

VARIEDADES

Palavras Cruzadas Diretas

Ginastas de circo	Esboço de desenho ou pintura	Confusão (pop.)	Objeto Direto (abrev.)	Símbolo químico do bismuto	Extraterrestre	Consumo vulgar	Estação de (-), bairros caríoca
→	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Curral de ovelhas	→					(-) Ozzetti cantora	Á
Othon Bastos, ator	→		Imposto cobrado sobre bebidas	Ergue, alça levanta	→	Ç	Rapidez de deslocamento
Iguaria árabe de carne moída	→ Q					55, em romanos Informe	↓
Balão como o Zepelino	→	Foi inventado por Marconi		Em + a Germânico (símbolo)	→		Elizabeth Taylor, atriz
→	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Louco em inglês	Registro da concessão	Á	O país dos faraós	→			↑
→	↓	↓	Asteres (abrev.)	Espírito Santo (sigla)	→		As
(-) Albertoni, modelo	→						Ave de rapina
→	↓	↓	↓	Contrário de bom	→	Anno Domini Nome de homem	↓
A fêmea do leão	→	Origens Lessa, escritor	Histórias em quadrinhos	↓	Diz-se de pessoa ou animal albino	→	Ç
A capital do Catar	→				(-) Stewart, cantor inglês	→	
Unidade de medida agrária	→						



O JORNAL O MIRANTE VAI MUDAR E VAI TRAZER MUITAS NOVIDADES

HORÓSCOPO



ÁRIES (21 mar. a 20 abr.) A semana apresenta importantes demandas vinculadas com a comunicação, aprendizado, estudos e contatos. É um momento importante para haver uma sintonia maior de valores com quem você ama.



TOURO (21 abr. a 20 mai.) Um momento muito interessante para a vida afetiva dos taurinos com a passagem do planeta do amor, Vênus, em seu signo. A fase é promissora em termos profissionais e depende de sua habilidade em comunicação, expressar e utilizar com inteligência os seus recursos.



GÊMEOS (21 mai. a 20 jun.) Mercúrio, em movimento pelo seu signo, faz contato desafiador com Netuno. Problemas de comunicação podem afetar o trabalho dos gêmeanos. É preciso que haja mais clareza em relação aos seus objetivos e propósitos.



CÂNCER (21 jun. a 21 jul.) Este momento anterior ao seu aniversário é caracterizado por um período propício para a resolução de pendências e para o autoconhecimento e um balanço do que ocorreu desde o ano passado.



LEÃO (22 jul. a 22 ago.) Período em que pode haver desavenças envolvendo amigos. Não é um bom momento para finanças e negociações. Em assinaturas de contrato ou questões que envolvem documentos, observe as sutilezas envolvidas.



VIRGEM (23 ago. a 22 set.) Momento de desafios na carreira e nos relacionamentos. Cuidado com a tendência à dispersão e o envolvimento com excessivas atividades ou interesses. É melhor que você foque no que é considerado essencial e de acordo com seus valores.



LIBRA (23 set. a 22 out.) Cuidado com a tendência a ser mal interpretado. É um momento desafiador na interação com as pessoas em aspectos ligados à comunicação. Preste atenção em questões relacionadas ao trabalho e à saúde.



ESCORPIÃO (23 out. a 21 nov.) Tendência a se sentir ambivalente e dividido emocionalmente. Não é um dia favorável para investimentos e questões financeiras. Você tende a estar mais saudoso e sonhador, o que favorece a criatividade.



SAGITÁRIO (22 nov. a 21 dez.) Momento de desafios entre as demandas familiares e as de seus relacionamentos. Deve agir com flexibilidade estando atento aos pontos de vista alheios. Pode haver problemas de comunicação e má interpretação dos fatos.



CAPRICÓRNIO (22 dez. a 20 jan.) Desafios envolvendo conhecimentos e contatos relacionados ao trabalho. A intuição auxilia nas decisões que você precisa tomar. Possibilidade de desafios envolvendo irmãos ou pessoas próximas.



AQUÁRIO (21 jan. a 19 fev.) Momento emocional e criativo muito importante aos aquarianos. Hoje há desfavorabilidade para finanças e negociações. Perceba se você está sendo interpretado corretamente nas questões afetivas.



PEIXES (20 fev. a 20 mar.) Netuno, em movimento pelo seu signo, está em contato desafiador com Mercúrio. Possibilidade de se sentir confuso em questões familiares e emocionais. As demandas da família podem estar lhe desequilibrando energeticamente.



DOR DURANTE O SEXO

Sexo combina com prazer, mas para muitas mulheres, e também para os homens, a relação sexual se torna um pesadelo devido à dor que sentem durante o ato. Problemas físicos e psicológicos são as causas desse transtorno e, se tratados corretamente, podem trazer de volta a satisfação com o coito.

As mulheres são as mais atingidas pelo problema. Pouca lubrificação em consequência da menopausa, do parto, da amaretação e até pela pouca excitação sexual antes da relação, além de infecções, feridas, traumas e vaginismo podem ser a causa da dor, especifica Telma Regina Mariotti Zalka, ginecologista, responsável pelo ambulatório de Dor Abdominal, Pélvica e Perineal do Centro Interdisciplinar da Dor do HCFMUSP e membro da Sociedade Brasileira para Estudo da Dor (SBED).

"Chamamos de dispareunia a dor ou desconforto durante o ato sexual, que constitui uma disfunção sexual determinada por alterações físicas e/ou emocionais e se caracteriza por dor persistente ou recorrente ou desconforto associado com a tentativa ou com a completa penetração vaginal. A dispareunia afeta de forma importante a qualidade de vida, gera ansiedade e depressão, compromete a atividade sexual, os relacionamentos interpessoais e desenvolve crenças e simbolismos de difícil solução", explica a médica.

Entre as doenças que podem causar a dor durante a relação sexual, Telma aponta a endometriose (presença do endométrio fora da cavidade uterina), vulvodínia (dor ou queimação na vulva durante o sexo ou no simples toque na região), vulvovaginites (inflamação na vulva), disfunções do assoalho pélvico (incontinência urinária, por exemplo), pubalgia (dor na virilha e na região do osso púbis), atrofia vaginal (causada pela menopausa) e congestão pélvica (refluxo de sangue nas veias ovarianas).

Mas, para algumas mulheres, a dor na relação sexual nada tem a ver com o físico e, sim, com fatores psicológicos. "Entre os problemas de ordem emocional, a violência sexual, física e moral, são as causas mais frequentes da dor na relação sexual. Muitas mulheres ainda se submetem à prática sexual sem vontade, na presença da dor, para satisfazer o parceiro", alerta a ginecologista.

O tratamento depende da causa do problema. Se for psicológica, Telma aponta uma solução. "Geralmente, as mulheres consideram o ginecologista como seu clínico e conselheiro. Dessa forma, são os primeiros a serem consultados e, quando se sentem confortáveis, orientam e encaminham suas pacientes para profissionais competentes. Muitas vezes, o acompanhamento concomitante do ginecologista e do psicólogo é extremamente benéfico para a paciente", aconselha.

NOTÍCIAS DA ENFERMAGEM



CONGRESSO DE DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL EM ENFERMAGEM

CONDEPE 2018 chega para revolucionar a prática da Enfermagem

Com a participação de especialistas com reconhecida capacitação prática e científica, será realizado em 3 e 4 de abril de 2018 o Congresso de Desenvolvimento Profissional em Enfermagem, CONDEPE. A proposta é debater os desafios e as perspectivas nesse campo de atuação para o milênio, além de proporcionar uma completa revisão de conhecimentos para enfermeiros, técnicos e auxiliares, possibilitando a qualificação contínua da assistência em saúde. O palco será o Transamerica Expo-Center, em São Paulo, referência em eventos no Brasil e no mundo. Destinado também a estudantes e profissionais relacionados, o CONDEPE 2018 vai disponibilizar a excelência das novas técnicas e descobertas em temas como terapia nutricional, terapia intensiva, feridas e estomas, trauma, paciente crítico, estética e saúde e enfermagem forense, entre outras.

"Em virtude da qualidade e amplitude do conteúdo, tratado em talk shows, palestras e workshops, os profissionais serão totalmente atualizados e sincronizados com o que existe de mais atual no Brasil e no mundo", avalia a profissional de, Renata Pietro, presidente científica do CONDEPE. Ela lembra ainda que o Congresso é uma oportunidade insuperável para a discussão e o aprofundamento nas questões que envolvem o dia a dia da Enfermagem diante da globalização, da biotecnologia e da prática colaborativa. "Os profissionais que têm uma boa formação vão levar ao paciente uma assistência melhor, livre de erros, danos, imprudências, imperícia", ressalta. Veja mais em www.condepe2018.com.br | www.facebook.com/condepecongresso

APOIO



COLUNA SAÚDE ACONTECE
Registros e inscrições podem ser enviados para saude@colunasaude.com.br
ou para Avenida Paulista, 534, conj. 411 - São Paulo, SP - CEP 05022-002