisão, agilidade e segurança, possibilitando aplicações milimétricas por meio da Dosimetria In Vivo, tecnologia que monitora em tempo real a dose de radiação administrada, garantindo maior proteção aos tecidos saudáveis. Outro destaque é a Mesa Hexapod 6D, que permite ajustes extremamente precisos no posicionamento do pa-

ciente, ampliando a eficácia e o conforto durante o tratamento. Além do pré-lançamento do equipamento, foi anunciada a realização, em Passo Fundo, de um curso internacionalmente reconhecido na área.

Equipamento estará disponível para todos os públicos

O médico radioterapeuta César Augusto da Silva, um dos responsáveis pela implantação do Serviço de Radioterapia no HSVP em 2005, destacou o salto tecnológico que o novo equipamento representa. “Estamos diante do que há de mais avançado no mundo. Essa tecnologia chega para cuidar do nosso bem mais precioso: as pessoas. Com o acelerador da Elekta e o sistema da Brainlab, oferecemos um tratamento de última geração, com ainda mais precisão, segurança e conforto ao paciente.”

O neurocirurgião Alex Roman complementa, destacando o impacto também para além da oncologia. “Estamos muito felizes, porque esse é um novo marco. O que conseguimos fazer hoje será feito com ainda mais precisão com essa tecnologia, não apenas no tratamento de tumores cerebrais, mas também em doenças funcionais, como Parkinson, tremor essencial e condições de dor, como a neuralgia do trigêmeo. É uma nova modalidade que ampliará significativamente os benefícios aos pacientes.”

Já o físico médico Bruno Tonetto resalta o alcance da inovação, inédita

na América Latina. “Adquirido com recursos do Ministério da Saúde, o novo acelerador linear estará disponível para todos os públicos: pacientes do SUS, particulares, de Passo Fundo, da região e até de outros estados. Como essa tecnologia é única nessa configuração no continente, a expectativa é que também atraia pacientes de fora. A liberação final depende de um órgão federal, mas estimamos iniciar os primeiros tratamentos oncológicos em até 30 dias. Já os protocolos mais complexos, como os voltados a doenças neurodegenerativas, devem começar em 2026.”

Aquisição é celebrada e parceiros anunciam curso pioneiro

O diretor da Brainlab para a América do Sul, Marcel Rodrigues da Silva, destacou o pioneirismo do HSVP na adoção de tecnologia avançada em radioterapia. “A combinação do acelerador linear da Elekta com o sistema ExacTrac Dynamic oferece uma precisão inédita no país e logo ajudará a tratar pacientes com mais eficácia. Diante desse avanço, decidimos anunciar também a realização de um curso mundialmente reconhecido na nossa área de atuação. Normalmente, ele acontece apenas em Munique e em Chicago, mas recentemente conseguimos trazer essa oportunidade para o Brasil. Nosso desejo é realizar o curso no Hospital São Vicente de Paulo, promovendo o serviço, os profissionais e os tratamentos de excelência ofereci-

dos aqui.”

O diretor da Elekta, Julio Cezar Paes de Lima, destacou o caráter inovador da apresentação na Feitech. “Considero esse anúncio um marco para a radioterapia no Brasil. A iniciativa do Hospital São Vicente de levar alta tecnologia para uma feira de tecnologia aberta ao público é algo disruptivo, até mesmo dentro da área médica. Em congressos especializados, como os de radioterapia e oncologia, essa tecnologia já é conhecida. Mas trazê-la para um evento amplo, voltado à inovação em geral, é algo novo e extremamente relevante. Muitas pessoas nem sabem que esse tipo de tratamento está disponível aqui. Mostrar isso ao público é uma iniciativa extraordinária.”

O superintendente executivo do HSVP, Ilário de David, acompanhou o painel e celebrou o avanço no parque tecnológico da Radioterapia. “É emocionante ver o quanto nossa equipe médica e técnica está engajada e apaixonada por essa inovação que agora faz parte de Passo Fundo. Fico igualmente feliz ao perceber o entusiasmo das empresas Elekta Brainlab, que enxergam aqui, no sul do Brasil, uma vitrine para uma tecnologia presente apenas em grandes centros da Europa e dos Estados Unidos. Sem dúvida, isso eleva a nossa credibilidade e o orgulho de todos que fazem parte do hospital.”

Fonte:

Ana Paula Koenemann

Comunicação HSVP Passo Fundo

Passo Fundo
A CIDADE QUE VOCÊ VIVE
É O LUGAR QUE A GENTE CONSTRÓI juntos

A Câmara de Vereadores é a casa do povo. É a sua casa também. Faça parte das decisões! Opine, sugira, fiscalize, fale com o seu vereador. Quando a comunidade participa, a cidade cresce e as conquistas são de todos!

O PODER DA COMUNIDADE
CÂMARA DE VEREADORES PASSO FUNDO - RS

cmpf.rs.gov.br
Camara de Vereadores PF
camarapf

Saúde vascular também é assunto de homem!

Segundo a OMS as varizes afetam cerca de 38% da população brasileira.

Deste percentual, cerca de 70% são mulheres e 30% são homens. E, quanto mais envelhecemos, maior a nossa chance em desenvolvê-las, já que 70% das pessoas apresentarão varizes após os 70 anos.

Apesar de mais comuns nas mulheres, devido principalmente à pré-disposição genética e grandes mudanças hormonais, como na menopausa e na gestação, elas tendem a ser mais preocupadas com a saúde e com a estética, o que as fazem buscar tratamentos nas formas mais precoces da doença.

Preconceitos sobre varizes nos homens

Já os homens tendem a buscar auxílio médico em graus mais avançados, quando já sofrem com sintomas como dor, queimação, sensação de peso, inchaço, câimbras e manchas nas pernas. Esse atraso no diagnóstico resulta, tanto em tratamentos mais extensos e algumas vezes mais complexos, como no surgimento de mais complicações como flebites, feridas (úlceras) e até mesmo trombozes.

Parte do problema vem do con-



ceito de que o homem, como provedor e sexo forte, não se pode dar ao luxo de tratar um problema de saúde antes que este cause algum tipo de complicação ou se torne mais grave. Outro aspecto cultural é o de que varizes é doença que somente as mulheres tratam por questões estéticas. Grande engano, pois as varizes complicadas são causas frequentes de afastamento do trabalho por complicações tais como **tromboflebite**, **úlceras venosas** e **trombose venosa**. Tais preconceitos devem ser derrubados e devemos tratar o problema das varizes nos homens de uma

forma preventiva. Não é possível evitar que as varizes surjam, mas é plenamente possível evitar que elas compliquem, desde que sejam tratadas em fase inicial, evitando as complicações.

Vale lembrar que os homens também podem manifestar varizes pélvicas, conhecidas como varicocele, em que veias dilatadas se desenvolvem na região escrotal podendo causar dor, desconforto, inchaço testicular além de maior risco de infertilidade devido a baixa produção e diminuição da qualidade dos espermatozoides.

Portanto, é fundamental que as **varizes sejam avaliadas nas suas fases iniciais**, para que o tratamento seja instituído antes do aparecimento de complicações.

Tratamento das varizes nos homens

Hoje, grande parte do tratamento das varizes é ambulatorial e quando há necessidade de internação para cirurgia, esta pode ser realizada em regime de hospital-dia, internando pela manhã, operando e tendo alta à tarde ou noite. Métodos modernos de tratamento cirúrgico das varizes como LASER e Radiofrequência e Escleroterapia de varizes com espuma favorecem o retorno rápido do paciente às suas atividades profissionais. Mesmo a cirurgia de varizes convencional, hoje minimamente invasiva, não exige grandes períodos de afastamento das atividades habituais.

Cuide da sua saúde vascular!

Fonte:
Tiago Scherer
Cirurgião vascular e endovascular - CRM 30693
(54) 3311-6862



Na **Fatisa**, mais do que **imóveis**, ajudamos você a **encontrar o seu lar**

VENDAS E LOCAÇÕES - IMÓVEIS URBANOS E RURAIS

Fatisa
Imóveis & Investimentos

(54) 3581-2705 (54) 99910-2705 (54) 99969-9156

Rua Bento Gonçalves, 427 - Centro - Passo Fundo
@fatisaimeis www.fatisa.com.br

Cirurgia Vascular
Cirurgia Endovascular
Ecodopler Vascular

Dr. Tiago Scherer
CREMERS 30693

(54) 3311-6862

Rua Uruguai, 1570/10º andar - Ed. Medical Center - Passo Fundo/RS

Angela de Souza Garbin
PSICÓLOGA - CRP 07/20522

Especialista em Dinâmicas das Relações Familiares e Conjugais
Terapeuta Sistêmica de Casal e Família
Atendimento: Individual | Casal | Família

(54) 99191-6694

Endereço: Avenida Brasil, 322 - Sala 404
Ed. Av. Brasil Center | Passo Fundo/RS



CREDIOESTE apoia pequenos negócios com acesso facilitado ao crédito

Apoiar pequenos negócios, fortalecer a economia local e melhorar a qualidade de vida da comunidade são compromissos que a Credioeste – Agência de Microcrédito mantém há 25 anos em Santa Catarina e no Rio Grande do Sul. Em Passo Fundo (RS) e região, onde atua há nove anos, a entidade oferece soluções financeiras acessíveis, com taxas de juros reduzidas para empreendedores formais e informais.

Conforme a gerente executiva Márcia Biffi, para cumprir o propósito de promover o bem-estar das famílias e, principalmente, auxiliar os empreendedores, a Credioeste disponibiliza três linhas de crédito. “Todos os nossos programas são desenvolvidos para oferecer um atendimento personalizado e contribuir para o crescimento dos negócios. Garantir esse apoio financeiro é uma ferramenta poderosa de trans-

formação social”, destaca.

MICROCRÉDITO

O programa Microcrédito é destinado a quem deseja empreender e fortalecer seu negócio. O crédito pode ser utilizado para capital de giro, investimentos fixos ou ambos, com valores de até R\$ 20 mil e prazos flexíveis de pagamento entre 6 e 24 parcelas.

FORÇA PARA ELAS

Exclusivo para mulheres empreendedoras, o programa Força para Elas busca incentivar e fortalecer o empreendedorismo feminino, ampliar as oportunidades no mercado por meio de taxas diferenciadas e facilitar o acesso ao crédito. A iniciativa oferece valores de até R\$ 20 mil (sob consulta) para promover o crescimento dos negócios geridos por

mulheres.

QUALIDADE DE VIDA

Já o programa Qualidade de Vida facilita o acesso a financiamentos para reformas, capacitações e procedimentos de saúde, beneficiando a comunidade em geral. Os valores variam entre R\$ 1 mil e R\$ 20 mil, parceláveis em até 24 vezes.

MAIS QUE CRÉDITO

Além de facilitar o acesso ao crédito, a Credioeste promove capacitações para apoiar empreendedores e desenvolve iniciativas voltadas ao bem-estar e à sustentabilidade. Um exemplo é a distribuição de mudas de árvores nativas e frutíferas, incentivando a preservação ambiental e a conscientização ecológica da comunidade.

ENTRE EM CONTATO

Investir, crescer e transformar.

Para a gerente executiva Márcia Biffi, a Credioeste torna isso possível.

“Venha conhecer nosso espaço e linhas de crédito. Visite nossa agência”.

A Credioeste está localizada na Av. Brasil Oeste, 1025, Sala 19, Edifício Galeria Martins, em Passo Fundo (RS). Para mais informações, entre em contato pelos telefones **(54) 98423-2037** ou **(54) 3045-4531**. Acompanhe também a instituição nas redes sociais: acesse o site **www.credioeste.com.br**, siga **@credioestemicrocredito** no Instagram e curta a página **Credioeste** no Facebook.



ENTRE EM
CONTATO
Aponte a câmera
do seu celular
para o QR Code



credioeste

Reforma Tributária: oportunidade para modernizar a gestão da sua clínica

A Reforma Tributária, aprovada pela Lei Complementar (LC) nº 214/2025, representa um marco histórico na forma de como médicos, clínicas e consultórios irão pagar os impostos no Brasil, pois haverá uma mudança total do nosso sistema tributário. Estamos falando de uma mudança estrutural, mas que afeta apenas os tributos sobre consumo.

Com a reforma, será criado o IBS (Imposto sobre Bens e Serviços), que substituirá o ICMS e o ISS e a CBS (Contribuição sobre Bens e Serviços), que substituirá o PIS e a COFINS por uma cobrança unificada. Na prática, isso significa menos burocracia, mas também novos desafios e oportunidades para quem deseja manter sua clínica lucrativa e competitiva.

Nesse cenário, o planejamento tributário deixa de ser uma opção e se torna essencial para a sobrevivência e crescimento do negócio. As decisões tomadas, hoje vão determinar o impacto direto no caixa, na precificação dos serviços e na rentabilidade dos próximos anos. Por isso, contar com uma assessoria especializada, que entenda as especificidades do setor médico e atue de forma consultiva é o caminho mais seguro para transformar a Reforma em vantagem competitiva.

A maior parte dos médicos e clínicas atuam como Pessoa Jurídica (PJ), geralmente enquadrada no regime de Lucro Presumido. Nesse formato, a tributação média funciona da seguinte forma: a soma do IRPJ (Imposto de

Renda da Pessoa Jurídica) e da CSLL (Contribuição Social sobre o Lucro Líquido) corresponde a aproximadamente 7,68 % sobre a receita bruta, cujo percentual de presunção de lucro estipulado pela Receita Federal e 32% da receita bruta. Além disso, incidem PIS e COFINS de maneira cumulativa, com alíquota de 3,65%, e o ISS, que varia de 2% a 5% conforme o município onde o serviço é prestado. Na prática, a carga tributária total costuma oscilar entre 13,33% e 16,33 % sobre o faturamento bruto, dependendo da cidade e do tipo de atividade desenvolvida pela clínica.

Como a Reforma muda as regras

Com o advento da Emenda Constitucional nº 132/2023 e a LC nº 214/2025 foram criados os novos tributos CBS e IBS, que serão cobrados de forma não cumulativa, permitindo o uso de créditos sobre insumos e despesas tributadas. Um dos desafios, porém, é que parte dos custos das clínicas e consultórios, como: folha de pagamento, aluguel e energia elétrica não gera crédito, o que torna essencial uma análise individual da estrutura de cada negócio.

Para reduzir o impacto no setor, a saúde foi incluída nos arts. 130 e 131 da LC 214/2025, garantindo desconto de 60% nas alíquotas. Assim, caso a alíquota geral for de 28%, clínicas e consultórios pagarão cerca de 11% de IBS e CBS, evitando repasses excessivos ao paciente. Nota-se que estamos falando somente a respeito de IBS e

CBS mas ainda temos o IRPJ e a CSLL.

Outra mudança importante será o split payment, previsto para 2027, em que o imposto será retido automaticamente no pagamento. Isso significa que a clínica receberá o valor já líquido, exigindo replanejamento financeiro e maior controle do capital de giro.

Impactos práticos e próximos passos

Mesmo com a alíquota reduzida, haverá impactos e a necessidade de uma adaptação, como por exemplo: revisão de preços, alterações contratuais, atualização de sistemas, estratégias de compliance e mudanças profundas na gestão financeira.

O que fazer agora:

1. Calcular o impacto tributário da CBS e IBS, para apurar a diferença entre a carga tributária atual e a futura;
2. Rever o regime tributário, podendo o Lucro Presumido deixar de

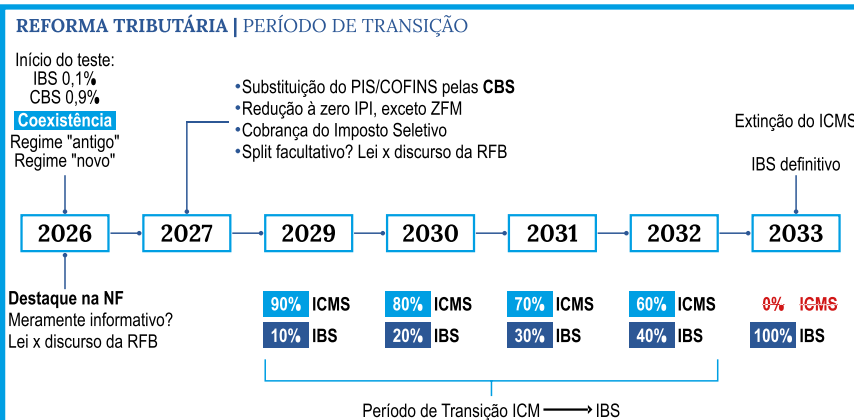
ser a melhor opção;

3. Planejar o fluxo de caixa considerando o Split Payment;

4. Contar com assessoria contábil consultiva para aproveitar créditos e evitar erros.

A transição vai até 2033, mas quem agir desde já estará em vantagem. Contar com o apoio de uma assessoria especializada em planejamento tributário e gestão estratégica é essencial para adaptar sua clínica ao novo cenário com segurança. Com a orientação certa, a Reforma Tributária deixa de ser um desafio e se transforma em uma oportunidade concreta de crescimento e lucratividade.

Fonte:
Nazareno Domingos
Contador na Fortaleza
Inteligência empresarial
e contábil - CRC/RS 60.487
54 99967-1486
@fortaleza_contabil



GEEK-ROCK-ANIME

CANECAS PERSONALIZADAS

QUEBRA-CABEÇA PERSONALIZADO

MARCAS QUE VOCÊ SÓ ENCONTRA AQUI

Stamp OFICINA ROCK

PREMIOS OFICINA

BLACK BOX

54 98412-7551

Rua Morom, 1340 - Centro

@blackboxstoreoficial_ BlackBoxLoja

store

FORTALEZA

INTELIGÊNCIA EMPRESARIAL E CONTÁBIL

A melhor assessoria empresarial e contábil na área da saúde

traga sua clínica para quem entende do setor

(54) 99967-1486

Rua Independência, 409, Centro - Passo Fundo

@fortaleza_contabil

Kenleyne L. da Mota

SAÚDE DO HOMEM:

A importância de manter um estilo de vida ativo para evitar dores musculoesqueléticas

Nossa saúde é reflexo de nossas escolhas e nossos hábitos de vida. Desta forma, manter um estilo de vida ativo e saudável é importante para um envelhecimento com qualidade de vida. Porém, de uma forma geral, tem-se observado que os homens costumam cuidar menos da sua saúde e demoram mais tempo para procurar profissionais de saúde quando apresentam alguma queixa, chegando muitas vezes nos consultórios com problemas em estágios mais avançados.

Segundo a Pesquisa Nacional em Saúde (PNS) realizada pelo IBGE em 2019, 32,1% dos homens brasileiros são considerados pouco ativos, sendo que o sedentarismo é considerado uma das principais causas de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como diabetes, obesidade, hipertensão, entre outras. Além destas, o sedentarismo tende a aumentar a probabilidade das pessoas desenvolverem dores musculoesqueléticas. As dores musculoesqueléti-

cas relacionadas ao sedentarismo podem ser causadas pela fraqueza muscular em função da falta de atividade, encurtamentos musculares pela manutenção da mesma posição por várias horas do dia, pela adoção de hábitos posturais inadequados (como ficar muito tempo sentado ou em pé em posições inadequadas), por contraturas musculares, entre outros fatores, sendo a coluna vertebral a região com mais queixas musculoesqueléticas e com maior procura por tratamento fisioterapêutico.

A prática de atividade física é um importante hábito que ajuda a evitar o aparecimento de todos estes problemas, uma vez que ela traz inúmeros benefícios para a saúde do homem, independente da idade. Com a prática da atividade física você ganha mais disposição para realizar suas atividades diárias e prepara melhor seu corpo para estas, reduzindo as chances de desenvolver dores musculoesqueléticas. Porém, é importante salientar

que sempre antes de iniciar qualquer atividade física é importante passar pela avaliação de um profissional qualificado.

Sendo assim, busque descobrir uma atividade que você goste e mude seu estilo de vida!

Referências: BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE. Saúde do homem: prevenção é fundamental para uma vida saudável. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/saude-do-homem-prevencao-e-fundamental-para-uma-vida-saudavel-2/>

AGÊNCIA BRASIL. IBGE: 40,3% dos adultos são considerados sedentários no país. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-11/ibge-403-dos-adultos-sao-considerados-sedentarios-no-brasil>

Fonte:

Marcelo Luza

Fisioterapeuta

Crefito 124.434-F

Esp. em Fisioterapia Ortopédica

e Traumatológica pela ABRAFITO

Pós Graduado em Fisioterapia Ortopédica e Esportiva

Pós Graduado em Terapia Manual e Postural

Formação em Osteopatia pela Escola de Osteopatia de Madrid

(54) 99196-7007

@marceloluzafisio



Sabores
que despertam
memórias
e criam momentos
inesquecíveis.

TEMPERÔ
Cozinha caseira

📍 Rua Paissandú, 1173/Sala 5 - Centro (em frente a Faculdade Anhanguera) 📱 @temperopf

Aberto de segunda a sábado, das 11h30 às 14h30.





Em **novembro**, vestimos a cor da conscientização e falamos sobre o **câncer de próstata** — uma doença que é silenciosa, mas pode ser **vencida** com **diagnóstico precoce**. Estima-se que o Brasil terá 71.730 novos casos por ano entre 2023-2025.

Exames simples como **PSA** e **toque retal** permitem identificar alterações antes que os sintomas apareçam. **Se detectado cedo, o tratamento tem grandes chances de sucesso.**

Mas prevenir não é só realizar exames — é também conversar. **Quebre o silêncio:** fale com amigos, parentes, incentive homens que você ama a cuidar da saúde deles. Ao unir cuidado, diálogo e ação, podemos salvar vidas.

Agende seus exames.
Cuide de você. Cuide dos outros.

CLODOALDO OLIVEIRA DA SILVA
Urologia | Uro-oncologia | Cirurgia Robótica
CRM 22.402e - RQE 16.194

☎ (54) 3045-6564 📞 (54) 99133-9394
📧 @clodoaldo.uro
📍 Rua Teixeira Soares, 777/Sala 502
Ed. Columbia Work Center
Centro - Passo Fundo/RS
🌐 urologiacloaldo.com.br



Saúde Vocal

Cuidados vocais para profissionais da voz cantada e voz falada!

Hidratação

A ingestão de água, ao longo dia, em pequenos goles, proporciona o melhor funcionamento do corpo todo e consequentemente melhora a movimentação das cordas vocais que produzem o som da voz.

Evitar

Falar em excesso: ao falar em excesso sobrecarregamos a voz, é necessário fazer pequenas pausas, articular mais os sons da fala, evitando assim o cansaço ao final do dia e possíveis patologias nas cordas vocais.

Pastilhas Anestésicas

O uso de pastilhas com componentes anestésicos causa um alívio temporário proporcionando uma FALSA melhora na voz, podendo causar edemas e irritações significativas, como ardência e rouquidão.

Fumo e Álcool

A fumaça do cigarro provoca irritação das vias aéreas respiratórias assim como a mucosa da região laríngea, sendo um dos fatores desencadeantes de câncer de laringe. Assim como o fumo, o álcool causa irritação em todo o aparelho fona-

dor, edema e anestesia temporária.

Doença do Refluxo Gastroesofágico (RGE)

O RGE é um dos vilões para a voz, pois a acidez em excesso do estômago causa irritação na mucosa laríngea, por este motivo a ingestão frequente de alimentos ricos em gorduras, frituras, condimentos devem ser evitada.

Hábitos Inadequados

Pigarrear, gritar ou sussurrar provoca atrito entre as cordas vocais que provoca irritação e descamação do tecido. Para eliminar a secreção acumulada é necessário fazer uma deglutição com força e ingerir água.

Cuide da sua voz! Caso apresente rouquidão, ardência e disfonia frequentes, por períodos prolongados busque o médico otorrinolaringologista e a fonoaudióloga.

Bibliografia: Belhau, Mara.Voz do Especialista-Volume II. Revinter.

Fonte:
Naíma Thans
Fonoaudióloga - CRFa 9070/RS
Esp. em Motricidade Orofacial
☎ (54) 99951-0211
📧 @naimathans



Teilor Folle Hair
Salão da sua beleza

- Cortes • Tratamentos
- Mechas • Penteados

☎ 54 99177- 1049
📧 @teilorfollehair
Rua Capitão Eleutério, 481 - Centro
Junto a Loja Bendito Luxo



Touch Vibration

**Estou pronto para RECEBER tudo o que eu DESEJO?
Responda SIM.**

Touch Vibration – a técnica nova que vem superando expectativas e trazendo resultados extremamente dinâmicos em todas as áreas que tem sido aplicada. Cada sessão de Touch Vibration é única e se apresenta com um potencial de transformação e libertação de memórias e registros que não se tem dimensão ou ideia de quanto tempo podem estar armazenados no corpo.

Ao receber o Touch Vibration o corpo âncora essa energia vibrando nos aspectos mais elevados e as células que liberam as informações ficam então livres, para assumir uma nova forma de funcionar. O propósito da técnica, visa seguir buscando a originalidade do corpo e do ser, trazendo cada vez mais para essa realidade um viver de acolhimento, autocuidado e bem-estar.

Como funciona?

Ao entender a mecânica por trás desta técnica você percebe que é uma ferramenta energética, eficaz que trabalha em sintonia com as vibrações do seu Ser. Assim como a música ressoa com diferentes notas esta técnica age em harmonia com a energia, registros energéticos como uma melodia que dissipa bloqueios e restaura o equilíbrio interno.

Porque experimentar?

Liberte-se de pegadas passadas assim como pegadas na areia os registros energéticos moldam sua jornada e o Touch Vibration é como uma onda que suaviza essas pegadas, permitindo que você crie uma nova trilha sem limitações do passado, renovar essa energia estagnada em meio ao caos diário. Esta técnica age como um catalisador, quebrando padrões, removendo bloqueios e restaurando o Fluxo Vital.

A aplicação pode ser presencial ou a distância, o tempo de duração é variável. Você pode saber mais sobre a mesma bem como verificar os incontáveis depoimentos que são diariamente relatados por quem pratica e recebe no perfil @touchvibration

Experienciar essa energia é o convite a uma mudança energética que pode desencadear transformações notáveis e surpreendentes em sua vida.

Criador da Técnica: Alessandro Ribeiro Peixoto

Fonte:
Aline Andrade
Praticante de Access
Consciousness
@aline_andrade
(54) 98106-0014




Aline ANDRADE
TERAPEUTA

Busque sua melhor vibração!

- Reiki • Tameana • Barra de Access
- Processos corporais • Facelift energético

Venha conhecer a nova técnica:

TOUCH vibration

Av. Sete de Setembro, 77, Sala 9, Galeria Cadoro - Centro

@aline_andrade (54) 98106-0014



Nova coleção Primavera-Verão

Design, conforto e leveza para o seu olhar.





ÓPTICA FISCH

Rua Fagundes dos Reis, Centro, 466 | Passo Fundo/RS
 (54) 3311-9761 99157-8708 @fisch



A importância da Fisioterapia Pélvica na saúde e qualidade de vida

A Fisioterapia Pélvica é uma área especializada que atua na prevenção, tratamento e reabilitação das disfunções que acometem a região do assoalho pélvico, estrutura responsável pelo suporte dos órgãos pélvicos, como bexiga, útero (ou próstata) e intestino. Essas disfunções podem causar sintomas como dor, incontinência urinária ou fecal, constipação, prolapsos e disfunções sexuais.

Tanto homens quanto mulheres podem se beneficiar da Fisioterapia Pélvica, que utiliza recursos baseados em evidências científicas, como exercícios de fortalecimento e relaxamento da musculatura, biofeedback, eletroestimulação, técnicas manuais e orientações comportamentais. O objetivo é restaurar a função, aliviar sintomas e devolver qualidade de vida ao paciente.

Entre as condições mais comuns tratadas estão a incontinência urinária, disfunções evacuatórias, dor pélvica crônica, diástase abdominal, disfunções sexuais e

alterações pós-cirúrgicas. Além disso, a Fisioterapia Pélvica tem papel fundamental no preparo e na recuperação do corpo durante o período gestacional e no pós-parto.

O diagnóstico precoce e o acompanhamento fisioterapêutico são essenciais para evitar o agravamento das disfunções e reduzir a necessidade de intervenções cirúrgicas. Por isso, a conscientização sobre a importância dessa especialidade é fundamental, tanto entre pacientes quanto entre profissionais da saúde.

Mais do que tratar sintomas, a Fisioterapia Pélvica promove autoconhecimento corporal, melhora da autoestima e autonomia do paciente. Cuidar do assoalho pélvico é investir em bem-estar, funcionalidade e qualidade de vida em todas as fases da vida.

Fonte:
Andréa Raquel Carlos
Fisioterapia Pélvica
(54) 99910-3737
@andresaraquelcarlos



DefenSeg
CORRETORA DE SEGUROS

Empoderando vidas, protegendo sonhos.

Juntos podemos enfrentar qualquer desafio.
Entre em contato conosco e comece a sua jornada para um futuro seguro e próspero.

Nossos serviços

Seguro Auto/Frota	Seguro Fiança	Seguro Residencial
Seguro de Vida	Previdência Privada	RC Profissional
Plano de Saúde e Odontológico	Seguro Agro	Garantia de Obra
Seguro Empresarial	Seguro Placa Solar	Consórcio

DEFENSEG CORRETORA DE SEGUROS LTDA
UNIDADE 238 - PASSO FUNDO/RS

☎ 54 99919-2436 ☎ 54 99711-1886 📧 @defenseg.passofundo

Um encontro entre ciência e natureza

A 8Bio Óleos Essenciais e a Andréa Fisioterapia Pélvica se uniram para oferecer uma experiência completa de cuidado e equilíbrio.

A Fisioterapia Pélvica promove reconexão com o corpo e mais qualidade de vida — e os óleos essenciais 8Bio potencializam esse cuidado, trazendo relaxamento, bem-estar e harmonia entre corpo, mente e emoções.

Cuidar é equilibrar. Tratar é acolher. Viver bem é se sentir inteiro.

Experimente essa união entre ciência e natureza e descubra um novo jeito de se cuidar.

8Bio óleos essenciais

Andréa FISIOTERAPIA PÉLVICA

☎ 54 98118-1159 📧 @ecobio8bio 📧 8bio@ecobiosaude.com.br
@www.ecobiosaude.com.br



Dr. Fábio Ferreira Aneris

Ortodontia e Implante RT - CRO 23099

Cuidamos do seu sorriso com um atendimento personalizado e de alta qualidade, voltado para o que há de mais moderno e eficaz na odontologia.

A clínica odontológica do Dr. Fábio Aneris se destaca por oferecer um atendimento de alta qualidade, combinando tecnologia de ponta com cuidado humanizado.

Conheça nossos profissionais

Contamos com uma equipe altamente capacitada que combina habilidade técnica com cuidado humanizado, sempre priorizando o bem-estar e a saúde dos nossos pacientes.



Dr. Fábio Aneris
Especialista em implantes, próteses (moveis e fixas) e cirurgia



Dra. Gabriela Rossini
Especialista em Dentística, facetas (resinas ou cerâmica).



Dr. Fabiano Mendonça
Especialista em aparelhos ortodônticos, estéticos e alinhadores.

Facetas



Próteses fixas



Implantes dentários



Aparelho ortodôntico metálico



Aparelho ortodôntico estético



Alinhadores



Confira nossos parceiros



Ofertas exclusivas para funcionários e dependentes!



Entre em contato e agende uma **avaliação!**
+55 54 9 9211 3220

Avenida 7 de setembro, 136 - loja 3, Edifício Epic, bairro Nicolau Vergueiro - Passo Fundo/RS. - CEP 99020-000

A saudade no luto



Ninguém é separado da sua família através da morte. Portanto, uma pessoa perde sua vida através da morte, mas nunca o seu pertencimento na família.
Bert Hellinger

saudade, de como nos sentíamos, de quando estávamos com determinada pessoa, num certo lugar ou vivendo um momento marcante.

Este sentimento chamado saudade, é uma resposta normal à perda, e comum aos sobreviventes, podendo funcionar até mesmo como um indicativo de bem-estar, pois só sentimos saudades de quem amamos. O importante, é se permitir sentir a saudade, e buscar compreender as emoções, que vem associadas a esse sentimento.

As memórias dos bons momentos, são uma forma de amenizar a saudade de quem se foi, pois evocam lembranças, que misteriosamente dão vida aos que partiram; compartilhar os sentimentos, com pessoas de confiança ajuda a lidar com suas angústias, ansiedade e depressão, as quais, não devem ser reprimidas. A saudade é ausência,

é o sentimento de vazio de alguém que nos trouxe felicidade, que amamos de verdade, é a existência da memória de manter vivo, sempre presente e perto de nós, o que já não temos mais.

No luto, liberamos cargas emocionais ao decorrer da vida, onde vamos sendo convidados a reaprender o mundo, a conviver com a ausência e a sermos mais receptivos com a saudade. Lembrar é sempre bom, ter equilíbrio é melhor. Sei que não é fácil, viver apenas de lembranças, mas infelizmente é tudo o que temos.

Final de ano, é quando a saudade aumenta, e isso a torna conflituante, é uma época em que as pessoas se veem obrigadas, a demonstrar felicidade em tempo integral. Nessas horas o desafio de lidar com a saudade e a obrigação de ser feliz, nem sempre são compatíveis com a realidade de todos. Para muitas

pessoas, são datas muito tristes.

Se você estiver passando, por um luto difícil, em que a saudade aperta, e não sabe o que fazer, busque ajuda profissional de um psicólogo. A psicologia, tem ferramentas para que, a pessoa enlutada aprenda a lidar com a saudade, focando em seus sentimentos, afim de que os mesmos sejam sentidos, com carinho e admiração.

Para essa fase, temos a terapia do luto, a qual tem se mostrado uma grande aliada, para elaborar a saudade e suas emoções. Não será negado o sofrimento/ saudade da perda, mas sim acolher esse sentimento, e usá-lo para fortalecimento pessoal.

Fonte:
Zulmira Regina P. Pan
Psicologia Clínica
Tanatologia - CRP 07/21386
(54) 3045-3223 / 99950-5788
@zulmirareginapan



RODRIGO Medeiros
FISIOTERAPIA E OSTEOPATIA
Credito 107127 F

ESTAMOS DE CASA NOVA!
Mais conforto, melhor estrutura e o cuidado de sempre para a sua saúde e bem-estar.

- Esp. em Ortopedia e Traumatologia
- Dores Crônicas
- Osteopatia
- Reabilitação vestibular (labirintite, vertigens)

ANOTE O NOVO ENDEREÇO E VENHA NOS VISITAR!

☎ 54 99971-9261 @drrodrigomedeiros.osteopatia
📍 Rua Uruguai, 2612 / Sala 2 - Ed. Cristal Palace - Boqueirão

Zulmira Regina Puerari Pan
Psicóloga - CRP 07/21386

Psicologia Clínica e Tanatologia
(TERAPIA DO LUTO)

Convênios: CAPASEMU e CABERGS

☎ 54 3045-3223 ☎ 54 99950-5788
📍 Rua Uruguai, 1954/Sala 1001
Centro Comercial Uruguai - Passo Fundo/RS

GNS
QUELI NUNES SONZA

- Cirurgião-dentista
- Doutora em Odontologia
- Especialista em Dentística
- Especialista em Prótese Dentária

☎ 54 33127956 ☎ 54 99975-7365
📍 Rua Teixeira Soares, 290 - Centro - Passo Fundo/RS

Obstrução Nasal (“nariz entupido”)

A obstrução nasal, ou “nariz entupido”, é um sintoma muito prevalente caracterizado pelo bloqueio parcial ou completo da passagem de ar pelo nariz.

Isso pode ser extremamente desconfortável para o paciente e gerar um prejuízo na qualidade do sono e também nas atividades diárias como comer, fazer exercícios, se concentrar nas atividades do trabalho ou estudo.

As principais causas de obstrução nasal são:

- ▶ Resfriado comum
- ▶ Rinite alérgica
- ▶ Sinusite aguda e crônica
- ▶ Desvio do septo nasal
- ▶ Hipertrofia dos cornetos nasais
- ▶ Pólipos nasais
- ▶ Adenoides aumentadas (principalmente nas crianças)
- ▶ Uso excessivo de descongestionantes nasais
- ▶ Tumores nasais

A obstrução nasal é um sintoma, não uma doença. Assim, deve ser realizada uma avaliação minuciosa para que o diagnóstico seja preciso e o tratamento adequado seja instituído.



A avaliação é feita inicialmente no consultório através da história clínica do paciente e do exame do nariz com o auxílio da videoendoscopia (nasofibroscopia/endoscopia nasal). Eventualmente são necessários exames complementares, como por exemplo uma tomografia computadorizada dos seios da face.

Uma vez identificada a causa da obstrução nasal, o tratamento específico é instituído. Alguns casos podem ser resolvidos ou melhorados com medicações via oral, lavagens nasais e sprays nasais. Porém, nos casos de desvio de septo, hipertrofia dos cornetos inferiores, pólipos nasais, sinusite crônica,

hipertrofia das adenoides e tumores nasais, a cirurgia tem um papel crucial no tratamento e realmente melhora muito a qualidade de vida dos pacientes.

O paciente que respira bem pelo nariz tem uma qualidade de sono melhor, ronca menos, está mais disposto no dia seguinte, mais focado nas atividades de trabalho e estudo, tem um melhor desempenho físico pela melhora da eficiência respiratória, e também tem uma proteção maior contra infecções devido a filtragem e umidificação do ar quando ele passa pelo nariz.

Assim, a respiração nasal é fundamental para a saúde geral e o bom funcionamento do corpo. Se você respira mal pelo nariz, entre em contato conosco para que possamos fazer uma avaliação adequada do seu caso e estabelecer o melhor tratamento.

Fonte:

Dr. Martin Coutinho
Otorrinolaringologista
Rinologia e Cirurgia da Base do Crânio
CRM/RS 41.439 - RQE/RS 37.506
(54) 99708-7007
@martincoutinho



Laboratório da Dor

FISIOTERAPIA ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

COM ATUALIZAÇÃO CONTINUA EM
DE EXCELÊNCIA

DR. DOUGLAS M DE ARAUJO

ATENDIMENTO
PERSONALIZADO!

NOSSOS SERVIÇOS

Pós Operatório Prótese de quadril
Pós Operatório Prótese de joelho
Pós Operatório de Traumas
Reabilitação
Fisioterapia Preventiva
Fisioterapia Geriátrica
Fisioterapia Respiratória e Neurofuncional
Entre outros...

AGENDE JÁ SUA
CONSULTA DOMICILIAR OU EM
CONSULTÓRIO

📍 RUA BENJAMIN CONSTANT, 88 SALA 202

☎ (54) 99625-6563

Laboratório da Dor

BENEFÍCIOS DA LASERTERAPIA PEDIÁTRICA

COM ATUALIZAÇÃO CONTINUA EM
DE EXCELÊNCIA

ENFA DAIANE BARROS
COREN 556.056

ATENDIMENTO
PERSONALIZADO EM
ALÍVIO DA DOR

NOSSOS SERVIÇOS

Alívio de Cólicas
Recuperação umbilical
Assaduras
Dermatites
Dor nos dentinhos
Doenças Pé Mão e Boca
Rinite e sinusite
Entre outros...

AGENDE JÁ SUA
CONSULTA DOMICILIAR OU EM
CONSULTÓRIO

📍 RUA BENJAMIN CONSTANT, 88 SALA 202

☎ (54) 99625-6563

PREVENÇÃO

Cuidados com o coração: quando buscar um cardiologista?

No Brasil, as doenças cardiovasculares representam as principais causas de mortes. De acordo com o Ministério da Saúde, por ano, cerca de 300 mil pessoas sofrem Infarto Agudo do Miocárdio (IAM), popularmente conhecido como ataque cardíaco. Desses, 30% são vítimas fatais, sendo assim, é natural que os indivíduos se preocupem com a saúde do coração e se perguntem quando é o momento de buscar ajuda especializada. Fatores genéticos colaboram para esse cenário, mas são os hábitos poucos saudáveis que respondem pela maior parte dos agravos. Mudanças simples na rotina podem melhorar a qualidade de vida.

Quando devemos buscar um cardiologista?

Pessoas que têm algum histórico familiar, que já tenham algum distúrbio tipo colesterol alto, pressão alta, diabetes, que estão acima do peso e que são fumantes. Essas pessoas devem procurar um car-

diologista por serem consideradas grupo de risco. Além disso, toda vez que tiver um sintoma suspeito de dor no peito ou falta de ar, vale a pena descartar a origem cardíaca, principalmente se a pessoa fizer parte desse grupo de risco.

Como a pessoa deve agir no dia a dia para manter um coração saudável?

Manter o peso, fazer atividade física regular, não fumar, não consumir bebida alcoólica em excesso, ter uma noite de sono adequada, evitar comidas processadas ou ultraprocessadas, evitar o excesso de sal e o excesso de açúcar. Além de ter uma vida com menos ansiedade.

Quais são os fatores de risco para doenças cardiovasculares?

Hipertensão, diabetes, obesidade, sedentarismo, tabagismo, colesterol alto, não dormir adequadamente ou viver em lugares com

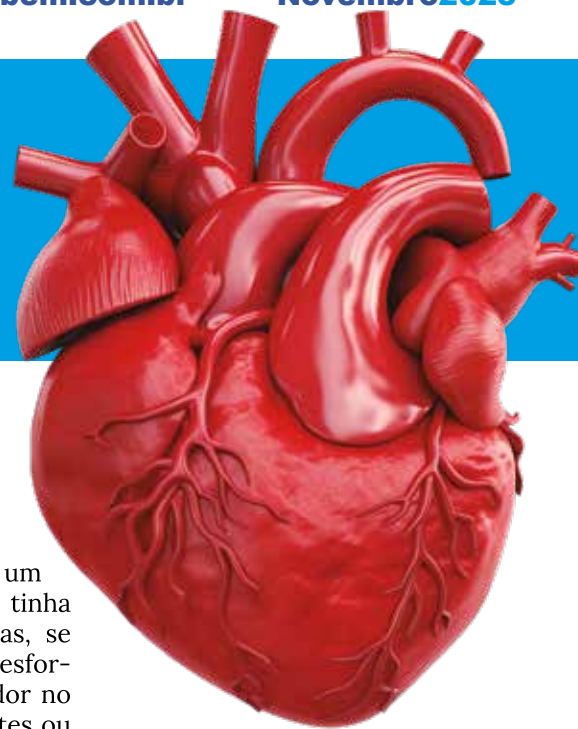
muita poluição atmosférica.

Quais sinais devem ser observados quando algo não vai bem?

Se você começa a ter um cansaço maior do que você tinha para fazer as mesmas coisas, se quando você fizer algum esforço tiver algum sintoma de dor no tórax que você não tinha antes ou quando houver alterações de pressão, sintomas de tontura, desmaio ou falta de ar.

Carne vermelha faz mal para o coração?

Se for em excesso, sim. Se ela for consumida de 2 a 3 vezes por semana no máximo, não vai trazer grandes malefícios, mas se ela for consumida todo dia, no almoço e no jantar ou se a pessoa só comer carne vermelha ou carnes gordurosas, vai fazer mal. O consumo não é proibido, desde que seja limitado.



Quais são as principais doenças do coração e como elas se desenvolvem?

As congênitas, que são doenças que as crianças nascem com uma má-formação no coração. E existem doenças que são adquiridas, como a doença das válvulas, artérias coronárias, no músculo do coração, do ritmo do coração. Elas podem se desenvolver por maus hábitos de vida, como as doenças coronarianas, a hipertensão arterial e ainda tem as doenças de origem familiar.

Fonte: www.org.br

NOVEMBRO AZUL

Ultrassom de próstata via abdominal + Ultrassom de aparelho urinário

Particular: R\$315,00
TABELA ESPECIAL RADIUS
R\$ 160,00

AGENDE JÁ SEU EXAME
Whats: 54 9 9710 2131

Diagnóstico por Imagem
Radius



O ambiente ideal para o seu negócio crescer!

- ✓ Salas privativas
- ✓ Espaço de trabalho compartilhado
- ✓ Sala de reuniões
- ✓ Salão de eventos
- ✓ Estúdio de vídeo e podcast
- ✓ Escritório virtual

Já pensou em trabalhar em um **coworking**?

Planos flexíveis: use só o que precisa pelo tempo que deseja

- 📶 Internet de alta velocidade
- ☕ Café passado, chá e água
- 💡 Espaço moderno e inspirador
- 💰 Prático, econômico e sem burocracia
- 👥 Muito networking

(54) 99688-0488

@terraço.coworking

terraçocoworkingpf@gmail.com
Rua Uruguai, 1610 - Passo Fundo/RS

terraço
coworking



**Sua especialidade
é cuidar da saúde.**



**A nossa é
administrar
suas redes
sociais.**

Na área da saúde, confiança e credibilidade fazem toda a diferença.
E é exatamente isso que sua presença digital precisa transmitir!

Na Usina Comunicação, transformamos sua expertise em conteúdos
estratégicos que engajam, informam e humanizam sua marca.

Deixe suas redes sociais com quem entende do assunto e foque
no que realmente importa: o bem-estar dos seus pacientes.

☎ 54 99127-8125 / 99127-8101 @usinapf www.usinapf.com.br

USINA
comunicação

VOCÊ SOFRE COM DORES NA COLUNA?

NÓS PODEMOS TE AJUDAR.



95,7%
CAPACITAÇÃO
TOTAL DA COLUNA
NOS CASOS ATENDIDOS

RUA EDUARDO DE BRITO, 301, CENTRO
PASSO FUNDO | RIO GRANDE DO SUL

F: (54) **99664-1201**

**DOCTOR
HÉRNIA**
FRANCHISING



O calor chegou!
Hora de guardar seus cobertores e edredons limpinhos e cheirosos para o próximo inverno!

Lavamos e secamos suas roupas com rapidez e eficiência, usando os melhores produtos e equipamentos.

SERVIÇOS

- ✓ Autosserviços
- ✓ Cobertores
- ✓ Edredons
- ✓ Tapetes
- ✓ Ternos
- ✓ Vestidos de festa
- ✓ Lavagem a seco
- ✓ Lavagem de tênis
- ✓ Bicho de pelúcia
- ✓ Uniformes de empresas

Garanta já sua lavagem especial!
Preços imperdíveis para deixar suas roupas e vestidos de festa impecáveis!

Cortinas limpas, casa renovada!
Aproveite os valores especiais e agende sua lavagem!

LAV & LEVA
LAVANDERIA E LIMPEZA DE AMBIENTES

54 3622-7393 / 54 99697-1066
Rua XV de Novembro, 685/Sala 03 - Centro



OPORTUNIDADE IMPERDÍVEL

Cafeteria completa à venda!
Vende-se cafeteria completa, com estrutura moderna, localização central privilegiada e clientela fidelizada.

Invista em um dos segmentos que mais cresce no mercado e comece a faturar desde o primeiro dia!

Entre em contato e saiba mais!
54 **99628-2509**



ESPAÇO Greice Ebertz

Seu momento, seu cuidado

UNHAS:

- Manicure
- Pedicure

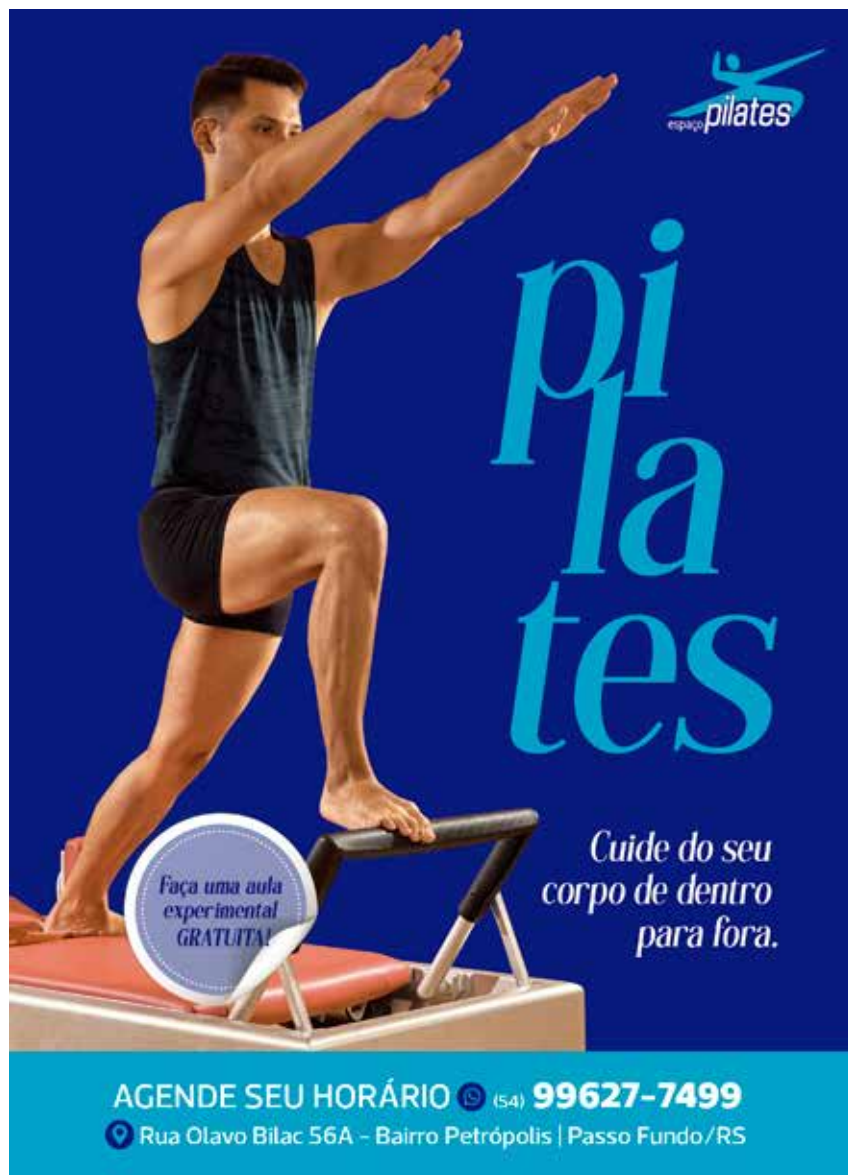
TERAPIAS:

- Barras de Acces
- BMM Processo Corporal

MASSAGEM:

- Drenagem Linfática
- Massagem Relaxante
- Terapêutica
- Pedras Quentes
- Ventosaterapia

54 99621-4821 @greiceebertz
Av. Brasil Oeste, 1025, Sala 45/2º andar - Centro
Galeria Martins (Em frente ao Notre Dame)



espaço pilates

pi la tes

Cuide do seu corpo de dentro para fora.

Faça uma aula experimental GRATUITA!

AGENDE SEU HORÁRIO (54) **99627-7499**
Rua Olavo Bilac 56A - Bairro Petrópolis | Passo Fundo/RS

CACHORRO QUENTE BENEFICIENTE
15/11
10h às 19h
CTG Lalau Miranda
Rua Uruguai, 11




R\$ 15,00

(54) **99935-1475**

Anexo teremos
Feira de Artesanato
com o lucro revertido
para a **Valenthina**

Teremos **motoboy**
para entrega
Maurício
(54) **99402-9669**

APOIO CTG LALAU MIRANDA

Novembro azul uma brincadeira que virou coisa séria!

Novembro azul, trazido aos costumes da população brasileira através de uma parceria do Instituto Lado a Lado Pela Vida com a Sociedade Brasileira de Urologia, começou em 2003, quando um grupo de amigos australianos decidiram não mais cortar o bigode em solidariedade a saúde masculina, tal grupo promovia ações beneficentes e as arrecadações eram doadas as instituições de caridade.

Graças a essa brincadeira, hoje, temos uma campanha importante e notória visando, não apenas o câncer de próstata, como muitos acreditam, mas sim a saúde masculina em geral, incluindo câncer de boca, pulmão, pênis e demais doenças que também acometem o sexo masculino - incluindo doenças vasculares. Essa população, que muitas vezes se mostra robusta, o "sexo forte", que resiste a atendimentos e consultas médicas, seja por questões culturais ou medo, tem baixado a guarda e recorrido a consultas médicas, assim, diagnósticos precoces e a preven-

ção tem se tornado rotina na saúde masculina.

A população masculina é afetada diretamente pelas doenças vasculares em números e proporções semelhantes as mulheres, e em números expressivos:

➔ Varizes: 56% dos homens são acometidos;

➔ Doença arterial obstrutiva periférica (DAOP) até 20% dos homens;

➔ Aneurismas: aorta - 5 a 8% dos homens a cima de 50 anos.

➔ Sensação de peso, cansaço, câimbras perda de sensibilidade e dor nos membros inferiores, podem ser sinais de que a sua saúde vascular não anda bem e demanda de cuidados. Tonturas, pontos pretos na visão, dores de cabeças fortes e de início súbito, perda de visão ou perda subita da fala, podem ser sinais de doença carotídea, que lideram as causas acidente vascular cerebral isquêmico (AVCI).

Não só as mulheres demandam de cuidados, mas os homens tam-



bém!

Aproveite essa campanha aproveite para cuidar não só da próstata. Cuide da sua saúde geral. Previna-se! Tenha alimentação saudável, não fume, faça exercícios físicos regulares, então melhore a saúde vascular e reduza os riscos de doenças como pressão alta, diabetes, obesidade, que têm forte associação com problemas circulatórios não só periféricos (pernas), mas também cardíacos e cerebrais.

Fonte:
José Missio
Cirurgião vascular
CRM 42434 / RQE 39978
(54) 99920-9987
@josemissio.vascular



@josemissio.vascular



José Missio

CIRURGIA VASCULAR
CRM 42434 / RQE 39978

• DOENÇAS VENOSAS • DOENÇAS ARTERIAIS • DOENÇA LINFÁTICA
• LIPEDEMA • ULTRA-SONOGRAFIA VASCULAR • PROCEDIMENTOS
AMBULATORIAIS E HOSPITALARES COM NOVAS TECNOLOGIAS



etherea^{MX}
Versatilidade
com 8 tecnologias
de laser e luz

“Minha missão é valorizar a vida através do cuidado da sua saúde vascular, com profissionalismo, ética, respeito e investimento em tecnologia.”

MAIS DE UMA DÉCADA DE EXPERIÊNCIA E ESPECIALIZAÇÃO.

ATENDE CONVÊNIOS

- PASSO FUNDO
Rua Teixeira Soares, 777 - Salas 206/207 - Ed. Columbia
54 99920-9987
- MARAU
HOSPITAL CRISTO REDENTOR - Rua Bento Gonçalves, 10
54 99137-3234 / 54 3342-9400
- CONSTANTINA
AHCROS - Av. Nereu Ramos, 1005 - 54 3363-1503





Venha conhecer a **Coleção Terra Del Sole!**



📍 Av. Brasil, 470 (em frente ao Comercial Zaffari)
☎ 54 99639-0129 ☎ 54 3622-0129 📧 @mariah.homedecor_

CELEIRO NATURE DA NETO

Naturalmente melhor para você.

Produtos selecionados para quem valoriza **saúde, equilíbrio e bem-estar** no dia a dia.

Do alimento funcional às opções sem glúten e sem lactose, aqui você encontra **qualidade, sabor e cuidado** em cada detalhe.

📞 TELE-ENTREGA (54) **99927-7360**

📍 Av. General Neto, 182/Sala 2 - Centro
📱 Celeiro da Neto 📧 @celeironaturedaneto 🌐 celeironaturedaneto.com.br

Novembro Azul

Atenção redobrada para a **saúde masculina!**

PREVENIR É O MELHOR CAMINHO

O câncer de próstata é o segundo mais comum entre os homens no Brasil, e a **deteção precoce** é o melhor caminho para o sucesso no tratamento. Neste mês, reforçamos a importância da atuação da patologia e da biologia molecular na identificação e no acompanhamento da doença. **Informação também é cuidado.**

www.ippf.com.br

Anatomopatológico | Biologia Molecular | Citologia
Imuno-Histoquímica | Revisão de Lâminas | Transoperatório (Congelação)

IPPF
PATOLOGIA E BIOLOGIA MOLECULAR

50 ANOS
Desde 1975