

Conta-gotas

Benefícios do endro à saúde

Planta com fins medicinais, o endro ajuda a diminuir a cólica intestinal em recém-nascidos, a aliviar dor de dente, é um aliado contra insônia.



Rico em fibras, ele é eficiente em garantir uma boa digestão, acelerando o metabolismo e trazendo sensação de saciedade.

Dentre as vitaminas que fazem parte da composição do endro, a principal é a vitamina C, importante no reforço da nossa imunidade.

Cirurgiões da Unimed VS operam com alta tecnologia

Os cirurgiões oncológicos Carlos Antonello e Luiggi Leonardi realizaram no Hospital Unimed Vale do Sinos um importante procedimento, utilizando o Gama Probe em paciente com melanoma. Este instrumento de alta tecnologia guia o cirurgião para a localização exata do linfonodo sentinela, primeiro lugar a receber a metástase da doença. “Após a localização do primeiro linfonodo, ele é removido e o patologista vai nos dizer se há ou não metástase”, conta Antonello.

“O Vale do Sinos tem uma das maiores incidências de melanoma da América Latina, um câncer de alta letalidade, dependendo de quando há a descoberta. É um câncer de pele que, quando há diagnóstico precoce, tem uma chance de cura maior do que 90%, mas se não realizado esse diagnóstico rápido, a chance da pessoa ir à óbito é considerável.”

UNIMED VS/DIVULGAÇÃO



Covid-19 aumenta as chances de miocardite

A compreensão dos mecanismos da Covid-19 evoluiu muito, especialmente durante o primeiro semestre de 2021. Estudos mais recentes mostram que a reação inflamatória descontrolada causada pelo coronavírus atingem também o sistema cardiovascular, ocasionando em alguns casos a miocardite (inflamação do músculo cardíaco). Como principais consequências dessa inflamação, aparecem arritmias e até insuficiência cardíaca.

Um estudo feito na Alemanha e publicado na revista Jama Cardiology em julho de 2020 já mostrava como o coronavírus afeta o coração.

Mais recentemente, em maio de 2021, o CDC (Centro de Controle e Prevenção de Doença) dos Estados Unidos apresentou resultados de um estudo revelando que pacientes de Covid-19 têm 16 vezes mais chances de desenvolver miocardite e, consequentemente, arritmias cardíacas.

Oncologia

Atenção ao câncer na região pélvica

O câncer de mama ainda é o mais prevalente entre as mulheres no Brasil, e possui o seu mês de conscientização, o “Outubro Rosa”, mas, infelizmente, existem outros tipos de neoplasias que também requerem atenção e esforços para ampliar o conhecimento entre a população.

Para tanto, setembro é o mês em referência aos cânceres ginecológicos, como o do colo de útero, o terceiro mais comum em mulheres no Brasil, seguido, respectivamente, pelo câncer de ovário e corpo do útero, da vulva e da vagina. Em geral, mais incidentes na terceira idade, os tumores do trato reprodutor podem também acometer mulheres de outras faixas etárias.

“Como nem todas essas neoplasias apresentam sintomas no início da doença, as mulheres precisam incluir visitas anuais ao ginecologista, realizarem os exames necessários, como por exemplo o papanicolau, e não esquecer de contar sobre o histórico de câncer

em sua família, caso haja algum caso”, destaca o oncologista Fernando Maluf, diretor do Serviço de Oncologia Clínica do Hospital BP Mirante e membro do Comitê Gestor do Hospital Israelita Albert Einstein.

Sinais de alerta

Alguns sinais, esclarece o médico, podem servir de alerta, como dores pélvicas persistentes, além do período pré-menstrual, inchaço abdominal, flatulência, dor lombar persistente, sangramento vaginal anormal, febre recorrente, dores de estômago ou alterações intestinais, perda de peso acentuada, anormalidades na vulva ou na vagina e fadiga.

“É necessário ficar atento a qualquer sintoma persistente, uma maneira de aumentar as possibilidades de diagnóstico precoce e início imediato de tratamento. Temos à disposição um novo arsenal de terapias eficazes que atuam em diferentes frentes e conseguem impedir o crescimento do tumor”, destaca.



Setembro é o Mês Mundial do Alzheimer

O 2021 marca o 10º ano da campanha Setembro: Mês Mundial da Doença de Alzheimer, iniciativa global que objetiva aumentar a conscientização e desafiar o estigma e a desinformação que envolvem a demência.

A campanha deste ano chama a atenção para os sinais de alerta da demência, incentivando as pessoas a buscar informações, aconselhamento e apoio, bem como a entrar em contato com associações de Alzheimer ou demência em seu país.

No Brasil, cerca de 1,2 milhão pessoas vivem com alguma forma de demência e 100 mil novos casos são diagnosticados por ano. Em todo o mundo, chega a 50 milhões. Segundo estimativas da Alzheimer's Disease International, os números poderão chegar a 74,7 milhões em 2030 e 131,5 milhões em 2050, com o envelhecimento da população.

Minha dúvida é...

Qual o efeito dos óleos essenciais?



Protagonistas da aromaterapia, os óleos essenciais são substâncias voláteis, extraídas de flores, frutas e plantas aromáticas, que têm sido cada vez mais utilizadas na saúde e estética.

Suas propriedades podem oferecer sensação de conforto, amenização de dores, hidratação e regeneração. Ao serem utilizados nos cosméticos, eles ajudam a repor os nutrientes e potencializar os efeitos nos produtos.

A ação e as formas de uso variam muito de acordo com cada óleo, oferecendo particularidade nos resultados. O alecrim, por exemplo, ao ser usado em produtos corporais, auxilia na amenização de acne e peles oleosas. Já em xampus e condicionadores, fortalece os fios. A camomila é conhecida por oferecer efeito hidratante e o capim-limão tem propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias.