

Câncer: estresse pode reduzir eficácia da quimioterapia

Estudo revela que é essencial tratar o estresse em pacientes oncológicos

Terapias para reduzir o estresse são essenciais para todas as pessoas que lutam contra o câncer, sugere um novo estudo. Essa é uma doença que traz muito estresse desde o diagnóstico e durante todo o processo de tratamento. Por isso, os especialistas alertam que os hormônios do estresse podem afetar a eficácia dos tratamentos de quimioterapia. De acordo com o estudo, durante o tratamento contra o câncer, os hormônios do estresse acabam impedindo que as células cancerígenas se dividam e reajam. Mesmo que isso pareça um aspecto positivo, essa reação, protege os tumores em crescimento, impedindo que sejam tratados pelas drogas administradas no corpo do paciente. Os especialistas ressaltam que é necessário apostar em terapias para a redução do estresse em pessoas que têm a doença, de forma a promover o sucesso dos medicamentos e tratamentos utilizados.

PRINCIPAIS TIPOS DE TRATAMENTOS

- **Cirurgia** - é a modalidade de tratamento mais antiga e mais definitiva, principalmente quando o tumor está em estágio inicial e em condições favoráveis para sua retirada.
- **Quimioterapia** - a quimioterapia é um tratamento que utiliza medicamentos extremamente potentes no combate ao câncer, com o objetivo de destruir, controlar ou inibir o crescimento das células doentes.
- **Radioterapia** - é o mais utilizado para tumores localizados que não podem ser retirados por cirurgia (ressecados) totalmente, ou para tumores que costumam retornar ao mesmo local após a cirurgia.

- **Hormonioterapia** - a hormonioterapia é um tratamento que tem como objetivo impedir a ação dos hormônios que fazem as células cancerígenas crescerem. A hormonioterapia age bloqueando ou suprimindo os efeitos do hormônio sobre o órgão alvo.
- **Terapia Oral** - entre 1998 a 2007, cerca de 25% de todos os agentes em pesquisa intitulados terapias alvo já eram planejados para uso oral, e essa proporção é crescente. O tratamento antineoplásico oral é uma preferência dos pacientes oncológicos, pela menor necessidade de visitas ao consultório médico e pela praticidade da administração. Do ponto de vista técnico-assistencial, não há necessidade de acesso venoso, nem de internação do paciente. Muitas terapias orais atualmente são usadas de forma contínua, com resultados animadores e em termos de custos de tratamento oncológico, há inúmeros estudos que apontam para um impacto positivo desses tratamentos, independentemente do estágio e de seu caráter.
- **Terapia Alvo** - em sua definição mais simples, a terapia alvo implica em um tratamento que tem um alvo molecular específico. Para receber esse nome de forma mais apropriada, deveria agir sobre um processo biologicamente importante, preferencialmente um processo que seja central na fisiopatologia da neoplasia. Esse alvo deve ser mensurável na clínica e deve estar correlacionado com o resultado clínico quando essa terapia alvo for administrada. Torna-se patente, então, a necessidade de testes laboratoriais apropriados capazes de garantir a correlação entre

os alvos biológicos e a clínica médica. Para o tratamento do câncer a cirurgia, quimioterapia, radioterapia e hormonioterapia podem ser realizadas de forma isolada ou em combinação, lembrando que a melhor opção de tratamento deve ser definida por seu médico segundo o tipo de câncer e o estágio da doença. Assim, em alguns anos o oncologista poderá solicitar exames sobre múltiplas vias metabólicas dos seus pacientes sem a necessidade de procedimentos invasivos. A medicina personalizada ainda está no seu início, mas com a grande quantidade de alvos já descoberta e com a grande quantidade de moléculas em desenvolvimento, existe a perspectiva de um futuro mais promissor para o tratamento do câncer.

DIAGNÓSTICO

Assim como os sintomas, os exames para diagnosticar o câncer variam dependendo do tipo e da localização do tumor. Os testes mais comuns incluem:

- Biópsia do tumor
- Exames de sangue (que buscam por substâncias químicas como marcadores tumorais)
- Biópsia da medula óssea (para linfoma ou leucemia)
- Radiografia torácica
- Hemograma completo
- Tomografia computadorizada
- Ressonância magnética.

A maioria dos cânceres é diagnosticada por meio de biópsia. Dependendo da localização do tumor, a biópsia pode ser um simples procedimento ou uma cirurgia complexa. A maioria dos pacientes com câncer passam por tomografias computadorizadas para determinar a localização e o tamanho exato do(s) tumor(es).



receita

Picolé de frutas fácil

INGREDIENTES:

- 1 copo de suco de fruta a sua escolha
- 1/2 copo de leite
- 1 lata de leite condensado
- 1/2 lata de creme de leite sem soro
- 3 colheres de sopa de açúcar



MODO DE PREPARO:

- Bata tudo no liquidificador
- Coloque em forminhas próprias para picolé e leve ao freezer

3 dicas para fazer treinos da internet sem prejudicar a saúde

Exercícios indicados por blogueiras ou apps fitness devem ser feitos com cuidado

Para uma camada da população, são muitas as razões para não se movimentar. De acordo com o Ministério do Esporte, 46% da população usa a falta de dinheiro, de tempo ou motivação como argumento. E o que fazer para diminuir esse número?

Bom, as redes sociais estão focadas nisso! Os aplicativos, sites e blogs estão cheios de informações sobre atividades físicas veiculadas em vídeos e matérias, tudo para movimentar a vida dos sedentários, melhorar a aparência do próprio corpo ou até mesmo ter mais qualidade de vida e saúde. Tudo certo até aí! Mas será mesmo possível se exercitar "a distância" corretamente, sem a supervisão e orientação de um profissional? Eis a questão...

Para os marinheiros de primeira viagem os cuidados devem ser dobrados para que a motivação não se transforme em lesão. Veja algumas dicas:

1. ENTENDA QUEM É SEU INFLUENCIADOR

As redes sociais e aplicativos são grandes motivadores para quem quer começar a fazer exercícios físicos, mas é fundamental é analisar quem está te "empurrando" para esse começo.

São milhares os que falam de exercício físico por ter um corpo sarado e forte, mas que o conhecimento fisiológico de como esse funciona é bem pouco ou zero. As blogueiras (os) e musas fitness são



campeãs em fazer isso, mas muitas não possuem formação em educação física para prescrever um exercício, mesmo que para iniciantes.

2. PROCURE UMA ORIENTAÇÃO INICIAL

Exibir imagens do belo corpo, faça isso ou aquilo virou hábito... A correção quando o movimento é executado, o nível do exercício e quem pode de fato fazer está em falta no mercado. Por isso pode não ser tão benéfico como a imagem prometida. Dar atenção a quem você está "seguindo" é básico e fácil.

Busque informação, saiba se é habilitada (o) na área e tem experiência, caso contrário fuja o quanto antes. Existem os bons profissionais de educação física que mesmo a distância pode te ajudar, pois sabem quais exercícios são cabíveis de serem

realizados, fornecem as instruções e mostram o que deve ser evitado durante o movimento.

Ver o profissional pessoalmente em um primeiro momento permitirá que ele avalie suas condições físicas, perceba se você tem lesões e passe uma atividade muito mais personalizada, que ele poderá acompanhar presencialmente ou há distância.

3. PENSE NO QUANTO VOCÊ CONHECE SEU CORPO

O ideal é apenas começar um treinamento como esse quando já se possui uma certa consciência corporal. Caso contrário a prática pode ser mais prejudicial que benéfica devido alto risco de lesões como fraturas, estiramentos musculares, fortes dores musculares pós exercício e até mesmo desenvol-

ver artroses ou hérnias com a prática incorreta, sem falar dos problemas cardíacos. E isso vale não só para os aplicativos como também copiar exercícios das musas fitness citadas acima. Elas toleram determinados exercícios e você?

O corpo precisa estar alinhado e coordenado para receber o movimento e claro que é a prática dos treinos, suas vivências que vão desenvolver tais capacidades, mas para isso é necessário respeitar seus limites.

Além disso, é importante observar se essa prática específica causa dores ou outros desconfortos enquanto está sendo executada. Evite a alta intensidade como corridas em velocidades fortes, saltos e os altos pesos se você for um dos marinheiros de primeira viagem.

MÉDICA VETERINÁRIA
Carla Cristina G. Sanitá Campos
 CRMV/SP 17.881
 Especialista em Pequenos Animais: Cães e Gatos

ATENDIMENTO DOMICILIAR

HOTEL NA RESIDÊNCIA DO ANIMAL

Atendimento Clínico (17) 99164-7581
 Vacinas e Exames (17) 99641-6419

SOS Empresas
 Medicina Ocupacional e Segurança do Trabalho

A saúde de sua empresa em nossas mãos.

EXAMES CLÍNICOS OCUPACIONAIS
 Admissional / Periódico / Demissional
 Troca de função / Retorno ao Trabalho

EXAMES COMPLEMENTARES
 Laboratoriais / Audiometrias / Espirometria
 Radiografia / Eletroencefalograma-EEG
 Eletrocardiograma-ECG / Acuidade Visual

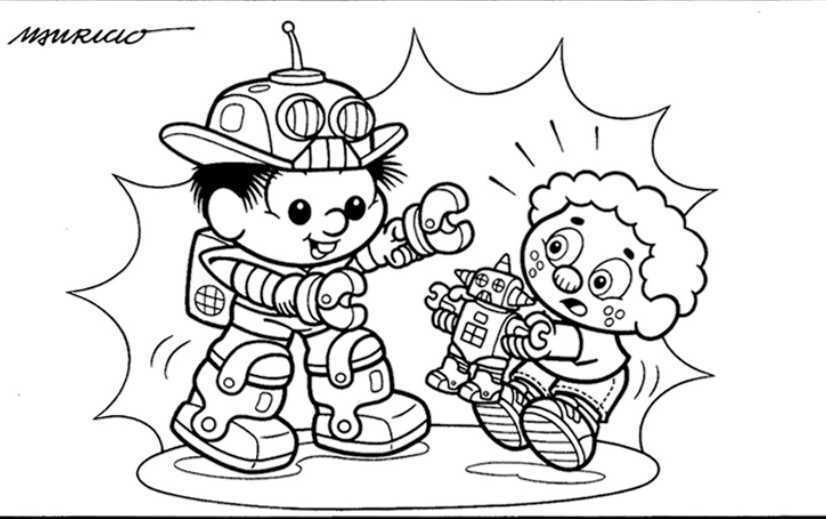
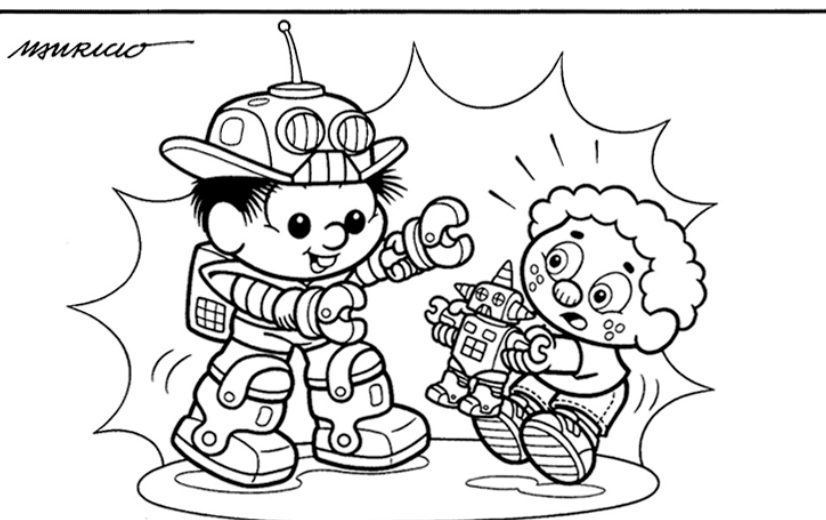
ELABORAÇÃO DE PCMSO
ELABORAÇÃO DE PPRA
ELABORAÇÃO DE LTCAT
ELABORAÇÃO DE PPP
TREINAMENTOS EM GERAL

sos.empresas@hotmail.com
 (17) 3442-3751 (17) 98801-2763
 Rua José Camargo Arruda, 433
 Coester - Fernandópolis - SP

Exames pré-agendados TODOS OS DIAS

extra


Jogo dos 7 Erros



RESP.: 1- ANTENA DO CAMPARETE DO CHICO BENTO; 2- DETALHE NA MOCHILA; 3- ALICATE NA MÃO DO CHICO BENTO; 4- BOTAÇÃO NO PEITO DO ROBÔ; 5- CABEÇA DO ROBÔ; 6- CABELO DO ZÉ LELI; 7- BOMBONA DO ZÉ LELI.

Desafio de Lógica

O professor fez um campeonato de fatos da divisão. Seguindo as dicas, descubra os fatos e os nomes desses alunos que participaram do campeonato e escreva-os.



1- Sula não deu o resultado de $45 \div 9$.
2- Luna sabe que Beto errou o resultado de $63 \div 7$, que Tati deveria dar.
3- Ian acertou o resultado.
4- Todos ouviram Luna dizer o resultado de $21 \div 7$.
5- O resultado que Sula deu $x 7 = 56$.
6- O resultado de Beto $x 8 = 32$.

Respostas: Luna, $21 : 7 = 3$; Tati, $63 : 7 = 9$; Ian, $45 : 9 = 5$; Sula, $56 : 7 = 8$; Beto, $32 : 8 = 4$.

BENGALA

FAZENDA

INJEÇÃO

NUNCA

GANCHOS

REDONDO

PONTE

CINCO

TINTA

IMUNDO

B D I N J E Ç Ã O M B C X T

E H M N D S T J D H D H T I

N D U R P O N T E K H Y T N

G A N C H O L H M P B K J T

A T D X H R T F A Z E N D A

L D O P J V D L K


A R C N U N C A X

J I N C F G I Z L


C N R E D O N D O

X C V Z F C C N M

N B H S Z W O M S




Resumo de Novelas




MALHAÇÃO
Terça-feira, 17h30

Tina convoca as meninas para conversar sobre Lica e Bóris. Deco convida Keyla para jantar. Edgar sugere que Malu aproxime Luís de Clara, para neutralizar as desconfianças do rival. Luís alerta Marta sobre as intenções de Edgar. Roney e Keyla gravam um anúncio para a lanchonete e Josefina e Julinho acham graça. Lica fica constrangida ao encontrar Bóris. Clara marca um encontro com Guto em casa. Anderson não dá atenção para a mensagem de Tina. Fio pede que Ellen dedique mais tempo à aproximação dos dois. K2 confessa a K1 que teme que Tato ainda goste de Keyla. Bóris oferece a Ellen uma bolsa de estudos no colégio Grupo.




NOVO MUNDO
Quarta-feira, 18h00

Leopoldina, Bonifácio, Anna e Joaquim analisam a relação entre Portugal e as províncias do Brasil. Thomas e Sebastião torcem pelo retorno de Dom Pedro e Leopoldina a Portugal. Tibirigá aconselha Piatã a visitar novamente a aldeia em que esteve. Dom Pedro declara seu amor por Domitila, e Chalaça fica incomodado. Hugo e Elvira se beijam. Dom Pedro consegue o apoio político da província de São Paulo. Schultz decide não dar o chá preparado por Greta para Wolfgang e percebe a melhora do patrão. Elvira e Quinzinho conseguem atrair clientes para a taberna. Patrício alerta Thomas sobre a reunião com os ministros convocada por Leopoldina. Após uma votação, Leopoldina declara aprovada a separação do Brasil de Portugal.




PEGA PEGA
Quarta-feira, 19h15

Lígia reconhece Rúbia. Sandra Helena fala de Malaguetta para Eric, que decide investigá-lo. Timóteo coloca um sonífero no licor de Prazeres. Borges discute com Isabel. Canivete e Timóteo vasculham a casa de Júlio. Borges vê Canivete pulando o muro da vila, mas não identifica seu rosto. Arlete e Júlio encontram Prazeres e Timóteo amarrados. Luiza avisa a Douglas que se encontrará com Hermes no restaurante do hotel. Nelito informa a Sandra Helena que Agnaldo vai para um presidio. Júlio procura Antônia, e Domênico se enfurece. Luiza questiona Hermes sobre o relacionamento de Eric com Mirella. Eric pergunta a Malaguetta sobre seu envolvimento com Júlio e Agnaldo. Todos se surpreendem com o novo visual de Maria Pia.




CARINHA DE ANJO
Terça-feira, 20h30

Na piscina, Dulce Maria diz que o Gustavo formaria casal com a Cecília enquanto Verônica com formaria com Cristóvão. Verônica explica que é apenas colega de trabalho do advogado. Fabiana descobre que Zé Felipe não conseguiu gravar a confissão da irmã Luzia. Juju fica impressionada que pessoas de diferentes religiões comentam positivamente a entrevista que fez com o Padre Fábio de Melo. Rosana tem uma ideia e vai com Juju até o internato para conversar com Diana. No hotel, Noemia tenta seduzir Cristóvão, que está tímido e sem camisa por exigência da empresária para fechar o contrato com a Rey Café. Irmã Ana e a noiva Fabiana contam para Diana o que Miguel e Zé Felipe fizeram.



A FORÇA DO QUERER
Terça-feira, 21h00

Zeca vê quando Jeiza desce do carro de Caio. Caio questiona Irene sobre Solange. Silvana tenta convencer Eurico de que a assinatura nos cheques não é do empresário. Jeiza marca um jantar com Caio, e Alan aconselha a pupila a ter calma. Rubinho pede que Bibi negocie um armamento com bandidos e Alessia alerta a amiga. Joyce rejeita Ivana e Zu a conforta. Cândida comenta com Edinalva e Ritinha que Jeiza recebeu flores de Caio. Eurico cede em fazer um cartão de crédito para Elvira. Elvira pensa em pedir ajuda a Sabiá para encontrar Solange/Irene. Joyce decide cortar a mesada de Ivana. Simone sugere que Ivana adote o nome de Ivan. Ritinha conta para Zeca que Jeiza beijou outro homem. Bibi perde a negociação de armas com os bandidos.



O RICO E LÁZARO
Terça-feira, 22h15

Matias promete largar o jogo. Zelfa questiona Joana sobre o noivado com Zac. Asher compra roupas novas para Lior. Zac convida Joana para acompanhá-lo na cerimônia de homenagem ao rei. Bel-sazar é mimado por Nitócris. Nabucodonosor afirma só reconhecer o Senhor dos hebreus como o único Deus. Amitis fica apreensiva. Evil se declara para Shami-ran. Lior vê Joana acompanhando Zac. Nabonido aconselha Nitócris dizendo para não subestimar o rei. Lior diz que Asher não pode ir à festa do rei, pois Joana também está indo com o noivo. Zac pede para Joana dar um sorriso. Arioque se lembra de Shag-Shag. Nebuzaradã avisa a Sammu-Ramat que irá se vingar de Asher. Para impedir a ida de Asher à cerimônia, Lior o golpeia na cabeça.

Humor

NO PONTO DE ÔNIBUS

Uma bonita moça no ponto de ônibus viu um homem já maduro e sem hesitar foi até ele e disse:

- Te achei muito bonito. Gostei de você.

O homem admirado colocou a mão no ombro da moça e disse:

- Minha querida, esse sentimento é temporário. Você é muito jovem para se comportar assim. Por favor, vá para casa e estude muito para que você possa ter uma vida de sucesso.

Em seguida ele colocou um papel na mão da moça e disse:

- Escrevi algumas palavras de sabedoria para você. Leia antes de dormir.

E a moça foi embora para casa chorando e se sentindo humilhada. Antes de dormir ela se lembrou de abrir o papel e estava escrito:

"A minha mulher estava atrás de mim. Seja como for, este é o meu número. Me ligue a qualquer hora."

O NOVO RELÓGIO

O filho diz para a mãe:

- Mãe, comprei um relógio!
- Que marca?
- As horas.
- Ahaha, engraçadinho. Comprei um cinto!
- Que marca?
- As costas.

DOIS DINOSSAUROS

Dois dinossauros comiam semáforos, quando um vira pro outro e diz:

- Não coma esse, porque está verde!

SEM O DÉCIMO TERCEIRO ANDAR

- No prédio onde eu moro não tem o 13º andar.
- Ué, por que não? O dono do prédio é supersticioso?
- Não, é que o prédio só vai até o 8º andar mesmo.

BÊBADO NA DELEGACIA

Um bêbado chega na delegacia e o delegado pergunta:

- Você também estava na confusão?

E o bêbado responde:

Não, senhor!


E o delegado pergunta:

- Então por que você está aqui?

O bêbado responde:


- Os policiais chegaram e gritaram: "Cana pra todo mundo". Então eu vim.

'INFORMAÇÕES'




Moço.... o senhor conhece o Dr. João Onofre?

É um véio barrigudo?...




...que usa óculos; e que é casado com uma polaca bem alta?

Esse mesmo!



Conheço não.



CRECI 67022


IMOBILIÁRIA OUROESTE

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

Rua Bartolomeu Bueno, 1309 - Centro - Ouroeste - SP

e-mail: imobiliariaouroeste@hotmail.com



INSTITUTO DE OLHOS

CIRURGIA DE CATARATA (FACEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIOPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VICTOR Santicchio Ferrarezi

OFALMOLOGIA - CRM 139.658

J.V.FERRAREZI@HOTMAIL.COM

FONE: 17-3462 2835

AV. MILTON TERRA VERDI, 813 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

Lanches e Sucos

RODOVIÁRIA

LANCHES, SALGADOS

TORTAS E SUCOS

Tel: (17) 99723-1809

AVENIDA ANGELO DEL GROSSI, 90

BOX 4 - FERNANDÓPOLIS-SP

