

# TECNOMEDI®

## Notícias

**Meu FAN  
veio positivo,  
o que fazer?**

**Pag 8**

**Pseudociência  
na alimentação**

**Pag 10**

**Mapeamento  
corporal total**

**Pag 12**

**Há solução para  
a dor lombar**

**Pag 15**

**Pandemia, Quarentena e Sono**

**Pag 16**

**Obesidade Infantil**

**Pag 22**

**Meu filho não fala**

**Pag 26**

**Cuide bem do seu idoso!**

**Pag 31**

**Cuidados gerais para  
prevenção da COVID-19**

**Pag 32**

**Estilo de vida na Saúde**

**Pag 35**





Edição 23  
Setembro/Outubro/Novembro 2020

TECNOMEDI NOTÍCIAS é uma revista de propriedade da TECNOMEDI e destina-se a prestar informações sobre cuidados com a saúde e dar conhecimento a seus clientes sobre produtos médicos e ortopédicos disponíveis em suas lojas no Estado do Rio de Janeiro.

As imagens apresentadas são meramente ilustrativas, podendo haver variação de cor ou forma dos produtos apresentados.

As matérias apresentadas são de responsabilidade de seus autores e não representam, necessariamente, a opinião da empresa. As matérias podem ser reproduzidas desde que citadas as fontes e seus autores.

TECNOMEDI – CENTRAL DE DISTRIBUIÇÃO:  
Rua General Andrade Neves, 31 – São Geraldo  
Volta Redonda – RJ Tel: (24) 3346-4777

SAC – [sac@tecnomedi.com.br](mailto:sac@tecnomedi.com.br)  
[www.tecnomedi.com.br](http://www.tecnomedi.com.br)

[f/tecnomedi](https://www.facebook.com/tecnomedi) [@tecnomedi\\_](https://www.instagram.com/tecnomedi_)

Todos os direitos reservados.

Conselho Editorial:

Mario Vitor Lopes Netto, Paulo Biajoni Braga,  
Wesley Portilho, Solange Braga, Renato Moren Netto,  
Liliani Tavares, Thais Serra, Tauana Fabiano Alves,  
Jader Costa.

Jornalista Responsável: Carlos Araújo  
MTB 12334-RJ

Tiragem 240.000 unidades  
Distribuição Gratuita

# editorial

Vivemos tempos onde pequenas coisas se tornaram essenciais. Um simples abraço ganhou uma importância gigantesca quando nos vimos privados dele. Nossos colaboradores se empenharam em atuar de forma intensiva a fim de permitir o atendimento ininterrupto nas lojas, mesmo que em horário especial e com máscaras. Nossos olhos sorriem para cada cliente.

O ano de 2020 é um marco para todos e para nós uma vitória, pois é nele que completamos nossos 30 anos de atuação no mercado, celebrando em nossas lojas mesmo em meio a pandemia, pois vemos a luta de tantos profissionais de saúde e clientes por manter seus pacientes e entes queridos, com os produtos que comercializamos.

Celebrar a vida é o que mais importa nesse momento e por isso nos alegramos por saber que mesmo com as dificuldades de mercado estamos ativos e prontos a inovar e atender com mais qualidade nossos clientes.

Essa Revista contém artigos preparados com o carinho e cuidado de empresas parceiras e profissionais experientes em cada setor, para que além de bons produtos, você também receba informação de qualidade.

Conte com nossa equipe.

**Paulo Biajoni**  
**Mario Vitor**  
Diretores



## NOSSOS PARCEIROS:





**RELAX MEDIC**  
Foot Care Roxo  
RB-PE835C  
REF.13132

**RELAX MEDIC**  
Encosto Massageador  
Shiatsu Pillow  
RM-ES3838A  
REF.13249



REF.14032

**RELAX MEDIC**  
Umidificador  
Compact Air  
Branco  
RM-HA0101A  
2 Litros  
Ultrassônico  
Bivolt



REF.15755

**RELAX MEDIC**  
Almofada Coccix Gel  
RM-A09445A

REF.17815



**RELAX MEDIC**  
Desumidificador  
Relaxair RM-DA0600A  
Branco



**RELAX MEDIC**  
Assento Massageador  
Corporal Aquecedor  
Anatômico  
Ultra Massage  
RM AM2206A

REF.13130

REF.5412  
**DR. COLUNA**  
Assento Ortopédico  
REF 2703



**RELAX MEDIC**  
Massageador para  
Pernas e Pés  
F10 Air Massage

REF.15759



REF.13114

Massageador  
Shiatsu Neck Plus  
RM-MP5555A

**RELAX MEDIC**  
Massageador Pyramid  
REF MP100

REF.15763



**RELAX MEDIC**  
Bolsa Térmica Relax  
Thermo Multiuso  
RM-BT3004  
REF.13122



REF.12530  
**RELAX MEDIC**  
Massageador Mini  
Relax Massage  
Laranja  
RM-MM0380

**RELAX MEDIC**  
Massageador  
elétrico corporal  
portátil s/ fio com  
5 acessórios  
REF MP2016A  
REF.15765



**RELAX MEDIC**  
Massageador  
Complete Bath  
À prova d'água  
RM MB0719  
REF.13126



**RELAX MEDIC**  
Bolsa Térmica Relax  
Thermo Adapt  
para Contusões  
Relaxamento  
RM-BT3001



REF.13124



**KESTAL**  
www.kestal.com.br

Conheça nossos  
Produtos.  
Além da qualidade,  
valorizamos a  
estética e a  
modelagem.



Suporte para Bolsa Térmica Gel - Curto e Longo • Joelheira PLUS Articulada Ajustável • Educador Postural • Suporte de Ombro •••



### KESTAL

Cinta Abdominal  
Modeladora Kestal  
P-M-G  
KSN-062

REF.15860



### ACTE SPORTS

Massageador T151 Roller

REF.14450

REF.14361



### RELAX MEDIC

Desumidificador multi dry  
para guarda roupas  
RM-DA0110A2

REF.14606



### RELAX MEDIC

Mata Mosquitos Killer  
RM-AI1414A

### RELAX MEDIC

Mini Bath  
Massager  
à prova  
D'Água

REF RM-MM1109

REF.14360



**RELAX MEDIC**  
Massageador Elétrico Portátil  
Hammer Super Massage

REF.15528

### RELAX MEDIC

Massageador portátil  
SNUG Massage

REF MM8001A

REF.15761



### RELAX MEDIC

Lombar Soft  
Encosto Alongador  
Massageador Vibratório  
Cinza - RM-AC2808

REF.13116



### RELAX MEDIC

Irrigador nasal sinus clean  
higienizador lavagem nariz

REF RM-IN4545A

REF.14600



### ORTHO PAUHER

Relógio Silicone  
de Bolso para  
profissionais  
de saúde  
AC 750



### BIOFLORENCE

Protetor Para Gesso Probanho.  
Infantil e Adulto. Braço/Perna



# RAYOVAC®

**ACTIVE CORE  
PLUS**

NENHUMA PILHA PARA APARELHO  
AUDITIVO DURA MAIS\*

\*Com base nos testes ANSI/IEC para os tamanhos 312 e 13

Active Core Plus™ incorpora:

- ⊕ Materiais inovadores\*
- ⊕ Processo de fabricação aprimorado\*
- ⊕ Nova formulação\*

\*contra desenho anterior da Rayovac



**ALTA PERFORMANCE**



**MACROSUL**  
Tesoura para bandagem  
MD 19 Cm



REF.9889 ▶

**MACROSUL**  
Estadiômetro Compacto  
HT-01 MD

REF.9899 ▶



**MACROSUL**  
Doppler Fetal Portátil  
Digital FD-200B MD

REF.10251 ▶



◀ REF.7730

**MACROSUL**  
Eletrocardiógrafo ECG  
12 canais Bionet  
CardioCare 2000

**MD**  
Diapasão 256cps  
fixador

REF.9895 ▶



**MD**  
Diapasão 512cps  
fixador  
REF.9897



**MD**  
Otoscópio OMNI 3000  
LED ou Xenon - CORES



**MD**  
Martelo de Reflexos  
Babinski  
REF.17337



**MD**  
Martelo de Reflexos  
Taylor  
REF.17339



**SAMARITAN**  
Desfibrilador PAD  
Trainer HeartSine  
REF.7404



▲ REF.14151  
**MACROSUL**  
Martelo de Reflexo  
Buck



▲ REF.9887  
**MACROSUL**  
Máscara para Reanimação  
boca-boca

**MD**  
Ofthalmoscópio Omni 3000  
Com Estojo Macio



◀ REF.7744

**MD**  
Otoscópio  
OMNI 3000  
LED Preto  
com estojo Luxo



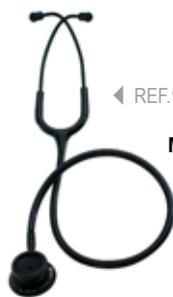
▲ Óculos de Proteção  
em Acrílico Incolor  
REF.17845



REF.4244 Inf  
REF.7756 Adulto ▲

**MACROSUL**  
Reanimador Manual MD  
Adulto/ Infantil de Silicone Completo  
AMBU

**MACROSUL**  
Lanterna Clínica LED  
Diversas cores



◀ REF.10281

**MACROSUL**  
Estetoscópio  
SPIRIT  
Pro-Lite  
Black Edition



**MACROSUL**  
Estetoscópio SPIRIT  
Professional  
Diversas Cores

- AZ ● RS
- BL ● VH
- CZ ● RX
- VD



**VENOSAN®**  
Meias Compressivas

**ETR**  
Linha ETR

**Chegou ReadyWrap™**  
Envolvente de Compressão Ajustável

Autocuidado em suas mãos



Imagens meramente ilustrativas



**CDS**  
Cadeira de Rodas  
Max Obeso  
Largura do assento e encosto: 66 cm  
Profundidade do assento: 47 cm  
Capacidade Máxima: 150 Kg

◀ REF.9494



**OTTOBOCK**  
Cadeira de Rodas  
Alumínio de peso leve Start  
Pneus antífuro - M1  
Capacidade 125 Kg

REF.9698 ▲



**OTTOBOCK**  
Cadeira de Rodas  
Centro S1 - Aço Carbono  
Capacidade 100 Kg

**OTTOBOCK**  
Cadeira de Rodas  
Alumínio Dobrável  
Start B2 100kg

**ottobock.**

**DELLAMED**

Almofada  
Air Basic 42x42

▼ REF.15280



**CDS**

Cadeira de Banho  
Max Obeso  
Capacidade de peso: 120Kg  
Largura do assento: 55cm  
Largura total: 59cm

REF.13711 ▶



**CDS**

Cadeira de Rodas  
Mod. CDS Transit 40

REF.13154 ▶

**OTTOBOCK**  
Scooter SCOTT S  
**DESMONTÁVEL**



**PRAXIS**

Cadeira para higienização  
MOD SC7005B  
REF.15751 ▶

- Estrutura em alumínio
- Largura total 56 cm
- Largura do assento 40 cm
- Capacidade max: 100 kg
- Encosto em plástico
- Assento almofadado
- Coletor com tampa



**CDS**

Cadeira de Rodas  
Aço Carbono com elevação dos pés  
Mod. 301 Panturrilha

REF.976



**PRAXIS**  
Cadeira de Rodas  
em Aço Cromado  
CAP.100KG Confort  
CE-808N100  
REF 16881



**MULTILASER**  
Bomba de Ar de Pé  
Atrio para  
Pneus e Infláveis  
BI029

◀ REF.12089



**INDAÍÁ**  
Bengalas de madeira e  
com cabo em alumínio  
diversos modelos



**ORTHO PAUHER**  
Alça inteligente  
antiderrapante  
para bengala

▲ REF.12895



**MERCUR**  
Bengala Tipo T  
Dobrável

Muletas  
Canadenses



**ETHNOS**  
Cadeira de Banho  
Alumínio Concha  
CAP.40KG  
REF 16704

**FREEDOM**  
Andador Alumínio  
4 Rodas Freedom Walker



*O Andador Freedom Walker possui quatro níveis de ajuste, quatro rodas, freios, assento para descanso, fechamento em X. Tamanhos P, M e G, para usuários de até 113 Kg.*



**PRAXIS**  
Andador com 3 rodízios  
e bolsa multiuso  
MOD SL 309  
▲ REF.7428

**DELLAMED**  
Andador de Alumínio  
Articulado D10  
Dobrável  
Tamanho Único

REF.15286



**CARCI**  
Cadeira de Banho  
Carcilife para  
Excepcional  
REF 320CLE

**ORTOBRÁS**  
Cadeira de Rodas  
Modelo AVD  
Reclinável  
Alumínio Aeronáutico  
Apoio de perna  
elevável/removível



**ORTOBRÁS**  
Cadeira de Rodas  
Modelo Higiénica Banho  
Alumínio Temperado  
Apoio removível  
para braços  
Coletor



**ORTOBRÁS**  
Cadeira para banho  
desmontável  
HYGIENIKA

REF.6321



**ORTOBRÁS**  
Cadeira de Rodas  
Modelo AVD  
Alumínio  
Aeronáutico



**DELLAMED**  
Cadeira de banho  
Higiénica em alumínio  
com coletor  
CAP. 150KG D60  
REF.16905

**JAGUARIBE**  
Cadeira de Rodas  
Modelo 1016  
Pneus maciços  
Dobrável em X  
Aço carbono e  
Pintura Epoxi  
REF.390



**CARCI**  
Cadeira Carcilife  
para Obeso  
CAP. 150KG  
Mod. 300CLO  
ou  
Modelo Adulto  
CAP. 90KG



**PRAXIS**

**PRAXIS**  
Andador dobrável com rodas  
e assento de luxo  
MOD. SL.512

REF.7430



**PRAXIS**  
Banho Higiénica  
Alumínio CAP.100KG  
REF SC7005B  
REF.15751



**PRAXIS**  
Banho Higiénica  
Alumínio Dobrável  
REF A-CMF302-W  
REF.16867

**PRAXIS**  
Cadeira de Rodas Alumínio  
Modelo SL 7100-A  
REF.7723



**FREEDOM**  
Cadeira de Rodas  
Motorizada Modelo  
Compact CM Aro 13  
Aço Carbono  
REF.7871



**FREEDOM**  
Cadeira de Rodas  
Motorizada Modelo  
Compact CM Aro 20  
Aço Carbono  
REF.11588

**FREEDOM**  
Guincho de  
transferência  
TRANSFER  
REF.9932



**60x** **BB Crédito Acessibilidade**  
Parcele o seu  
Aparelho com crédito  
acessibilidade  
do Banco do Brasil  
O Banco do Brasil ajuda  
você a chegar mais longe.  
**Viver sem limite**  
PROCURE UMA DAS LOJAS TECNOMEDI E INFORME-SE!

Cadeira de rodas motorizada  
reclinável B400 Ottobock

- Inclinação segura: 7°
- 2 Baterias de 12V- 50Ah  
(autonomia no plano 35km)
- Pneus infláveis
- Pedais removíveis
- Rodas anti-tombo
- Capacidade até 140kg

REF.11773

**ottobock**



**TECNOMEDI®**  
PRODUTOS MÉDICOS E ORTOPÉDICOS

**ASSISTÊNCIA  
TÉCNICA  
AUTORIZADA**

**ottobock.**

# Meu FAN veio positivo, o que fazer?

O FAN (fator antinuclear) é um exame que verifica a presença de autoanticorpos produzidos pelo sistema imunológico através do sangue.

## E o que seriam autoanticorpos?

O nosso sistema imunológico, responsável pelas nossas defesas, produz anticorpos que atacam e eliminam patógenos causadores da infecção em nosso organismo. Se, por algum motivo, esse sistema imunológico começa a se comportar de forma anormal, anticorpos produzidos podem deixar de reconhecer o próprio corpo e atacá-lo, sendo chamados de autoanticorpos.

O FAN seria um rastreio em busca de possíveis autoanticorpos que atacam substâncias dentro das células e é solicitado quando, através de uma avaliação clínica, o médico acredita que possa existir essa possibilidade.

Quando o FAN pode estar positivo? Ele pode ser positivo em doenças autoimunes multissistêmicas, como Lúpus Eritematoso Sistêmico, Esclerose Sistêmica, Doença Mista do Tecido Conjuntivo, Polimiosite,

Dermatomiosite, Artrite Reumatóide, Síndrome de Sjogren ou em doenças autoimunes que afetam apenas uma parte do corpo como a tireóide, o fígado ou pulmões. Além disso, ele pode se positivar em condições não relacionadas a processos autoimunes, como em algumas infecções.

Um FAN positivo não determina um diagnóstico de doença autoimune, podendo até mesmo estar positivo em pessoas saudáveis, sem nenhuma repercussão clínica associada. Por isso, é importante saber quando solicitar o exame e como proceder diante da sua positividade. Uma avaliação do Reumatologista pode ser solicitada para que o diagnóstico de uma patologia autoimune seja confirmada ou afastada.

**Dr<sup>a</sup> Luiza Silva Machado de Andrade**

CRM 52.93904-8

Reumatologista

Residência em Reumatologia pela UFRJ e título de especialista pela Sociedade Brasileira de Reumatologia Formada pela faculdade UNIFESO em dezembro de 2011



### FIBRASCA

Travesseiro ortopédico  
No Allergy Personal Mix 3

REF.11392



### FIBRASCA

Encosto anatômico com  
canais massagedores

REF.11767



### FIBRASCA

Travesseiro para joelho e tornozelo

REF.11402



**FIBRASCA**  
Capa Multiuso de  
Travesseiro Dr. Face

REF.11464



### FIBRASCA

Travesseiro Cervical  
Látex Lavável

REF.11400



### NATURLATEX

Almofadas e colchões em Rabatan  
com pastilhas magnéticas  
e infravermelho longo



### NATURLATEX

Almofadas e  
suportes Antiescaras  
100% Látex



**DELLAMED**  
Colchão Pneumático  
110v ou 220v



**BIO-AIR PLUS SALVAPÉ**  
Sistema Bio Air Plus 946 110v ou  
220v c/colchão SalvaPé

REF.3486

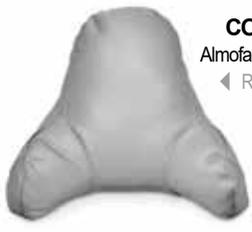
**OFTAM**  
Protetor Ocular  
Bege e Cores



**PINTON**  
Maletas em Couro Sintético  
Linha Clássica e Cores



**COPESPUMA**  
Almofada Sapo Plushpilo  
REF.12342



**COPESPUMA**  
Almofada Triangular Plushpilo  
REF.12340



**COPESPUMA**  
Almofada Lombar Azul e Bronze



**COPESPUMA**  
Almofada Assento Comfort Gel  
Theva - Copespuma  
REF.12464



**COPESPUMA THEVA BALLS**  
Rolo Posicionador

**COPESPUMA**  
Forração Caixa de Ovo a vácuo



**PINTON**  
Necessaire Diversas Cores



**COPESPUMA**  
Almofada lombar BIG  
Viscoelástica  
Preta / Estampada

**COPESPUMA**  
Suporte Terapêutico Antivarizes  
REF.836



**COPESPUMA**  
Travesseiro Petit Latex  
100% Látex Natural  
REF.11797

**COPESPUMA**  
Grade de proteção para cama Senior e  
Barra de apoio para cama Stand Up



**COPESPUMA**  
Suporte Terapêutico Antirrefluxo Adulto  
REF.834



**COPESPUMA**  
Suporte Terapêutico Antirrefluxo Infantil  
REF.835



**COPESPUMA**  
Travesseiro de Látex  
Basic Soft Flat  
REF.10846



**COPESPUMA**  
Suporte Para Sofá - Lift Copespuma  
(Apoio Para Sentar Ou Levantar)

**AG**  
Forrações antiscaras estofadas,  
infláveis e em Gel



**BIOFLORENCE**  
Almofada Espuma estofada  
revestida de PVC  
(Cadeira de Banho)

# Pseudociência na alimentação

## cuidado com as falsas informações

O cientista e filósofo Mario Bunge descreveu a celebre frase “a pseudociência é sempre perigosa porque ameaça a vida”. Por definição, a pseudociência é um conjunto de teorias e afirmações com aparência científica, mas sem embasamentos e que não usam métodos rigorosos de pesquisa. Na área da nutrição, infelizmente esta prática é muito comum. Quem já não ouviu falar em “dieta detox” ou “água com limão em jejum”?

A obesidade e as doenças decorrentes do excesso de gordura corporal aumentaram drasticamente. Dados do Ministério da Saúde apontam que 55,7% dos brasileiros tem excesso de peso e, em contrapartida, o padrão de beleza imposto pela mídia aumentou o número de pessoas com vigorexia (insatisfação constante com o corpo) e ortorexia (obsessão por comer saudável). Este cenário é perfeito para a difusão de informações sobre alimentação saudável e o surgimento de dietas da moda sem comprovação científica, mas com promessas para curar doenças, deixar o corpo em forma e aumentar a longevidade. Essas informações sempre são vinculadas com algum estudo ou usando o nome de uma grande instituição, como Harvard, USP, NASA, dentre outras.

Um grande exemplo é a “dieta detox”. Em 2015 foi publicado um estudo que no título contém a seguinte informação: a dieta de desintoxicação do limão reduz a gordura corporal e a resistência à insulina. Os cientistas estudaram 84 coreanas na pré-menopausa e, ao final de 11 dias, o peso corporal, o percentual de gordura e a resistência à insulina foram reduzidos no grupo que ingeriu água com limão em jejum, porém, fizeram uma dieta restrita em calorias. Pronto! Um prato cheio para água com limão virar o maior milagre de todos os tempos. Porém, quando observamos alguns detalhes, percebemos alguns pontos a serem considerados: 11 dias é tempo suficiente para se avaliar uma intervenção deste tipo? O que funcionou nesta população (mulheres coreanas com sobrepeso na pré-menopausa) vale para todo mundo? E seu eu quiser usar outra fruta, tipo laranja, abacaxi, ou qualquer outra fruta cítrica? Porém,

o ponto mais relevante ainda está por vir. A conclusão do estudo (sim, é muito importante ler o artigo na íntegra) é bem claro: “supomos que o programa de desintoxicação do limão reduz a resistência à gordura corporal e à insulina por meio de restrição calórica”. Suposição não é certeza (mesmo sabendo que certeza na área da saúde é perigosa), e não foi avaliado o que realmente causou os efeitos observados: o “suco detox” de limão ou a restrição calórica.

Água com limão não emagrece, não alcaliniza o sangue e não desintoxica. O limão é uma ótima fruta, mas não faz milagre. Assim como exemplifiquei o limão, poderia citar outros modismos pautados na pseudociência, como “leite e glúten fazem mal”, “carboidrato engorda” e outras mentiras que viralizaram. Sobre em quais informações acreditar no que diz respeito a alimentos e dietas que fazem bem ou mal e o que de fato funciona, sempre verifique a fonte original da informação. Para finalizar, deixo aqui a receita do “milagre”: tenha uma alimentação saudável, hidrate-se adequadamente, faça exercícios físicos com regularidade, durma bem, exercite sua mente, tenha cuidado com a exposição inadequada ao sol e faça periodicamente seu check-up. Procure profissionais habilitados para a prescrição de dietas (nutricionistas), exercício físico (profissionais de educação física) e médicos (cada um na sua especialidade) para avaliações e tratamentos. Cuidado com dietas restritivas, excesso de exercício e não faça automedicação. Parece que eu falei é simples, correto? Talvez seja por um motivo óbvio: o simples funciona! Vamos tentar?

### **Dr. Elton Bicalho de Souza**

Nutricionista - CRN4 04100076

Especialista em Nutrição Clínica (UFRJ)

Especialista em Nutrição Esportiva (ASBRAN)

Especialista em Docência do Ensino Superior (ESAB)

Mestre em Nutrição Humana (UFRJ)

Doutor em Ciências (UNICAMP)



**MEBUKI**  
Elevação para  
Assento Sanitário



REF.8095

**PRAXIS**  
Banco para  
Banho c/ Encosto



REF.16645 ▶

**CARCI**  
Elevação para  
vaso sanitário  
com alça.



REF.717

**TUBONOX**  
Barras de Apoio  
em Aço Inoxidável



**ALO**  
Barras de Apoio  
em Alumínio  
cromado



Embaladas  
individualmente

**WELLNESS**  
Wellness Premium Unit  
são fraldas descartáveis  
para adultos, com tecnologia  
toque de tecido e  
formato diferenciado  
M, G e GG



**CONFORT**  
Fraldas Geriátricas  
P, M, G e Extra G  
Proteção e conforto ao  
alcançe de todos.

**ORTHO PAUHER**  
Barras de Apoio Reta  
com ventosas  
Ref. AC-3000/3100



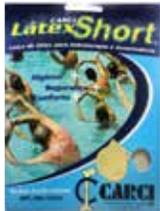
**ORTHO PAUHER**  
Barras de Apoio Articulada  
com ventosas - AC-3002  
REF.14016



**CONFORT**  
Absorvente multiuso adulto  
Confort Master  
REF.14004



**ABENA**  
Roupa íntima de alta absorção.  
Conforto e segurança.



**CARCI**  
Calça de látex  
para Hidroterapia  
ou incontinência  
urinária.  
Tamanho adulto  
e infantil



**KINNER MED**  
Lençol plástico  
filtrante  
REF.4590



**KINNER MED**  
Calça plástica especial  
para incontinência urinária  
Diversos tamanhos



**ORTHO PAUHER**  
Banco para banho articulado.  
Mais espaço e segurança  
no banheiro. AC-3003

REF.14018



**ABENA**  
Abri Soft Superdry  
70x180 Lençol absorvente  
descartável para até 1.750 ml.  
Pacote com 30 unidades  
REF.11122



**KONDIX  
ANTIASEPTICAS**  
Toalhas umedecidas  
com Álcool 70%  
Pacote com 50 unidades  
REF.17708



**MDF**  
instruments

Um dos líderes mundiais na fabricação de estetoscópios de alto padrão. Agora no Brasil.



# Mapeamento corporal total

## *Dermatoscopia Digital*



O melanoma é considerado o câncer de pele mais grave. A incidência é maior em adultos de pele clara e pode atingir qualquer parte do corpo. Além da pele, as mucosas também podem ser afetadas. Em indivíduos de pele negra, o acometimento é maior nas palmas das mãos e plantas dos pés, já que são as regiões de pele mais clara.

Os principais fatores de risco para o desenvolvimento de melanoma incluem:

- História familiar e/ou pessoal de melanoma;
- Exposição solar prolongada e eritema solar(vermelhidão) com frequência;
- Bronzeamento artificial em câmaras de ultravioleta;
- Inúmeros sinais (pintas);
- Pele, cabelos e olhos claros.

A estimativa de novos casos assusta e é de 8450, sendo 4200 homens e 4250 mulheres(2020-INCA). O número de mortes no Brasil: 1794, sendo 1012 homens e 782 mulheres(2015-SIM).

Como em outros tipos de câncer, também há exames que possibilitam a detecção precoce do melanoma, diminuindo a morbidade, e em alguns casos, possibilitando a cura através da remoção precoce da lesão. No caso do câncer de pele, principalmente o melanoma, o exame direcionado para esse objetivo é o Mapeamento Corporal Total (Dermatoscopia Digital).

Através de um aparelho com lentes, há a possibilidade de coleta e armazenamento de imagens seriadas, com diferentes aumentos, o que permite o acompanhamento das características, não visíveis a olho nu, dos sinais. Além disso, o comparativo demonstra se houve surgimento de novas lesões e/ou mudanças de sinais preexistentes. Se houver mudanças relevantes e suspeitas, há a indicação de remoção das lesões apontadas para análise histopatológica(biópsia), visando o diagnóstico precoce da doença. Isso evita a remoção de inúmeros sinais desnecessariamente e permite a seleção adequada para acompanhamento ou para intervenção cirúrgica.

O período para refazer o exame é variável e deve ser estipulado individualmente. Muitos pacientes desconhecem a gravidade desse tipo de câncer e é imprescindível destacar a importância do exame periódico dermatoscópico, principalmente na presença de fatores de risco, já que a mortalidade é alta.

**Dra. Cyntia V. da Silva Sardenberg**

CRM: 52.74895-1

Dermatologista



**theva**  
Comfort innovations

Produtos para Acessibilidade Theva, oferecem mais segurança para quem usa e para quem cuida!

Grade Senior Sleep

Barra Stand Up

Suporte Lift



**ROCHE**  
Tiras Accu-Check Active, Performa e Guide, para medição da Glicose



**ROCHE**  
Lancetas  
Accu-Check Safe-T-Pro Uno 28G com 200 unidades - Ref. 17437

**On Call Plus**  
Tiras para medição da Glicose



**MEDLEVENSOHN**  
Agulha para caneta de Insulina 100 Unidades - Medlvensohn 4, 5, 6, 8 E 12mm



REF.14828



**ROCHE**  
Kit Accu-Check ACTIVE para medição da Glicose  
REF.5776

**ROCHE**  
Kit Accu-Check Guide  
- Acuracidade avançada: ainda mais precisão;  
- Novo frasco: evita queda das tiras;  
- Área de inserção de tira de teste iluminada;  
- Botão ejetor de tiras;  
- Configuração de faixa alvo;  
- Detecção de padrões.



**GTECH**  
Tiras GTECH Free e Lite para medição da Glicose



**STERMIX**  
Esterilizador de ar Mini STE 10  
A solução eficaz contra mofo, ácaros, fungos e mau cheiro.  
REF.5737



**GTECH**  
Caneta Lancetadora G-tech Mini com sistema ejetor de lancetas



**GTECH**  
Lancetas para Lancetador de 28G (mod. LAN2810G1) e 30G (LAN3010G1) contém 100 unidades



**STERMIX**  
Esterilizador de ar 3 em 1 para 16m² STE 36 Bivolt  
REF.10916

**KENDALL**  
Meias Compressivas Diversos Modelos Feminina e Masculina



**SIGVARIS**  
Meia Antitrombo Estéril 7/8 E 3/4 Branca



**SIGVARIS**  
Linha esportiva de Alta Performance



**SIGVARIS**  
Linha COLLORS

**VENOSAN**  
Meias Compressivas Feminina e Masculina



**SIGVARIS**  
Meias Medicinais Feminina e Masculina



**SIGVARIS**  
Meias Terapêutica Masculina Actitude



## SONDAS

Diversos usos e modelos

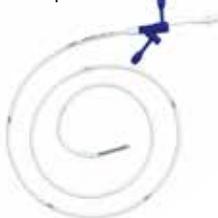


Foley Látex ou Silicone



Para aspiração traqueal / uretral

Alimentação enteral em poliuretano



## SALTER LABS

Cânula Nasal Adulto p/ O2 Salter Labs

REF.14076



## COLOPLAST

Linha completa SPEEDICATH cateter hidrofílico uretral lubrificado masculino e feminino, diversos tamanhos



## Thick & Easy FRESENIUS

Espessante instantâneo de alimentos e bebidas, frias ou quentes, à base de amido de milho modificado.

REF.11962



## OXIGEL

Válvula reguladora para cilindro com fluxômetro

REF.4261



UNITEC Umidificador 250ml para Oxigênio

REF.4872

## WELL LEAD

Sonda Gastro Nutrição Enteral com balão 3 vias Silicone



## KSN

Máscara Hospitalar Confeccionado em 4 camadas Código 10.02 MH - PFF2 S

CA 8357 REF.5772



## DESCARPACK

Máscara Cirúrgica Tripla com Elástico 50UN

REF.4739



## G-TECH

Massageador Pessoal IR Magnet Plus

REF.5455



OMRON Massageador Corporal HM-112

REF.11383

## CIRÚRGICA BRASIL

Cânula para Traqueostomia Metálica - Curta e Longa



## CPL

Fita de Fixação para Traqueostomia CPL

REF.11441



3M Máscara Descartável Aura 9320+BR - 3M

- Formato dobrável 3 painéis;
- Classe PFF-2 (S);
- Eficiência de Filtração Bacteriológica (BFE) > 99%
- Cor: Branca

REF.17272

## AOYAMA

Massageador Elétrico 110v ou 220v



## MERCUR

Gel Condutor para Ultrassom Embalagens com 5kg, 1Kg e 320g



## RIOQUÍMICA

Toda a linha de produtos para higienização e uso hospitalar



## ABC

Linha de instrumentos cirúrgicos de precisão em aço inox



# TEM SOLUÇÃO PARA A Dor Lombar

Todos nós, em algum momento da vida, já tivemos dor lombar. A lombalgia, como também é chamada, é bem mais comum do que se imagina. Tanto que 98% das pessoas já foram acometidas por ela, que é uma das maiores responsáveis por problemas de incapacitação no mundo.

A lombalgia não é algo recente, que surgiu apenas porque estamos ficando mais tempo em casa, trabalhando com celulares e laptops. A dor lombar é relatada por pacientes e estudada há muito tempo pela medicina. Suas causas são muitas: obesidade, envelhecimento, sedentarismo, excessos na prática de exercícios físicos e até a postura ao dormir.

A coluna lombar é formada por cinco vértebras e fica abaixo da região torácica, na altura do abdômen. Como sustenta a maior parte do nosso peso, não é exatamente uma surpresa que seja suscetível a lesões e dores de origem postural. A lombalgia se manifesta na forma de fisgadas, queimação ou sensação de peso na região.

O Aspen® Lumbar Support, distribuído pela Chantal Produtos Ortopédicos, é uma das soluções indicadas no tratamento para a dor lombar. Com design simples, elegante e inelástico, mas incorporando qualidades elásticas, o suporte oferece ajuste confortável e sob medida, e conta com todos os elementos que uma órtese de qualidade precisa para agir com efetividade. O resultado é o alívio realmente imediato à dor lombar.

E o melhor: o Aspen® Lumbar Support é muito fácil de usar: colocou, puxou, aliviou. Na hora.

**Dr<sup>a</sup> Rosana Lessa**  
Fisioterapeuta  
Gerente de Produtos  
Produtos Ortopédicos Chantal  
CREFITO-3/128022-F



**ASPEN® Lumbar Support**  
Colocou, puxou, **ALIVIOU**. Na hora.



[chantal.com.br](http://chantal.com.br)

**16 ANOS**  
CUIDANDO DA SUA SAÚDE



Indústria e Comércio  
[www.agplasticos.com.br](http://www.agplasticos.com.br)

# PANDEMIA, QUARENTENA E SONO

**P**andemia de uma doença sem cura e incertezas sobre o futuro agravadas pelo isolamento social. Isolamento social é a principal recomendação médica para evitar a transmissão da doença. Isto leva a ansiedade e como consequência insônia e outros distúrbios de sono

Noites mal dormidas piora a ansiedade, sintomas depressivos, desequilíbrio do corpo e baixa imunidade. Neste momento vários fatores contribuem para afetar o sono da população: estresse, mudança de habito de vida, sedentarismo.

## Orientação para evitar distúrbio de sono:

- Estabelecer uma programação e rotina
- Hora fixa para acordar e dormir (obedecer ciclo claro-escuro)
- Evitar ficar muito tempo na cama.
- Evitar cochilos durante o dia

- Sair do quarto e evitar ficar de pijama o dia todo
- Manter-se ativo e com atividade física supervisionada
- Busque a luz do sol
- Procure atividades relaxantes, evitando sobrecarga de notícias estressantes
- Manter contato a distância com familiares e amigos.
- Dieta saudável.
- Evitar excesso de cafeína e álcool.

**Drª Sandra Salles**

CRM 52.20983-0

Neurologista, Especialista em  
Medicina do Sono - ABSono



Espaldeira  
Atadura de Alta Compressão

Luva Longa 1/2 Dedo Antiderrapante com Proteção Solar

**FAMARA**  
QUALIDADE POR EXCELÊNCIA

www.famara.com.br

	<p><b>BOLSA PARA ÁGUA QUENTE</b></p> <p>GRANDE - 2L (L X A) 20 X 31CM</p> <p>LILÁS BC 0014-LI</p>		<p><b>ANDADOR DE ALUMÍNIO COM 4 RODAS, ASSENTO E CESTA</b></p> <p>TAMANHO ÚNICO 1,60m A 1,90m ALTURA DO USUÁRIO</p> <p>BC 1555</p>		<p><b>ANDADOR TRIANGULAR DE ALUMÍNIO INFANTIL COM 2 RODAS</b></p> <p>TAMANHO ÚNICO 1m A 1,25m ALTURA DO USUÁRIO</p> <p>BC 1541</p>
---	---	---	--	--	--

MERCUR.COM.BR

©/MERCURISA ©/MERCURIOFICIAL ©/MERCURIOFICIAL

**MERCUR**®  
Desafios

© MERCURIOFICIAL  
SUA TUDO O BRASIL



**KIT MINI BAND**



**KIT FAIXAS ELÁSTICAS**



**KIT LOOP BAND**



**YOGA MAT**



**COLCHONETE**



**OVERBALL**



**GYM BALL**



**BLOCO PARA EXERCÍCIOS**



**MINI ROLO DE LIBERAÇÃO MIOFASCIAL**



**ROLO DE LIBERAÇÃO MIOFASCIAL 60cm**



**MINI BIKE COMPACT**



**ROLO DE LIBERAÇÃO MIOFASCIAL**



**FISIO BALL EM GEL**



**MINI BIKE PORTÁTIL**



**MINI BIKE**



**LUVA MASSAGEADORA CORPORAL COM ESFERAS**



**EXERCITADOR DE DEDOS**



**KIT EXERCITADOR DE DEDOS**



**MINI MASSAGEADOR**



**MÁSCARA FACIAL EM GEL**



**MÁSCARA FACIAL EM GEL GLITTER**





## LITTMANN

Estetoscópios Cardiology IV, Master Cardiology e Classic III Adulto e Pediátrico

## WELCH ALLYN

Oftalmoscópio Pocket Junior

## WELCH ALLYN

Otoscópio Pocket Junior com iluminação por fibra óptica 2,5V

## WELCH ALLYN

Aparelho de Pressão Durashock DS44 Tycos



REF.4319

REF.4323

REF.3951



**LITTMANN**  
KITS de Acessórios para Estetoscópios Diversos Modelos

## INCOTERM

Estetoscópio Rappaport ER100



**INCOTERM**  
KIT Acadêmico Diversas Cores

REF.KA100

**INCOTERM**  
Estetoscópio Clínico (Azul, Preto ou Vermelho)



## GTECH

Eletroestimulador Tens Combate a dor sem medicamentos

REF.14635



## GTECH

Gel de reposição para Eletroestimulador Tens

REF.14637



## OMRON

Eletroestimulador Portátil Omron Tens

REF.17467



## OMRON

Termômetro digital flexível REF.MC343F 2350



**DELLAMED**  
Oxímetro Dellamed MD300CI REF.17684

## CARCI

Aparelho Tens Digital Tensmed Iv 4034es 4 Canais REF.14665



**CARCI**  
Eletroestimulador portátil Tensmed 1 Junior com 2 Canais 4046ES REF.11326

**PA MED**  
Kit Acadêmico Diversas cores



## GERATERM

Oxímetro Oxicontrol Azul e Branco REF.7810



## G-TECH

Oxímetro de Pulso Portátil Oled Graph

REF.13255



## MEDPEJ

Detector Fetal Portátil DF-7001D

REF.12050



## ESTEK

Lupa de Pala com Visor 3 Dioptrias para Avaliação e Análise de Pele

REF.1234



**CESCORF**  
Plicômetro Clínico REF.701



## INCOTERM

Esfigmomanômetro Aneróide Ea100



## INCOTERM

Esfigmomanômetro Clínico EC500





▲ **CHANTAL**  
Colete Horizon 456 Aspen  
REF.15290

**CHANTAL**  
Colete Jewett Stemotech  
Orliman ▼



**NO RONCO**  
Aparelho Antirronco e  
Apneia No-Ronco  
Termo Flexível  
▼ Intra Bucal

**KESTAL**  
Faixa Mandibular  
Anti-ronco  
KSN 056



**KESTAL**  
Joelheira Articulada com Cintas Cruzadas



**Chantal**

**CHANTAL**  
Palmilhas SOFSOLE  
Plantar Fascial, Air Orthotic, Fascia, Athlete,  
Memory Plus, Deodorizing  
Toda a linha Masculina e Feminina  
em condições especiais



**SAVAPÉ**  
Colete Comfort Salvapé  
Colete Comfort® da SalvaPé o  
paciente já se sentirá com uma  
postura mais ereta e com melhor  
equilíbrio durante a locomoção



**CASTELLANE**  
Chinelo com Blank Estampado.  
Coloque o conforto nos seus pés.  
Diversas cores. Masculino e Feminino.  
Experimente na loja.



**MERCUR**  
Máscara para Repouso  
Tamanho Único  
REF.10574



## Sua cadeira adequada ao seu momento

Com a nova tecnologia Freedom Connect o usuário pode adequar a cadeira de rodas motorizada para seu momento. O desempenho e comportamento do produto é personalizável através do Freedom Connect User, uma ferramenta gráfica instalada no seu computador.

Connect



Compact CM

Cadeira de Rodas  
Motorizada  
Aro 20  
Aço Carbono

freedom  
www.freedom.ind.br



**INCOTERM**  
Fita Métrica 150 Cm  
com Cálculo de IMC  
◀ REF.14214



**INCOTERM**  
Cortador e  
macerador de  
comprimidos  
◀ REF.14212

TECNOMEDI®  
PRODUTOS MÉDICOS E ORTOPÉDICOS

VISITE A NOSSA  
**LOJA VIRTUAL**

COMPRE SEM SAIR DE CASA!

[www.tecnomedi.com.br](http://www.tecnomedi.com.br)



**RESPIRON**  
Exercitador e incentivador respiratório  
Classic, Athletic e Easy



**SHAKER**  
Exercitador respiratório  
e incentivador de  
higiene brônquica  
REF.679

**MEDICATE**  
Aspirador Cirúrgico de  
Sangue e Saliva MD100 -  
Bomba vácuo aspiradora

REF.17612



**GTECH**  
Inalador / Nebulizador  
Ultrassônico Ultraneb  
Desk 2

REF.15274



**MULTILASER**  
Descanso ergonômico para os pés  
AC 059 REF.12083



**NCS**  
Prendedor  
Nasal  
CAP Nasal  
REF.12557



**OMRON**  
Termômetro Digital  
de Testa MC-720  
REF.12979

**G-TECH**  
Termômetro Digital  
sem contato  
REF.15990



**INCOTERM**  
Termômetro Infravermelho  
De Testa Sem Contato  
TCI1000  
REF.9357

**INCOTERM**  
Termômetro Digital  
Auricular Infravermelho  
TCI100  
REF.11040



**OMRON**  
Aspirador de Secreção  
AspiraMax -  
MA520-60 Bivolt  
REF.2265



**NEBZMART**  
Nebulizador portátil  
de rede vibratória  
REF.15920



**ALERGOSHOP**  
Capas Antiácaro para colchão e  
travesseiros. Diversos tamanhos



**MEDICATE**  
Peak flow meter  
REF.8475



**ALERGOSHOP**  
Espaçador Infantil  
Elefant-Air com  
Máscara  
REF.215



**OMRON**  
Inalador Ultrassônico  
Respiramax  
REF.17107



**OMRON**  
Inalador Nebulizador  
Compressor Inalar  
Compact  
Ne-c701  
REF.15786



**OMRON**  
Inalador / Nebulizador  
Inalakids  
NE-C703 Bivolt  
Branco Compacto  
REF.17469



# Obesidade Infantil

*A cada três crianças brasileiras, uma está acima do peso.*

*Dados da OMS revelam que os filhos de hoje irão viver menos que seus pais*

A obesidade infantil atingiu níveis alarmantes no mundo. Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) mais de 40 milhões de crianças com idade de até cinco anos são obesas ou estão com sobrepeso. As informações são referentes aos anos de 1990 a 2014, sendo que nos anos 90 o número era de 31 milhões, havendo, portanto um aumento de mais de 32%.

Devido a isso a OMS propôs medidas de incentivo a atividades físicas para crianças e um guia sobre cuidados que a mãe deve ter durante o pré-natal. A preocupação ficou ainda maior depois que a Organização comprovou que as crianças de hoje viverão menos que seus pais em consequência da alimentação errada, que inclui especialmente comidas industrializadas e de fast-foods.

No Brasil os números também preocupam. Informações do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) revelam que uma a cada três crianças está acima do peso ideal. É importante estar atento aos sinais de obesidade infantil já que a doença potencializa as possibilidades de diabetes, hipertensão e colesterol alto. Além de levar a criança a ter baixa autoestima, o que pode desencadear depressão.

O educador físico Leonardo Inácio explica que diversos fatores podem provocar a obesidade infantil, dentre eles, a genética, a má alimentação e o sedentarismo. Além disso, o sobrepeso também pode ser fruto de alguma condição médica, como distúrbios hormonais ou uso de medicamentos.

As experiências nutricionais do início da vida também podem ter consequências duradouras, por isso o especialista dá algumas dicas do que deve ser feito.

“Os pais têm papel primordial nos primeiros anos da criança e precisam fornecer a elas uma alimentação saudável e uma infância ativa. Amamentar os bebês, por exemplo, regula melhor seu ganho alimentar”, ressalta.

De acordo com o profissional, também é imprescindível que os responsáveis pela alimentação das crianças ofereçam diariamente alimentos saudáveis e nutritivos como frutas e legumes. “É necessário estar atento aos sinais de saciedade dos filhos. As porções devem estar de acordo com a necessidade de sua idade e a mastigação deve ser feita lentamente”, afirma Leonardo.

O profissional ressalta a importância de fazer do momento da refeição uma hora agradável, onde não haja estresse, nem distrações. “Oferecer acessórios adaptados é uma boa alternativa no momento de fazer a criança se interessar pela comida. Pratos decorados com personagens de desenhos, por exemplo, é uma boa opção”, pontua.

Ele chama a atenção dos pais, ainda, para que estejam sempre atentos ao histórico familiar de obesidade e a fatores psicológicos que podem fazer a criança comer acima do normal.



**Prof. Leonardo inácio**  
CREF1 029476  
Educador Físico



## Coloplast

Desenvolvemos produtos e serviços que tornam melhor a vida de pessoas com condições médicas muito pessoais e realmente íntimas. Criamos soluções sensíveis às suas necessidades especiais.

Chamamos isso de "Intimate Healthcare", que, em português, significa *cuidado dedicado à saúde íntima*. Nosso negócio inclui cuidados com estomias, urologia, continência e tratamento de feridas.



[www.coloplast.com.br](http://www.coloplast.com.br)

Tornando a vida melhor



**SANA BABIES**  
Concha Flexível  
para amamentação  
REF.16087



**SANA BABIES**  
Recipiente hermético  
para armazenamento  
de leite  
REF.16085



**RAYOVAC**  
Pilhas Super Alcalina  
AA ou AAA Fusion



**INCOTERM**  
Medidor de Pressão  
Digital de Braço  
MB050



**RAYOVAC**  
Baterias para aparelhos auditivos



**INCOTERM**  
Medidor de Pressão  
Digital de Pulso MB060



**SANA BABIES**  
Sugador Aspirador Nasal  
Sana Babies® 100%  
Original



**GTECH**  
Bomba Tira Leite  
Manual



**INCOTERM**  
Termômetro Conforto  
Monitoramento da  
temperatura e umidade



**OMRON**  
Monitor de Pressão Arterial  
de Braço Profissional  
HBP-1100



**GTECH**  
Bomba Tira Leite  
Elétrica HBP1100



**ACCUMED**  
Nebulizador infantil  
NebDog  
azul e rosa



**INCOTERM**  
Umidificador de ar  
Ultrassônico  
UMD100



**G-TECH**  
Aparelho de Pressão  
Automático LA250



**WATERPIK**  
Refil Escova ou Jato  
Diversos Modelos  
de Acessórios  
indispensáveis para  
sua higiene bucal.



**WATERPIK**  
Irigador Oral  
Waterpik WP462B  
Bivolt Preto Com 2  
Ajustes de Pressão  
e 4 Bicos



**G-TECH**  
Umidificador  
Allergy  
Free Filter  
3 Litros



**GERATHERM**  
Nebulizador  
Compressor



**WATERPIK**  
Irigador Oral  
Ultra 100W



**WATERPIK**  
Irigador Bucal  
Ultra Portátil Waterpi  
WP450 Bivolt



**WATERPIK**  
Irigador Oral WF02B  
Portátil à Pilha



**RELAX MEDIC**  
Irigador Family Oral  
Cleaning Bivolt  
Relax Medic  
REF RM-IO003A



**RELAX MEDIC**  
Irigador Oral  
Sem fio  
RM-AP106300



**RELAX MEDIC**  
Escova dental  
à pilha Relax  
Flex Care  
REF RM-EE02950A






**COLOPLAST**

Pasta para Ostomia sem álcool 60Gr Brava. Bolsas e placas para Colostomia e Urostomia Adulto e Infantil.

**COLOPLAST**  
 Creme Antirressecamento da Pele Atrac Tain  
 REF.12227



**COLOPLAST**  
 Biatain Silicone



**COLOPLAST**  
 Biatain Ag

**COLOPLAST**  
 Curativo hidrocoloide Comfeel

**COLOPLAST**  
 Comfeel  
 Limpador de Pele Mod 4710



REF.13234

**COLOPLAST**  
 Fita adesiva elástica brava



**COLOPLAST**  
 Curativo Biatain AG Alginato Fita  
 REF.12233



**COLOPLAST**  
 Pasta brava sem Álcool  
 REF.11233



**COLOPLAST**  
 Lubrificante Desodorante Brava 240ml  
 REF.12060

**COLOPLAST**  
 Cinto Brava fixador para Bolsas de Ostomia Standard



**COLOPLAST**  
 Conveen Security 1PC  
 Auto Adesivo Latex e N/Latex



**COLOPLAST**  
 Brava Spray Barreira de Pele para Estomias 50ml  
 REF.13257

**COLOPLAST**  
 Curativos Biatain espuma + prata ou espuma + Ibuprofeno

**COLOPLAST**  
 Lubrificante Desodorante Brava 240ml  
 REF.12060



**CONVATEC**  
 Flexi-trak Dispositivo para Fixação de Cateter e Sondas (unidade)  
 REF.15183

**CURATEC**  
 Compressa com Emulsão de Petrolatum  
 7,6x20,3cm ou 7,6x7,6cm



**CURATEC**  
 Curativo com espuma de poliuretano para traqueostomia - 10x10cm ou 6x7cm

**CURATEC**  
 Curativos de Carvão Ativado e Hidrocolóide Bota de Unna - AGE Ácidos Graxos Essenciais

**NEW FORM**  
 Cinta para Ostomizados Unisex 70514A



**ORTHO PAUHER**  
 Protetor Facial Visor Cristal Face Shield  
 REF.17632



**SALVAPÉ**  
 Face Shield - Protetor Facial  
 Proteção facial contra impactos de partículas ou gotículas volantes.  
 REF.17646



**SALVAPÉ**  
 Face Shield - Protetor Facial Infantil.  
 Proteção para os alunos, tranquilidade para os pais



**POOLFIX**  
 Rede Tubular Elástica - Isenta de Latex  
 Diversos Tamanhos



Touca descartável com elástico  
 REF.2782

**CONVATEC**  
Removedor de adesivos  
Sensicare e Spray de Barreira  
Alcohol Free



▲ **CONVATEC**  
Curativos hidrocolóide  
Duoderm, bolsa e placas  
colostomia e urostomia,  
stomahesive e Saf-Gel.

**CONVATEC**  
Sachê Gel para  
controle de odor

Os sachês *Diamond* gelificam o conteúdo das bolsas de ileostomia ou fezes líquidas e, por consequência, fornecem conforto, qualidade e segurança aos pacientes.

REF.11793



▼ **CONVATEC**  
Curativo Aquacel  
AG Prata Estéril  
10cm x 10cm  
Curativo de Hidrofibra  
Antimicrobiano  
altamente Absorvente  
com Prata - Estéril

REF.770



▶ **3M**  
Cavilon  
é uma linha de produtos  
para prevenção de assaduras.  
Com tecnologia inovadora,  
forma um poderoso conjunto  
que limpa, protege e trata  
a pele em todas as idades



◀ **3M**  
Curativo Tegaderm 1622W e 1626W  
A película Tegaderm é uma película fina  
com um adesivo hipoalergênico isento de látex.  
Permite a passagem de oxigênio e umidade.  
É impermeável à água e líquidos,  
à bactérias e vírus.

▼ **WALTEX**  
Bolsa de Colostomia  
todos os tamanhos



◀ **CONVATEC**  
Curativo Carboflex  
10x10 cm Carvão Ativado  
REF.773



▲ **KOLPLAST**  
Kit Curativo  
Descartável Estéril  
REF.11925



▲ **DESCARPACK**  
Coletor para material  
perfuro-cortante



◀ **VENOSAN**  
Curativo Metalline é uma compressa  
altamente absorvente composta por algodão,  
viscose e uma camada de contato com a ferida  
que contém partículas de alumínio que evita a  
aderência da compressa ao leito da ferida e  
não favorece o crescimento bacteriano.

▲ **3M**  
Fita de Silicone de Remoção Suave.  
Não deixa resíduos na pele. Permite a  
reposição sem perder a adesão

REF.14677



▲ **DAUDT**  
Dersani Hidrogel  
Gel para tratamento de feridas  
com e sem Alginato



▲ **DAUDT**  
DERSANI - Loção Oleosa



▶ **B.BRAUN**  
Prontosan Líquido 350ml  
Indicado para limpeza de  
feridas "sujas", hidratação  
e descontaminação de  
feridas agudas e crônicas  
preparando de forma  
eficiente o leito da ferida  
para o curativo.

REF.13493 ▶



▲ **3M**  
Fita Transpore e Micropore  
Diversos Tamanhos



▲ **Avental Descartável**  
Manga Longa



▲ **Jalecos**



▲ **Jaleco Feminino**  
Acinturado Oxford

# MEU FILHO NÃO FALA



A aquisição de linguagem, ou fala, é um dos marcadores do desenvolvimento de uma criança. Assim como sentar, engatinhar e andar, os pais devem observar se os bebês estão evoluindo na comunicação oral e sinalizar qualquer atraso ao pediatra ou otorrinolaringologista.

Desde o nascimento, podemos notar a reação dos bebês aos sons. A cada mês, a atenção e o interesse se tornam mais evidentes: acordar com barulhos, procurar com os olhos um brinquedo com música e reconhecer a voz dos familiares.

Entre seis meses e um ano de vida, os bebês devem balbuciar sílabas como “lalala” ou “mamama”. A partir de 1 ano, a fala se inicia com palavras soltas, como “mamãe” e “água”. Aos dois anos, a comunicação evolui para a junção de duas palavras ou frases simples como “dá água”, “quer biscoito”.

Caso os pais notem a falta de reação adequada aos sons ou o atraso no início da fala, a criança pode precisar de uma investigação médica. A avaliação pediátrica é fundamental para identificar se existem outros atrasos associados, como não andar, não interagir ou não usar brinquedos corretamente para a idade. Em seguida, os exames de audição são essenciais para saber se o paciente está escutando bem.

No Brasil, todos os recém-nascidos devem realizar a triagem auditiva neonatal até os 30 dias de vida. Esta triagem será feita com o “teste da orelhinha”,

que tem a intenção de identificar uma possível surdez congênita. Para recém-nascidos de maior risco como prematuros, que ficaram em UTI ou que tenham familiares surdos, um outro exame mais completo (PEATE ou BERA) também deverá ser realizado até os 3 meses de vida.

Em alguns casos, quando a audição estiver normal, a criança com atraso de fala precisará apenas de mais estímulo para se desenvolver. Ir à escola, conviver com outras crianças, diminuir o uso de telas e fonoterapia podem ajudar neste processo.

Crianças com possíveis problemas de audição devem ser encaminhadas com urgência a um otorrinolaringologista. Quanto mais cedo diagnosticarmos qualquer perda auditiva, seja ela leve ou surdez profunda, mais possibilidades de tratamento teremos para que a criança desenvolva uma boa linguagem.

A prevenção, o diagnóstico precoce e o estímulo constante são os melhores amigos do desenvolvimento infantil!



**Dr<sup>a</sup> Isabela Varginha**  
CRM RJ 52.99219-4  
Otorrinolaringologista

**G-TECH**  
Cuidando do seu momento saúde

Aparelhos de Pressão  
Medidores de Glicose  
Nebulizadores  
Termômetros Digitais  
Balanças

f /gtechsaude | www.gtechsaude.com.br



**SALVAPÉ**  
Sandália ajustável  
Cunha Diabético



**SALVAPÉ**  
Digitala



**SALVAPÉ**  
Sandália Diabético Cunha ante-pé



**SALVAPÉ**  
Joelheira de  
Neoprene com  
cintas cruzadas



**SALVAPÉ**  
Tomozeira  
AirCast



**SALVAPÉ**  
Sandália Augusta  
Indicada para a  
Cirurgia Percutânea  
do Hallus Valgo



**CINTA MODERNA**  
Linha Cirúrgica  
Estética e Gestante



**SALVAPÉ**  
Forração para  
Calcanhar  
REF.3555

**SALVAPÉ**  
Forração para Cotovelo  
REF.3559



**DILEPÉ**  
Sandália Baruk



**MERCUR**  
Cinta Elástica  
Protetora de  
Gastrostomia



**SALVAPÉ**  
Imobilizador  
Articulado para  
Cotovelo 370



**SALVAPÉ**  
Estabilizador de Tornozelo 601  
Promove a estabilização do tornozelo.  
Tecido resistente. Barbatanas plásticas  
laterais e cintas elásticas cruzadas.  
Fechos aderentes. Lavável.



**SIGVARIS**  
Calçador de Meias Mordomo  
Prático e fácil de usar com todos os tipos de  
meias compressivas REF.12786



**VENOSAN**  
Calçador de Meias Venoglider.  
Portátil. A maneira mais prática de vestir  
suas meias compressivas.  
REF.12786



**TENSOR**  
Suporte Anatômico  
▼ Preto



**FAMARA**  
Espaldeira Bio Ativa

**ORTHO PAUHER**  
Chinelo Ortopédico Fly Feet  
Masculino e Feminino



**FAMARA**  
Luvas com Máxima Proteção Solar  
Harana Sun Curta e Longa



**FAMARA**  
Ataduras Forte e  
Alta Compressão

**CHANTAL**  
Shoulder Activator  
Indicado para ruptura do  
manguito rotador, subluxação  
do ombro, lesão Slap  
e tendinopatia.



**CHANTAL**  
Cotoveleira Elástica  
Elbow Support Oppo

**CHANTAL**  
Tomozeira Elástica  
Compressiva C/ Silicone  
Oppo / Chantal



**CHANTAL**  
Tala Manutec Fix Bilateral Orilman  
e Munhequeira Polegar Rizartrorse  
Manutec Fix Rizartr Orilman

**CHANTAL**  
Joelheira Stabilizer  
Knee Poly





**ORTHO PAUHER**  
Máscara GEL REF.: 14012

**ORTHO PAUHER**  
Bolsa Térmica GEL  
para Olhos - Tam único  
REF.: 14006



**ORTHO PAUHER**  
Bolsa Térmica GEL  
para Seios - Tam único  
REF.: 14010

**ORTHO PAUHER**  
KIT Tubos Facilitadores para  
preensão palmar - Multi Uso REF.: 13792



**ORTHO PAUHER**  
Bolsa Térmica GEL para Ombros  
REF.: 13942

**ORTHO PAUHER**  
KIT Fix Hand REF.: 13471

Diversos Tamanhos  
para Melhor Adaptação



**ORTHO PAUHER**

Máscara para dormir  
Viscopauher.  
Uma experiência  
revigorante com  
alto nível de conforto.

REF.14681



**ORTHO PAUHER**

Bolsa flexível para Gelo  
Tamanho P, M e G  
REF AC-070



**ORTHO PAUHER**

Creme Hidratante  
para Pés  
e Pernas  
REF.: 13287



**ORTHO PAUHER**

Gel Super  
Refrescante  
para pés  
e pernas  
cansadas  
REF.: 13289



**ORTHO PAUHER**

Creme Ultra  
Hidratante  
para Pés  
muito Secos  
e Ásperos  
REF.: 13295



**ORTHO PAUHER**

Gel Esfoliante  
Intenso para  
os Pés  
REF.: 13291



**ORTHO PAUHER**  
Desodorante Spray  
Antiodores para Pés  
e Calçados  
REF.: 13293



**PRO LINHA**  
TEA TREE CREAM  
Creme fortalecedor  
de unhas.  
REF.10099



**PRO PASTE**  
Óleo de  
Melaleuca  
Tea Tree  
100% Puro  
10 MI  
REF.10095



**ORTHO PAUHER**  
Órtese Macia  
Umbigo Anatômica  
Pós-Cirurgia  
100% Silicone  
REF.6338

**PALMITEC**  
Loção cremosa  
hidratante

REF.7133



**PALMITEC**  
Creme hidratante,  
e talco para os pés



**ORTHO PAUHER**  
Calha Ortopédica  
AFO Flexível  
AC 100  
Direita e Esquerda  
Tam M e G

**PRO ASSENTO**

Protetor de vaso  
Sanitário  
REF.2718



**ORTHO PAUHER**  
Sabonetes Funcionais  
Shiatsu, Maracujá,  
Carvão Vegetal Ativado,  
Erva Cidreira  
ou Hortelã



**ORTHO PAUHER**  
Lixa Anatômica  
Polidora de Unhas



**ORTHO PAUHER**  
Lupa/ Lente - Aumento Com Iluminação  
REF.13794

**ORTHO PAUHER**  
Pilates Fisioball 45cm  
REF.7550



**ORTHO PAUHER**  
Pantufa Ortopédica  
Viscopauher  
Azul ou Preto



**ORTHO PAUHER**  
FISIOEASFERAS  
Esfemas Massageadoras  
FISIO PAUHER (2 unidades)



**ORTHO PAUHER**  
Almofada PRO COLUNA  
AC001

**ORTHO PAUHER**  
Disco Multiuso Fisiopauher  
REF.7838



**ORTHO PAUHER**  
Massagador Para os Pés  
Happy Foot  
Diversas Cores



**ORTHO PAUHER**  
Lâmina Skin Abdominal  
Pós Cirúrgico  
REF.2418



**ORTHO PAUHER**  
Lâmina Skin Mamária  
REF.2419



**ORTHO PAUHER**  
Soft-Pad de Silicone

REF.2639



**ORTHO PAUHER**  
Almofada de Silicone  
Yoga Pad  
REF: FG41



**ORTHO PAUHER**  
Joelheira Ortopédica  
Neoprene Longa  
com Orifício  
Ref - AC318 (P/M/G)



**ORTHO PAUHER**  
Prótese de Mama  
SiligelMamma



**ORTHO PAUHER**  
Calcanheira Sob Gel

**ORTHO PAUHER**  
Encosto Ortopédico  
Dinâmico e Flexível  
REF AC-010



**ORTHO PAUHER**  
Bastão Antiatriito  
Magic Foot com 13g



**ORTHO PAUHER**  
Meia compressiva Panturrilha 3/4  
Angio Pauher REF:157 (P/M/G/GG)  
(Longa / Curta)

**ORTHO PAUHER**  
Tornozeleira Longa  
de suporte  
Ref - AC113 (P/M/G)



**ORTHO PAUHER**  
Pulseira de biosegurança  
em Silicone para álcool Gel



**ORTHO PAUHER**  
Munhequeira com  
tira no polegar  
Tamanho Único  
Ref - 12919



**ORTHO PAUHER**  
Tira sub-patelar  
Tamanho Único  
Ref - 12917



**ORTHO PAUHER**  
Palmilha com Arco Terapêutico e Piloto

**ORTHO PAUHER**  
Calcanheira para Esporão

**ORTHO PAUHER**  
Apoio Plantar para Metatarsalgia  
REF.2397



**ORTHO PAUHER**  
Protetor para Calcanhar  
Revita Skin 6 em 1  
REF.11423



**ORTHO PAUHER**  
Sapatilha de Gel



**ORTHO PAUHER**  
Sandália com Arco Piloto Total Support



**ORTHO PAUHER**  
Meia Ortopédica para Joanete Pro Hallux



**ORTHO PAUHER**  
Placa Multi-Use de Gel Aderente 8x10 Cm Contra Calos e Bolhas  
REF10730



Indicado para Calcanhar rachado ou ressecado, fascite plantar, alívio das dores, prevenção de patologias do calcanhar. Incrível conforto, ajuste para sapatos folgados, elimina atrito e roce no tendão.



**NOVIDADE**

**Ponteira Safety Pauher**  
Com Articulação Dinâmica  
REF 13203/13205



**ORTHO PAUHER**  
Meia Ortopédica para Diabéticos Pro-Diabetic

**ORTHO PAUHER**  
Disco Multi Trainer para mãos, dedos e antebraço Thera Pauher REF.: FG31



**ORTHO PAUHER** REF.17490  
Gel Negro Massagem com ativo Nanotecnológico. Possui efeito refrescante (Ice Effect). Tem rápida absorção e promove uma massagem corporal que proporciona alívio e refrescância.



**ORTHO PAUHER**  
Puxador de Zíper REF.13209

**ORTHO PAUHER**  
Meia compressiva Esportiva PERFORMANCE



**ORTHO PAUHER**  
Kinesio-Pauher Classic Tape REF:1046 (Amarelo, Azul, Verde Vermelho, Rosa, Preto,Bege)



**ORTHO PAUHER**  
KIT Anel adaptador



**NOVIDADE**

**ORTHO PAUHER**  
Rolo Ortopédico para Massagem nos Pés e Mãos REF: 6925

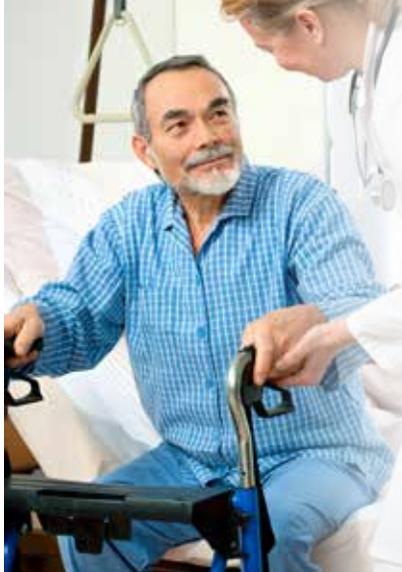


**ORTHO PAUHER**  
Bolsa Inteligente Impermeável para Cadeira de Rodas REF: 12893

**NOVIDADE**



# CUIDE BEM DO SEU IDOSO !



De acordo com a Organização mundial da saúde (OMS) idoso é todo indivíduo com 60 anos ou mais.

O Brasil tem mais de 28 milhões de pessoas nessa faixa etária, número que representa 13% da população do país segundo IBGE. (censo2020.ibge.gov.br).

Na chegada da terceira idade ocorrem mudanças em todo organismo, entre eles, envelhecimento de órgãos, enfraquecimento dos ossos, diminuição da massa muscular, diminuição do controle corporal e equilíbrio, diminuição da visão etc.

De acordo com esses dados garantir a segurança de idosos dentro de casa é fundamental. Afinal a taxa de acidentes residenciais com idosos é extremamente alta. Ou seja, não adianta ter uma casa confortável, é preciso que ela seja segura.

A boa notícia é que com medidas simples é possível criar um cenário seguro tanto para idosos quanto para os familiares.

Apresentamos algumas dicas para aumentar a segurança de idosos dentro de casa.

- Coloque barras de segurança no banheiro, próximas ao vaso sanitário e do chuveiro.
- Se necessário uso de elevação no vaso sanitário, facilitando o sentar e o levantar.
- Evite uso de tapetes para diminuir o risco de quedas
- Troque piso por antiderrapantes para diminuir o risco de escorregões e conseqüentemente a queda.
- Evitar uso de escada, em caso de residência com 2 ou mais pavimentos centralizar as tarefas do cotidiano do idoso em apenas um andar ou transfira o dormitório do idoso para o térreo. Se não for possível considere a opção de instalar barras de apoio e piso antiderrapante nas escadas.

- Cadeiras e poltronas sempre com braços para que o idoso tenha apoio para se levantar.
- Cama e colchão que favoreça o deitar e levantar, alinhados conforme a altura do usuário, é importante também que a cama tenha suporte de barras.
- Deixar caminho livre, poucos objetos e móveis nos ambientes para não atrapalhar a locomoção.
- Boa iluminação, casa de idosos deve ser bem iluminada, instalar tomadas e interruptores ao alcance das mãos deles. Providenciar luminárias para colocar ao lado da cama.
- Telefones úteis, separe agenda ou caderneta, coloque em lugar bem visível com os principais contatos que os idosos devem ligar em caso de emergência.
- Medicamentos, escreva os horários a serem seguidos e deixe apenas a quantidade para uma semana, por exemplo.
- Roupas e calçados, prefira roupas sem zíper, como short e calça de elástico na cintura, calçados confortáveis com palmilhas ortopédicas, sem cadarço para evitar acidentes. Calçado com solado gasto podem provocar queda e problema na coluna.
- Talheres e objetos adaptados, para aqueles que apresentam comprometimento de membros superiores, adaptadores de alça facilitam o manuseio desses objetos.

Com esses cuidados podemos prolongar a vida dos nossos idosos.



**Dr.ª Maria Luíza C. Neves**  
 CREFITO 153862-F  
 Fisioterapeuta  
 Promotora Técnica Tecnomedi

**Acessórios para conforto  
 o presente que todo mundo quer!!!**

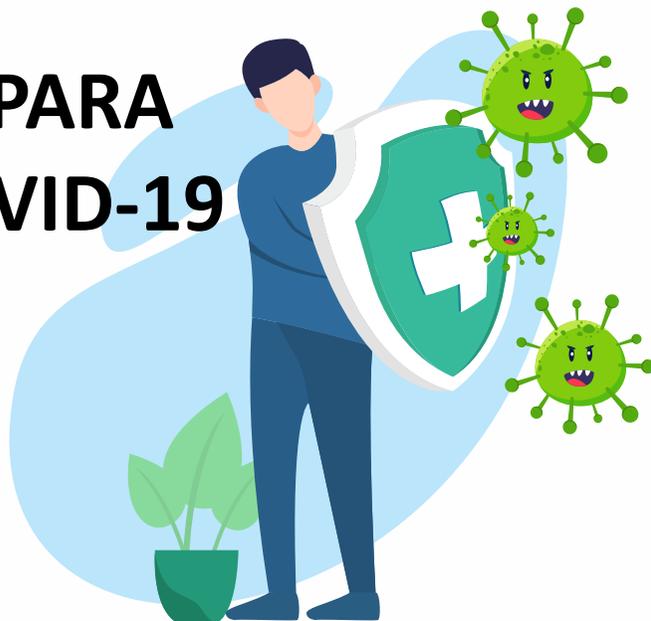
Rolinhos posturais  
 Encostos de descanso  
 Almofadas quadradas e redondas



**Naturlatex**  
 o serviço do conforto



# CUIDADOS GERAIS PARA PREVENÇÃO DA COVID-19 E DEMAIS VÍRUS.



Quanto às pessoas que não estão infectadas, as orientações são especialmente de tentar se proteger contra uma possível contaminação. Essa proteção pode ser feita através de medidas gerais contra qualquer tipo de vírus, que incluem:

1. Lavar frequentemente as mãos com água e sabão por, pelo menos, 20 segundos, especialmente depois de estar em contato com alguém que possa estar doente;
2. Evitar frequentar locais públicos, fechados e com muita gente, como shoppings ou academias, preferindo ficar em casa o máximo de tempo possível;
3. Cobrir a boca e nariz sempre que precisar tossir ou espirrar, utilizando um lenço descartável ou a roupa, por exemplo;
4. Evitar tocar os olhos, nariz e boca;
5. Utilizar máscara de proteção individual se estiver doente, para cobrir o nariz e a boca sempre que precisar estar num local fechado ou com outras pessoas;
6. Não compartilhar objetos pessoais que possam estar em contato com gotículas de saliva ou secreções respiratórias, como talheres, copos e escovas de dentes;
7. Evitar o contato com animais selvagens ou qualquer tipo de animal que pareça estar doente
8. Manter os ambientes fechados bem arejados, abrindo a janela para permitir a circulação de ar;
9. Cozinhar bem os alimentos antes de ingerir, especialmente carne, e lavar ou retirar a casca de alimentos que não precisem ser cozinhados, como frutas.

## Como se proteger em casa:

Durante uma situação de pandemia, como está acontecendo com a COVID-19, é possível que seja recomendado ficar em casa o máximo de tempo possível, para evitar o aglomerado de pessoas em locais públicos, já que isso pode facilitar a transmissão do vírus.

Nesses casos, é muito importante ter alguns cuidados mais específicos dentro de casa para proteger toda a família, que incluem:

- Retirar os sapatos e roupas na entrada de casa, principalmente caso se tenha estado em um local público com muitas pessoas;
- Lavar as mãos antes de entrar em casa ou, caso não seja possível, imediatamente após entrar em casa;
- Limpar regularmente as superfícies e objetos

SIGVARIS

Dê às suas pernas a atenção que elas merecem.



[www.sigvaris.com.br](http://www.sigvaris.com.br)



[sac@sigvaris.com.br](mailto:sac@sigvaris.com.br)



[facebook.com/sigvaris.br](https://facebook.com/sigvaris.br)



SAC 0800 707 7311

que são mais utilizados, como mesas, balcões, maçanetas, controles remotos ou celulares, por exemplo. Para a limpeza pode ser usado o detergente normal ou uma mistura de 250 ml de água com 1 colher de sopa de água sanitária (hipoclorito de sódio). A limpeza deve ser feita com luvas;

- Lavar as roupas utilizadas no exterior ou as que estejam visivelmente sujas. O ideal é lavar na temperatura mais alta recomendada para o tipo de tecido de cada peça. Durante este processo é aconselhado usar luvas;
- Evitar compartilhar pratos, talheres ou copos com os familiares, incluindo dividir comida;
- Evitar o contato muito próximo com os familiares, especialmente com aqueles que precisam ir regularmente a locais públicos, evitando beijos ou abraços durante períodos de maior epidemia.

Além disso, é importante manter todos os cuidados gerais contra vírus, como cobrir o nariz e a boca sempre que for preciso tossir ou espirrar, assim como evitar o aglomerado de muitas pessoas dentro do mesmo cômodo da casa.



Caso exista alguma pessoa doente dentro de casa é muito importante ter medidas extra de prevenção, podendo até ser necessário colocar essa pessoa num quarto de isolamento.

### Como preparar um quarto para isolamento

O quarto de isolamento serve para separar pessoas doentes dos restantes familiares saudáveis, até que seja dada alta por um médico ou até que seja feito um teste para coronavírus com resultado negativo. Isso porque, como o coronavírus causa sintomas semelhantes a uma gripe ou resfriado, não existe forma de saber quem pode estar de fato infectado ou não.

Este tipo de quarto não precisa de preparação especial mas deve ter sempre a porta fechada e a pessoa doente não deve sair do cômodo. Caso seja necessário sair para ir ao banheiro, por exemplo, é importante que seja utilizada uma máscara para que a pessoa se movimente nos corredores da casa. No final, o banheiro deve ser limpo e desinfetado de cada vez que é utilizado, principalmente o vaso, chuveiro e a pia.

No interior do quarto, a pessoa deve também manter os mesmos cuidados gerais, como usar um lenço descartável para cobrir a boca e o nariz sempre que precisar tossir ou espirrar e lavar ou desinfetar as mãos frequentemente. Qualquer objeto que seja utilizado no interior do quarto, como pratos, copos ou talheres deve ser transportado com luvas e lavado imediatamente, com água e sabão.



**Dr Marcelo Moren Netto**  
Médico da família  
CRM 52.98237.7

É FÁCIL E EFICIENTE PARA VOCÊ CUIDAR DA SAÚDE TODOS OS DIAS.

All for Healthcare

MONITOR DE PRESSÃO  
ARTERIAL DE PULSO  
CONTROL HEM-6124



MONITOR DE PRESSÃO  
ARTERIAL DE BRAÇO REF. 13531  
CONTROL+ HEM-7122



INALADOR COMPRESSOR  
INALAR



omronbrasil.com

**OMRON**

Conectada em você



**CHANTAL**  
Bota imobilizadora  
Robocop  
Curta e Longa

**Babuche**  
**WEDGE SOFT WORKS**  
Modelos Fechado  
e Aberto Uso Profissional  
Cores: Branco, Preto e Azul



**WEDGE SOFT WORKS**  
Calçado Ocupacional  
Sapatilha Branca  
CA-34061

**SALVAPÉ**  
Bota imobilizadora  
Robofoot Infantil  
Azul e Rosa



**SALVAPÉ**  
Joelheira EZ Brace



**WEDGE SOFT WORKS**  
Calçado Ocupacional  
Tênis Works  
CA-37212



**BOA ONDA**  
Calçado Ocupacional  
Susi, Sublime,  
Master e Bio

**ONFIT**  
Meia Mini  
diversas cores  
e tamanhos.  
Feminino e Masculino.



**CHANTAL**  
Colar Cervical Aspen  
Adulto e Infantil



**CHANTAL**  
Colete Cervical Aspen  
Adulto e Infantil  
REF.17062



Pós-operatório de  
cirurgias de reconstrução ligamentar  
do joelho.

Estabilidade à articulação acometida,  
protegendo e minimizando o risco de  
novas lesões.

Auxilia o paciente no retorno às  
atividades diárias e à prática esportiva



**CHANTAL**  
Faixa Elástica Thera-Band  
(várias cores)



**Chantal**

**CHANTAL**  
Educador Postural C329



**CHANTAL**  
Tala para punho com  
dedos livres bilateral



**CHANTAL**  
Suporte para ombro  
neoprene



**CHANTAL**  
Coxal ajustável  
REF.6196



**CHANTAL**  
Munhequeira ajustável Active  
REF.11381



**CHANTAL**  
Tipóia Imobilizadora Estofada  
Velpeau Infantil

**CHANTAL**  
Bota imobilizadora, colete e  
colar cervical - Linha infantil



**CHANTAL**  
Funda para Hérnia Inguinal

## SAÚDE E BEM ESTAR EM TRAVESSEIROS E ACESSÓRIOS PARA CAMA

Produtos diferenciados alinhados às  
necessidades da saúde, oferecendo  
praticidade e conforto.

www.fibrasca.com.br

FIBRASCA





# Estilo de vida na Saúde

É muito comum, ao final de uma consulta médica, nós médicos dizermos que você precisa mudar seu estilo de vida. Principalmente, se você foi a consulta de um médico endocrinologista ou outro especialista que trate de doenças crônicas não transmissíveis como o diabetes, obesidade, hipertensão arterial e dislipidemia.

O quanto é difícil mudar o estilo de vida, não é?

Mas por que é tão difícil mudar nosso estilo de vida? Porque cerca de 40% das nossas ações diárias são repetidas de forma automática, no intuito de “poupar” nosso cérebro. Surgem então os hábitos, e parece impossível mudá-los!

A medicina do estilo de vida é a prática baseada em evidências para ajudar indivíduos e famílias a adotarem e manterem comportamentos saudáveis que afetam a saúde e a qualidade de vida.

Surgiu para abordar as doenças crônicas, e em 2004 foi criada a primeira sociedade profissional no colégio americano de medicina do estilo de vida em Harvard. No Brasil, em junho de 2018, com a criação do colégio brasileiro de medicina do estilo de vida. Aqui, ainda não é considerada uma especialidade médica pelo Conselho Federal de Medicina.

Caracteriza-se pela gestão de saúde em equipe, sendo que o paciente tem participação ativa e principal.

A medicina do estilo de vida baseia-se em 6 pilares: Nutrição, movimento, conexões sociais, álcool e tabaco (controle de tóxicos), sono e gerenciamento do estresse.

Dentro da nutrição, é muito importante a dieta “plant based” (baseada em vegetais) que está associada a redução de inflamação crônica e bons desfechos em saúde. Não significa tornar-se vegano. Significa incluir mais vegetais, frutas, legumes e grão integrais na nossa alimentação, tirando o destaque da proteína animal.

Outra visão importante é sobre o exercício físico, que é visto como o movimento ativo e estimulado através de técnicas motivacionais dentro dos hábitos que já possuímos.

Dentro do gerenciamento do estresse, os pacientes são auxiliados a reconhecer repostas negativas ao estresse e gerar mecanismos para lidar melhor com ele.

Você tem um estilo de vida saudável? Já pensou sobre isso? Vamos pensar juntos?

Procure um profissional de saúde que possa trabalhar com você na promoção de saúde e bem estar.

**Dr<sup>a</sup> Fernanda Braga Albuquerque**  
CRM 5281459-8 RQE 19683  
Endocrinologista e Metabologista  
Mestre em Medicina  
Pós Graduada em Estilo de Vida e  
Coaching de Saúde e Bem Estar



Está na hora de cuidar de você.

Consultas com hora marcada  
Cabines Individuais.  
Agende uma avaliação Grátis.

(24) 3348-0497

WhatsApp (24) 9 8109-1354

Seus pés merecem cuidado profissional



all pé

PODOLOGIA

Rua 33, 94 - Vila - Volta Redonda

DELIVERY  
TECNOMEDI

Consulte a disponibilidade nas Lojas e receba o produto com segurança em sua casa.



A GENTE VAI ATÉ VOCÊ!

Cinta Modeladora **Postural Fit** by SalvaPe

Joelheira **Free Knee**

Colete **Comfort** by SalvaPe

SALVAPE | salvape.com.br | 11 3346 4535 | SalvaPeOficial | SalvaPe.Oficial

CINTA MODERNA

www.cintamoderna.com.br

ACCU-CHEK® Guide

CHEGOU  
**ACCU-CHEK® Guide**  
Rápido, prático e inteligente.  
É com precisão que damos valor à sua vida.

NOVO FRASCO:  
Evita a queda das tiras

Roche

ACCU-CHEK®

A vida se sente quando você está saudável. Não pode esperar.  
Tudo isso acontece porque.  
ACCU-CHEK, ACCU-CHEK GUIDE e INSTECUR são marcas da Roche. ©2018 Roche Diagnostics GmbH. Reg. ANVISA 61414021895, 61414021896, 61414021897, 61414021898. Cód. BR-1290, Março 2018.

**TECNOMEDI**®

A MAIOR REDE DE LOJAS DE PRODUTOS MÉDICOS E HOSPITALARES DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

**RIO DE JANEIRO** – CENTRO: Rua 7 de Setembro, 120 – Tel: (21) 2224-5011 – **FREGUESIA**: Estrada dos Três Rios, 200, bl. 1, Lj. B – Tel: (21) 3412-7627 – **IPANEMA**: Rua Vinícius de Moraes, 110, Lj. A – Tel: (21) 2267-7209 – **MADUREIRA**: Estrada do Portela, 99 Lj. 257 – Tel: (21) 2489-9413 – **MÉIER**: Rua Dias da Cruz, 303 Lj. B – Tel: (21) 2597-3456 – **TIJUCA**: Rua Santo Afonso, 445 Lj. A – Tel: (21) 2567-2320 – **BOTAFOGO**: Rua Voluntários da Pátria, 336 Lj. B – Tel: (21) 2537-7935 – **VOLTAREDONDA** – ATERRADO: Av. Paulo de Frontin, 36 – Tel: (24) 3347-4019 – **VILASTA CECÍLIA**: Rua 33, 94 – Tel: (24) 3342-8608 – **RESENDE** – **CAMPOS ELÍSEOS**: Rua Gulhot Rodrigues, 118, Lj. 1, Tel: (24) 3360-1433 – **NOVA IGUAÇU** – **CENTRO**: Trav. Mariano de Moura, 77, Lj. 5 – Tel: (21) 2668-2472 – **DUQUE DE CAXIAS** – **CENTRO**: Rua José de Alvarenga, 95A, Lj. 8 – Tel: (21) 3657-3525 – **JARDIM 25 DE AGOSTO**: Av. Presidente Vargas, 292 – Tel: (21) 3774 5573 – **BARRA MANSÁ** – **CENTRO**: Rua Orozimbo Ribeiro, 68 – Tel: (24) 3323-8631 – **BARRA DO PIRAI** – **CENTRO**: Praça Oliveira Figueiredo, 23 – Tel: (24) 2442-0058

SAC – sac@tecnomedi.com.br – www.tecnomedi.com.br – /tecnomedi @tecnomedi\_

TECNOMEDI  
PRODUTOS MÉDICOS E HOSPITALARES

30  
ANOS