

IN FOCO

Boletim Criogênese

Outubro Rosa

Campanha alerta para a prevenção do câncer de mama

O movimento internacional Outubro Rosa, que teve início nos Estados Unidos, tem como objetivo principal alertar a todos a respeito do câncer de mama e da importância do diagnóstico precoce. De acordo com informações do INCA (Instituto Nacional de Câncer), o câncer de mama é o segundo tipo mais frequente no mundo, perdendo somente para o de pele, e o mais comum entre as mulheres, respondendo por 22% dos novos casos a cada ano. Em todo o mundo inúmeras palestras e ações já estão sendo realizadas em prol da conscientização acerca da doença.

Segundo o ginecologista responsável pela reprodução humana da Criogênese, Dr. Renato de Oliveira, o câncer de mama é mais comum a partir dos 50 anos e, à medida que a idade avança, maior o risco de desenvolver a doença. “Mais de 80% dos casos de câncer de mama acometem mulheres com idade igual ou acima dos 50 anos. Em contraste, 5% dos casos ocorrem em mulheres com menos de 30 anos”, ressalta.

O médico explica que o câncer de mama é definido como o crescimento de células malignas a partir do tecido mamário. Um sintoma é o surgimento do nódulo no seio, que pode ou não ser palpável. Por isso, é importante que a mulher fique atenta também a outros sinais como inchaço, alterações na coloração, tamanho, formato, textura da pele das mamas e secreções que saem dos mamilos. “Duas importantes maneiras para o diagnóstico precoce do câncer de mama são a realização do exame clínico e a mamografia. O exame clínico, geralmente, é capaz de detectar lesões superficiais com tamanhos a partir de um centímetro e deve ser realizado em todas as consultas ginecológicas de rotina. Destaca-se a realização habitual do auto-exame, fato que poderia levar a uma avaliação médica antecipada e um ganho de tempo na investigação. Já a mamografia pode detectar lesões pequenas, que ainda não se transformaram em câncer, mas poderiam ter grande potencial para tal. Mulheres a partir dos 40 anos devem fazer mamografia uma vez ao ano. Caso tenham algum parente próximo com câncer de mama, o início da investigação é antecipado. A ultrassonografia pode ser indicada como exame complementar, assim como há indicações específicas para o rastreamento com a ressonância nuclear magnética. As mulheres com fatores de risco devem ter atenção especial e não postergar a procura de uma orientação especializada com seu ginecologista”, orienta Dr. Renato.

É importante lembrar que o câncer de mama possui componente genético, sendo assim, mulheres com histórico familiar são mais suscetíveis a desenvolvê-lo. Porém, ainda que não existam casos na família, a pessoa pode adquirir a doença, sobretudo, por fatores de risco como obesidade, fumo, ingestão regular de álcool, primeira menstruação em uma idade precoce, menopausa após os 50 anos, primeira gravidez após os 30 anos, ausência de gravidez além da própria predisposição genética.

Algumas medidas básicas são essenciais para a prevenção da doença. Manter o peso sob controle, adotar uma alimentação saudável e praticar exercícios físicos estão entre as principais precauções. “A amamentação, a boa alimentação, prática de exercícios, controle da massa corporal, enfim, um estilo de vida saudável reduzem o risco de câncer de mama. Porém, deve-se destacar a importância do auto-exame e dos exames de rastreio, conforme orientação médica, a fim de uma possível detecção precoce das alterações mamárias de maior risco, uma vez que o diagnóstico precoce com o tratamento rápido possuem grande impacto na cura da doença”, finaliza Dr. Renato.

Dr. Renato de Oliveira
Médico responsável pela Reprodução Humana da Criogênese
Fonte: Dezoito Assessoria

Banho de ofurô para os bebês



O banho pode ser um momento agitado para o bebê, pois nessa hora seu corpo é exposto ao meio, já que é retirado do seu ambiente seguro, aconchegante e quentinho.

Isso pode causar no recém-nascido algumas alterações comportamentais levando ao choro, agitação, flexão de membros, rigidez muscular, entre outras.

Além do banho, a dor é algo que o bebê enfrenta frequentemente, devido à adaptação que sofrem no meio extrauterino.

Analisando um método, que não seja farmacológico para aliviar essa dor e esse estresse para o bebê, em 1977 obstetras e enfermeiras da Holanda, utilizaram o Ofurô, uma banheira terapêutica que se assemelha ao formato uterino.

O Ofurô por ser de formato circular, ajuda a dar apoio e transmite segurança ao bebê, pois ele tem em sua memória as mesmas características do útero, gerando assim um ambiente relaxante e prazeroso. Os banhos comuns precisam ser rápidos, pois o bebê fica exposto ao ambiente frio, já no ofurô por ter uma superfície menor a temperatura da água não esfria rapidamente. Dessa forma, o banho pode ser mais longo para proporcionar um relaxamento maior, em alguns relatos os bebês nos primeiros momentos ainda choram, depois, até adormecem no banho.

Contudo, para que esse método seja eficaz é preciso que seja realizado com técnica correta. O bebê precisa estar apoiado no fundo do ofurô ficando como se estivesse sentado, lembrando a posição fetal, o nível da água deve ser no máximo até os ombros e o importante é que o bebê não flutue na água. A temperatura da água deve estar morna entre 36° C e 38° C. Imergir o recém-nascido aos poucos e aguardar ele se acalmar. As mãos de quem estiver realizando o banho devem estar abaixo do queixo, apoiando o bebê para que ele não caia na água e não entre água no ouvido. Vale ressaltar que o banho pode ser feito desde o nascimento até os 6 meses de idade ou até que o bebê não consiga ficar em pé. E o tempo para o banho é de até uns 15 minutos.

Os primeiros banhos podem ser mais difíceis e até exigir a ajuda de mais uma pessoa, neste caso enquanto uma segura o bebê a outra dá o banho. Após adquirirem prática o banho se torna mais fácil e o bebê fica mais seguro.

Os formatos do ofurô, tamanhos, cores e preços podem variar muito, porém o mais simples deles, feito de forma correta, já pode trazer inúmeros benefícios para os bebês.

Os resultados dessa experiência, de acordo com estudos, nos mostra um grande alívio em dores comuns para os recém-nascidos, como as famosas cólicas intestinais. O relaxamento que esse banho proporciona melhora o sono do bebê, a agitação, a irritabilidade e até em alguns casos a melhoria na amamentação, pois após um banho em ambiente seguro e prazeroso, a sucção aumenta e o bebê sente-se mais confortável para as mamadas.

Converse com o pediatra sobre essa técnica e faça essa experiência para que seu bebê fique mais tranquilo nessa fase inicial da vida.

Natália Campos Módica – Enfermeira da Criogênese.

Referências Bibliográficas.

Perini C, Seixas MC, Catão ACSM, et al. Banho de ofurô em recém-nascidos no alojamento conjunto: um relato de experiência. Disponível em: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/2851/pdf_1285. Acesso em Out de 2014.

Reibscheid M. Banho de Ofurô propriedades terapêuticas. Disponível em: <http://www.pediatriaemfoco.com.br/posts.php?cod=10&cat=3>. Acesso em Out de 2014.



Informações sobre os serviços da Criogênese

A obesidade pode atrapalhar a gravidez?

Gestantes devem ficar atentas à dieta, e para isso um ginecologista dá algumas dicas para aquelas que desejam ter uma gravidez mais saudável. Quando uma mulher engravida, inicia-se uma série de transformações em seu organismo, para que se torne um ambiente seguro para a geração de uma nova vida. Serão nove meses de mudanças anatômicas, fisiológicas e psicológicas. Por isso, as futuras mães devem ter cuidado redobrado, principalmente com a alimentação, afinal, a obesidade na gravidez é um problema comum e perigoso.

Leia mais: <http://goo.gl/OBJ2QG>

Quando há necessidade de transplante em pessoas com leucemia?

O transplante de medula, atualmente chamado de transplante de células-tronco hematopoéticas em virtude do uso crescente de outras fontes que substituem a tradicional medula-óssea (sangue de cordão umbilical e sangue periférico mobilizado), é feito em casos de falha no controle inicial da doença, na volta da doença após o primeiro tratamento e naqueles onde há grande probabilidade de recaída.

Produção independente: Elas assumem o papel de mãe e pai ao mesmo tempo.

Inseminação Intrauterina (IIU) ou a Fertilização in Vitro (FIV) podem ser os caminhos para a conquista do sonho da maternidade.

A sociedade mudou e, ao longo dos anos, a participação da mulher também se transformou. Hoje, a presença feminina, nas mais diversas áreas, é cada vez maior e mais forte. A mulher conquistou o direito de escolher o seu caminho e assumir as suas decisões livremente.

Nesse novo cenário, dentre as principais mudanças, está a possibilidade de escolha do momento de realizar o sonho da maternidade e, sobretudo, do fato de quererem assumir o papel de mãe e pai ao mesmo tempo.

Leia mais: <http://goo.gl/OaYtKH>

Qual a chance de cura da leucemia?

Há anos atrás, era um doença praticamente fatal. Hoje as chances de cura são boas, a grande maioria dos pacientes, se tratado adequadamente, atinge a cura e vive com uma ótima qualidade de vida.

O transplante é uma das opções de tratamento e reforça a necessidade de um doador compatível, seja familiar ou não. O sangue de cordão umbilical, uma fonte cada vez mais usada nos dias de hoje, vem mostrando dados promissores e encorajadores no sentido de solucionar a falta de doadores compatíveis.

Armazenar as células-tronco é uma forma de pensar no futuro dos filhos?

Verdade, é importante destacar que as células-tronco, além de serem compatíveis com o próprio bebê, possuem uma chance aumentada de compatibilidade entre irmãos. Com as células criopreservadas, há maior rapidez no tratamento e diminuição dos riscos de rejeição e efeitos colaterais após o transplante. O acesso à informação sobre o procedimento, as vantagens e os preços mais acessíveis são prerrogativas que tem feito com que as famílias optem pelo armazenamento privado das células-tronco, a fim de serem utilizadas pelos próprios filhos.

1. DIMINUA AS REGAS POR SEMANA

Reduzir para 3 vezes a 2 vezes por semana.

No inverno as plantas possuem uma necessidade menor de água. Mas isso é possível apenas em jardim já existentes. Se for um jardim novo, recém-plantado, a rega não poderá ser muito reduzida, se não a saúde da planta sofrerá impacto.

2. TENTE APOSENTAR A MANGUEIRA

É possível trocar a mangueira por um regador com arejador no bico ou borrifador.

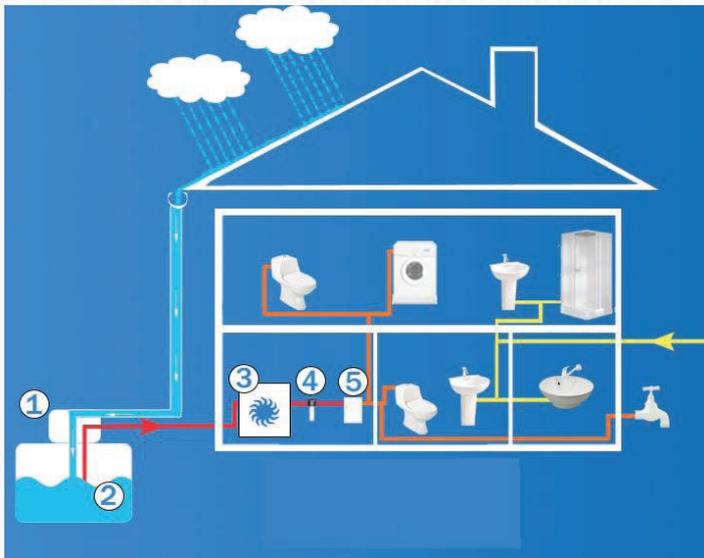
Em jardim com 100 metros quadrados ou mais é indicado um sistema de irrigação automatizado, que reduz o consumo de água. A rega deve ser feita na base do tronco, diretamente no solo. Não é necessário lavar as folhagens.

3. REGUE AS PLANTAS DE MANHÃ OU NO FINAL DA TARDE

A rega pode ser feita durante os primeiros raios de Sol, entre as 5h e as 7h30 da manhã, ou no final da tarde, entre as 17h e as 20h.

4. OPTE POR UM PROJETO ARQUITETÔNICO SUSTENTÁVEL

Optar por um projeto arquitetônico que preze pelo racionamento e reutilização da água.



Captação pela água da chuva

5. OPTE POR PLANTAS QUE PRECISAM DE MENOS ÁGUA

Espécies tropicais necessitam de mais rega do que espécies de origem europeia. Por exemplo, palmeiras necessitam de mais água do que pinheiros, e heliconias necessitam de mais água do que buxinhos.

Para casas, o guaimbe e a costela de adão são plantas tropicais muito resistentes, que podem ser regadas em abundância duas vezes por semana, durante o período de inverno e o início da primavera. Já quem mora em apartamento e conta com bastante Sol e claridade natural pode optar pelo balsamo, uma espécie que pode ser regada a cada 15 dias com um copo de água.



6. USE GEL DURANTE O PLANTIO

É possível usar em algumas espécies um gel que absorve a água, se expande, e libera um líquido ao longo de aproximadamente 20 dias.

O gel deve ser colocado sobre o solo, próximo ao tronco da planta. Quando usado durante o plantio o gel deve ficar dentro da cova da planta em volta da raiz.

7. FAÇA CAPTAÇÃO DE ÁGUA DA CHUVA

Através de calhas nos telhados que levam o líquido para uma cisterna. Essas cisternas devem ter os filtros necessários para eliminação da sujeira e, em alguns casos, uma bomba também é indicada para levar a água reaproveitada para torneiras externas e sistemas de irrigação do jardim.

Fonte: Planeta Sustentável