

REVISTA DA

APM

REGIONAL PIRACICABA

Setembro de 2017
Edição nº 133



**Amamentação dupla
e as principais dicas
para mamãe**

**Gestação Múltipla
provêm de
hereditariedade?**


**Como trabalhar a
individualidade de
cada criança?**

**A importância dos
cuidados alimentares**

**A importância
de exercícios
físicos**

Gestação Múltipla

**60 anos em 6 - APM conquista o maior
patrimônio desde os idos de 1950**



Urgências e Emergências
podem ocorrer dentro do
seu consultório ou clínica.

**Nestas horas,
contar com a Helpmóvel
faz toda a diferença!**

**Planos Exclusivos para
Consultórios e Clínicas.**

**Emergência e Urgência
Médica 24 horas!**

 **Helpmóvel**[®]
Socorro Médico

www.helpmovel.com.br

Há mais de
18 anos
Salvando Vidas.

Solicite uma visita sem compromisso.

19 3417 1170 / 3417 1171

Responsável Técnico

César Vanderlei Carmona
CRM: 33028

Plano Coletivo Empresarial | Área Protegida | Cobertura de Eventos | Ambulatório | Plano Familiar

REVISTA DA

APM

REGIONAL PIRACICABA

**EXPEDIENTE****Diretor Executivo da Revista**

Dr. Osmar Antônio Gaiotto Junior

Jornalista e Editora Responsável

Michele Telise (Mtb 56675)

Diagramadora

Juliana Angeli Bosqueiro

Impressão

Gráfica Riopedrense

APM Regional Piracicaba

Av. Centenário, 546 - São Dimas

Piracicaba SP CEP 13416-000

www.apmpiracicaba.com.br

Os artigos, publicidade e conteúdo científico da revista são de responsabilidade de seus autores.

Distribuição Gratuita.

**Presidente:** Osmar Antonio Gaiotto Jr.**Vice-presidente:** Antonio Ananias Filho**Secretário:** Ricardo Tedeschi Matos**Tesoureira:** Maria Inês Onuchic Schultz**Diretor Defesa Profissional:** Segirson de Freitas Junior**Diretor Cultural e Científico:** Luis

Kanhiti Oharomari

Diretor Social: Pedro Leandro Zilli Bertolini**DELEGADOS:**

José Márcio Zveiter de Moraes

Legardeth Consolmagno

CONSELHO FISCAL - TITULAR:Alvaro Pereira Pinto (*In Memoriam*)

Djalma Sampaio Filho

Renato Cavallini Junior

CONSELHO FISCAL SUPLENTE:

Dairo Bicudo Piai

Eduardo Lucio Nicoleta Junior

Luis Poggi Filho

O futuro da Ética

A palavra ética tem origem no latim *éthicus* e do grego *éthikós* que significam a área do conhecimento que estuda a conduta humana, estabelecendo os conceitos do bem e do mal, numa determinada sociedade em uma determinada época. (Cunha et al, 1986:336). De acordo com McFaden (1961:164) a palavra ética deriva do grego *ethos* : carater, que significa costume ou prática, maneira característica de agir nos atos deliberados do ser humano. Para Platão , ética é hábito, arte de fazer o bem, que torna bom aquilo que é feito e quem o fez. Percebe-se, segundo Neves, Nedy C. , 2006:13 que Platão só percebia a ética relacionada com o bem. Já Atistóteles (384-350 a.C) fazia uma análise mais sutil , plural , das complexidades da motivação humana (Blackburn, 1997:256) , ambos então relacionando juízo de valores com o bem e o mal, o certo e o errado com as escolhas individuais e sistemas de valores.

É mais do que evidente que se imagine que as pessoas recebam de seus pais , da sua família a educação , a importância dos hábitos e demais ensinamentos de como se relacionar com as outras pessoas , mas que também ao longo do tempo, com as experiências vividas na sociedade e no meio em que vivem, e à medida em que vão se tornando adultos , possam olhar o mundo de uma forma mais ampla e aí então começar a fazerem suas próprias escolhas.

Pode-se dizer, de certo modo , que a Ética não é estática, ela tem um movimento e que portanto pode ter vetores que alterem este movimento para o lado do bem ou para o lado do mal, do certo e do errado. Assim, as regras éticas se desenvolveram em todos os agrupamentos humanos e ao longo do tempo passaram a nortear a atuação dos indivíduos em grupo.

Não se pode também dissociar a ética de valores. A palavra valor tem origem no latim “valere”, ou seja, que tem valor, que tem custo segundo Cunha, 1986:810. Na verdade então pode-se dizer que a Ética se formata a partir da inculcação dos valores nos sujeitos e na sociedade em que estes estão inseridos e vinculado à noção de preferência ou valor. Neves, Nedy C. , 2006:19.

A moral, outro conceito muito importante vem do latim “morales” que se refere a costumes, um conjunto de regras de conduta., portanto que se impõe como um dever, obrigação e conduta.

A Ética já era tratada historicamente no Código de Hamurabi , de 2.000 a.C. o mais conhecido da Antiguidade e exposto no museu do Louvre em Paris. Hipócrates , medico grego , do século V a.C. , foi contemporâneo de Socrates e responsável pelo conhecido juramento que obriga os medicos a curar e não fazer o mal. Desde então fica claro o triplice compromisso hipocrático dos medicos : com os doentes, com os colegas e com a sociedade nesta ordem hierárquica, segundo Neves, Nedy C. , 2006:26. Estes principios foram essenciais e fundamentais para o desenvolvimento dos códigos de Ética Médica.

Há de se ressaltar que a evolução dos métodos diagnosticos e tecnologias médicas bem como o advindo da informática e as formas atuais de comunicação entre os medicos e pacientes com os dispositivos moveis entre outros avanços exigem concomitantemente uma atualização dos principios éticos que norteiam as relações entre os medicos, os pacientes e a sociedade.

Bom, como vemos há muito o que se considerar com relação ao tema, mas um tópico merece que se ressalte e que esta consignado no proprio código de Etica Medica, em seus principios fundamentais inciso IV:

Ao medico cabe zelar pelo perfeito desempenho ético da Medicina, bem como pelo prestígio e bom conceito da profissão .”

É isso que se espera de todos nós !

O futuro esta por vir !!

Boa leitura a todos !!!!

Dr. Osmar Gaiotto Jr.

CRM 37716

Presidente da APM Regional Piracicaba

Foto Arquivo Pessoal

Gestação Múltipla

“Um é pouco, dois é bom, três é demais”, você já deve ter ouvido essa frase quando o assunto é filhos. A taxa de fecundidade indica quantos filhos, em média, tem a mulher brasileira, e segundo o Censo 2010, as mulheres têm, em média, 1,9 filho. O número de filhos por mulher vem se reduzindo no Brasil desde a década de 1960.

Nessa edição, traremos para você leitor tudo sobre gestação múltipla em artigos de diversos especialistas de nossa região. Acompanhe no artigo da Psicóloga Clínica e Psicanalista, Cristiane Tabai, se os gêmeos devem compartilhar tudo em todos os momentos. No artigo do Dr. Marcelo Martinelli Durante, que é Mastologista, Ginecologista e Obstetra você tira suas dúvidas sobre amamentação dupla e como o aleitamento materno é importante para as mães e bebês.

O Dr. Marcelo Octavio Fernandes da Silva, obstetra e ginecologista desvenda se a gestação múltipla pode ser hereditária e ainda explica sobre as complicações dessa gestação específica. O ginecologista, Dr. Paulo Arthur Machado Padovani, aborda o tema Fertilização In Vitro. O Dr. Rodolfo Paludeto Santa Rosa, ginecologista e obstetra, apresenta em seu artigo índices e estatísticas sobre gestações múltiplas.

Acompanhe também como deve ser a criação das crianças e suas individualidades, no artigo da Psicóloga, Erica Fernanda Garcia Berto. A mestra, Mariana Negri, especialista em Psicologia Clínica, explica como deve ser a criação dos gêmeos. A Fisioterapeuta e Educadora Física, Mariana Gomes Faria, explica sobre a importância de exercícios físicos em gestação múltipla. A nutricionista, Rosemeire G. S. Sacamoto, fala da importância do acompanhamento alimentar durante a gestação. No Movimento Médico, veja o artigo do Dr. Marun David Cury, sobre saúde suplementar, quando o cidadão não tem vez.

Finalizo esse editorial fazendo um convite a você, vire a página e nos presenteie com mais uma leitura em nossa Revista. Agradecemos aos participantes que nos enviaram textos ou participaram como entrevistados. Confira todos esses temas e muito mais na revista que é sempre sua! Fique com a gente, você é nosso convidado! Boa leitura!

Foto Arquivo Pessoal



Michele Telise
 MTB 56675
 jornalmichele@gmail.com
 Jornalista e Editora Responsável

Sumário

- 05** | Movimento médico
- 06** | Gestação Múltipla e os cuidados alimentares
- 07** | Fertilização In Vitro e a chance de gestação múltipla
- 08** | Como trabalhar a individualidade de cada criança, especialmente gêmeos?
- 10** | Amamentação dupla
- 12** | Como criar gêmeos?
- 14** | Gestação múltipla
- 16** | A importância de exercícios físicos em gestação múltipla
- 18** | Quebrando mitos: gestação gemelar provém de hereditariedade?
- 20** | Gêmeos devem compartilhar tudo?
- 21** | Acontece
- 22** | Agenda
- 22** | Aniversariantes

60 anos em 6 - APM conquista o maior patrimônio desde os idos de 1950

Prezados colegas,

Estou concluindo o mandato como presidente da Associação Paulista de Medicina. Em breve, será empossada uma nova diretoria, a ser eleita no mês de agosto. Por isso, é obrigação da nossa diretoria informar a todos os associados aquilo que foi feito neste período com os recursos das contribuições associativas e demais fontes de receita da APM. Antes disso, é relevante expor brevemente o cenário existente em 2011, quando de nossa posse: havia importante déficit orçamentário, principalmente devido à extinção do selo médico. As sedes da capital, das regionais e do clube de campo careciam de reformas urgentes, a estrutura administrativa era onerosa, além de pouco produtiva, e corríamos risco de desapropriação do terreno então utilizado como estacionamento da APM na cidade de São Paulo.

Desenhamos um planejamento para a recuperação financeira, administrativa e patrimonial a ser cumprido ao longo de seis anos. O objetivo: “fazer mais com menos” e “preparar a APM para o futuro”. Hoje, podemos dizer com muito orgulho que o resultado superou de longe a expectativa inicial. Enfrentamos a pior crise econômica dos últimos 100 anos, período em que todas as entidades congêneres lutaram para sobreviver, com enorme dificuldade.

Na APM foi bem diferente, graças às medidas saneadoras que implantamos. A despeito das tormentas políticas e da Economia, obtivemos superávit de aproximadamente R\$ 50 milhões em nossas duas gestões (2011-2017). Isso mesmo utilizando índices abaixo da inflação para a correção da contribuição associativa. A excelente performance é fruto de forte redução de despesas e aumento de outras fontes de receita, explorando a força da marca APM. Ressaltamos que não houve qualquer prejuízo nos serviços prestados. Simultaneamente, passamos a investir mais e pesadamente na Defesa Profissional, com campanhas públicas, pesquisas e ações permanentes que garantiram recomposição parcial dos honorários médicos diante das perdas acumuladas ao longo do tempo.

O resultado financeiro também nos permitiu reformar as redes elétrica e hidráulica da sede na capital e o clube de campo, principalmente o restaurante, que agora possui ambiente agradável para o lazer de nossos associados. As regionais receberam forte investimento para recuperar seu patrimônio físico, sendo que aquelas que ainda não foram contempladas estão com reformas programadas e dotação orçamentária já reservada para tanto. A obra de maior impacto para a sustentabilidade e o futuro da APM é a construção do edifício de 22 andares no terreno do antigo estacionamento da Associação na cidade de São Paulo, que contempla 102 vagas de garagem e 117 apartamentos residenciais. Quando finalizado, será uma nova fonte de renda permanente, garantindo assim receitas tanto no presente quanto no futuro. O custo total da construção é de aproximadamente R\$ 30 milhões. Em torno de 60% da obra

já está concluída e paga, sendo que a previsão de entrega é para meados do próximo ano. Essencial ressaltar que não recorremos a qualquer tipo de financiamento. Tudo foi feito com recursos próprios e temos a reserva financeira para a conclusão do projeto. Podemos afirmar que, desde a década de 1950, quando foi construído o prédio da capital na Avenida Brigadeiro Luís Antônio, este é o maior aumento patrimonial da APM.

A administração da entidade foi modernizada. Iniciamos cada ano com previsão orçamentária cuidadosamente elaborada, cuja execução é submetida à auditoria permanente. Trabalhamos dentro de um regime de metas e resultados e, desta forma, não há desperdícios financeiros. Todos os gastos são rigorosamente controlados. Ainda, para concluir nosso projeto inicial, implantamos um modelo de governança corporativa no qual as decisões passaram a ser de um colegiado que envolve toda a diretoria, e não mais uma decisão pessoal do presidente. Desta forma, o resultado deve ser compartilhado por toda a diretoria, que se envolveu fortemente para alcançar este objetivo.

O médico necessita de entidades fortes para defendê-lo. É uma profissão que exige grande dedicação do ser humano, pois são quase dez anos para iniciar a atividade profissional, que exige atualização constante e enormes responsabilidades. Infelizmente, os médicos têm sido responsabilizados pelas mazelas de um sistema público de saúde subfinanciado.

Foi assim quando nos tornamos o bode expiatório que permitiu a criação do Programa Mais Médicos, que em nada modificou a qualidade do atendimento à população, e continua atualmente, com o ministro da Saúde, Ricardo Barros, afirmando irresponsavelmente que o médico “finge que trabalha”. A Associação Paulista de Medicina, entidade tradicional fundada há 86 anos, tem a clara percepção de seu papel como legítima representante dos médicos de São Paulo. O trabalho de fortalecimento institucional teve como principal meta dar-lhe sustentabilidade para enfrentar os desafios atuais e futuros. Podemos afirmar que hoje a APM faz mais com menos e com certeza está pronta para o futuro.



Dr. Florisval Meinão
CRM 20727
Presidente da Associação
Paulista de Medicina de
São Paulo
Otorrinolaringologia

Foto Arquivo Pessoal

Gestação Múltipla e os cuidados alimentares

Quando o casal está pensando em ter um bebê seria muito importante fazer uma visita a um profissional NUTRICIONISTA, pois hoje existe a EPIGENÉTICA, que é a parte da nutrição que pode modular através da alimentação o DNA mensageiro. O que significa isto, que através da alimentação podemos garantir uma alimentação mais saudável com alimentos específicos para esta fase da VIDA DO CASAL, onde teremos como resultados um DNA que trás menos memórias de doenças mais comuns entre estas famílias, portanto, vamos ter um bebê mais saudável com menos doenças HEREDITÁRIAS.

Por esta razão quando se planeja ter um bebê é preciso pensar na alimentação da mãe e do pai, isto ambos representação 50% desse bebê.

Nutrição adequada é fundamental durante a gestação porém o cuidado deve ser ainda maior quando a gestação é de MÚLTIPLOS bebês.

A gestação de gêmeos são divididas em três períodos gestacionais, diferente das gestações únicas, em que a divisão se dá por trimestres. São eles:

- Até 20ª semana;
- Da 20ª à 28ª semana;
- Da 28ª semana em diante.

Durante a gestação de gêmeos o volume sanguíneo materno aumenta cerca de 50% a 60% contra 40% a 50% nas gestações únicas. Esse aumento promove a diminuição dos níveis de hemoglobina, glicose, albumina, proteínas e algumas

na e lactogênio placentário. A produção aumentada desses hormônios pode afetar o metabolismo da glicose, aumentando o risco de diabetes gestacional.

Nas gestações de gêmeos, o peso médio dos bebês é de 2.347 gramas, e a idade gestacional é de 35,3 semanas.

Para as gestações de gêmeos, recomenda-se uma ingestão dietética adicional, mas esse acréscimo dependerá do estado nutricional prévio à gestação, ou seja, será necessário avaliar individualmente cada gestante e determinar uma necessidade calórica-proteica total diária baseada no peso antes da gestação e na ingestão alimentar de cada mulher.

O estado nutricional da gestante interfere diretamente na evolução da gravidez, no desenvolvimento dos fetos e nos seus pesos ao nascerem. A alimentação apresenta papel reconhecido relevante na evolução da gestação de múltiplos devido ao intenso processo de formação de órgãos e tecidos e dos ajustes fisiológicos da gestante em um curto espaço de tempo e, portanto, deve ser completo e adequado para suprir as necessidades materno-fetais durante todo esse processo.

Dieta de aproximadamente 3.000 calórias distribuídas em 6 refeições por dia, no mínimo. Recomenda-se também a suplementação de vitaminas e minerais por meio de polivitamínicos específicos para cada gestação.

Faixa de ganho de peso total para gestantes de acordo com a classificação do

monitorado, pois tanto o ganho insuficiente quanto o ganho excessivo interferirão na saúde da mãe e dos bebês.

É importante ressaltar que a gestante que ganha peso a partir de uma dieta equilibrada e desenvolvida de acordo com as suas necessidades jamais se tornará obesa. O ganho de peso durante a gestação é inevitável, e a dieta consumida deve ser capaz de fornecer a quantidade suficiente de calorias e nutrientes para esse período, porém, até hoje, não existem recomendações nutricionais científicas específicas para a gestações de múltiplos.

É recomendado que as gestantes de dois ou mais bebês consumam o equivalente a 50% a mais sobre as recomendações diárias para gestantes de únicos.

Para isso, basta seguir um plano alimentar desenvolvido para cada necessidade, elaborado por um nutricionista, e realizar avaliações periodicamente para monitoramento da ingestão e ganho de peso total.

Fonte: Fertilidade e Alimentação (Arnaldo Schizzi Cambiaghi e Débora de Souza Rosa); Mães Saudáveis têm Filhos Saudáveis (Denise M. Carreiro e Mayra M. Correa).



Foto Arquivo Pessoal

Rosemeire G. S. Sacamoto
CRN : 6109
Nutricionista

Gestão	Baixo Peso	Peso Adequado	Sobrepeso	Obesidade	Idade Gestacional (semanas)
Dupla	ND*	16,7 – 24,4 kg	14,0 – 22,6 kg	11,3 – 19 kg	36-38

ND*: Não determinado até o momento (2012). Fonte 1: IOM, 2009 www.iom.edu/pregnancyweightgain

vitaminas. Ocorre também um aumento da produção de todos os hormônios envolvidos na gestação, como progesterona

IMC pré-gestacional e número de bebês:

O ganho de peso durante a gestação de múltiplos deve ser cuidadosamente

Fertilização In Vitro e a chance de gestação múltipla

A obtenção de uma gravidez o mais natural possível, preferencialmente de um único filho, evitando os riscos de uma gestação gemelar é o objetivo dos tratamentos de reprodução assistida. Nós, especialistas em reprodução humana, sabemos das consequências de uma gestação múltipla, dos riscos aos quais a mulher fica exposta, e, por isso, utilizamos todos os meios para evitá-la.

Atualmente, vivemos uma etapa bem diferente dos primeiros tempos dos tratamentos de reprodução assistida. Nos últimos 20 anos, com o aperfeiçoamento dos exames diagnósticos, dos equipamentos, das medicações, dos meios de cultivo e do conhecimento científico na área, atingimos um nível de excelência no trato da reprodução assistida.

Antigamente, como os resultados não eram tão bons, mais embriões eram transferidos. Hoje, com o avanço das pesquisas e a melhora da qualidade dos centros de reprodução, diminuiu-se muito o número de embriões transferidos. Os dados tanto do Brasil quanto da América Latina demonstram uma substancial redução da quantidade de embriões transferidos e, por consequência, diminuição nas taxas de gestação múltipla.

Hoje, normatização do Conselho Federal de Medicina, em consonância com a Sociedade Brasileira de Reprodução Assistida e Rede Latino Americana de Reprodução Assistida, determina que no máximo sejam transferidos 2 embriões nos casos de mulheres com até 35 anos, 3 embriões, dos 36 aos 39 anos, e após os 40 anos, podem ser transferidos até 4 embriões.

Outro dado é que se transferirmos um embrião em uma mulher até 35 anos, teremos uma taxa de gestação em média de 25% a 30% e uma possibilidade de gestação múltipla menor que 1% (seriam os gêmeos idênticos). Se transferirmos

2 embriões, a taxa de gestação esperada gira em torno de 45% e a de gestação múltipla fica em torno de 6%.

Um dado importante para conhecimento de todos é que em muitos países europeus só é permitida a transferência de um único embrião (single embryo transfer). Um dos motivos é que nestes países o tratamento é custeado pelo governo. No Brasil, o tratamento é custeado pelo casal.

Em relação à gestação múltipla, nós, especialistas da área, temos uma grande preocupação, pois pode desencadear riscos tanto para as mães quanto para o feto. A mãe fica exposta a uma maior incidência de problemas cardiovasculares (alterações hemodinâmicas, hipertensão arterial, doença hipertensiva específica da gravidez, evoluindo para pré-eclâmpsia, eclâmpsia e hellp síndrome), metabólicos (diabetes), abortamentos e trabalho de parto prematuro, que pode levar o feto ao risco de morte, uma vez que os pulmões ainda não estão prontos para o funcionamento adequado.

Quanto ao feto, temos preocupação com os efeitos diretos relacionados à prematuridade e o custo do tratamento em UTI neonatal. Vale destacar que o risco de prematuridade, de uma gestação inferior a 32 semanas, que é de 1% na gestação simples, aumenta para de 5% a 10% na gemelar, 30% na trigemelar e 53% na quadrigemelar.

Na gravidez múltipla, existe também

a possibilidade da ocorrência da síndrome da transfusão feto-fetal, patologia peculiar dos gêmeos idênticos que compartilham a mesma placenta. Neste caso, há um desequilíbrio no fluxo de sangue entre os bebês. A irrigação sanguínea deficiente em um dos gemelares faz com que a nutrição seja desigual na gestação, comprometendo o desenvolvimento do feto.



Foto Arquivo Pessoal

**Dr. Paulo Arthur Machado
Padovani**
CRM 39.536
Ginecologista
Diretor do Centro de Reprodução
Humana de Piracicaba

Como trabalhar a individualidade de cada criança, especialmente gêmeos?

Todo ser humano passa por questões de maturação e desenvolvimento, que envolvem a troca com o meio, através das relações, onde fará a passagem do âmbito fisiológico e primordialmente sensorial, para o psicológico e o social. Isto requer dizer, que no início, somos um corpo repleto de sensações, recebendo diversos estímulos (tanto internos, do próprio corpo, como por exemplo a fome, quanto externos, como a luz, o ruído, o toque, etc), que teremos que receber, apreender e decodificar e assim vamos nos constituindo, formando a capacidade de discriminar um estímulo do outro, associar, pensar e por fim, entender os símbolos e se comunicar.

É através do afeto e cuidados profêricos ao bebê, que ele poderá desenvolver melhor decodificação de estímulos, aprendizagem e conseqüente melhor adaptação ao meio, pois desde o nascimento, o estímulo do rosto da mãe, por exemplo, se aproximando para cada mamada, juntamente com os toques e a satisfação da fome, lhe confere prazer e estes são estímulos primordiais que já vão começar a contribuir para que o recém-nascido comece a apreender seu ambiente.

Podemos enfim nos perguntar o que tudo isto pode ter a ver com a individualidade de cada criança, não é mesmo? Pois bem, o ponto é que, durante esta primeira fase da vida, o recém-nascido não consegue distinguir as coisas, ou o meio, como separado dele mesmo e de seu corpo. Percebe, por exemplo, o seio materno, ou a mãe como parte de si mesmo. É por isso que no início da vida, é bastante difícil para o bebê, cada vez que necessita se separar da mãe, pois é como se uma parte de si mesmo estivesse faltando. Ele vive uma relação simbiótica com sua mãe (ou com aquele que cuida dele), que é necessária devido a seu grau de dependência para sobrevivência. Esta simbiose consiste em uma relação em que, através de um laço forte de afetos e vínculo, mãe e bebê se constituem psicologicamente um só, sem maior di-

ferenciação entre o que sentem e o que desejam, havendo uma forte relação de dependência entre si.

À medida em que o ser humano vai crescendo e adquirindo autonomia proveniente de cada fase específica de seu desenvolvimento, de maneira saudável, ele deixa a relação simbiótica e passa a diferenciar melhor o que é seu e o que é do outro em termos de sentimentos, desejos e pensamentos, construindo uma noção de si mesmo e identidade própria. Este processo é importante, para sua sensação de segurança e auto estima. Isto caracteriza o processo de individualização do ser humano.

A partir disso tudo, como podemos pensar o trabalho da individualidade de cada criança, sobretudo os gêmeos? A criança gêmea, por sua característica de haver compartilhado até mesmo o útero da mãe, está habituada a fazer tudo junto de seu irmão, de forma indiferenciada, o que pode facilitar a manutenção de uma relação simbiótica, isto é, de dependência emocional e não discriminação entre um e outro, não somente fisicamente, mas como também, diferenciação de pensamentos, desejos, percepções, etc.

Todos nós necessitamos nos sentirmos seres individuais e únicos, embora fazendo parte de um coletivo e nos identificando com outros e os estudos mostram que crianças gêmeas, devido

às características citadas, podem obter maior dificuldade em atingir esta noção de identidade própria e diferenciada do outro, o que pode acarretar conflitos pessoais e inter-relacionais. Uma colega gêmea, me contou, por exemplo, que, acostumada a uma relação de “quase adivinhação” em relação ao que a irmã desejava, transferiu posteriormente este tipo de expectativa a seu relacionamento amoroso, por um bom tempo, chateando-se pelo fato de seu cônjuge não conseguir “adivinhar” o que ela queria para o jantar, ou no mínimo buscar satisfazê-la neste sentido, até que, atingiu a consciência de que o cônjuge poderia não pensar ou sentir da mesma forma que ela.

Vale dizer que não somente as crianças gêmeas estão sujeitas a permanecer em relações simbióticas, mas também, outras crianças, acabam permanecendo nestas relações com suas mães, uma vez que, a relação de dependência, apesar de patológica após determinado estágio da vida, tem o propósito de proteger o ego da ansiedade e da angústia, portanto, é uma relação que se mantém em muitos casos, atrapalhando o melhor desenvolvimento da criança.

Se queremos proporcionar um melhor desenvolvimento para nossas crianças, no sentido portanto, de desenvolverem autonomia e conseqüente boa adaptação e convívio social, o que podemos buscar

nestas relações? É importante, num primeiro momento, que os pais se perguntem se estão depositando muito de suas expectativas em seus filhos, buscando viver aspectos de sua vida através da vida deles. Um caso comum, por exemplo, é uma criança que é colocada em uma aula de esporte porque o sonho do pai era ser jogador. Pode ser que a criança possua estas características e se sinta bem fazendo estas aulas, mas pode ser que não, que este não seja seu desejo de fato e que ela tenha dificuldade para dizer que não e acabar com o sonho do pai. Assim, cabe a nós adultos, buscarmos refletir sobre nossos próprios desejos e expectativas em relação às crianças, podendo perceber de fato o que é nosso e o que é delas, embora, muitas vezes não seja tarefa fácil, uma vez que as crianças se identificam com os adultos e os têm como modelo e referência, buscando copiá-los.

No caso de crianças gêmeas, o que pode facilitar para desenvolver o fortalecimento de sua individualidade, é justamente buscar enfatizar suas diferenças,

não necessariamente colocar sempre a mesma roupa neles, não tratá-los como um só, referindo-se a eles como “os gêmeos”, criar rotinas diferentes para ambos, cuidar para que eles não tenham que fazer tudo sempre junto e igual, verbalizar suas diferenças, sejam elas de personalidade, ou até alguma marquinha diferente no corpo, mas nunca os comparando.

Dito isto, resta-me deixar aqui um incentivo aos pais e cuidadores, em sua tarefa árdua que se relaciona com a educação, saúde e bem estar das crianças, através de todo amor e cuidado que eles podem proferir às mesmas. Amor, somado à reflexão, certamente constitui o essencial para a forma com que cada um encontrará e desenvolverá sua melhor maneira de se relacionar! Parabéns aos pais, educadores e cuidadores no geral, que se encontram nesta empreitada!

As relações humanas são permeadas por nuances e contradições, dificuldades sim, mas é isso que as faz humanas e bonitas!



Foto Arquivo Pessoal

Erica Fernanda Garcia Berto

CRP: 06-84577

Psicóloga

Especialista clínica: Psicanálise de família, casal, instituições e grupos.

SE VOCÊ TEM UM PLANO INTERMEDICI...

SENHAONLINE.COM.BR

ANS - nº 312282

SUA FAMÍLIA ESTÁ MUITO MAIS SEGURA!



www.intermedici.com.br

Piracicaba
Av. Torquato da Silva Leitão, 605 | São Dimas
Fones: 0800.770.3770 | 19 3437.3770

Tietê
Rua Onze de Agosto, 151, casa 2 | Centro
Fones: 15 3282.2520 | 3285.1601

Cerquilha
Rua Bento Souto, 31 | Centro
Fone: 15 3384.2109

Resp. Técnico: Dr. Hamilton A. Bonilha de Moraes - CRM 51466

Amamentação dupla

Dicas para mamãe

São inúmeras as vantagens do aleitamento materno (AM) para a mãe, a criança, a família e sociedade. Para a Organização Mundial da Saúde (OMS) a prática de amamentação salva muitas crianças por ano, pois, o leite materno é o alimento ideal para o bebê, ou seja, o mais capacitado para um bom crescimento e desenvolvimento da criança. Suas propriedades nutricionais e imunológicas protegem o recém-nascido de doenças autoimunes, infecções, diarreia e doenças respiratórias, além de fortalecer o vínculo mãe-filho e reduzir o índice de mortalidade infantil.



Com bases em evidências científicas e enfatizado pela OMS recomenda-se a prática da amamentação exclusiva por seis meses e a manutenção do Aleitamento Materno acrescido de alimentos complementares até os dois anos de vida ou mais.

Com relação aos benefícios do aleitamento materno para a nutriz, sabe-se que a prática facilita a involução uterina mais precoce no pós-parto e parece reduzir alguns tipos de fraturas ósseas, câncer de mama e de ovários, além de diminuir o

risco de morte por artrite reumatoide.

Embora a amamentação seja um ato natural, não é instintivo. Algumas mulheres conseguem realizá-lo sem maiores problemas, outras, porém precisam ser estimuladas e apoiadas. Estas últimas, muitas vezes apresentam inúmeras dúvidas ou convivem com muitos mitos, o que converge em dificuldades tanto para a mãe quanto para o bebê, necessitando assim, de apoio do companheiro, da família e, dos profissionais de saúde, a fim de obterem êxito em tal tarefa.

É muito importante que a mulher busque informações e também converse sobre amamentação com outras mulheres, com profissionais especializados em aleitamento materno (pré-natalista) e outras pessoas. Ela deve ficar atenta porque a experiência com a amamentação costuma ser diferente entre as mulheres, algumas passam por dificuldades iniciais, enquanto outras não.

Segue algumas dicas para que ocorra uma boa amamentação.

Preparo dos seios: Durante a gestação, ocorrem modificações naturais nas mamas, preparando para a fase da amamentação: elas ficam maiores, as aréolas (parte escura da mama) tornam-se mais escuras e resistentes pela ação dos hormônios. Se for possível exponha o seio ao sol da manhã (até 10 h) por 15 minutos e use sutiã confortável, preferindo o de algodão. Não faça pressão sobre a mama para verificar se está saindo leite. Não utilize cremes e pomadas na parte escura da mama (aréola e mamilo).

Primeiras mamadas: Logo após o nascimento do bebê (ou fase final da gravidez), surge o primeiro leite chamado colostro – um líquido branco transparente ou amarelo, que se mantém durante 2 a 3 dias e que é muito importante para proteger o bebê de infecções e para o ajudar a evacuar. Quando o leite surge, por volta do 2º ou 3º dia, as mamas podem ficar quentes, mais pesadas e duras, devido ao aumento de leite.

Ingurgitamento das mamas: É quando o leite desce em volume maior e o bebê não dá conta de mamar todo o leite produzido. Ocorre quando as mamas ficam tensas, brilhantes e dolorosas, o que dificulta a saída do leite, e em alguns casos pode evoluir para um quadro infeccioso chamado Mastite/Abscesso (principalmente se a mãe tem fissuras nos mamilos).

- **Prevenção:** As mães devem dar de mamar em horário livre (sempre que o bebê quiser). Colocar a criança a mamar em posição correta e verificar os sinais de boa pega.

- **Tratamento:** Retirar o leite da mama, colocando o bebê a mamar, se possível, ou com expressão manual ou

bomba (lavar as mãos cuidadosamente antes de tocar nas mamas). Se o bebê não conseguir mamar, a mãe deve retirar o leite (manualmente ou com bomba) e dá-lo ao bebê. Deve continuar a retirar com a frequência para que as mamas fiquem mais confortáveis e até que o ingurgitamento desapareça.

Mastite: Ocorre nos casos de ingurgitamento mamário grave, em que o tecido mamário pode infectar. Neste caso, parte da mama fica avermelhada, quente e dolorosa. A mulher tem febre, normalmente elevada, e sente grande mal estar, devendo nestes casos procurar um médico.

- **Tratamento:** O médico indicará quais os medicamentos que a mãe deve tomar. Entretanto, é fundamental que: A mãe repouse; Retire o leite manualmente, ou com bomba; Possa continuar a amamentar do lado não infectado. A situação melhora, habitualmente em um ou dois dias.

Mamilos dolorosos e/ou com fissuras: A causa mais comum de dor nos mamilos é uma má adaptação do bebê a mama materna (pega incorreta). A amamentação é dolorosa, podendo levar a mãe a amamentar menos tempo e/ou com menor frequência ficando frustrada.

- **Prevenção:** Coloque a criança numa posição correta (cabeça em linha reta com o corpo, face de frente para o mamilo); Verifique sinais de boa pega do bebê; Não deve lavar os mamilos com sabão, devem ser lavados unicamente uma vez ao dia; Não deve interromper a mamada, o bebê deve deixar a mama espontaneamente; Se a mãe tiver de interromper, deve colocar um dedo, suavemente, na boca do bebê de modo a inter-

romper a sucção.

- **Tratamento das fissuras:** Na maior parte, a dor desaparece logo que a pega do bebe é corrigida. Pode iniciar a amamentação pelo mamilo não doloroso; Deve aplicar uma gota de leite no mamilo e aréola, após o banho e após cada mamada; A mãe deve expor os mamilos ao ar e ao sol, sempre que possível, no intervalo das mamadas.

Para que a prática do aleitamento materno tenha sucesso, é indispensável o apoio dos profissionais de saúde, auxiliando e cuidando das mães e crianças em processo de aleitamento. Devemos então, criar um vínculo de confiança com a mãe e seus familiares, permitindo uma escuta ativa, esclarecê-la sobre as suas dúvidas relacionadas ao aleitamento e principalmente reforçar a importância do aleitamento materno exclusivo até o 6º mês.



Foto Arquivo Pessoal

Dr. Marcelo Martinelli
Durante
CRM: 121.038
Mastologista/Ginecologista/
Obstetra

Como criar gêmeos?

Educar os filhos é uma tarefa complexa e um desafio para os pais, pois a cada etapa do desenvolvimento é preciso entender a necessidade e apelo das crianças. A arte de educar consiste na única bagagem que temos: nossas experiências, associadas à intuição e sensibilidade. E quando isso ocorre em fraternidade gemelar? Qual a melhor maneira de educá-los?

Antes de pensar na criação de gêmeos, vamos olhar para o nascimento de um filho e o impacto familiar. Não encontramos em nenhum livro ou curso como é ser mãe e pai, mesmo quando não estamos diante de uma primeira experiência.

Ao nascer um bebê, cabe ao núcleo familiar olhar atentamente suas crenças e regras, pois cada casa apresenta um modelo ideal de criação, baseado nas histórias vivenciadas. No entanto, devemos levar em consideração que a função dos pais é facilitar o desenvolvimento do filho para que ele possa adequar-se à sociedade a qual está inserido, respeitando, sempre, sua individualidade.

No caso de gêmeos, encontramos algumas situações particulares facilmente admitidas como agradável, por estar em constante companhia, além da cumplicidade que, comumente, gera a criação de linguagem própria para a diáde, com frequente sensação de prazer ao estar na companhia um do outro.

No entanto, desde este nascimento, essas crianças têm como experiência confrontar-se com outro bebê sem mesmo ter tido o tempo necessário de “permitir” a chegada do irmão, pois a gemelaridade é entendida como uma lente de aumento nas relações fraternas.

O desafio é exigido para os pais por se tratar de dois nascimentos simultâ-

neos que não são contínuos e idênticos, independentes da formação embrionária; bem como os desejos apresentados por esse casal diante da procriação.

Por ser impossível satisfazer simultaneamente as necessidades imediatas de dois bebês, os pais têm como função verificar as diferenças de cada bebê e tratá-los desde esse período como se fossem únicos – o que realmente são – favorecendo o desenvolvimento de uma personalidade total, com características pessoais.

É comum haver falhas nesse sentido, implicando consequências futuras como a saída pela tristeza constante e profunda àquele que renuncia a competição com o irmão. Ou seja, quando os filhos passam a ser comparados e a personalidade de um deles sobressai a do outro, que tende a se deprimir.

Outra situação comum é haver a ruptura em que um dos filhos passa a ser aliado à figura do pai e o outro à mãe, criando outro tipo de conflito e alimentando a rivalidade, que pode decorrer para o resto da vida.

Dessa forma, a principal preocupação que devemos ter ao criar filhos gêmeos é, a partir de cada dinâmica familiar, facilitar e promover o empoderamento para que cada um deles possa obter reconhecimento pleno com suas características individuais e personalidades totais.

Afinal, gêmeos podem ser semelhantes, mas nunca são idênticos em todos os sentidos e merecem ser entendidos em cada individualidade.



Foto Arquivo Pessoal

Me. Mariana Negri
 CRP 06/102.405
 Especialização em Psicologia
 Clínica e Hospitalar: Saúde
 Reprodutiva da Mulher
 (CAISM-Unicamp)
 Formação em Psicoterapia Breve
 Psicanalítica (Unicamp)
 Mestrado em Ciências
 (Departamento de
 Obstetrícia- Unifesp)
 Formação em Psicanálise
 Winnicottiana (IBPW)

RECEBA O RESULTADO DE SEUS EXAMES IMUNOLÓGICOS E HORMONAIS NO MESMO DIA

HFC LAB, o laboratório do Hospital dos Fornecedoros de Cana de Piracicaba.

MAIS UM SERVIÇO DE QUEM VOCÊ JÁ CONFIA!



Horário de Atendimento:
2ª à 6ª das 6:00 às 16:00 horas
Sábado: das 6:00 às 12:00 horas

Rua Rafael Aloisi, 51 • Vila Rezende • Piracicaba • SP
(19) 3403-2884 • laboratorio@hfcp.com.br
www.hfcp.com.br

Responsável Técnico: Veridiana Aparecida Andrioni Ricobello – CRBM n.º 18.605



Seja um cliente Drogal Mais

Cadastre-se gratuitamente em uma de nossas filiais e aproveite todas as vantagens de ser um cliente Drogal Mais



Para saber mais, converse com nossos atendentes ou acesse: drogal.com.br/drogalmis

Gestação múltipla

Dos Cuidados aos Riscos

A confirmação de uma gravidez, principalmente se é a primeira, costuma vir acompanhada de muita alegria e, claro, de várias dúvidas. Quando os exames confirmam uma gravidez de gêmeos, certamente, essas dúvidas se multiplicam!



Por isso, se você recebeu a notícia de que vai ser mamãe de dois (ou mais!) bebês, mas não tem a menor idéia do que esperar e de quais cuidados tomar, saiba que você não está sozinha. A maior parte das mães de gêmeos também passaram por esse mesmo sentimento. No entanto, a notícia boa é que elas aprenderam rapidamente!

A natureza preparou o ser humano para gerar um bebê de cada vez. Então, mais de um bebê no ventre, geralmente, significa sobrecarga para o organismo da mulher.

Nestas gestações, os produtos conceptuais podem resultar da fecundação de mais de um óvulo (Polizigótica e geneticamente diferentes) ou da divisão de massa embrionária inicial comum (monozigótica e geneticamente idênticos).

Entre as gestações gemelares, as complicações fetais são mais frequentes nas monocoriônica quando comparadas às dicoriônica.

A incidência de gestações monozigótica é fixa em torno de 0,5%; já as dizigóticas sofre a influência de fatores como a hereditariedade e gira em torno de 0,5 a 1,5% de todas as gestações. Hoje em dia com as técnicas de fertilização assistida as gestações dizigóticas tem aumentado, representando na Europa 26,4% e no Brasil 42% das realizadas por FIV (Fertilização in vitro)

Por esse motivo, além dos cuidados comuns à gestação de apenas um feto, é indispensável que a mulher esteja ciente dos cuidados extras a serem tomados durante toda a sua gestação múltipla. Portanto alguns conselhos são importantes:

- Comparecer as consultas de pré-natal

- As gestações múltiplas representam risco maior de complicações maternas (Pré eclâmpsia, diabetes gestacional, hemorragias, infecção pós-parto, edema pulmonar) e fetais (abortamento, restrição de crescimento fetal, parto pré-termo e malformações fetais). Devido a esses motivos o monitoramento tanto da mãe como do bebê deverão ser mais cuidadosos.

- Esse risco aumenta ainda mais se os gêmeos forem univitênicos ou iguais, necessitando de intervalos menores de retorno bem como de uma gama maior de exames.

- Os enjoos matinais são mais frequentes. Para melhorá-los o ideal é uma refeição fracionada em pequenas porções de 3/3 hs, evitando ingerir rapidamente o alimento ou sua associação com grande quantidade de líquidos.

- Evitar o ganho excessivo de peso com uma dieta balanceada e equilibrada. Isso porque o excesso de peso pode aumentar o risco de hipertensão, diabetes gestacional, do parto prematuro e elevar a sobrecarga dos músculos e da coluna materna.

- Um cuidado importante é com a prática de atividade física que deve ser realizada com profissional habilitado e experiente. O exercício físico orientado pelo obstetra e por um educador físico como caminhadas, natação, yoga, pilates ou hi-

droginástica está recomendado, pois tem muitos benefícios como controlar o peso, facilitar o trabalho de parto e ajudar na recuperação, além de promover a saúde da mãe e dos bebês, porém sempre com muita observação e restrição para evitar o parto prematuro. Recomendamos diminuir ou parar com os mesmos a partir de 28 semanas de gestação.

- Outros sintomas que se exacerbam são a dificuldade para dormir, os gases, a azia, má digestão, a prisão de ventre, o cansaço, a irritabilidade e a labilidade emocional.

- O descanso também é de grande valia, pois ajudam a melhorar a fadiga e a sonolência que este tipo de gestação pode causar, prevenido a restrição de crescimento fetal e principalmente no final o trabalho de parto prematuro.

A maioria das grávidas de gêmeos entra em trabalho de parto por volta da 36ª ou 37ª semana, e não com na 40ª semana como acontece nas gestações únicas. Normalmente, não há motivo para preocupações se o tempo de gestação passou das 34 semanas, mas prematuros sempre requerem maiores cuidados.

Entretanto a prematuridade antes de 32 semanas é quase 2 x maior nas monocoriônica (9,2%) comparadas às dicoriônica (5,5%).

Uma das consequências do nascimento prematuro pode ser o baixo peso - fator que pode levar a outros problemas de saúde -, além de malformações respiratórias e cardiovasculares que, inclusive, podem colocar a vida do bebê em risco.

Devido aos riscos fetais e maternos aumentados geralmente ocorre uma maior incidência de partos cesáreas neste

tipo de gestação. A Taxa de abortamento e óbito perinatal também são maiores nas monocoriônica. A restrição de crescimento fetal é 10 vezes maior que em gestação única.

Outra complicação das gestações monocoriônicas é a Síndrome da transfusão feto - fetal (STFF), que aumenta a mortalidade e danos neurológicos aos fetos.

Portanto, como disse anteriormente a gestação gemelar deve ser acompanhada de perto pelo obstetra e seguir sempre suas orientações. Porém não se assustem. Ele com seu conhecimento poderá conduzir a gestação da melhor maneira possível tratando as intercorrências e intervindo quando for necessário para que se tenha uma gestação com mães e fetos saudáveis.



Foto Arquivo Pessoal

**Dr. Rodolfo Paludeto Santa
Rossa**
CRM 78791-SP
Especialista em Ginecologia e
Obstetrícia
Especialista em Ultrassonografia
em Ginecologia e Obstetrícia

A importância de exercícios físicos em gestão múltipla

A gestação múltipla ou gravidez gemelar é aquela em que ocorre a formação de mais de um feto simultaneamente. Segundo o Ministério da Saúde a incidência da gravidez gemelar é de 1 para cada 80 gestações.

O aumento das chances de gravidez gemelar está associado com o histórico familiar, alimentação e tratamentos para a infertilidade.

Existem dois tipos de Gestação Múltipla: a gestação monozigótica que é quando ocorre a fecundação com o óvulo já fecundado, depois de alguns dias, dando origem a um ovo que sofre uma divisão ao acaso, formando dois bebês idênticos geneticamente. A gestação dizigótica é quando ocorre a fecundação em dois óvulos distintos por dois espermatozoides de modo separados. Neste caso, os gêmeos poderão ou não ter o mesmo sexo e cada um terá sua própria placenta, neste caso os gêmeos poderão ou não ter o mesmo sexo e cada um terá sua própria placenta e bolsa.

A gestação múltipla é considerada uma gravidez de alto risco, uma vez que pode trazer complicações tanto para a mãe quanto para o feto. Neste tipo de gestação é frequente a realização de partos prematuros, de modo que o bebê poderá ter certas complicações, como baixo peso ou aquisição de certas doenças. Para a mãe, as consequências são outras, como ocorre um grande aumento do volume uterino, é normal que a mulher apresente mais enjoos, hipertensão, falta de ar, diabetes. Nesse tipo de gestação é comum que o médico opte por realizar parto cesárea, no lugar do parto natural. Como qualquer gestação a futura mãe deverá ter um acompanhamento médico (realizar o pré-natal) e de uma equipe

multidisciplinar para avaliar e manter uma gestação tranquila amenizando as alterações ocasionadas pela gestação, orientar e conscientizar a futura mãe quanto aos cuidados com os bebês.

Existem evidências baseadas em estudos epidemiológicos que confirmaram o papel importante e decisivo da prática da atividade física na promoção da saúde, na qualidade de vida, na prevenção e ou controle de diversas doenças no período gestacional. Por este motivo a fisioterapia tem um papel muito importante.

A fisioterapia tem a função de avaliar e realizar terapias que previna as lombalgias, devido alterações biomecânicas que surgem durante a gestação, em função da expansão do útero na cavidade abdominal e como consequência o desvio do centro gravitacional, levando a falta de equilíbrio. Os exercícios de padrão ventilatórios poderá melhorar a capacidade pulmonar que é afetado na gestação devido a expansão torácica, pelo relaxamento dos ligamentos intercostais e ascensão do diafragma pelo crescimento uterino, que resulta no aumento da capacidade inspiratória, no decorrer da gravidez.

A gravidez não é motivo para deixar o sedentarismo se instalar. Pelo contrário, a prática de atividade física pode trazer muitos benefícios para gestante como a melhora do condicionamento físico, fortalecimento de musculatura do assoalho pélvico, da coluna vertebral, membros inferiores (auxiliando para a melhora do retorno venoso) e em membros su-

periores. Com este trabalho no pré-parto ameniza as dores e incômodos comuns da gestação proporcionando a melhora do equilíbrio e melhora da qualidade de vida gestacional (da futura mãe e dos bebês), e até mesmo, prepara a gestante para o parto e o pós-parto. A gravidez provoca nas mulheres alterações fisiológicas e psicológicas que merecem ser discutidas.



Foto Arquivo Pessoal

Mariana Gomes Faria
CREFITO 220082-F
Fisioterapeuta e Educadora Física
Esp. em Fisioterapia respiratória
em UTI.
(Fisioterapeuta da Unimed Medicina Preventiva de Piracicaba SP)

(19) 3371-6284

Av. Independência, 841
Bairro Alto - Piracicaba/SP.

Mais que um laboratório, somos seu aliado na saúde.

Presente em Piracicaba e em outras quatro cidades da região,
o Pasteur é referência em exames de análises clínicas.
Oferecemos qualidade, confiança, credibilidade e suporte
total aos nossos clientes.



www.labpasteur.com.br

Unidades em Americana,
Santa Bárbara D'Oeste, Nova Odessa,
Limeira e Piracicaba.

Dr. José Roberto Salvador - Responsável Técnico - CRF-SP 8443

Um valor especial
à sua saúde.



Seguro de Renda por Incapacidade Temporária - SERIT e Seguro de Vida - Seguros Unimed.

A proteção que os profissionais liberais e autônomos precisam para trabalhar com tranquilidade.

Seu trabalho é a conquista diária da sua independência. Mas se, por conta de um acidente ou doença, você precisar se afastar, a Seguros Unimed garante uma indenização enquanto se recupera. O SERIT Modular é um seguro de renda desenvolvido para profissionais liberais e autônomos.



SERIT - Seguro de Renda

O Seguro de Renda por Incapacidade Temporária é destinado a profissionais liberais e autônomos. Em caso de interrupção de atividade profissional por acidente ou doença, o segurado recebe a quantia contratada depositada em conta enquanto se recupera por até 365 dias.



Indenização Especial por Morte Acidental

O Beneficiário conta com pagamento de 100% do capital em caso de morte acidental do titular



Invalidez Permanente Total ou Parcial por Acidente

Pagamento de indenização ao segurado em caso de acidente pessoal que ocasiona invalidez total ou parcial do segurado



Invalidez Permanente por Acidente Majorada

Pagamento de 100% do capital contratado ao segurado em caso de sua invalidez permanente (**DEDO POLEGAR, INDICADOR, SURDEZ TOTAL OU UMA DAS VISÕES**) conforme estipulado nas condições gerais.



Invalidez Funcional Permanente Total por Doença

Indenização de 100% da cobertura básica ao segurado, decorrente de sua invalidez funcional permanente e total, ocasionada por doença.



Americana: Rua Fortunato Basseto, 233 - Vila Medon
Fone: (19) 3407-6077 - (19) 3407-7340
Piracicaba: Rua Carlos de Campos, 283 - São Judas
Fone: (19) 3435-3392

Quebrando mitos: gestação gemelar provêm de hereditariedade?

Com certa frequência ouço: “nossa doutor, eu queria tanto que fossem gêmeos!” ou “eu queria ter gêmeos porque já teria uma gestação só e já parava por aí” Normalmente respondo, em tom de brincadeira: “perdoe Senhor! Ela não sabe o que diz... é muito mais arriscado!”.

A gestação gemelar vem se tornando uma condição cada vez mais comum em nosso meio, um dos principais motivos para isso é o crescente aumento das gravidezes concebidas por reprodução assistida, tanto na indução da ovulação quanto na fertilização in vitro (onde normalmente são inseridos dois embriões).

Graças a esse aumento na incidência nos últimos anos, o obstetra moderno tem que estar, cada vez mais, atento as peculiaridades da gestação múltipla. Sem falar no fato de a gemelaridade estar associada a várias complicações desde o início da gestação, sendo, portanto, classificada como de alto risco.

Há mais chance de vômitos no começo do pré-natal, muitas vezes sendo de difícil tratamento e durando mais tempo que o esperado.

A incidência de hipertensão também é mais comum, tornando necessário um acompanhamento mais cuidadoso.

Da mesma maneira, o diabetes gestacional ocorre com maior frequência se comparamos à gestação única.

Prematuridade é quase uma constante em gravidezes múltiplas, devendo ser prevenida pelo obstetra sempre que possível.

É muito importante fazer um acompanhamento ultrassonográfico preciso, devido a maiores chances de complica-

ções, que somente seriam diagnosticadas em detalhe por esse exame.

Uma outra realidade preocupante é a maior incidência de cesariana nessas pacientes, que não raro tem de interromper a gestação por alguma situação de risco durante o decorrer do acompanhamento.

Também é louvável uma maior atenção com a hidratação da pele, cuja distensão costuma ser muito maior do que numa gravidez única, principalmente no abdome, quadril e mamas. Sem falar na grande tendência de ganho de peso e ingesta alimentar em maior quantidade. Aqui é bom lembrar da importância de uma boa nutrição. Se um bebê já demanda muitos nutrientes, dois ou mais vão exigir uma alimentação com mais qualidade ainda, sob o risco de desnutrir a gestante.

No que tange a hereditariedade da gestação gemelar, já é de domínio público o fato de que algumas famílias tem uma maior incidência de gêmeos que outras. Para entender melhor, precisamos falar da sua classificação, que pode ser feita de várias formas, mas podemos dividi-la, principalmente, em mono e dizigótica.

A monozigótica pode ainda ser dividida em mono e dicoriônica (uma ou duas placentas) e mono ou diamniótica (uma ou duas cavidades amnióticas ou

“bolsas”). Este tipo de gestação costuma ser muito mais arriscada que a dizigótica, especialmente a monocoriônica e monoamniótica, cuja complicação mais comum é a prematuridade, mas pode evoluir para enovelamento de cordões umbilicais (situação que geralmente contra-indica o parto normal), síndrome do transfusor / transfundido (quando um dos gêmeos começa a crescer muito mais do que o outro), compressão funicular, entre outras.

No caso da dizigótica, ela sempre é dicoriônica e diamniótica, variação menos complicada das gestações gemelares. A causa da gestação dizigótica é a produção de dois óvulos durante uma mesma ovulação, resultando na fecundação de ambos, o que dará origem a bebês geneticamente distintos, podendo ser inclusive de sexos diferentes.

Voltando à gestação monozigótica, sua incidência se deve à aleatoriedade, podendo, portanto, ocorrer em famílias sem nenhum antecedente de gemelaridade.

Tanto a gestação gemelar mono quanto a dizigótica tem sua incidência aumentada nas gravidezes concebidas por reprodução assistida. Por questões práticas, não tratei de gestações com mais de dois fetos neste artigo, principalmente, porque acima de dois bebês, é possível

haver combinações de gestação mono e dizigótica, fato que tornaria o discurso muito complicado e prolixo. Acho melhor discutir gestação tripla, quádrupla, quántupla, etc, caso a caso.

Portanto, os colegas obstetras, não devem ter dúvidas de que as gestações gemelares continuarão a ser muito prevalentes em nosso meio e suas complicações terão cada vez mais importância na prática obstétrica.

Gostaria de, resumidamente, deixar

claro que a gestação gemelar, seja ela de qualquer tipo (classificação), é antes de mais nada, uma gravidez de alto risco, cujo desfecho depende muito da atenção e cuidado dados pelo obstetra e pela futura mamãe, fazendo um seguimento pré-natal bem próximo do perfeito e que as orientações do médico sejam seguidas com bastante critério, pois não conseguimos “sozinhos”, o empenho das gestantes é fundamental e, sem dúvida, é o mais importante.



Foto Arquivo Pessoal

**Dr. Marcelo Octavio
Fernandes da Silva**

CRM-SP 104.894

Obstetria e Ginecologia
Mestrado pelo Departamento de
Obstetria da UNIFESP (Gestação
de alto risco)

Você de carro novo, agora!

Financie o seu veículo no Sicoob UniMais
e usufrua de benefícios exclusivos.




**Taxa
diferenciada**
**Sem cobrança
de TAC**

**Vencimento da
1ª primeira parcela
em até 120 dias**

**Até 60 meses
para pagar**



**Confira outras condições
diferenciadas para você
não perder o negócio**

-  **Financiamento de até 100% do veículo.**
-  **Financiamento de seminovos, com até 2 anos de uso.**
-  **Possibilidade de inclusão do seguro no financiamento.**

Parceiros



PSG



CITROËN
Indépendance



HONDA
Lago-San



A sua Concessionária!



Fale Sicoob UniMais: 0800 777 1136 | sicoobunimais.com.br | [f/sicoobunimais](https://www.facebook.com/sicoobunimais)

Ouvidoria: 0800 725 0996 | Atendimento de segunda a sexta, das 8h às 20h | www.ouvidoriasicoob.com.br

Deficientes auditivos ou de fala: 0800 940 0458 | Demais serviços de atendimento: www.sicoob.com.br/fale-conosco

Faça parte.



Gêmeos devem compartilhar tudo?

Todo nascimento envolve uma nova geração dando continuidade na transgeracionalidade, no caso de nascimento de gêmeos, há um toque a mais de fascinação com os irmãos por conta das semelhanças físicas, sendo idênticos ou não, como são mais raros são muito admirados.

Para a família que estará convivendo com os irmãos gêmeos, entrará uma nova rotina de adaptação dessa maternidade e paternidade, que precisará lidar com essa dualidade a vida toda, que já iniciou na vida intrauterina, e terá toda uma trajetória até a vida adulta.

Há muitas dúvidas em relação à forma de educar os filhos, qual a maneira mais saudável, como os gêmeos devem compartilhar tudo? As justificativas para partilhar de tudo são muitas, é mais fácil é mais barato, porém do ponto de vista psíquico, faz-se necessários alguns apontamentos emocionais importantes.

Algumas atitudes na educação dos gêmeos podem reforçar a falta de identidade própria para a vida adulta.

Lembrando que existe um caminho que uma criança percorre para essa construção de identidade. Nos primeiros seis meses, será o período de dependência absoluta, vista como relação simbiótica, nesta diade mãe e filho se unem e se completam, porém ela deve existir somente neste momento, e a mãe ir estimulando o bebê rumo à independência.

Os vínculos, formados durante as primeiras fases do desenvolvimento, durante a construção da subjetividade da criança funciona como um período de molde, pois suas futuras relações estabelecidas com o meio social estarão marcadas por essas vivências.

Não existe receita para a educação dos filhos, e sim propostas de diálogos que sugerem atitudes mais saudáveis dos pais, para que os filhos lidem de forma menos negativa nesta dupla de irmãos. Como as crianças sempre querem ser vistas, amadas e reconhecidas pelos pais, vesti-los iguais, por exemplo, durante toda a infância pode sim contribuir para a rivalidade e falta da própria construção de identidade.

A segurança e o amor próprio são construções que vem muito de uma educação familiar que possam lidar com as

diferenças e as individualidades.

Em um passado recente era comum os pais vestirem seus filhos iguais, na vida pós-contemporânea, a mídia vem contribuindo novamente para o estímulo de uma moda igual entre mães e filhas, o que reforça essa fusão. Alguns pontos são importantes serem vistos, na hora de vestir os dois sempre com roupas iguais, seria mais saudável que as cores fossem diferentes, e aos poucos as crianças poderem ser respeitadas nas suas diferenças, fazendo suas próprias escolhas.

Em relação aos brinquedos quando se presenteia com brinquedos iguais para evitar as brigas, também pode ser uma boa intenção, na ambivalência seria uma oportunidade para lidar com ciúmes, gostos individuais.

Tratar os filhos da mesma maneira sem diferenciação, pode ser um estímulo para a dependência emocional maior, há relatos de pacientes no “setting terapêutico” que nunca tiveram um aniversário sem o irmão (a), e pequenos detalhes de como um escolher o sabor do bolo, pode se cristalizar nesta dupla até a vida adulta.

Os pais devem tentar revezar colo e cuidados sem priorizar somente um com o pai sempre e vice-versa, para não criar uma aproximação maior somente com um deles, em tudo na rotina pode se criar por exemplo escolhas diante de brincadeiras lúdicas como: par ou ímpar; pedra, papel, tesoura.

Outra dúvida é a entrada na vida escolar, eles poderão se sentir seguros, sendo colocados na mesma classe nos primeiros anos, isso pode ser revisto ao longo da trajetória escolar.

Cada família precisa criar sua maneira e respeitar a individualidade dos irmãos, cada dupla também terá as suas representações familiares, os pais precisam acima de tudo criar sintonia entre si para que se crie um único procedimento entre os dois.

Vale ressaltar que o brincar faz função terapêutica, para Winnicott (1975) o brincar é uma atividade fundamental para o desenvolvimento da criança, pois oferece a ela um “espaço potencial” onde possa, no seu ritmo, entrar em contato com a separação da mãe, elaborar as angústias, ao mesmo tempo em que através do brincar a criança vai criar seu modo singular de se relacionar com a realidade externa.

Hoje os filhos estão sendo chamados de “filhos do quarto”, os pais estão com dificuldade de lidar com alguns aspectos da educação, vale ressaltar a importância de dar limites, porém é possível resgatar o lúdico, como incluir noites de jogos, mais presença física, elogios em boas condutas dos filhos e reconhecimento por suas conquistas, proporciona crescimento e amadurecimento emocional.

Para Winnicott, uma mãe precisa “ser suficientemente boa”, e contribuirá para a construção de um aparelho psíquico da criança, indivíduo sadio precisa ter desenvolvido sua capacidade de criatividade, será ela a saída para a saúde mental.



Foto Arquivo Pessoal

Cristiane Tabai

CRP 06/55060-1

Psicóloga Clínica

Psicanalista

Especialização em atendimento infantil, adulto e casal

10/08 - Palestra sobre Cirurgia da Obesidade



16/08 - Palestra Academia Piracicabana de Letras



31/08 - Reunião de Diretoria



AGENDA APM

PIRACICABA

Eventos

*científico / cultural / social

Planejamento Familiar

04/09 – segunda – 17h30

20/09 – quarta – 10h

UNIMED Piracicaba

Curso para Gestantes

19, 30, 21, 26, 27, 28 – terça, quarta e quinta – 19h

UNIMED – Medicina Preventiva

Curso Pos Graduação em Saúde Mental

02, 09, 16, 23, 30/09 – sábados – 08h

05, 12, 19, 26/09 – terças – 18h30

CEFAS – Centro de Formação e Assistência à Saúde

**As programações estão sujeitas a alterações*



ANIVERSARIANTES DE SETEMBRO

Dia 01

Dra. Creusa Maria Moniz Caixeta

Dr. Pedro Arno C. Barbosa

Dia 03

Dr. Theo Germano Percin

Dra. Natalia Varella Pires

Dia 07

Dr. Luis Kanhiti Oharomari

Dr. Segirson De Freitas Junior

Dr. Ricardo José Peruzzo Goncalves

Dia 08

Dr. Edison José Aparecido Angeli

Dia 12

Dr. Luiz Leonardi

Dr. Aristeu Antonio Costa

Dia 15

Dr. Leonardo De Toledo Pesci

Dia 16

Dr. Douglas Yugi Koga

Dia 18

Dr. Eduardo Roque Verani

Dia 19

Dr. Irineu Pacheco Bacchi

Dia 21

Dr. Humberto Primo Zomignan

Dra. Adriana Elisa Brasil Moreira

Dr. Welington Gomes De Assis

Dia 22

Dr. Mario Sergio Caldana

Dra. Christianne Guilhon M. Amalfi

Dia 24

Dr. Rodrigo Luz Meirelles

Dia 27

Dr. João Ribeiro Franco



Prof. Dr. Angelo Stefano Secco Cro 53890
Dra. Cristiane Gomes de Oliveira Secco Cro 55040

Av. Saldanha
Marinho, 1071
Cidade Jardim,

Piracicaba

Fones:

3434 0444

3433 2474

WhatsApp:

997842255

Odontologia Pós-Graduada

CERÂMICAS VÍTREAS DE ALTA RESISTÊNCIA SUBSTITUEM O AMÁLGAMA

PROF. DR. ANGELO STEFANO SECCO

As cerâmicas de alta resistência, associadas às novas técnicas de adesão a estrutura dental tem permitido ao cirurgião dentista realizar a substituição dos amálgamas antigos por restaurações novas extremamente resistentes e estéticas.

O amálgama para restauração dental tem uma história de mais de 150 anos. Ele é uma liga de metais que contem mercúrio, um metal pesado, tóxico para o organismo, que pode comprometer os sistemas vitais.

A Associação Dentária Americana tem apoiado ações que limitam o uso do amálgama. O uso desta liga tem diminuído também devido à melhora da saúde bucal com a diminuição da cárie e ao desenvolvimento de materiais e técnicas que possibilitam restaurar os dentes posteriores atendendo as necessidades estéticas e funcional dos pacientes com excelentes resultados.



Restaurações em amálgama

O parlamento Europeu em 2007 estabeleceu uma comissão que recomendou a restrição do uso do amálgama dental com base em evidências científicas, análise de risco à saúde e ao meio-ambiente. Em 2011 publicou um documento que reforçou a posição da Europa em eliminar o uso do amálgama dental. O fabricante de uma das marcas de amálgama dental mais conhecida no mundo, deixou de produzir o produto a mais de 20 anos. No entanto, o amálgama ainda encontra-se presente em muitos países como uma alternativa socioeconômica.



“Você nunca estará completamente vestida sem um sorriso perfeito”.

Harry Connick Jr.



Quem tem estes metais nos dentes agora pode eliminá-los com segurança .



SOU

A MELHOR MANEIRA DE RENTABILIZAR SEU NEGÓCIO E SUA GESTÃO.

SOU – Saúde Ocupacional Unimed

Ações visam agilidade, segurança e retorno nos indicadores profissionais

SOLICITE UMA PROPOSTA:

 **19 3436-8336**

 **19 99904-2218**

vendasocup@unimedpiracicaba.com.br

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

