

Anti cólicas

A cólica em bebês não tem uma causa específica, mas, segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria, alguns fatores impactam. Eles podem ser ligados ao ambiente, à imaturidade do sistema nervoso central, à intolerância à lactose, às anormalidades em hormônios gastrintestinais e à alteração da motilidade, por exemplo. Entre as dicas para lidar com o problema, a instituição recomenda uma série de tentativas: pegar a criança no colo; flexionar as coxas sobre a barriga; dar banho morno ou fazer compressas na barriga; reduzir estímulos para o bebê; e estabelecer uma rotina para banho, sono, passeio e outras atividades.



Problema comum

A incontinência urinária é um problema duas vezes mais comum no público feminino, segundo dados da Sociedade Brasileira de Urologia. Ao todo, 35% das mulheres com mais de 40 anos após a menopausa convivem com a questão. Nas gestantes, o número chega a 40%. Além do desconforto em atividades simples do cotidiano — como rir, espirrar ou correr —, a incontinência pode levar ao surgimento de questões de saúde mental. Sua ocorrência provoca, em alguns casos, depressão, isolamento e exclusão social. Conforme a instituição, os tratamentos incluem medicamentos, fisioterapia ou cirurgia, por exemplo. Por isso, buscar ajuda é fundamental.



drops



DE PERNAS PARA O AR

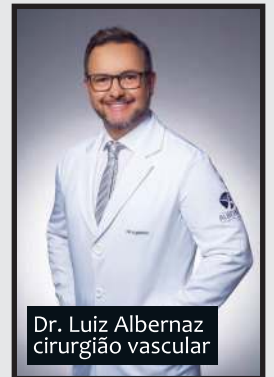
POR CLÍNICA ALBERNAZ
@clinicaalbernaz

Por que as VARIZES mancham as pernas como ferrugem?

Durante o estágio avançado da doença varicosa, é comum vermos pessoas com as pernas escurecidas e com manchas próximas aos tornozelos que parecem ferrugem. Estas manchas são deposições de ferro. Isso mesmo, ferro. E elas aparecem nas varizes avançadas quando a pressão interna se torna grande. Ou seja, o sangue, no processo de retorno, encontra uma resistência para subir ao coração.

Em condições normais a circulação de retorno venosa é muito delicada e funciona dentro de um equilíbrio. As veias têm paredes fininhas e dentro delas, válvulas levando sangue para cima em direção ao coração sobre baixas pressões. Quando existe a presença de varizes avançadas, a pressão dentro delas se torna alta e os glóbulos vermelhos — que são parecidos com balas soft — escorregam para fora dos capilares através dos poros. E quando chegam fora dos capilares morrem e explodem, expondo a hemoglobina.

A hemoglobina que é vermelha por causa do ferro — e daí o nome de glóbulos vermelhos — é a proteína que transporta o oxigênio. Ao depositar-se fora das veias, adquire uma cor ocre, manchando a perna por ficar depositada ali. Aos curiosos interessados em saber, o nome disso é dermatite ocre. Atualmente, só existe um tipo de laser capaz de clarear essas manchas, mas antes é necessário corrigir as varizes.



Dr. Luiz Albernaz
cirurgião vascular

Queremos a sua opinião

Nos diga o que está achando da coluna: duvidas@clinicaalbernaz.com.br

Clínica Albernaz

Rua Marcílio Dias, 1431, 5º andar, Centro, Novo Hamburgo/RS. Telefone/WhatsApp (51) 3594-1837.
Saiba mais em [@clinicaalbernaz](https://www.instagram.com/clinicaalbernaz)