

# Revista *sbot*go

Uma publicação oficial da Sociedade Brasileira  
de Ortopedia e Traumatologia – Regional Goiás



nº 22  
Agosto | 2010



## *Envelhecer*

é inevitável e irreversível. Mas como agir para manter o  
pique e a saúde dos ossos nessa fase da vida?  
Preocupação também é de quem ainda não chegou lá

### ENTREVISTA

Sérgio Daher e a batalha pelo Crer

### MEDICINA

Carreira: caminhos a escolher

### CUIDE-SE

Tudo sobre a saúde da sola dos pés

### ACESSIBILIDADE

Cadeira de rodas sob medida



# Ressonância Magnética 1.5 Tesla



Diretor Técnico: Cristiano Rezio Fonseca CRM-GO 9335



Rua T-27 esq. com T-49 nº 819 - Setor Bueno - Goiânia - GO - Telefone: 3251-2898





# 40 Anos

## Editorial

### UMA NOVIDADE LAPIDADA

Este é o segundo resultado da missão empreendedora que a SBOT-GO assumiu em 2010. Uma revista nova, democrática e sem intenções subjacentes. Em maio, com a edição nº 21, chegamos à maioria. Agora, resta-nos a tarefa da constante superação. Nosso foco é o intercâmbio de ideias entre o ortopedista e a sociedade e assim o fazemos sem artilharias. Despida de pretensões, apenas concebendo a missão de informar com responsabilidade, a REVISTA SBOT-GO acredita que uma boa imprensa se faz com constante ponderação, sem bandeiras. Isso quer dizer oferecer a você, leitor, um modelo mais justo e verdadeiro de comunicação.

Apesar de amplamente conhecida por tratar dos problemas decorrentes de uma fratura em idosos, a ortopedia pode, também, oferecer uma série de ensinamentos para a prevenção desses casos. Assim, quem entra em foco são os idosos. E por que não dizer, todos os seres humanos? Afinal de contas, como observam nossas fontes, chegar lá é a razão de ser de todos, independente de faixa etária. Refletir sobre a qualidade de vida na velhice significa pensar, também, sobre as escolhas do hoje.

Quem também aparece por aqui são os cadeirantes, que lêem, em matéria especial, tudo sobre os benefícios de uma cadeira de rodas personalizada. Além disso, nessa edição você lê ainda uma sincera entrevista com o ortopedista Sérgio Daher, mentor do Centro de Reabilitação e Readaptação Dr. Henrique Santillo (Crer).

Nesse espírito, agradecemos pela companhia e desejamos uma boa viagem em nossas páginas.

A Equipe.

- 4 Fórum de Defesa Profissional
- 5 Aconteceu
- 6 Tome Nota
- 8 Entrevista - Sérgio Daher
- 10 Rede Social
- 11 Capa - Muito além de damas e bordados
- 14 Cuide-se
- 16 Medicina
- 17 Acessibilidade
- 18 Galeria

Peça seu exemplar em nosso site.

Sua opinião é muito importante!  
Envie críticas e sugestões para  
[imprensa@sbotgo.org.br](mailto:imprensa@sbotgo.org.br).

Ano 6 N° 22

[www.sbotgo.org.br](http://www.sbotgo.org.br)  
[sbotgo@sbotgo.org.br](mailto:sbotgo@sbotgo.org.br)

[www.twitter.com/sbotgo](http://www.twitter.com/sbotgo)



## Expediente

Órgão Oficial de Publicação da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia - Regional Goiás  
Rua do Tritão, Quadra 10, Lote 29, Jardim Atlântico - Goiânia/GO - CEP 74.343-570  
Fones: (62) 3251-0129 / 3087-0129

### Diretoria Executiva

Presidente: Augusto Braga dos Santos  
Vice-Presidente: Paulo Silva  
1º Secretário: Helder Rocha Silva Araújo  
2º Secretário: Jefferson Soares Martins  
1º Tesoureiro: José Umberto Vaz de Siqueira  
2º Tesoureiro: Carlos Eduardo Cabral Fraga

### Comissão de Publicação e Divulgações

Flávio Leão Rabelo  
José Miguel Hanna

Uma publicação da Assessoria de Comunicação da SBOT Goiás  
[imprensa@sbotgo.org.br](mailto:imprensa@sbotgo.org.br)

Jornalistas responsáveis: Fernando Carballido  
Igor Augusto Pereira

Projeto gráfico: Renata Rosa  
Diagramação: Leandro Cordeiro  
Fotografias: Aline Caetano

Impressão: Gráfica Art3  
Tiragem: 1.200 exemplares

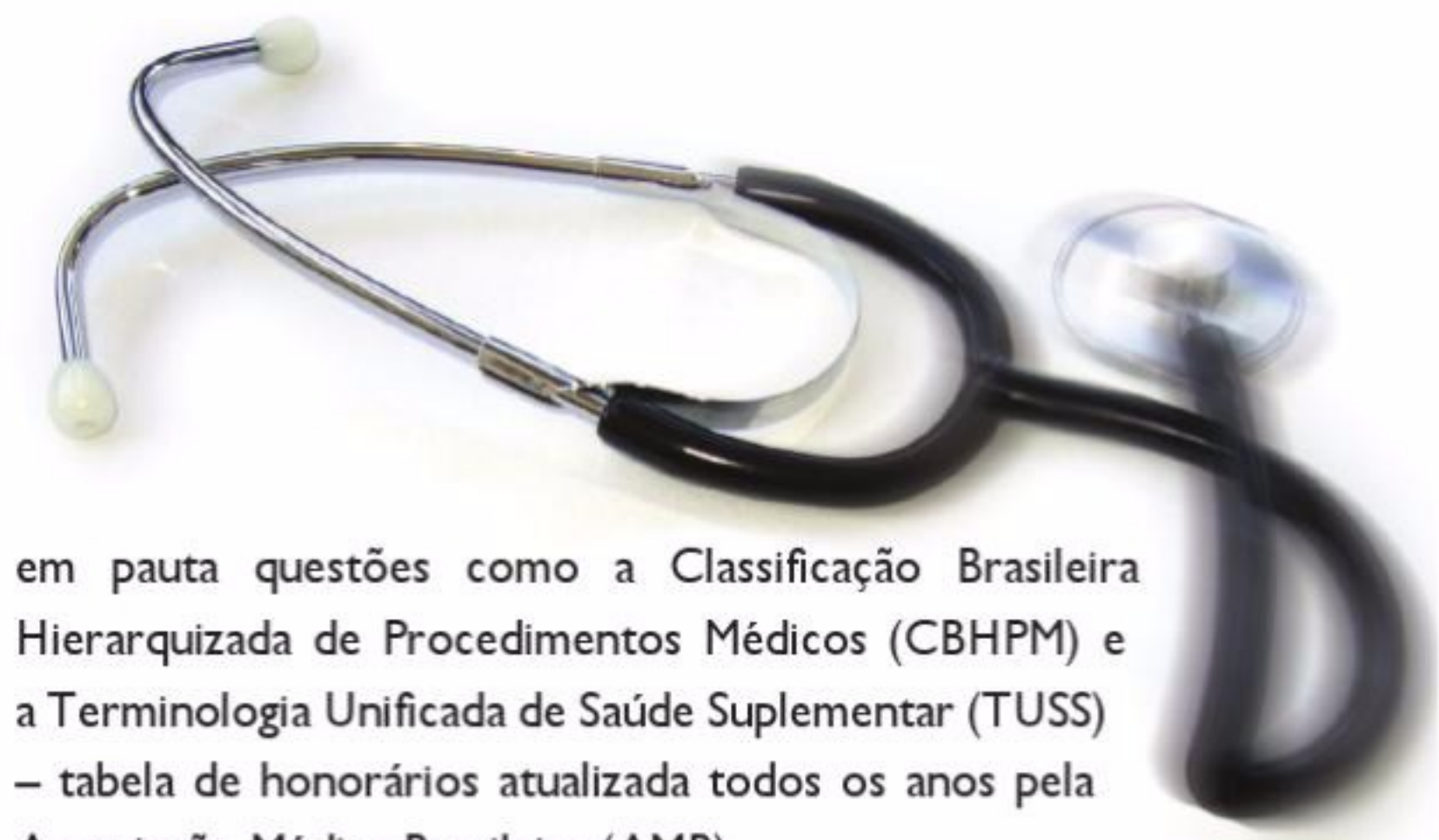


# Dignidade profissional em foco

Evento idealizado por ortopedista goiano deve discutir relação entre médicos e planos de saúde

Ortopedistas de todo o Brasil irão debater questões trabalhistas em evento realizado no segundo semestre. Trata-se do Fórum de Defesa Profissional Nacional, concebido pelo goiano Robson Azevedo. De acordo com seu idealizador, o evento tem a intenção de discutir políticas da relação entre médicos e operadoras de plano de saúde. O resultado das mesas-redondas será apresentado no Congresso Brasileiro de Ortopedia e Traumatologia (CBOT), que acontece em novembro, na capital federal.

Robson Azevedo, que é presidente da Comissão de Dignidade e Defesa Profissional da SBOT, explica que o encontro será composto de dois momentos. "Faremos duas mesas-redondas, uma convencional, com temas apresentados por convidados, e outra aberta a debates", completa. Entram



em pauta questões como a Classificação Brasileira Hierarquizada de Procedimentos Médicos (CBHPM) e a Terminologia Unificada de Saúde Suplementar (TUSS) – tabela de honorários atualizada todos os anos pela Associação Médica Brasileira (AMB).

## PLANOS DE SAÚDE DIFICULTAM CIRURGIAS

Pesquisa realizada pela SBOT Nacional mostrou que pelo menos sete de cada dez ortopedistas do País já tiveram alguma solicitação negada pelo plano de saúde. Os procedimentos mais recusados são, nessa ordem: cirurgias, atendimento ambulatorial ou exames, material cirúrgico, próteses e implantes. A classe reclama que muitos planos insistem em não aplicar a tabela nacional da AMB, além de não aceitarem padrões de honorários.

## Carta do Leitor

Participe da elaboração da REVISTA SBOT-GO. Você pode comentar as matérias lidas aqui ou sugerir novas pautas. Solte o verbo pelo nosso e-mail: [imprensa@sbotgo.org.br](mailto:imprensa@sbotgo.org.br)



ELETRONEUROFISIATRIA  
DR. FABRÍCIO NUNES CARVALHO

CLÍNICA ESPECIALIZADA EM  
ELETRONEUROMIOGRAFIA

Dr. Fabrício Nunes Carvalho CRM-GO 9303  
Fisiatria e Neurofisiologia Clínica

INSTITUTO FISIÁTRICO DE GOIÁS  
Rua 16-A, 10, Setor Aeroporto - Goiânia/GO  
ao lado do Laboratório Atalaia da Av. Tocantins  
(62) 3223-0208 / 3223-0292

O Instituto Fisiátrico também realiza os serviços de:  
Densitometria Óssea (CEDOG), Raio-X, Fisioterapia, Terapia Ocupacional,  
Fonoaudiologia, Psicologia e Perícia Médica

"A SBOT-GO está de parabéns pela revista. Ela tem um bom conteúdo e é notável o cuidado com o bom português. Vou acompanhar!"

**Monise Pinto - Goiânia/GO**

"Adorei a revista. Os textos são simples e de fácil interpretação. A parte visual também é excelente! Vou mostrar a matéria de capa para minha família. É super interessante! Uma dica: por que não incluir um espaço com dicas de entretenimento?"

**Priscylla Martinatto - Goiânia/GO**





# Clubes são sinônimo de aprimoramento profissional

Auditório da SBOT-GO é espaço oficial de reuniões científicas

Dois eventos científicos marcaram a segunda parte do semestre na sede da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia – Regional Goiás (SBOT-GO). O primeiro deles, Clube do Pé, foi realizado em maio. Participaram da reunião personalidades de reconhecida atuação na área, como os ortopedistas convidados, os paulistas Rafael Trevisan Ortiz e Ricardo Cardenuto Ferreira. A dupla apresentou palestras sobre fraturas do tálus, do calcâneo e do pilão tibial. A segunda parte do evento, que recebeu cerca de 40 pessoas, foi dedicada a discussões de casos clínicos entre os presentes. Além da programação científica, o Clube do Pé contou com o lançamento da REVISTA SBOT-GO, *coffee break* e sorteio de brindes.

Realizado no fim de junho, o Clube do Membro Superior bateu meta inédita de comparecimento entre os eventos deste ano. Mais de 70 pessoas lotaram o auditório da SBOT-GO para acompanhar as palestras de Benno Ejnisman e Flávio Faloppa, professores da Escola Paulista de Medicina da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Além de médicos que atuam na área, o evento recebeu a participação de ortopedistas de outras especialidades, residentes e convidados. De acordo com Faloppa, um dos temas mais controversos nos estudos de Membro Superior é o tratamento de fratura do rádio distal. O assunto ganhou notoriedade nos últimos congressos da área, em virtude da diversidade de estudos sobre o tema. “As maiores demandas para transferências de hospitais públicos para instituições particulares e especializadas são casos de mão”, contou o médico.

Para Benno Ejnisman, o sucesso do evento em Goiânia é fruto do interesse da comunidade médica local em aprimorar conhecimentos. “O nível dos ortopedistas goianos é bem alto. São pessoas que frequentam os melhores eventos científicos, mesmo o público jovem não é iniciante”, define. Faloppa destaca a participação das lideranças regionais na SBOT Nacional. “A presença de goianos na Sociedade tem se manifestado de maneira rigorosa, intensa e representativa”, completa. Segundo Faloppa, a prática demonstra comprometimento com as políticas nacionais da especialidade.



**FumDap<sup>®</sup>**  
Fundo de DEFESA  
e Assistência Profissional

*Os ventos podem mudar...*  
*De uma hora para outra.*

**62 3954-9079**  
Av. T-9, Qd. 90, 1.077 - St. Bueno - Goiânia-GO



# O que é o DPVAT?



Vítimas de acidentes de trânsito podem receber a indenização do seguro obrigatório, o DPVAT, direto na conta bancária. Mas, diferente do que muita gente pensa, o processo dispensa a interferência de terceiros. Em caso de acidente com morte, o cônjuge ou os filhos têm direito à indenização. A indenização também vale para quem foi vítima de acidente com veículo não-identificado e é paga independente de apuração de culpa. Os documentos requeridos variam de acordo com a data e a natureza do fato. No caso de reembolso de despesas médico-hospitalares, o valor é de R\$ 2,7 mil por vítima. Para caso de invalidez ou morte, a importância paga pelo DPVAT é de R\$ 13,5 mil. Para mais informações, ligue gratuitamente para 0800 022 1204.

## Metade dos brasileiros está acima do peso

Estudos do governo federal mostram elevação na taxa de adultos com sobrepeso e obesidade no País. Os brasileiros com excesso de peso chegam a 46,6%, enquanto os obesos são 13,9% da população. De acordo com a pesquisa, o crescimento é uma tendência mundial, que reflete uma queda no consumo de alimentos saudáveis e substituição destes por produtos industrializados e refeições pré-preparadas. Combinados ao sedentarismo, esses fatores influenciam principalmente indivíduos entre 55 e 64 anos, que ainda sofrem com doenças crônicas, como hipertensão e diabetes. A classificação é baseada no Índice de Massa Corporal (IMC).

### Como calcular o IMC?

Basta dividir o peso (em kg) pela altura (em metros) ao quadrado. Ou seja, se uma pessoa mede 1,70m e possui 65kg, seu cálculo será feito da seguinte forma:  $65 / 1,7^2 = 22,4$ . Consulte a tabela ao lado:

IMC (kg/m <sup>2</sup> )	Estado Nutricional
Menor que 18,5	Baixo peso
18,5 a 24,99	Peso adequado
25 a 29,99	Sobrepeso
Maior que 30	Obesidade



**PRIORI DIAGNÓSTICOS**  
Unidade de Diagnósticos Médicos

### DENSITOMETRIA ÓSSEA

(62) 3223-8398 / 3212-8122  
Fax: 3223-1251  
prioridiagudm@terra.com.br

Rua 16-A, 461, Setor Aeroporto  
Esq. Av. República do Líbano  
Goiânia/GO



Clínica de Ortopedia e Traumatologia

Av. B, 701, Setor Oeste  
(62) 3212-4343

COT Fisioterapia e RPG  
Rua 9-B, 129, 4º andar, Setor Oeste  
(62) 3224-6808  
Goiânia/GO



Dr. Vicente de Paula Borges CRM-GO 4524 Dr. Jefferson Soares Martins CRM-GO 1681

Dr. Dalvo da S. Nascimento Jr. CRM-GO 5762 Dr. Rodrigo Borges Di Ferreira CRM-GO 9873

Dr. Paulo Silva CRM-GO 6802 Dr. Leandro Alves de Oliveira CRM-GO 10901

Dr. Sandro da S. Reginaldo CRM-GO 6806 Dr. Luiz Fernando Veloso DIRETOR TÉCNICO CRM-GO 6295

Dr. Ricardo J. do Couto CRM-GO 6809

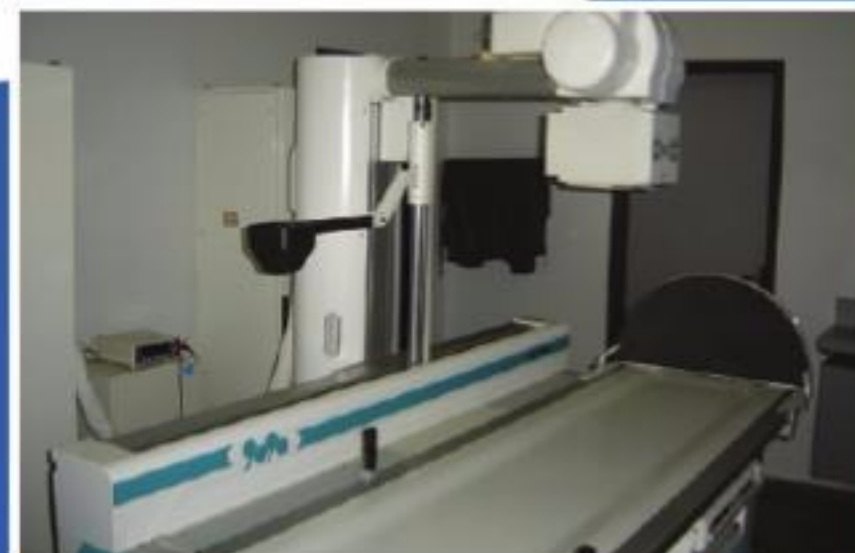




## **INSTITUTO GOIANO DE RADIOLOGIA** aqui se faz radiologia de século XXI

Radiologia Digital 50 Microns  
 Densitometria Óssea  
 Ressonância Magnética 1.5 Tesla (2 unidades)  
 Radiologia Vascular Digital  
 Mamografia Digital  
 Tomografia Computadorizada Multislice (64 linhas)  
 Tomografia Computadorizada das Coronárias  
 Ultra-Sonografia com Eco Doppler em cores  
 Espectroscopia por Hidrogênio  
 Laboratório INGOH

**O serviço de RM do IGR hoje conta com 2 unidades em funcionamento na unidade do Setor Sul.**



Av Goiás, nº1000, Centro. Tel.: (62) 3212-0333 - CEP 74010-010 - Goiânia - GO  
 Av. 84, nº351, Setor Sul. Tel.: (62) 3224-1940 - CEP 74080-400 - Goiânia - GO



# “Várias histórias me marcaram...”

Um homem que, com medo de excluir de seu relato situações e personagens essenciais, presentes no dia-a-dia, prefere não falar de ninguém além da alegria de estar à frente do Crer

Ele, primeiramente, recebe-nos como a grandes amigos, com muito carinho e fazendo de tudo para que a entrevista desse certo. Depois, na segunda visita, para o ensaio fotográfico, fomos recepcionados com um grande sorriso no rosto. O sorriso está estampado nessas duas páginas de entrevista. A afeição, infelizmente, fica a cargo da imaginação de cada leitor.

Nesta edição da REVISTA SBOT-GO, tivemos a honra de conversar com Sérgio Daher. Formado na Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Goiás em 1977, fez residência em Ortopedia e Traumatologia no Hospital das Clínicas em Goiânia. Foi ortopedista geral até por volta de 1984, quando passou a se dedicar à cirurgia da coluna vertebral. Hoje, além de médico, Sérgio Daher está à frente do Centro de Reabilitação e Readaptação Dr. Henrique Santillo (Crer), na capital goiana, instituição de referência no País.





### *Quando começou seu envolvimento com o Crer?*

O Crer vai fazer oito anos. Como foram dois de construção, vão fazer 10 ou 11 anos que eu tive um contato com o Governo do Estado, especificamente com a Secretaria Municipal de Saúde, no intuito de criar ou melhorar o serviço de cirurgia da coluna do Hospital das Clínicas. A partir daí, em um determinado momento, fui convidado para receber uma comissão de consultores do Instituto de Reabilitação de Montreal (IRM), com o objetivo de criar uma instituição de reabilitação em Goiás. Esses consultores fizeram um levantamento das nossas necessidades quanto a uma instituição de reabilitação. Foi feito todo um planejamento, eu, inclusive, participei ativamente dessa comissão e, no final, o próprio pessoal do IRM me indicou para continuar à frente do projeto.

### *Você aceitou prontamente a responsabilidade?*

Lógico que a ideia pra mim, na época, era extremamente grandiosa, talvez eu nem acreditasse que pudesse se tornar realidade como ocorreu. Mas fui em frente. Buscamos um conhecimento de todas as instituições de reabilitação do Brasil e demos início ao planejamento. Fizemos o projeto de construção da área física e começamos. Foi um serviço que nos deu

Eu costumo dizer que não é qualquer pessoa que tem a oportunidade que eu tive de participar de todo esse processo de criação, de planejamento, desde ideias, até no ponto em que estamos, ou seja, de executar todo este projeto. Isso aqui não é um mar de rosas. Pensa-se que no Crer nós não temos problemas. Mas nós temos problemas como em qualquer instituição da área de saúde.

### *Algum caso dentro do Crer marcou mais?*

Eu acho que várias histórias marcam todos que trabalham no Crer. Nós temos histórias lindas. Depoimentos de pacientes e familiares que nos emocionam muito. Eu não poderia citar nenhuma história, até para não ser injusto ou mesmo porque minha memória não permite detalhar de maneira segura cada caso, mas as emoções são muito grandes.

### *Como você vê os trabalhos da SBOT?*

A SBOT é um exemplo. Não há dúvida que temos, na parte de ensino, qualificação e aprovação de título de especialista, uma instituição modelo. Talvez até a melhor das instituições desse gênero. Não posso falar com relação às outras, mas sinto que a SBOT dá consultoria a elas, de tão bem constituída e alicerçada que é. A Sociedade é fundamental para todos os



muito prazer, porque foi rápido e conseguimos, em torno de dois anos, no dia 25 de setembro de 2002, colocar o Crer em funcionamento.

### *E, hoje, o Crer está expandindo?*

Sim, aí surgiu uma nova etapa, que foi a necessidade de expansão que nós iniciamos há mais ou menos dois anos e deverá ser finalizada em setembro desse ano. Com ela, nós teremos cerca de 27 mil metros quadrados, com um completo serviço hospitalar, UTI, bloco cirúrgico, parte de reabilitação duplicada e capacidade de internação mais do que duplicada. Então estamos chegando ao momento em que, a partir de 2011, acredito, colocaremos tudo isso a serviço da população de Goiás.

### *O que é o Crer, emocionalmente, na sua vida?*

O Crer tem um significado ímpar na minha vida pessoal.

ortopedistas. Por isso eu tive uma atuação ativa e com muita satisfação.

### *Na sua opinião, o que falta à SBOT?*

Veja só: eu posso criticar a SBOT porque o salário do médico não é adequado, porque a remuneração da tabela não é adequada. Mas o quê que eu, como ortopedista, estou fazendo junto à Sociedade? Será que estou participando das assembleias? Será que as ideias são viáveis ou estamos viajando na maionese? Nós temos que colocar os pés no chão e lutar por uma Sociedade cada vez mais forte, mais representativa, mais participativa. E a SBOT tem mostrado isso. Então, temos críticas? Sim, mas a SBOT é exemplo de uma Sociedade extremamente ativa, representativa e atuante. Inclusive com participação na sociedade em geral.



twitter

Home Profile Find People Settings Help Sign out



sbotgo

That's you!

Lists

## SBOT-GO no Twitter

Ortopedia goiana em até 140 caracteres

@sbotgo Medicina UFG recebe três estrelas no Guia do Estudante. Índices mais altos do ranking ficam com universidades públicas. <http://migre.me/ULVG>

@mededuardosantana @sbotgo Parabéns aos companheiros ortopedistas por assumirem seu espaço nas mídias sociais.

@mededuardosantana @sbotgo Para mim é uma honra ser seguido pelos companheiros e poder segui-los. Um grande abraço a todos

@sbotgo Música e Medicina: cobrança de Ecad por execução sonora em salas de espera pode acabar. Projeto está em consulta pública.

@sbotgo Segundo a classe, execução de músicas não traz lucros a ninguém e estabelecimentos médicos não são usados para lazer.

@SB\_Web Governo define prazos para atendimento no SUS: Projeto de Lei fixa prazo de até 30 dias para realização de consultas. <http://bit.ly/c51ft6>

@carreiraemmed Crianças fazem "cirurgias" em bichos de pelúcia na Alemanha. O objetivo é perder o medo de médicos e hospitais. <http://migre.me/DUUR>

more

Name SBOT-GO  
Location Goiânia, GO  
Web <http://www.sbotgo.com>  
Bio Perfil oficial da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia - Regional Goiás.

887 258 4  
following followers listed

Tweets 98

Favorites

Lists

saude

View all

Following

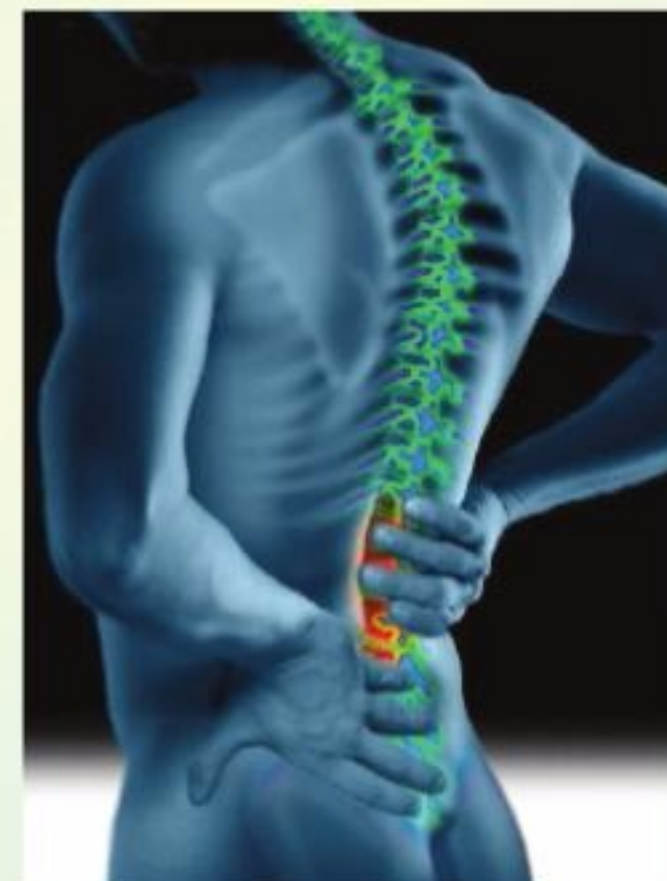


View all...

RSS feed of sbotgo's tweets

© 2010 Twitter About Us Contact Blog Status Goodies API Business Help Jobs Terms Privacy

# Um terço dos brasileiros tem dor na coluna



Um levantamento da Escola Nacional de Saúde Pública revelou que mais de um terço da população brasileira sofre de dor nas costas. O estudo mostrou, ainda, que, destes, cerca de 32% não buscam tratamento médico. Segundo a instituição, apesar de o problema ser detectado precocemente, em geral aos 38 anos, os pacientes buscam apenas alívio para a dor, deixando de investigar as causas e implicações deste mal. A Organização Mundial de Saúde aponta a coluna como a segunda maior fonte de dor no mundo, perdendo apenas para a cabeça.

## ULTRASSONOGRAFIA E RESSONÂNCIA MAGNÉTICA DO SISTEMA MUSCULOESQUELÉTICO

## LOCAIS

CLÍNICA FISIOGYN

CLÍNICA SÃO MARCELO

## EXAMES

US

US+RM

## TELEFONES

62 3218.1744

62 3236.6600

**Dr. MONRES JOSÉ GOMES** CRM-GO 5150  
**62 9977.7035**

WWW.MONRES.ORG

## OrtoTrauma Samaritano

Clínica de Ortopedia, Fraturas, Raios X, Ultrassom, Fisioterapia e RPG

Artroscopia

Cirurgia da Coluna Vertebral

Cirurgia do Joelho

Cirurgia do Ombro

Cirurgia do Pé

Cirurgia de Mão

Cirurgia do Quadril

Ortopedia Pediátrica

Traumatologia do Esporte

Radiografia

Ultrassonografia Musculo-esquelético

Fisioterapia

RPG - Reeducação Postural Global

Laserterapia

Fone: (62) 3291-3755 Fax: (62) 3291-9354  
Rua 237, nº 51, Setor Coimbra - Goiânia/GO  
em frente ao Hospital Samaritano

Doutor Monres: Mauro Rodrigues dos Santos - CRM: 4056



# MUITO ALÉM DE DAMAS E BORDADOS

A velhice reserva uma série de possibilidades a quem chega lá. Para aproveitar todas sem problemas de saúde, cuidados com os ossos devem ser redobrados.



A experiência aparece com uma verdadeira renda na pele, os cabelos adotam cor de neve e os sentidos ganham uma sutileza diferente. A perda de alguns reflexos e do vigor corporal da juventude é compensada pela certeza de que, sim, ainda há muitas possibilidades de viver. É a velhice, vivida ultimamente, garantem pesquisas, por muito mais tempo. O acesso a serviços de educação e saúde, a situação econômica e os índices de criminalidade são alguns dos elementos levados em conta para este cálculo. No Brasil, os últimos recenseamentos apontaram uma nítida elevação nesta taxa, que figura acima da média mundial. Significa dizer que, com melhores condições de envelhecer com saúde, a população brasileira está vivendo mais.

Para os orientais, é o momento em que o homem alcança seu maior nível de elevação espiritual, em paz com o que existe em seu interior. Em suas obras, o pensador francês Michel Foucault avalia que a velhice não é apenas o momento de sabedoria, mas um privilégio, a recompensa para toda a vida e um objetivo positivo da existência. “O envelhecimento deve ser entendido como um processo natural da vida, e não como um momento de perdas e vulnerabilidade física”, acentua a coordenadora técnica do Programa Estadual de Saúde do Idoso, Viviane Borges. Para a coordenadora, o aumento na expectativa de vida é um fenômeno mundial.

O enfraquecimento dos ossos, ou osteoporose, é um dos principais vilões da população idosa. É caracterizado pela diminuição da massa e resistência óssea, com o desenvolvimento de ossos com “poros” e mais sujeitos a fraturas – a segunda maior causa de morte nessa faixa etária, de acordo com dados do governo federal. Sua versão mais comum, que ocorre com a menopausa, é desencadeada pela falta do hormônio estrogênio – principal regulador do fornecimento de cálcio aos ossos na mulher.

Seres humanos armazenam, entre 10 e 30 anos de idade, o chamado pico de massa óssea. É o período de aumento e acúmulo de osso. Mas o que define a quantidade deste elemento químico no organismo? Segundo os especialistas, além da predisposição genética, alguns fatores ambientais, ou seja, o

estilo de vida do paciente, são decisivos. A prática de atividades físicas regulares é um fator que ajuda na absorção. Por outro lado, uma alimentação pouco diversificada, consumo de cafeína, álcool e nicotina, além de ingestão contínua de medicamentos como corticóides, anticonvulsivantes e anticoagulantes, pode comprometer o acúmulo regular de cálcio.

A perda óssea é inevitável, mas algumas medidas simples podem frear os danos da osteoporose. Confira alguns mitos e verdades sobre este problema:

### **OSTEOPOROSE NÃO CAUSA DOR**

Diferente do que muitos pensam, a perda de massa óssea não causa dor. “A dor é resultante de quedas ou fraturas espontâneas do cotidiano, que sequer são percebidas”, argumenta o ortopedista Frederico Barra, professor do Departamento de Ortopedia e Traumatologia da Universidade Federal de Goiás (UFG). “Às vezes, o paciente se agacha e provoca um rompimento do osso”, revela. A osteoporose é frequentemente confundida com a artrose, desgaste da cartilagem que, aí sim, provoca dor. Para um diagnóstico mais eficaz, recomenda-se o exame de densitometria óssea, considerado o mais confiável. Apesar das garantias, o exame não é capaz de medir outros parâmetros físicos, como a qualidade (força) do osso.

### **PROBLEMA DE CRIANÇA, SIM**

“A prevenção da osteoporose não começa na terceira idade. Em crianças, atividades físicas regulares, de pelo menos 45 minutos por três vezes na semana, podem oferecer bons resultados”, exemplifica o ortopedista. Crianças que passam o dia em atividades em que a exposição ao sol é mínima correm maior risco de desenvolver complicações da osteoporose. “A vitamina D é metabolizada na pele. Essa transformação depende da luz do sol. Crianças que passam o dia na escola, por exemplo, são prejudicadas”, garante.

### **ÁLCOOL É VILÃO**

Fígado e rins são alguns dos órgãos fundamentais na metabolização da vitamina D. Assim, doenças como insuficiência renal e cirrose, causada pela ingestão excessiva de álcool, podem ter influência direta sobre a ocorrência e a gravidade da osteoporose. Segundo o ortopedista, a osteoporose pode começar a se desenvolver ainda na fase intrauterina. “O modo como a mãe se comporta durante a gestação, se ela fuma, bebe excessivamente, é viciada em drogas ou consome alguns medicamentos de uso contínuo, pode afetar o bebê”, revela.



## DIFERENÇAS ENTRE OS SEXOS

Os ossos dos homens são mais largos e compridos que os das mulheres. Essa característica permite aos indivíduos do sexo masculino, garante Barra, um acúmulo maior de massa óssea. Além disso, com a menopausa, a mulher perde o estrógeno, hormônio feminino, grande inibidor da reabsorção óssea. Assim, o próprio organismo passa a absorver o osso. Mas a suposta vantagem masculina acaba aos 70 anos, período em que a deficiência de cálcio está intimamente ligada à idade. Contudo, cada fase da osteoporose demanda tratamento próprio.

## CIRURGIA BARIÁTRICA PODE AFETAR

A retirada de parte do estômago ou intestino afeta a absorção de cálcio e vitamina D, revela o ortopedista. “Além do risco aumentado de anemia, pacientes que passaram por esse procedimento têm mais chances de osteoporose”, garante. Isso pode acontecer mesmo antes do período de perda de massa óssea, aos 50 anos. Nesse caso, é necessário fazer a complementação de vitamina.

## CÁLCIO NÃO RESOLVE SOZINHO

“Quando se fala em cálcio, as pessoas pensam logo na ingestão de leite, mas esse não é o único alimento rico nessa substância. Os derivados de leite, peixes, frutas, verduras e castanhas também possuem boas quantidades da substância”, alerta Barra. O médico conta que consumir alimentos ricos em cálcio não é o bastante para evitar os males da osteoporose. Segundo Frederico, um importante fator para a prevenção é a ingestão de vitamina D. “É ela que permite a absorção do cálcio no intestino e a fixação no osso”, completa. Pode ser encontrada em alimentos como manteiga e ovos, mas só é metabolizada pelo organismo após a exposição ao sol. Médicos recomendam, frequentemente, que o indivíduo tome sol no começo da manhã, até as 10 horas, ou no fim da tarde, após as 16 horas. Além de garantir uma boa absorção, pegar sol nesse horário evita problemas dermatológicos, como o câncer de pele.

*As informações contidas nesta reportagem são de caráter utilitário e não substituem a orientação profissional. Para tratamento médico, procure um especialista.*

Conheça o projeto CASA SEGURA no site:



[www.casasegura.arq.br](http://www.casasegura.arq.br)



Com 9 filhos, 19 netos, 12 bisnetos e 89 aniversários, **João Manoel da Silva** é o Super Vovô que ilustra esta matéria.

**Lindomar Guimarães Oliveira CRM 1794**



**Clínica de Ortopedia e Fraturas**  
**OSTEOPOROSE E ORTOPEDIA GERAL**

Terapia por Ondas de Choque  
Raio X  
Consultas  
Fisioterapia  
Serviços Ambulatoriais



**62 3212.2358 | 62 3212.2511**

Av. República do Líbano, 966, Setor Aeroporto, Goiânia - Go



por Augusto Braga



### Como surgiu a numeração dos calçados?

Esse sistema foi desenvolvido por um rei inglês no século XIV, baseado na medida de um grão de cevada. O comprimento do pé era medido de acordo com uma fila desses grãos. Apesar de revolucionar a fabricação de sapatos, o sistema é considerado pouco confiável, afinal de contas é impossível estabelecer uma uniformidade entre os tamanhos dos grãos.

# Pé na estrada, pé na tábua, pé no chão

Nossa ligação com o solo só acontece graças a eles. São os melhores amigos dos corredores e até de quem não é dado ao atletismo, por proporcionarem mobilidade e equilíbrio a quem caminha. São os pés, extremidades cuja constituição só se aplica ao homem e a outros animais bípedes.

Mas os cuidados com esses membros vão muito além daqueles votados a pedicures e afins. Os pés são um complexo e organizado sistema, composto, cada um, por 26 ossos, 33 articulações e 112 ligamentos. Não por acaso, podem ser prejudicados pelo impacto com o chão, calçados inadequados ou até por germes. Tratar bem dos seus pés pode ser a garantia de uma boa e prazerosa estrada.

Confira alguns dos principais problemas acometidos nesses membros:

**CALOS** Causados pelo atrito inadequado dos dedos ou da planta dos pés, são caracterizados por um ponto macio cercado de pele morta, de coloração amarelada. Dolorosos, os calos devem ser tratados por especialistas. São comuns em quem tem desarranjos biomecânicos nos pés, como dedos em forma de garra e outras deformidades. Causam dor quando apertados lateralmente.

**CRAVOS** Muitas vezes, assemelham-se a feridas abertas. Em geral, aparecem entre os dedos dos pés, em razão do constante atrito entre eles. Demandam procedimentos específicos e atenção médica. São causados por maus tratos, como falta de higiene e calçados inadequados.

**VERRUGAS** Conhecidas popularmente por “olho de peixe”, são lesões produzidas por vírus nas solas dos pés. Apresentam-se como uma elevação da pele, que, mais espessa, fica com uma região amarelada e pontos negros. Sua consistência é firme. Quem tem sente dor quando o local é comprimido perpendicularmente (de cima).



# Diagnósticos em Ortopedia e Traumatologia

## Clínica São Camilo

- Ressonância Magnética 1.5 Tesla
- Tomografia Computadorizada Multislice
- Mamografia Digital
- Densitometria Óssea
- Ultrassonografia
- Doppler a cores
- Rx Digital
- Rx Contrastado
- Duplex Scan



### Segurança Diagnóstica

A Clínica São Camilo é referência no Centro-Oeste em diagnósticos por imagem.



### Corpo Clínico

Além de equipamentos de última geração, todos os exames são realizados por Médicos Radiologistas com experiência em ortopedia e traumatologia.



### Atendimento e Conforto

Atendimento personalizado com infraestrutura moderna e confortável.



Tomógrafo Multislice Brilliance CT

Alameda Coronel Eugênio Jardim, 244 - **Setor Marista**  
(Próx. Parque Areião) Fone: **3091-9191**

Av. Dr. Ismerino S. de Carvalho, 531 - **Setor Aeroporto**  
(Antiga Av. Z) - Fone: **3239-3939**

**Clínica São Camilo**  
**Diagnósticos por Imagem**



# Carreira por direito

Com a aprovação do PCCV em Goiânia, médicos apontam prós e contras na carreira pública

A Prefeitura de Goiânia sancionou, em julho, o Plano de Cargos, Carreira e Vencimentos (PCCV) para a área da saúde. A lei apresenta o cargo específico de médico e prevê que os vencimentos dos servidores levem em conta o cargo ocupado, o tempo de serviço e seu desempenho. O plano antecipa, ainda, gratificações por titulação e pelo exercício de funções específicas, entre outros. Participaram ativamente desse processo entidades como o Conselho Regional de Medicina de Goiás (Cremego) e o Sindicato dos Médicos de Goiás (Simego).

## PÚBLICO X PRIVADO

Segundo o ortopedista Ricardo Pereira Domingos da Costa, chefe de residência do Hospital de Urgências de Goiânia (Hugo), a carreira pública é uma excelente alternativa. "Trabalhar nessa área propicia, além da estabilidade profissional e aposentadoria garantida, boas oportunidades de aprimoramento científico", afirma. Para o ortopedista Newton Tristão, um dos sócios do Instituto Ortopédico de Goiânia (IOG), o médico que opta pela iniciativa privada deve ter a responsabilidade para gerir a própria experiência trabalhista. "Trabalhar como profissional liberal exige poder de gestão pessoal, mas também permite que se exerça uma medicina de ponta, equiparada com os mais altos níveis do País", conclui.



## Pesquisa revela falta de regras para implantes de mão

Estudo feito pela Sociedade Brasileira de Cirurgia da Mão (SBCM) aponta que a inexistência de regras para reimplantes de mãos é fator determinante no aumento do número de inválidos no País. Dos médicos ouvidos pela SBCM, 98% afirmaram que não há centros de saúde públicos que atendam demandas de reconstrução e reimplante de dedos ou do membro completo. A maior parte dessas lesões é ocasionada por acidentes de trabalho ou automotivos.

Dr. Ricardo Tristão, Dr. Paulo Dantas Rubens CRM 18867

**42 anos inovando para melhor atendê-lo**

- Atendimento 24 horas nas emergências traumatológicas, ortopédicas, cirurgia geral e UTI
- Consultórios especializados nas doenças ortopédicas e cirurgia geral
- Fisioterapia e Terapia Ocupacional
- Serviço especializado em radiologia e imagiologia.

**HOG**  
Hospital Ortopédico de Goiânia

www.hog.com.br

Av. L, nº 470, St. Aeroporto, Goiânia/GO  
Fone: 62 3254.5600 - Fax: 62 3225.1984

**CENTRO DE CIRURGIA DA COLUNA**

**Clínica do Esporte**  
Tel: (62) 3241 6107

- Doenças Degenerativas
- Deformidades Vertebrais
- Tumores da Coluna
- Cirurgias Minimamente invasivas para Hérnia de Disco

*Dr. Zeno Augusto de Souza Júnior*  
Ortopedista e Traumatologista  
CRM-GO: 7292  
Membro Titular da Sociedade Brasileira de Coluna



# Acessibilidade sob medida

Especialista explica que benefícios uma cadeira de rodas personalizada pode oferecer

Nem todo mundo sabe, mas uma cadeira de rodas pode oferecer muito mais qualidade de vida a quem usa se o modelo for personalizado, respeitando as características físicas do cadeirante. Segundo a terapeuta ocupacional Vanessa Vicentini, especializada na prescrição do produto, existem modelos que permitem uma série de ajustes e acompanham o desenvolvimento do usuário, adaptando-se a seus ganhos e necessidades.

De acordo com a terapeuta, no momento da escolha da cadeira, o profissional avalia quesitos como a idade do usuário, histórico de locomoção, além de fatores físicos (peso e medidas) e psicológicos. Os preços de cadeiras adaptáveis nem sempre são baixos, mas o investimento é vantajoso, garante Vanessa. “Conheço vários cadeirantes que, mesmo sem condições financeiras de adquirir uma cadeira mais cara, optam por esses modelos depois de conhecê-los”, afirma.

Os preços mais elevados, pondera a terapeuta, justificam-se em razão da quantidade de pesquisas e rigorosos testes de qualidade empregados na fabricação do material. “A tecnologia aplicada e as várias possibilidades de ajuste oferecem um outro patamar de locomoção – isso sem falar na estética, pois uma cadeira bonita é fundamental no fator emocional”, conclui.



Terapeuta mede voluntária durante evento para profissionais da área

PRÓTESES - ÓRTESES - LOCAÇÃO - HOMECARE - INTRA-HOSPITALAR - CALÇADOS ESPECIAIS

**ORTOMEDICA**

TECNOLOGIA ORTOPÉDICA

DE ACORDO COM AS  
**APROVADO**  
NORMAS DA ANVISA

*Ortho Bock*  
QUALIDADE DE VIDA

(62) 3275-1061  
www.ortomedicagyn.com.br

**CADEIRINHA VEICULAR** As regras que estabelecem a fiscalização do uso de cadeirinha no transporte de crianças no banco de trás de automóveis não compreendem os casos de crianças com deficiência física. “Muitas vezes, crianças com essas condições não conseguem ficar sentadas e precisam de outro tipo de apoio, de cabeça ou tronco, por exemplo. Infelizmente, também não há nenhum modelo no mercado que contemple essas necessidades”, revela a terapeuta. A fiscalização, que obriga o motorista a transportar menores de oito anos em equipamento específico, começa em setembro. Todos os produtos devem ter selo de certificação do Inmetro.





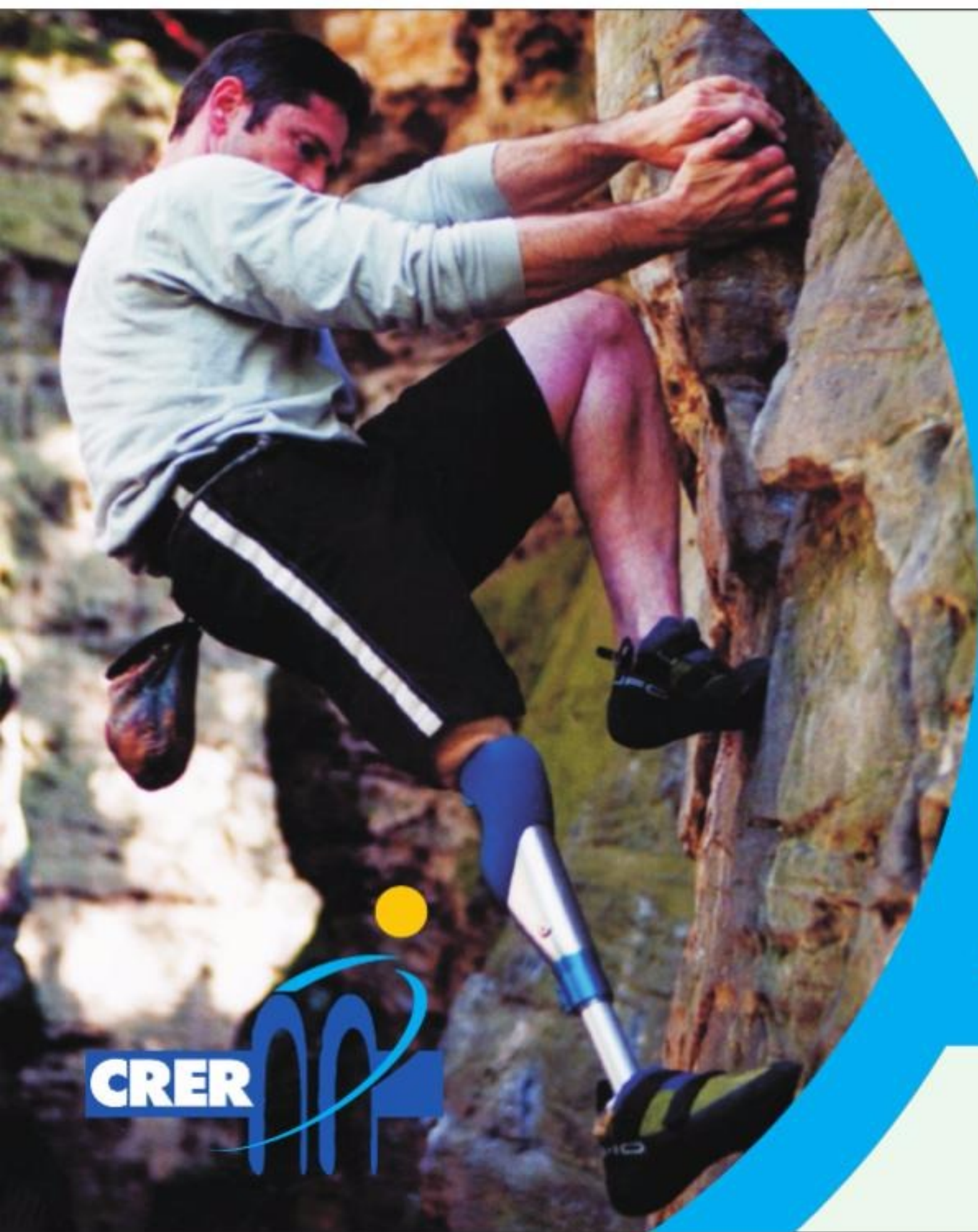
## Clube do Pé



## Clube do Membro Superior







**CRER**

## OFICINA E LOJA ORTOPÉDICA DO CRER



### Produtos

- Órteses
- Próteses
- Coletes
- Sapatos e palmilhas ortopédicas
- Outros meios auxiliares de locomoção

### Serviços

- Adequação Postural em Cadeiras de Rodas
- Apoio de Equipe Multiprofissional
- Atendimento Individualizado
- Produtos fabricados sob prescrição médica

**Seja amigo do CRER,  
e ajude a transformar vidas!**

Centro de Reabilitação e Readaptação Dr. Henrique Santillo  
Av. Vereador José Monteiro nº 1655  
Setor Negrão de Lima - Goiânia - GO  
Central de Relacionamento: (62)3232-3232  
Oficina Ortopédica: (62) 3232-3055  
www.crer.org.br - e-mail: oficina@crer.org.br

  
**SINTESE**  
COMERCIAL HOSPITALAR

**62 3212.3015**

Rua 9-A, 411, St. Aeroporto - Goiânia/GO

[www.sintesebr.com](http://www.sintesebr.com)

[sintese.go@sintesebr.com](mailto:sintese.go@sintesebr.com)

*Produtos Para a Vida!*







# Concentre sua movimentação financeira na conta corrente da UNICRED

Conta corrente  
Cheque especial  
Crédito  
Aplicações  
Investimentos  
Débito automático

Assessoria financeira  
Cartões de crédito e débito  
Seguros  
Serviços  
Produtos Corporativos  
Internet Banking

**UNICRED CENTRO BRASILEIRA**  
(62) 3221-2000

**UNICRED** 

Apontando a melhor direção para você