

# IN FOCO

Boletim Criogênese

Ano IV

Edição nº 45

Dezembro de 2015

## MAMÃE & BEBÊ



## AMAMENTAÇÃO FORTALECE O APEGO ENTRE A MÃE E O BEBÊ

A fase da amamentação é a mais importante para o desenvolvimento saudável de uma criança, assim, com a alimentação diária o laço entre mãe e filho se fortalece cada vez mais.

O leite materno atende a todas as necessidades nutricionais do recém-nascido, colabora para a formação do sistema imunológico, e previne algumas doenças.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que o recém-nascido seja colocado na primeira hora de nascimento no peito da mãe, desde que as condições de ambos sejam favoráveis. No entanto, não existe uma regra para os horários de amamentação, a partir do primeiro mês de vida, o organismo do bebê é quem define os intervalos entre uma mamada e outra.

A Lei 16.047 assegura à criança o direito ao aleitamento materno nos estabelecimentos de uso coletivo, públicos ou privados. A lei, proposta diz que: “independentemente da existência de áreas segregadas para o aleitamento, a amamentação é o ato livre entre mãe e filho”.



## CAMPANHA “DEZEMBRO VERMELHO” FAZ ALERTA DA LUTA CONTRA O HIV

O mês de dezembro é lembrado em todo o mundo como o período de prevenção e combate à Aids. Durante esse período, os agentes e profissionais das unidades de saúde de todo o país também reforçam as ações de diagnóstico e tratamento da doença.

A medicina vem inovando a cada dia com resultados clínicos para o tratamento de diversas doenças, entre elas, o HIV. Neste cenário, surge uma nova terapia com células-tronco, e pode ser uma grande aliada no combate à Aids, de acordo com pesquisadores da Universidade da Califórnia, no Estados Unidos.

De acordo com o hematologista da Criogênese, Dr. Nelson Tatsui, atualmente, as células-tronco já são utilizadas para a recuperação de pacientes, e os resultados são extremamente positivos.

“As perspectivas da medicina regenerativa são enormes. Vale considerar que a ciência está em constante evolução e, certamente, ainda temos muito a descobrir. O fato é que as células-tronco já salvam muitas vidas”, afirma o especialista.

O novo tratamento é uma alternativa para fortalecer o sistema imunológico contra o HIV, podendo melhorar consideravelmente a qualidade e a expectativa de vida de soropositivos, por meio do armazenamento das células-tronco.

Fonte: [www.potenginainternet.com](http://www.potenginainternet.com)

Consultado em 21/12/2015

**PREVINA SUA SAÚDE,  
ARMAZENE CÉLULAS-TRONCO!**

## COMO IDENTIFICAR E ALIVIAR O FLUXO MENSTRUAL INTENSO

*Como sintoma de distúrbios ginecológicos, o fluxo menstrual intenso exige acompanhamento de especialistas.*

Desde o início da adolescência, as mulheres são acostumadas a lidar mensalmente com sangramentos e outros efeitos da menstruação. A convivência com essa característica fisiológica e o conhecimento do próprio corpo ajudam na percepção de possíveis distúrbios ginecológicos, que podem ter como sintomas alterações do ciclo e do fluxo menstrual.

Um dos principais indicativos, que pode ser percebido com maior facilidade pela mulher, é a intensificação do fluxo. Alterações como um maior volume de sangramento, uma grande quantidade de coágulos ou um fluxo de sete dias (ou mais) consecutivos, são facilmente notados por comparação com períodos anteriores.

Segundo o médico ginecologista e obstetra Dr. Alfonso Massaguer, diretor da Clínica Mãe, geralmente o que faz com que as pessoas reparem nesses aspectos é a necessidade de se trocar o absorvente com mais frequência do que o normal e sensações como cansaço, mal estar e fadiga, que também podem ser indícios de anemia.







## 8 MEDIDAS PARA AMENIZAR O DESCONFORTO COM O FLUXO

Seja por conta de algum distúrbio ginecológico ou por uma peculiaridade fisiológica, o fluxo menstrual intenso pode causar diversos desconfortos e transtornos, como dores, diminuição da qualidade de vida e até do rendimento no trabalho. Para lidar com esses incômodos com menos dificuldade ou até mesmo para reduzi-los, há algumas providências que podem ser testadas:

- Faça compressas quentes na região do ventre;
- Use absorventes de tamanho grande, noturnos ou coletores menstruais;

- Mantenha uma alimentação bem equilibrada, rica em ferro e açúcares naturais (originários de frutas);
- Evite consumir cafeína;
- Beba bastante água;
- Faça exercícios físicos aeróbicos ou de alongamentos;
- Descanse;
- Em caso de dor, tome remédios analgésicos prescritos por seu(sua) médico(a).

Entretanto, Massaguer adverte que “a normalização do quadro depende sobretudo da causa do sangramento, podendo ser necessário o tratamento cirúrgico em alguns casos, terapias hormonais ou o uso de medicamentos”.

# DÚVIDAS RESPONDIDAS POR GINECOLOGISTAS

Além dos desconfortos, as alterações que intensificam o fluxo menstrual podem gerar dúvidas e preocupações. Antes de procurar orientação médica, pode ser que você esteja buscando por respostas; por isso, os médicos Dra. Paula Fettback e Dr. Alfonso Massaguer responderam a seis questões recorrentes sobre o assunto.

## 1. O fluxo intenso traz algum prejuízo para a saúde?

Dr. Alfonso: Sim. Sangramentos excessivos podem acarretar anemia crônica e todos os seus sintomas. Casos mais extremos podem precisar inclusive de internação, procedimentos invasivos e transfusões sanguíneas.

## 2. Quais são as causas da menstruação intensa?

Dra. Paula: Essas condições podem ser decorrentes de desequilíbrios hormonais dos ovários e outros hormônios, miomatoses, pólipos, hiperplasias, doenças sistêmicas como distúrbios de coagulação, entre outros.

## 3. Alterações no fluxo podem afetar o aspecto do sangue?

Dra. Paula: Sim, muitas vezes podem se formar coágulos, aspecto que muitas vezes causa certa

estranheza. Alterações associadas a algum distúrbio de coagulação ou neoplasias podem também causar sangramento ativo vermelho vivo em excesso.

## 4. Quais são os tratamentos e medicamentos mais indicados em casos de fluxo intenso?

Dra. Paula: Uma avaliação médica pode, além de fazer o diagnóstico correto, tratar adequadamente a causa do fluxo excessivo e, conseqüentemente, evitar piora do quadro.

Há casos em que o uso de anticoncepcionais é capaz de reverter o quadro, mas também há situações que precisam até de intervenções cirúrgicas.

## 5. A menstruação intensa influencia a fertilidade da mulher?

Dr. Alfonso: A menstruação intensa pode ser decorrente de algumas afecções relacionadas a fertilidade feminina, como desequilíbrios hormonais dos ovários, hipófise e tireoide, por exemplo. Além de afecções ginecológicas que podem influenciar na fertilidade em alguns casos. Dr. Alfonso Massaguer, diretor da Clínica Mãe, geralmente o que faz com que as pessoas reparem nesses aspectos é a necessidade de se trocar o absorvente com mais frequência do que o normal e sensações como cansaço, mal estar e fadiga, que também podem ser indícios de anemia.

Fonte: [www.dicasdemulher.com.br](http://www.dicasdemulher.com.br)  
Consultado em 21/12/2015

## Conheça o Grupo Criogênese

Agende uma visita para explorar nossas instalações e inteirar-se mais sobre nossos serviços.

0800 773 21 66 / 11 5536-9246 / [www.criogenesis.com.br](http://www.criogenesis.com.br)