



Toledo

# Vida + Saúde

Revista Bimestral | Órgão de Divulgação AMT | Ano 29 | n° 172/2026

A Integralidade como  
Pilar da Saúde: O Olhar  
da LP Med em Toledo  
Página 3

Ciência e Tecnologia no  
Manejo da Dor  
Página 4

**Dra. Luciana Paulus Steffens**  
Médica de Família e Comunidade  
CRM-PR 37.827 | RQE 35.876

**Dr. Ivan Augusto Steffens**  
Médico de Família e Comunidade  
CRM-PR 40.570 | RQE 33.237



# EDITORIAL

## Palavras do Presidente

Como de costume, nossa revista reúne uma seleção de temas relevantes e atuais na área da saúde. Mais do que abordar doenças de origem orgânica, buscamos ampliar o olhar sobre os fatores comportamentais e psíquicos que também influenciam diretamente o bem-estar e podem impactar significativamente a saúde física.

Os conteúdos desta edição foram elaborados por profissionais experientes e comprometidos, que, além de compartilharem conhecimento, estão preparados para oferecer um atendimento qualificado a você, paciente e leitor.

O Dr. Jamal Hammoud aborda a obesidade sob uma perspectiva abrangente, destacando não apenas o tratamento cirúrgico, como a cirurgia bariátrica, mas também os avanços medicamentosos que a ciência vem proporcionando. A obesidade é tratada como uma doença crônica, que exige acompanhamento contínuo e especializado.

Já o Dr. Ivan A. Steffens e a Dra. Luciana P. Steffens apresentam a importância da Medicina de Família e Comunidade, propondo um modelo de cuidado centrado na pessoa como um todo. Essa abordagem integra aspectos físicos, mentais e sociais, valorizando a continuidade do cuidado e o vínculo entre médico e paciente, fundamentais para a prevenção, o diagnóstico e o manejo adequado das doenças crônicas.

A psicóloga Débora Garcia traz reflexões sobre a psicoterapia contemporânea, ressaltando a importância do cuidado com a saúde mental em um mundo cada vez mais exigente.

O Dr. Rafael Krieger Martins destaca os avanços da mucosectomia endoscópica, evidenciando o nível técnico e os recursos disponíveis para a população de Toledo e região.

Dados recentes indicam que apenas uma pequena parcela da população alcança aposentadoria com independência financeira. É a partir dessa realidade que a Uniprime amplia seu Portfólio com o Uniprime Previ, um plano de previdência complementar desenvolvido para apoiar cooperados na construção de uma trajetória financeira mais segura, equilibrada e sustentável ao longo do tempo.

Além disso, esta edição contempla temas que despertam grande interesse e, por vezes, preocupação, como catarata, varizes e nódulos na tireoide — sempre com o objetivo de informar e orientar nossos leitores de forma clara e segura.

Por fim, celebramos com a PUCPR seus 23 anos de trajetória em Toledo, e com a consolidação do curso de Medicina em 2025, que certamente contribuirá para o fortalecimento da saúde e da formação profissional em nossa região.

Desejamos a todos uma excelente leitura desta edição da Revista AMP | Toledo Vida + Saúde.

Atenciosamente,

**Dr. Ely Brondi de Carvalho**  
Médico Radiologista Presidente em exercício da  
Associação Médica de Toledo



# EXPEDIENTE

## ORGANOGRAMA

Presidente:  
Dr. Ely Brondi de Carvalho  
Vice-Presidente:  
Dr. Nilson Fabris  
Primeira Secretária:  
Dra. Isabella Sassaki Ricca  
Segunda Secretária:  
Dra. Patricia Leen Kosako Cerutti  
Primeiro Tesoureiro:  
Dr. Alexandre Lopes de Oliveira  
Segundo Tesoureiro:  
Dr. Claudio Tomuo Hayashi  
Primeiro Diretor Social:  
Dr. Leize Nachiesca Schiavini  
Segundo Diretor Social:  
Dr. Claudiane Mozer de Assis  
Terceiro Diretor Social:  
Dra. Greici Schroeder  
Departamento de Esportes:  
Dr. Luiz Felipe Hofstaetter da Silva  
Dr. Paulo Fernandes Neto  
Departamento de Cultura  
(Doctors In Concert):  
Dr. Wilson Massahiko Hattori  
Dra. Cristiane Maria de França  
Dra. Patricia Leen Kosako Cerutti  
Dra. Juliana Galdino de Freitas Bressanin  
Departamentos Científico e Acadêmico:  
Dr. Nilson Fabris  
Dr. Wilson Massahiko Hattori  
Suplentes:  
Dr. Rafael Krieger Martins  
Dr. Anderson Ramos  
Dr. Eduardo Gomes  
Diretor de Patrimônio:  
Dr. Rossano Jarabiza  
Assessoria de Imprensa:  
Dr. Ronan D'Ávila Martins  
Admissão de Novos Sócios:  
Dr. Alexandre Lopes de Oliveira  
Dr. Julio Ragasson  
Delegados Junto a Associação Médica do Paraná:  
Dr. José Afrânio Davidoff Junior  
Dr. Torao Takada  
Dr. Claudio Tomuo Hayashi  
Suplentes:  
Dr. Christian Floriano e Silva  
Diretores Sinam:  
Dr. Claudio Tomuo Hayashi  
Dr. José Afrânio Davidoff Junior  
Dr. Arnaldo de Jesus Fernandes  
  
Órgão de divulgação da  
Associação Médica de Toledo  
Sede Administrativa Rua Guarani, 1695 - Centro  
Fone: (45) 3054-5078  
www.sinamt.com

@revistavidasaude www.revistavidasaude.com

**Editora**  
Francisca Perez Garcia  
(45) 99914-1979 rvidasaude@gmail.com

**Jornalista Responsável**  
Jair Scarpato  
DRT-PR 7.116

**Capa**  
Dr. Ivan Augusto Steffens  
Médico de Família e Comunidade  
CRM-PR 40.570 | RQE 33.237  
Dra. Luciana Paulus Steffens  
Médica de Família e Comunidade  
CRM-PR 37.827 | RQE 35.876

**Editoração Eletrônica**  
Matheus Fernando Santos

**Impressão**  
Gráfica São Valentim

Todos os textos são de responsabilidade de seus autores



**scarpato**  
A D V O C A C I A  
Direito Internacional e Previdenciário

**Marcia Guerra Salvalagio Scarpato**

Advogada OAB/PR 37872

**Dupla Cidadania**



ITALIANA



PORTUGUESA



ALEMÃ

|45| 3277-7894 |45| 99900-1797

Rua Porto Alegre, 263 - Jd. Porto Alegre  
CEP: 85906-000 - Toledo - PR

# A Integralidade como Pilar da Saúde: O Olhar da LP Med em Toledo

Por Dr. Ivan Augusto Steffens

No cenário atual da saúde, a fragmentação do cuidado tornou-se um desafio comum. Frequentemente, pacientes buscam múltiplos especialistas para queixas isoladas, perdendo de vista a conexão entre mente, corpo e o ambiente em que vivem. Em Toledo, a LP Med propõe uma abordagem baseada na Medicina de Família e Comunidade, onde o foco deixa de ser apenas a doença e passa a ser a pessoa em sua totalidade.

## A Coordenação do Cuidado e o Vínculo Terapêutico

A base desse modelo é a continuidade. Ao acompanhar o indivíduo em todas as fases da vida — do desenvolvimento infantil ao envelhecimento — o médico de família estabelece um vínculo que permite diagnósticos mais precisos e intervenções preventivas. Essa proximidade é fundamental para a gestão de condições crônicas e para a promoção de hábitos que garantam autonomia e qualidade de vida a longo prazo.

Dentro dessa estrutura de cuidado integral, a saúde mental ocupa um lugar de destaque. A integração da psiquiatria, tanto para adultos quanto para o público infantil, permite que o sofrimento emocional seja acolhido sem estigmas. Ao compreender o contexto familiar e social, é possível oferecer um su-



**Dr. Ivan Augusto Steffens**  
Médico de Família e Comunidade  
CRM-PR 40.570 | RQE 33.237

porte terapêutico que considera não apenas os sintomas biológicos, mas também as complexidades das relações humanas e do desenvolvimento neuropsicológico desde a infância.

*Este material possui caráter meramente informativo e educativo, não substituindo a consulta médica presencial.*

# Ciência e Tecnologia no Manejo da Dor

Por Dra. Luciana Paulus Steffens

Outro pilar essencial na busca pelo bem-estar é o manejo adequado da dor. A dor crônica, muitas vezes incapacitante, exige uma avaliação minuciosa que vai além da prescrição de analgésicos. Entre as ferramentas terapêuticas fundamentais nesse processo está o agulhamento seco (dry needling), uma técnica baseada em evidências científicas que atua diretamente nos pontos-gatilho musculares.

Quando aplicada por profissionais qualificados dentro de um plano de tratamento estruturado, essa técnica auxilia na restauração da funcionalidade e na redução de tensões em quadros como cervicalgias, lombalgias e síndromes miofasciais. O objetivo é sempre a reabilitação do paciente, permitindo que ele retome suas atividades diárias com menor limitação física.

## Educação em Saúde: O Caminho para a Autonomia

A missão da medicina de família na LP Med transcende as paredes do consultório. Ela se manifesta na educação em saúde, capacitando o paciente a entender seu próprio corpo e a tomar decisões informadas sobre seu tratamento. Ao coordenar o cuidado junto a outras especialidades, o médico garante que a jornada do paciente pelo sistema de saúde seja organizada, segura e, acima de tudo, humana.

Dessa forma, a prática médica se consolida não apenas como uma intervenção técnica, mas como um compromisso ético com a saúde da comunidade de Toledo, pautado pelo rigor científico e pelo respeito à individualidade de cada família.

**Este material possui caráter meramente informativo e educativo, não substituindo a consulta médica presencial.**

Referências Consultadas:

Starfield B. *Primary care: concept, evaluation, and policy*. Oxford University Press, 1992.

Conselho Federal de Medicina. *Código de Ética Médica: Resolução CFM nº 2.217/18*.

Huang, H. et al. *Dry needling for myofascial pain: a systematic review*. *J Pain Res*. 2019.

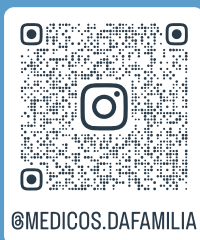


**Dra. Luciana Paulus Steffens**  
Médica de Família e Comunidade  
CRM-PR 37.827 | RQE 35.876

# MÉDICOS DA *Família*



Atendimento ONLINE e na Clínica Maievah, R. Bento Munhoz da Rocha Neto, 2533 - Jardim La Salle, Toledo - PR.



@MEDICOS.DAFAMILIA

**DR. IVAN AUGUSTO STEFFENS**  
CRM-PR 40570 | RQE 33237

Médico de família e comunidade  
Atua na área de saúde mental  
adulto e infantil e cuidados de  
paciente em terminalidade.

**DRA. LUCIANA STEFFENS**  
CRM-PR 37827 | RQE 35876

Médica de família e comunidade  
Atua na área da saúde do idoso  
e medicina da dor.  
Procedimentos: Agulhamento a  
seco e eletroestimulação.

# Descobri um nódulo na tireoide: e agora?

Por Dr. Rafael Godoy

Receber a notícia de um nódulo na tireoide costuma gerar preocupação. No entanto, é importante destacar que os nódulos são muito comuns, podendo estar presentes em até metade da população adulta quando avaliados por exames de imagem e, na grande maioria das vezes, são benignos.

A tireoide é uma glândula localizada na parte anterior do pescoço, responsável por produzir hormônios que regulam o metabolismo. Os nódulos são pequenos “caroços” que podem surgir nessa região e, geralmente, não causam sintomas, sendo descobertos por acaso em exames de rotina, como o ultrassom.

Diante desse achado, o primeiro passo é uma avaliação adequada. O exame mais importante é o ultrassom, que permite analisar características como tamanho, formato e composição do nódulo. A dosagem dos hormônios tireoidianos no sangue também é fundamental, pois os nódulos podem afetar o funcionamento da tireoide.

Nem todo nódulo precisa ser investigado de forma invasiva. A indicação de punção (biópsia com agulha fina) depende principalmente das características observadas no ultrassom, e não apenas do tamanho. Quando indicada, trata-se de um proce-



**Dr. Rafael Godoy**  
Médico Endocrinologista  
CRM-PR 36.563 | RQE 33.157

dimento simples, rápido e geralmente bem tolerado.

A cirurgia é reservada para situações específicas, como suspeita de câncer (após resultado de biópsia) ou quando o nódulo causa sintomas, como dificuldade para engolir, sensação de pressão no pescoço, alteração da voz ou crescimento progressivo da lesão.

A boa notícia é que a maioria dos nódulos exige apenas acompanhamento, com exames de ultrassom periódicos, para avaliar crescimento e possíveis mudanças de características. Por isso, ao receber esse diagnóstico, o mais importante é evitar conclusões precipitadas e buscar avaliação adequada com um médico endocrinologista.



DR. RAFAEL GODOY

Médico - CRM 36.563  
Endocrinologista - RQE 33.157

🌐 [endocrinorafaelgodoy.com.br](http://endocrinorafaelgodoy.com.br)

📷 @dr.godoyrafael

📍 Largo Chico Mendes, 210  
Jardim La Salle, Toledo - PR  
Clínica Plena - (45) 3252-4119  
☎ (45) 9 9801-8089

📍 Largo Chico Mendes, 174  
Jardim La Salle, Toledo - PR  
Núcleo de Atenção a Saúde (NAS)  
Unimed ☎ (45) 3277-8000

📍 Bertec Office Batel  
Av. Sete de Setembro, 4682  
16 andar. Sala 1601/1602/1603  
Batel, Curitiba - PR  
☎ (41) 9 9152-8887



## VARIZES: QUANDO ELAS DEIXAM DE SER APENAS ESTÉTICAS

As varizes **são veias dilatadas e tortuosas** que surgem principalmente nas pernas devido à **dificuldade no retorno do sangue ao coração**. Embora muitas pessoas as associem apenas à estética, elas podem indicar uma condição chamada insuficiência venosa crônica.

### Sinais e sintomas

- Sensação de peso ou cansaço nas pernas
- Dor ou desconforto ao final do dia
- Inchaço, especialmente nos tornozelos
- Queimação ou coceira
- Câimbras noturnas
- Veias visíveis e dilatadas

O **diagnóstico** é realizado por um cirurgião vascular, geralmente com o auxílio do ultrassom Doppler, um exame simples e indolor que avalia o funcionamento das veias e orienta a melhor conduta terapêutica.

### Quando se preocupar?

É importante buscar avaliação médica quando houver:

- Aumento progressivo das varizes
- Dor persistente
- Inchaço frequente
- Escurecimento ou endurecimento da pele
- Episódios de sangramento
- Inflamação das veias (tromboflebite)
- Surgimento de feridas ou úlceras na pele

O **tratamento é individualizado** e pode incluir:

- Uso de meias de compressão
- Mudanças no estilo de vida
- Escleroterapia (aplicação de espuma ou líquido)
- Tratamento a laser
- Cirurgia, quando indicada



DRA VERENA CARVALHO DA SILVA  
CRM-PR: 21.103  
CIRURGIA VASCULAR | RQE: 583  
DOPPLER VASCULAR | RQE: 25767

Cada caso é único,  
o seu tratamento  
também deve ser!



DRA. VERENA  
CARVALHO  
VASCULAR

CRM-PR: 21.103

Cirurgia vascular | RQE: 583

Doppler vascular | RQE: 25767

(45) 3055-1606 | (45) 3055-4055



Rua Guarani - nº 1768, Centro, Toledo, Paraná | CEP: 85900-190.

# Remova lesões intestinais sem cirurgia com a **MUCOSECTOMIA**

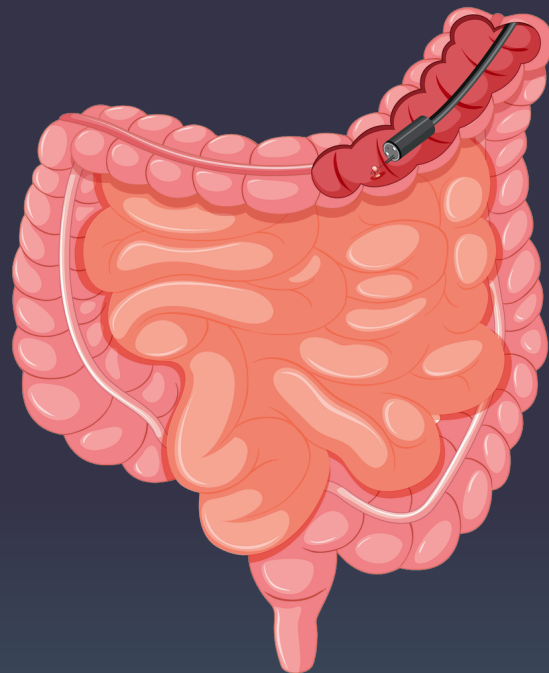
A mucosectomia endoscópica (EMR) é uma técnica feita durante a colonoscopia para remover lesões superficiais do intestino de forma minimamente invasiva, sem cortes externos.

**Alerta importante:** a maioria dos cânceres colorretais começa a partir de pólipos e pode levar 10 a 15 anos para evoluir, por isso rastrear e retirar lesões na hora certa pode prevenir câncer e também encontrar a doença no início, quando é mais tratável.

**No Brasil, a estimativa para o triênio 2026–2028 é de 53.810 novos casos/ano de câncer colorretal.**

E para que tudo isso seja feito com segurança, a experiência do profissional conta muito. O Dr. Rafael Krieger Martins é médico formado pela UFPR, com especialização em Cirurgia Geral e Cirurgia Digestiva (Santa Casa de São Paulo), especialização em Endoscopia Digestiva (Hospital das Clínicas da USP) e Doutorado em Cirurgia pela USP.

Atua em Toledo e região, unindo conhecimento técnico e atendimento humanizado para definir a melhor conduta caso a caso desde o rastreamento até procedimentos terapêuticos endoscópicos, quando indicados.



**Rafael Krieger Martins**

GASTRO | CIRURGIA | ENDOSCOPIA  
CRM-PR 30318



(45) 99943-6339  
(45) 3054-0807



**Clínica Vitale**

Rua Guarani, 1808  
Toledo - Paraná



Cirurgião Geral e Aparelho Digestivo

Endoscopia, Colonoscopia e CPRE

Especialista em Aparelho Digestivo

# Dr. Rafael Krieger

MÉDICO CRM-PR 30318 - RQE 24592/24593

 @dr\_rafaelkrieger



**Clínica Vitale**

Rua Guarani, 1808  
Toledo - Paraná



(45) 99943-6339  
(45) 3054-0807





# AA

## Ana Avello

PEDIATRA

CRM 36.960 / RQE 30.254

IMED

Rua Santos Dumont, 2708 - 4ª Andar  
Centro - IMED - Toledo - PR  
☎ (45) 3056-0177

Clínica C-MED

Rua Curitiba, 130 - Jardim América  
Assis Chateaubriand - PR  
☎ (44) 3528-5196  
☎ (44) 9 9991-5196

# HOSPITAL BOM JESUS

VOCÊ TAMBÉM PODE AJUDAR A SALVAR VIDAS



MAIS DE 50 MIL  
ATENDIMENTOS POR ANO



MAIS DE 70% SUS



PIX:  
PROJETOS@HOESP.ORG.BR



**HOESP**

Associação Beneficente de Saúde  
do Oeste do Paraná

**MÉDICOS QUE ATENDEM PELO SINAM**

**ACUPUNTURA**  
 Dr. Alexandre Lopes de Oliveira (45) 3055-2406  
 Dr. Claudio T. Hayashi (45) 3055-2406  
 Dr. José Olivo Zenni (45) 3055-2406

**ANESTESIOLOGIA**  
 Dra. Alessandra M. de Oliveira (45) 9 9976-1987 / (45) 3055-2425  
 Dr. Alexandre Lopes de Oliveira (45) 9 9976-1987 / (45) 3055-2426  
 Dra. Amanda S. Valentini (45) 9 9976-1987 / (45) 3055-2427  
 Dr. Claudio T. Hayashi (45) 9 9976-1987 / (45) 3055-2428  
 Dra. Isabella Sassaki (45) 9 9976-1987 / (45) 3055-2429  
 Dr. José Olivo Zenni (45) 9 9976-1987 / (45) 3055-2430

**CARDIOLOGIA**  
 Dr. Alan Pinheiro de Almeida (45) 3056-0175  
 Dr. André Aguiar Sá (45) 9 9949-7091 / (45) 3055-2091  
 Dr. Esdras Canfield Prado (45) 9 9921-2199 / (45) 3055-2855  
 Dr. Fernando Dall'Oglio (45) 9 9980-5066 / (45) 2055-0328  
 Dr. José Afranio Davidoff Jr. (45) 3055-2267  
 Dra. Marcela C. de O. e Oliveira (45) 3055-2855  
 Dr. Mateus Darouych S. Pereira (45) 3054-0710  
 Dr. Matheus F. Mattiello (45) 3055-2855  
 Dr. Rogério de M. Lewandowski (45) 9 9104-2336 / (45) 3055-4091  
 Dra. Sabrina Lima Machado (45) 3252-7863  
 Dr. Walter J.S. Marques Neto (45) 3252-7863  
 Dr. Zenor Luiz Zuchi (45) 9 8836-4646 / (45) 3252-2655

**CIRURGIA CARDIOVASCULAR / TORÁCICA**  
 Dra. Maricelia Brommelstroet (45) 9 9931-8691 / (45) 3277-9690

**CIRURGIA GERAL**  
 Dr. Alan Patrick Bombonato (45) 3056-0161  
 Dr. Carlos Minoru Sumi (45) 3055-2232  
 Dra. Dayanne Alba C. Zimmer (45) 9 9118-8484 / (45) 3056-1643  
 Dr. Igor A. Spilka (45) 9 138-8817 / (45) 9 9135-0752  
 Dr. Jonas Takada (45) 3055-4055  
 Dr. Leandro Faé (45) 9 9821-2181  
 Dra. Liliane Vizotto (45) 3055-4055  
 Dr. Luciano O. Sponchiado (45) 3056-0161  
 Dr. Marco Aurelio Nisiide (45) 3056-0116  
 Dr. Marcos Vinicius Zanchet (45) 3056-0161  
 Dra. Marianne A. Ramos (45) 9 9938-8727 / (45) 3056-0179  
 Dr. Paulo Fernandes Neto (45) 3055-4055  
 Dr. Rafael Krieger Martins (45) 9 9950-6426 / (45) 3054-0807  
 Dr. Torao Takada (45) 3055-4055  
 Dr. Valdicir Faé (45) 3277-0707  
 Dra. Verena Carvalho da Silva (45) 3055-4055

**CIRURGIA PLÁSTICA**  
 Dr. João Pedro P. Camara Filho (45) 3054-2525  
 Dr. Renato S. Somensi (45) 9 9816-6374 / (45) 3378-1478

**CIRURGIA VASCULAR / ANGIOLOGIA**  
 Dra. Adriana Pires Smaniotto (45) 3056-0179  
 Dr. Arnaldo de Jesus Fernandes (45) 3252-3664  
 Dra. Cristina Veronese Beffa (45) 3277-5269  
 Dr. Felipe Yukio Obata (45) 9 9109-6601  
 Dra. Marianne A. Ramos (45) 9 9938-8727 / (45) 3056-0179  
 Dr. Roberto Simeão Roncatto (45) 3252-8201  
 Dr. Rodrigo Araldi Nery (45) 9 9980-7888 / (45) 3278-7298  
 Dr. Rossano Jarabiza (45) 3278-3709  
 Dra. Verena Carvalho da Silva (45) 3055-4055

**MEDICINA DA FAMÍLIA E COMUNIDADE**  
 Dra. Eliana Benatti (45) 9 9980-5066 / (45) 3278-1574  
 Dr. Ivan A. Steffens (Online + Presencial) (45) 9 8423-0804  
 Dra. Luciana P. Steffens (Online + Presencial) (45) 9 8423-0804  
 Dra. Tauane Cesaro (Domiciliar + Presencial) (45) 9 9862-8292

**CLÍNICA MÉDICA**  
 Dra. Any Karine Fruhauf (45) 9 9984-9298  
 Dr. Carlos Minoru Sumi (45) 3055-2232  
 Dra. Carolina Urbano Prado (45) 3056-0146  
 Dra. Mariana Cortês Caleffi (45) 3379-7700  
 Dr. Rafael H. Godoy (45) 9 9801-8089 / (45) 3252-4119  
 Dr. Renê A. de M. Ricca (45) 3054-1578 / (45) 9 9811-3668  
 Dr. Valdicir Faé (45) 3277-0707  
 Dra. Viviane A. Ragasson (45) 3056-1607

**COLOPROCTOLOGIA**  
 Dr. Alan Patrick Bombonato (45) 3056-0161  
 Dra. Dayanne Alba C. Zimmer (45) 9 9118-8484 / (45) 3056-1643  
 Dra. Liliane Vizotto (45) 3055-4055  
 Dr. Luciano O. Sponchiado (45) 3056-0161

**DERMATOLOGIA**  
 Dr. Auro Prochnau (45) 9 9804-3430 / (45) 3054-1314  
 Dra. Karine Sperafico P. Kram (45) 3277-0011  
 Dra. Lia Natália D. Dallazem (45) 3196-0049  
 Dra. Simone D. Furlan (45) 9974-0523 / (45) 3252-7638

**ENDOCRINOLOGIA**  
 Dra. Denise E. Fidler (45) 9 9928-1899 / (45) 3056-0177  
 Dr. Neudir Frare Junior (45) 9 9151-3351  
 Dr. Rafael H. Godoy (45) 9 9801-8089 / (45) 3252-4119

**ENDOCRINOLOGIA PEDIÁTRICA**  
 Dra. Renata T. Dallago Galon (45) 9 9801-8089 / (45) 3054-5899

**GASTROENTEROLOGIA**  
 Dr. Jonas Takada (45) 3055-4055  
 Dr. Leandro Faé (45) 9 9821-2181  
 Dr. Marcos Vinicius Zanchet (45) 3056-0161  
 Dr. Paulo Fernandes Neto (45) 3055-4055  
 Dr. Rafael Krieger Martins (45) 9 9950-6426 / (45) 3054-0807  
 Dr. Rafael Magnanti (45) 3055-4055  
 Dr. Torao Takada (45) 3055-4055  
 Dr. Valdicir Faé (45) 3277-0707  
 Dra. Viviane A. Ragasson (45) 3056-1607

**GERIATRIA**  
 Dra. Any Karine Fruhauf (45) 9 9984-9298

**GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA**  
 Dra. Andréa de Cassia S.Sá (45) 9 9949-7091 / (45) 3055-2091  
 Dra. Denise Wiggers (45) 9 9992-3132 / (45) 3055-2969  
 Dra. Eduarda Bombonato da Silva (45) 2035-3044  
 Dra. Heloise Kienen (45) 9 8842-4673  
 Dra. Letícia Pereira Machado (45) 9 9833-3486  
 Dra. Luana C. Schreiner (45) 9 9992-3132 / (45) 3055-2969  
 Dr. Luiz Carlos Smith (45) 3252-1104  
 Dra. Muriely Rotta Obata (45) 9 9109-6601  
 Dra. Patricia Hiromi Kiara (45) 9 9910-3636  
 Dra. Patricia Leen Kosako Cerutti (45) 3277-9657  
 Dr. Rafael Victor (45) 3378-2421  
 Dr. Ricardo G. de Brito (45) 9 9833-8720 / (45) 3252-1104  
 Dr. Takashi Onuka (45) 9 9910-3636  
 Dra. Tania Maria Balcewicz (45) 3252-4119  
 Dr. Valdir Luiz Manica (45) 3277-2164

**HEMATOLOGIA E HEMOTERAPIA**  
 Dra. Carla Elisa Scherer (45) 3055-2055

**MEDICINA DO TRABALHO**  
 Dr. Luiz Soares (45) 3055-2244

**CLÍNICA DA DOR E ACUPUNTURA**  
**Dr. Cláudio Tumuo Hayashi**  
 Diretor Técnico - CRM 4.131 / RQE 12.645  
**Dr. Alexandre Lopes de Oliveira**  
 CRM 16.768 / RQE 16.271  
**Dr. José Olivo Zenni**  
 CRM 10.794 / RQE 16.245  
 Médicos especialistas em Acupuntura pelo Colégio Médico de Acupuntura da Associação Médica Brasileira  
 CLÍNICA DUMONT - Rua Santos Dumont, 2322 - Toledo - PR Fone: 3055-2406 - E-mail: clinicadadortoo@yahoo.com.br

  
**Bioactiva**  
 FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO  
 Farmácia e Laboratório de Homeopatia e Manipulação de Fórmulas Magistrais  
 Largo São Vicente de Paulo, 1364 | (45) 3252 4889 | Toledo - PR  
 Rua Carlos de Carvalho, 4004 | (45) 3036 6450 | Cascavel PR

**MEDICINA ESPORTIVA**

Dr. Rafael C. Geiss Santos (45) 3056-0176

**MEDICINA PALIATIVA**

Dra. Tauane Cesaro (Domiciliar + Presencial) (45) 9 9862-8292

**MÉDICOS**

Dr. Alcântara Ramos de A. Cesar (45) 9 8836-2890  
 Dra. Alexandra B. de Paula (45) 9 9128-7070  
 Dra. Ana Karen Siviero (45) 9 9103-0485 / (45) 3055-4450  
 Dr. Arlindo de Souza Castro (45) 3277-0947  
 Dr. Christian Floriano e Silva (45) 3054-0807  
 Dr. Claudio H. Teruo H. (11) 9 5577-2200 / (45) 2103-2007  
 Dr. Edvaldo de Barros e Silva (45) 3252-2105  
 Dra. Eliana Benatti (45) 9 9980-5066 / (45) 3278-1574  
 Dr. Elias Pereira da Silva Jr. (45) 3055-2020  
 Dr. Felipe Dall'Oglio Furlan (45) 9 9974-0523 / (45) 3252-7638  
 Dr. Hilario Schaedler (45) 3252-4048  
 Dr. Italo F. Fumagalli - M.C. Rondon (45) 9 8422-4499 / (45) 3254-3100  
 Dra. Leticia Voigt (45) 9 8427-1569  
 Dra. Luana D. Bauermann (45) 9 9804-8150  
 Dr. Lucas Stoppa Colussi (45) 9 9128-7070  
 Dra. Luciana P. Steffens (Online + Presencial) (45) 9 8423-0804  
 Dra. Maria de Fatima Campagnolo (45) 9 9801-0169 / (45) 3278-1890  
 Dra. Paula Dall'Oglio Furlan (45) 9 9974-0523 / (45) 3252-7638  
 Dr. Ronan D. Bauermann (45) 9 9124-5374  
 Dr. Sérgio A. Campagnolo (45) 3278-1890  
 Dr. Shiguemi Kiara (45) 9 9910-3636  
 Dr. Wilson M. Hattori (45) 9 9807-2939 / (45) 3020-1368

**NEFROLOGIA**

Dra. Carolina Urbano Prado (45) 3056-0146  
 Dr. Fernando Roberto Roman (45) 3056-0146  
 Dra. Karina Litchteneker (45) 3056-0146

**NEONATOLOGIA**

Dra. Ana Claudia L. da S. Plewka (45) 3055-3091

**NEUROLOGIA / NEUROCIQUIRURGIA**

Dr. Carlos Rocha Junior (45) 9 9803-3044  
 Dra. Kelly C.B. Gomes (45) 9 9984-3311 / (45) 2035-5072  
 Dr. Mauricio M. Roriz (45) 9 9841-5737 / (45) 3277-3032  
 Dr. Wilson G Junior (45) 9 9984-3311 / (45) 2035-5072

**ODONTOLOGIA PARA PACIENTES COM DEFICIÊNCIA**

Daniela Lopes da Silva (45) 9 8836-2890

**OFTALMOLOGIA**

Dr. Abenor M.M. Filho (45) 2101-4242  
 Dra. Ana Luiza S. Heim (45) 3252-4048  
 Dr. Glaucio L. Bressanim (45) 3054-6060  
 Dr. John Prochnau (45) 3252-0170 / (45) 3054-1314  
 Dr. Marcelo Moresco (45) 3065-0784  
 Dra. Nathália Lopes Pinho (45) 9 9141-7020  
 Dr. Ronan Yudi Cavazzana (45) 2101-4242  
 Dr. Sérgio Sória Vieira (45) 9 8813-9824 / (45) 3055-2501  
 Dra. Tatiana de A. Camargo (45) 3252-7593  
 Dra. Tatiana S.D. Martynetz (45) 9 9907-6401 / (45) 3252-4624  
 Dra. Thaisa Strabelli (45) 9 8401-8637 / (45) 3065-0784

**ONCOLOGIA / CANCEROLOGIA / CIRÚRGICA**

Dr. Igor A. Spilka (45) 9 9138-8817 / (45) 9 9135-0752  
 Dr. Marco Aurelio Nisiide (45) 3056-0116  
 Dra. Mariana Cortês Caleffi (45) 3379-7700

**ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA**

Dr. Adilson Cleto Bier (45) 9 9137-3309 / (45) 3055-4302  
 Dr. Alexandre Luiz Conti (45) 9 9948-1300  
 Dr. Alexandre Roberto R. Coelho (45) 3056-0176  
 Dr. Danilo S. Resende (45) 9 9137-3309 / (45) 3055-4302  
 Dr. Diego R.A. Santana (45) 9 9137-3309 / (45) 3055-4302  
 Dr. Fabio A. Martynetz (45) 9 9972-8728 / (45) 3056-0176  
 Dr. Ivan Ogrodnik Ferreira (45) 9 9802-7229  
 Dr. Jesse B.C. Junior (45) 9 9942-6343  
 Dr. João V. Effting Jr. (45) 9 9137-3309 / (45) 3055-4302  
 Dr. Julio C. Ragasson (45) 9 9137-3309 / (45) 3055-4302  
 Dr. Luciano Leandro Martins (45) 3054-8897  
 Dr. Luiz Antonio F. Penha Junior (45) 9 9802-7229  
 Dr. Paulo H.O. Rodrigues (45) 9 9137-3309 / (45) 3055-4302  
 Dr. Renato S. Futagami (45) 9 9137-3309 / (45) 3055-4302  
 Dr. Valdomiro Vendramini (45) 9 9137-3309 / (45) 3055-4302

**OTORRINOLARINGOLOGIA**

Dra. Claudiane M. de Assis (45) 3252-3308 / (45) 3277-3638  
 Dr. Demétrio de Almeida (45) 3252-3308 / (45) 3277-3638  
 Dr. Diego Lopardo (45) 3252-3308 / (45) 3277-3638  
 Dr. Lino Ladislau V. Ostroski (45) 3252-3627  
 Dra. Luciana C.P. Kokubo (45) 9 9996-0804 / (45) 3196-0072  
 Dra. Thais Helena Gonçalves (45) 3054-0406

**PEDIATRIA**

Dra. Ana Claudia L. da S. Plewka (45) 3055-3091  
 Dra. Ana Paula R. Avello (45) 3056-0177  
 Dra. Carmem D. Royer (45) 9 9910-3636 / (45) 3252-0729  
 Dr. Henrique S. Seki (45) 9 9828-1958 / (45) 3055-3435  
 Dr. José Luiz Ochôa (45) 9 9951-1016 / (45) 9 9918-3683  
 Dr. José Silva Tramuças (45) 2103-2031  
 Dra. Juliana Rocha P. Dias (45) 9 9950-6426 / (45) 3054-0807  
 Dr. Luiz Soares (45) 3055-2244  
 Dr. Orlando M. Zacaluzny (45) 3055-2244  
 Dra. Paula Bragato Futagami (45) 3054-5899  
 Dra. Renata T. Dallago Galon (45) 9 9801-8089 / (45) 3054-5899  
 Dra. Talitta Carvalho Fonseca (45) 9 9996-0804  
 Dr. Wilso Roberto S. Silva (45) 9 9103-0485 / (45) 3055-4450

**PNEUMOLOGIA ADULTO**

Dr. Bruno L. Marcon (45) 9 9917-8514 / (45) 3056-5361  
 Dra. Manuela T. Truiti (45) 9 9996-0804 / (45) 3196-0072  
 Dra. Nayra M.P. Valério (45) 9 9905-0274 / (45) 3056-5361

**PSIQUIATRIA**

Dr. Paulo Cesar Volpato (45) 9 9908-0969 / (45) 3054-1112  
 Dr. Sandro J.Y. Okano (45) 9 9129-8950 / (45) 2104-2000

**REUMATOLOGIA**

Dr. André Fernando Otto (45) 3278-3501  
 Dr. Carlos Eduardo Magro (45) 3055-3424  
 Dr. Renê A. de M. Ricca (45) 3054-1578 / (45) 9 9811-3668

**UROLOGIA**

Dr. Anderson Ramos (45) 9 9923-0165 / (45) 3056-7271  
 Dr. Jose Perandre Neto (45) 9 9923-0165 / (45) 3056-7271  
 Dr. Wellington B. Avila Milhan (45) 9 9923-0165 / (45) 3056-7271



**Dra. Cristina V. Beffa**

CRM 16.558 Vascular  
 RQE 12.515 | Ecodoppler RQE 595

☎(45) 99930-6677  
 (45) 3277-5269

Rua Dom Pedro II, 2714

**TRATAR VARIZES**

**É CUIDAR DA SAÚDE E DA AUTOESTIMA!**

- TRATAMENTO CLÍNICO E CIRÚRGICO DE VARIZES
- ÚLCERAS VENOSAS
- DOENÇAS VASCULARES
- ECODOPPLER
- PERIFÉRICAS
- ESCLEROTERAPIA (APLICAÇÕES)



**OUTROS SERVIÇOS QUE ATENDEM PELO SINAM**

**CLÍNICA DE INTERNAMENTO PSQUIÁTRICO**

Reabilitação e Recuperação SH - Santa Helena (45) 9 8825-1711 / (45) 3080-1159

**CLÍNICA HIPERBÁRICA**

Oxygen (45) 2032-3600

**ECOCARDIOGRAMA**

Cardioclínica Costa Oeste (45) 3552-0240  
 Clínica Pulsares (45) 9 9921-2199 / (45) 3055-2855  
 Clínica de Ultrassonografia Toledo (45) 3054-2080  
 Ultraeco Diagnósticos (45) 9 8836-4646 / (45) 3252-2655

**FISIOTERAPIA E REABILITAÇÃO**

Accus Corp. Fisioterapia (45) 3055-2625  
 Apoio Clínica Integrada (45) 3055-4888  
 Cenira da S.M. Gomes (45) 9 8815-6023 / (45) 3378-6297  
 Clínica Yaveh - Fisioterapia Pediátrica (45) 9 9809-9958  
 Clínica Reab Plus (45) 3277-0705  
 Clinifisio Pioneira (45) 3277-0295  
 Clínica FísioVitalis (45) 3378-6475  
 Clínica Santa Rosa - Nova, S. Rosa (45) 3253-1256  
 Fisioclin / Fisioida. (45) 9 9906-6906  
 Gradual Clínica de Fisioterapia e Estética (45) 3252-6010  
 Vitalità - M.S. Clínica de Fisioterapia (45) 3378-2141

**FONOAUDIOLOGIA**

Clínica Champagnat (45) 3252-5121  
 Débora da Silva Barros (45) 3252-3308  
 Jane M.R. Lawder (45) 3277-2553  
 Juliana R. de Oliveira (45) 9 9826-3535

**HEMODINÂMICA**

Angiocor (C. Diag p/ Im. C. Oeste) (45) 3055-4207

**HOSPITAL**

Bom Jesus - HOESP (45) 2103-2000  
 HGU - Hospital Geral Unimed (45) 3379-7700

**LABORATÓRIO**

Laboratório Análises Clínicas M.C. Rondon (45) 3254-1301  
 Laboratório Análises - NEOLAB (45) 2103-2008  
 Laboratório Bio Análises (45) 3277-3124  
 Laboratório Biocenter (45) 3252-0234  
 Laboratório Bio + Saúde (45) 3055-3536  
 Laboratório CPAC - Patologia & Citologia (45) 3055-2684  
 Laboratório Labclinic (45) 9 9932-0076 / (45) 3252-5353  
 Laboratório Padre J. Anchieta (45) 3379-2486  
 Laboratório Prevenção e Diagnose (45) 3278-2800  
 Laboratório Santa Rita - Palotina (44) 9 9926-6634  
 Laboratório Toledo (45) 3252-7226 / (45) 3252-6104  
 Laboratório Vera Cruz - São Pedro (45) 9 8411-9378  
 Laboratório Vera Cruz - Vera Cruz (45) 3267-1179

**NUTRICIONISTA**

Andréia Teonila Fuhr dos Santos (45) 9 8840-4856  
 Claudia Foellmer Backes (45) 9 9845-0042 / (45) 3278-2172  
 Denise R.N.E. Santo (Materno / infantil) (45) 9 9819-8403  
 Janaina Sartorelli (45) 9 9807-8532  
 Tânia C. da D. de Souza (45) 9 9906-6906

**TRADUÇÕES E IDIOMAS**

Danielle C. Comarella (45) 9 9964-6376

**ODONTOLOGIA**

Adriana E. Bergmann (45) 9 9969-0065  
 Andreza Cristina Bonatto (45) 9 9953-3767  
 Celeste O. Muranaka (45) 3055-3443 / (45) 3055-4147  
 Davi Ceolin Periodontia (45) 9 9997-9294 / (45) 3277-6321  
 Élen C. Weizenmann (45) 3054-7110 / (45) 9 9923-3339  
 Guilherme A. Brandalize (Implante) (45) 9 9974-2924  
 Guilherme Costa Marin (Implante) (45) 9 9932-3414 / (45) 3055-3850  
 Heloisa Cristina Hendges (Canal Infantil) (45) 9 9921-1165 / (45) 3056-5630  
 Isadora A. Mocellin (45) 9 9114-3942  
 Jonathan Danilo Correa (Geral + implante) (45) 3055-3318  
 Karina Yamada Danilussi - Assis C. (44) 3528-1309  
 Luiz Felipe Zavadzki (45) 9 9818-5690 / (45) 3055-2429  
 Nobredent - Thaianara (45) 3056-5774  
 Odontologia Petrucci (45) 9 9800-1394 / (45) 3252-6573  
 Paulo H.F. Palka (45) 3054-2044  
 Personnalité (45) 9 9999-6005 / (45) 3252-5644  
 Thibes Rubert (Odontologia Infantil) (45) 9 9926-6391 / (45) 3055-3370  
 Vinicius de Aguiar Vieira (45) 3252-4178

**PSICOLOGIA**

Alana Keila Cardoso (45) 9 8416-3208 / (45) 9 9993-1035  
 Anna Paula Rodrigues (45) 9 9914-8777 / (45) 3020-1587  
 Apoio Clínica (45) 9 9909-1717 / (45) 3055-4888  
 Claudete Bonatto (45) 9 9926-5139  
 Emanuel Leite Faria (45) 9 9977-7811  
 Ivonete Seki (Comportamental adulto) (45) 3055-3435  
 Juliana E. Braga da Silva Poder (45) 9 9994-4228  
 Licioneide (Constelação familiar) (45) 9 9983-6112  
 Marcelo F. Horostecki (45) 9 9971-1684  
 Marília Barreto Osti Perandrê (45) 9 9950-5735  
 Moretto Psic. (Autismo) (45) 9 9923-6782  
 Poliana A. Donassolo (45) 9 9822-4572  
 Rafaela Pastore (45) 3056-0199  
 Ricardo R. França da Silva (Psicanálise) (45) 9 9121-9390  
 Romilda Guilland (45) 9 9992-7257  
 Silvana R.C. de Carvalho (45) 9 9972-9020 / (45) 3056-0199  
 Tatiane A. de Andrade (Autismo) (45) 9 9993-6865  
 Valclicia Bruisma M. Ansolin (45) 9 9970-5445  
 Valsiane Kurmann (45) 9 9936-7160 / (45) 3379-3318  
 Vanessa A. Walterman (44) 9 9767-0831  
 Waleska Lais Lando (45) 9 9948-7587

**RADIOLOGIA**

Diagnose I (45) 3252-2042 / (45) 3054-1454  
 Diagnose II (45) 9 9935-8776 / (45) 3054-7778 / (45) 3054-1454  
 Diagnose III (45) 9 9935-8776 / (45) 3054-7778 / (45) 3054-1454  
 Densitoclínica (45) 3055-3424  
 I-Radi Inst. de Radiologia de Toledo (45) 9 9108-6685 / (45) 3056-1616  
 Unimagem (45) 3277-1504

**ULTRASSOM**

Clínica de Ultrassonografia Toledo (45) 3054-2080  
 Diagnose I (45) 3252-2042 / (45) 3054-1454  
 Diagnose II (45) 9 9935-8776 / (45) 3054-7778 / (45) 3054-1454  
 Diagnose III (45) 9 9935-8776 / (45) 3054-7778 / (45) 3054-1454  
 I-Radi Inst. de Radiologia de Toledo (45) 9 9108-6685 / (45) 3056-1616  
 Ultraeco Diagnósticos (45) 9 8836-4646 / (45) 3252-2655  
 Unimagem (45) 3277-1504

**VACINAÇÃO**

Clínica de Vacinas Maievah (45) 9 9940-3035 / (45) 3278-7298  
 Toledo Vacinas (45) 9 9950-4127  
 Vacinum (45) 9 9861-8833 / (45) 3065-0404

**GRÁFICA São Valentim**

f Gráfica São Valentim    📞 (45) 9 9963-2664  
 @graficasaovalentim    📍 (45) 3054-2550    📍 Av. Adão Geiss, 2128 - Vila Becker - Toledo - PR

# PUCPR TOLEDO



**23 ANOS TRANSFORMANDO HISTÓRIAS,  
CONSTRUINDO FUTUROS.**

Muito além de um campus. Um movimento que conecta pessoas, impulsiona a região e constrói futuros todos os dias.

A PUCPR – Câmpus Toledo iniciou suas atividades em 2003, fruto de uma interação genuína e de um acolhimento da comunidade regional, que reconheceu na universidade uma oportunidade de crescimento, desenvolvimento e transformação. Desde então, essa conexão permanece viva, fortalecida pela atuação direta dos cursos de graduação e especialização, pelas pesquisas aplicadas e pelas parcerias construídas ao longo dos anos.



**A GENTE FAZ  
QUESTÃO**

**DE ENSINAR DO  
JEITO CERTO**

Mais do que infraestrutura, o Centro de Simulação Clínica representa o compromisso da PUCPR Toledo com uma formação prática, segura e de excelência na área da saúde.

**CÂMPUS  
TOLEDO  
PUCPR**



Esse compromisso com a excelência acadêmica e com a formação alinhada às demandas da região também se expressa na estrutura do Câmpus, que conta com o Centro de Simulação Clínica. Integrado ao curso de Medicina, o espaço reúne consultórios, centro cirúrgico e obstétrico, enfermaria, UTI e unidades de atendimento, proporcionando aos estudantes vivências realistas para o desenvolvimento de habilidades técnicas, clínicas e de tomada de decisão em um ambiente seguro, inovador e conectado à prática em saúde.

## Estude na melhor Universidade privada do Paraná. O futuro reconhece quem é filho da PUCPR

Mais do que um espaço físico, o Câmpus Toledo se configura como um ambiente dinâmico de aprendizagem, inovação e desenvolvimento. Aqui, o conhecimento ultrapassa a teoria e se transforma em experiência, preparando os estudantes para os desafios reais do mercado e da sociedade.

Assim, ao longo de mais de duas décadas, a PUCPR em Toledo se consolida como um verdadeiro agente de transformação regional. Um espaço onde diferentes áreas do conhecimento se encontram, onde oportunidades são construídas e onde histórias começam a ganhar forma, com ainda mais força, agora impulsionadas por novas conquistas, que projeta o campus para um futuro ainda mais promissor.





**O QUE É**

# SINAM?

**Sistema Nacional de Atendimento Médico**

É um sistema alternativo de saúde para quem não quer depender do SUS.

- Qualquer cidadão pode fazer parte do SINAM/PR. A participação é voluntária e sem intermediários. É livre a escolha dos profissionais cadastrados.
- SINAM não é plano de saúde. Não temos vendedor externo — cadastro somente na sede administrativa da AMT ou via WhatsApp.

## Vantagens do SINAM:

- Não tem mensalidade;
- Não tem carência;
- Tempo de espera para consultas é mínimo, dependendo da agenda médica;
- Não tem condicionantes de idade ou de doenças preexistentes;

## Como funciona?

- O usuário pode escolher, dentre os médicos referenciados pela AMP, aquele da sua preferência.
- Todos os médicos que atendem pelo Sinam são sócios da AMP.
- Consultas, exames e procedimentos têm valor diferenciado e mais acessível.
- Mais de 1.500 médicos cadastrados nas localidades onde o Sinam tem unidades.

## Critério de dependentes:

- Cônjuges (comprovando união);
- Filhos menores de 21 anos ou até 24 (estudante com comprovação);
- Pais e sogros acima de 60 anos;
- Avós acima de 80 anos;
- Outros, somente mediante comprovação documental.
- Sem custo adicional algum.

## Documentos necessários:

- Carteira de Identidade;
- CPF;
- Comprovante de residência;
- Dependentes: Carteira de Identidade e/ou Certidão de nascimento ou casamento.

## Custo:

- Taxa de inscrição anual 2026: R\$ 190,00.
- Não tem mensalidade.
- Consultas com médicos cadastrados: R\$ 280,00.
- (Retorno para consultas com validade de 15 dias).

Consultas com médicos cadastrados: R\$ 280,00.  
**(Retorno para consultas com validade de 15 dias).**

- Laboratórios, radiologia, dentistas, nutrição, psicologia, fisioterapia e diversos segmentos da saúde com descontos de até 50%.
- Os hospitais de Toledo, Bom Jesus e HGU atendem pelo SINAM (**atendimento emergencial apenas no Bom Jesus**), com tabelas diferenciadas e serviços médicos seguem tabela CBHPM.
- **Sempre apresentar sua carteirinha (física ou digital) e observar a validade.**



Horários de atendimento:  
Segunda à sexta-feira.  
Das 7:30 às 12hrs e das 13 às 18hrs.

**Associação Médica de Toledo/SINAM**  
Rua Guarani, 1695 - Centro  
(45) 3054-5078 | (45) 9 9831-7622 ☎

Benefícios e descontos exclusivos para você e toda a sua família!



O que você  
tem feito para  
envelhecer  
com saúde?

45 **3054-5078 | 99831-7622**

R. Guarani, 1695 | Centro | Toledo/PR

**sinam**  
Sistema Nacional  
de Atendimento Médico

Associação Médica de Toledo  
**amt**

# CONSTRUINDO SEGURANÇA FINANCEIRA EM UM MUNDO QUE VIVE MAIS

O aumento da expectativa de vida no Brasil é uma conquista. Hoje, vivemos mais do que qualquer geração anterior e a tendência é que essa longevidade continue crescendo nas próximas décadas. No entanto, esse novo cenário traz um desafio silencioso: como garantir renda suficiente para sustentar um padrão de vida por mais tempo?

Dados recentes indicam que apenas uma pequena parcela da população alcança a aposentadoria com independência financeira, enquanto a maioria depende de terceiros ou precisa reduzir significativamente seu padrão de vida. Esse contexto reforça uma mudança de mentalidade: planejar o futuro deixou de ser uma escolha opcional e passou a ser uma necessidade estratégica.

Se sua renda parasse hoje, por quanto tempo seu padrão de vida estaria protegido?

É a partir dessa realidade que a Uniprime amplia seu portfólio com o Uniprime Previ, um plano de previdência complementar desenvolvido para apoiar cooperados na construção de uma trajetória financeira mais segura, equilibrada e sustentável ao longo do tempo.

Mais do que uma alternativa para aposentadoria, o Uniprime Previ está inserido em uma visão mais ampla de planejamento financeiro. Um planejamento completo envolve três pilares fundamentais: a construção de patrimônio, a proteção contra imprevistos e a organização da transferência de recursos ao longo das gerações. Nesse sentido, a previdência complementar assume um papel

central ao transformar disciplina de poupança em renda futura.

O plano permite que o cooperado construa sua reserva de forma personalizada, definindo valores e frequência de aportes conforme sua realidade. Além disso, conta com diferenciais importantes, como taxa de administração de apenas 0,22% ao ano e ausência de taxa de carregamento, garantindo maior eficiência no crescimento do patrimônio ao longo do tempo. Outro aspecto relevante é o benefício fiscal. As contribuições podem ser deduzidas no Imposto de Renda, dentro dos limites legais. Ao mesmo tempo, o Uniprime Previ contempla proteção financeira em caso de invalidez ou falecimento, além de permitir a indicação de beneficiários, facilitando o processo sucessório.

A solução também oferece flexibilidade ao cooperado, incluindo a possibilidade de portabilidade de planos de outras instituições, sem custos e sem perda do histórico de reservas, além de permitir ajustes ao longo do tempo conforme mudanças de objetivos e momento de vida.

Administrado pela MAG Fundo de Pensão, instituição com ampla experiência na gestão de planos previdenciários, o Uniprime Previ combina solidez, governança e visão de longo prazo.

Com o Uniprime Previ, a Uniprime reforça seu compromisso em apoiar seus cooperados na construção de um futuro mais seguro, independente e alinhado aos seus projetos de vida.





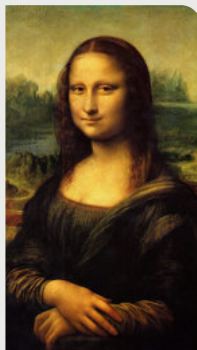
**OFTALMOLOGIA  
CLÍNICA E  
CIRÚRGICA**

**Dr. Gláucio  
Bressanim**

CRM-PR 20.725 | RQE 26.823

# OBESIDADE NA ERA DOS ANÁLOGOS INCRETÍNICOS: UMA MUDANÇA DE PARADIGMA

Por Dr. Jamal Hammoud



A Mona Lisa, obra de Leonardo da Vinci, eternizada como símbolo de beleza e prosperidade, talvez hoje recebesse, em consultório, a prescrição de uma medicação antiobesidade. A provocação pode parecer exagerada, mas traduz bem o quanto os conceitos de corpo, saúde e doença mudaram ao longo do tempo.

Durante muitos anos, o excesso de peso foi interpretado principalmente sob a ótica estética. Na prática clínica, porém, sabemos que a obesidade é uma doença crônica, multifatorial e sistêmica, associada a aumento de morbimortalidade e impacto significativo nos sistemas de saúde. Trata-se de uma condição que compromete múltiplos órgãos e está diretamente relacionada a doenças cardiovasculares, metabólicas, hepáticas e neoplásicas.

Quando iniciei minha formação, o cenário terapêutico era bastante limitado. Orientação alimentar, atividade física, algumas medicações com eficácia modesta e, nos casos mais avançados, a cirurgia bariátrica. Fármacos como sibutramina e orlistate até tinham seu papel, mas frequentemente acompanhados de efeitos adversos relevantes e resultados pouco sustentáveis. A cirurgia, por outro lado, sempre foi eficaz, mas envolve invasividade, riscos e a necessidade de seguimento rigoroso.

Esse cenário começou a mudar com o surgimento dos análogos de incretinas. Inicialmente utilizados no tratamento do diabetes tipo 2, os agonistas de GLP-1 mostraram algo que, na prática, chamou atenção de todos nós: além do controle glicêmico, promoviam perda de peso consistente e melhora metabólica global. A partir daí, a evolução foi rápida. Vieram as terapias duplas, como a tirzepatida, e mais recentemente as moléculas triplas, como a retatrutida.

Hoje, já falamos em perdas superiores a 20% do peso corporal em ensaios clínicos, algo que até pouco tempo atrás era praticamente exclusivo da cirurgia bariátrica. Pela primeira vez, temos medicações que atuam diretamente na regulação neuroendócrina do apetite e do metabolismo, mudando não apenas o quanto o paciente come, mas a forma como ele se relaciona com a comida.

Mas, junto com essa evolução, vieram também novos desafios — e talvez esse seja um ponto que merece atenção especial. Tenho observado, com frequência crescente, o uso dessas medicações sem indicação adequada, sem acompanhamento médico e, muitas vezes, com objetivos puramente estéticos. E isso não é isento de risco.

Na prática, o uso indiscriminado pode levar a efeitos adversos importantes, como sintomas gastrointestinais intensos, desidratação, perda excessiva de massa magra e deficiências nutricionais. Além disso, a interrupção do tratamento sem acompanhamento adequado frequentemente resulta em reganho de peso, reforçando que estamos diante de uma doença crônica, e não de uma solução pontual. Soma-se a isso a preocupação com produtos irregulares, falsificados ou utilizados fora de protocolos seguros.

Ao mesmo tempo, é impossível não perceber que essas terapias já começam a impactar além do consultório. Mudanças no comportamento alimentar, maior valorização de hábitos saudáveis e o crescimento do setor voltado ao bem-estar indicam que estamos diante de uma transformação que ultrapassa a medicina e alcança a sociedade como um todo.

Na minha visão, estamos vivendo uma mudança de paradigma. A obesidade deixa de ser uma condição de manejo limitado e passa a ser uma doença tratável com alto grau de eficácia — desde que conduzida com critério, acompanhamento e responsabilidade.

É nesse contexto que, após minha pós-graduação em cirurgia bariátrica e metabólica, passo a incorporar essa abordagem no **CAD – Centro do Aparelho Digestivo**, trazendo para Toledo e região o que há de mais moderno no tratamento da obesidade, com foco em segurança, individualização e resultados sustentáveis.



**Dr. Jamal Hammoud**  
Médico  
CRM-PR 35.307  
Cirurgia Geral  
RQE 23.320



CENTRO DO  
APARELHO  
DIGESTIVO

## EXCELÊNCIA MÁXIMA EM TODAS AS ETAPAS DO SEU TRATAMENTO.

Localizado na região central de Toledo, o CAD - Centro do Aparelho Digestivo possui médicos preparados para oferecer um atendimento personalizado, com a máxima qualidade em todas as etapas do tratamento.

A clínica dispõe de uma moderna estrutura, com salas de exames e de endoscopia, consultórios, leitos de recuperação anestésica e de observação, além de um centro cirúrgico equipado no padrão das principais referências do país.

O CAD faz parte do IMED, um centro médico integrado, formado por diversos especialistas reunidos em um espaço amplo, agradável e planejado com detalhes para garantir o seu conforto e satisfação.



### Dr. Alan P. Bombonato

CRM - PR 22.946  
Cirurgia Geral RQE 15.382  
Coloproctologia RQE 227  
Endoscopia Digestiva RQE 22.666

### Dr. Luciano Oltamari Sponchiado

CRM - PR 21.276  
Cirurgia Geral RQE 15.298  
Coloproctologia RQE 15.962  
Endoscopia Digestiva RQE 21.278

### Dr. Marcos Ilcícius Zanchet

CRM - PR 21.387  
Cirurgia Geral RQE 15.073  
Cirurgia do Aparelho Digestivo  
RQE 16.073

### Dr. Jamal Hammoud

CRM - PR 35.307  
Cirurgia Geral RQE 23.320

TEL.: (45) 3056-0161

Rua Santos Dumont, 2708 | Toledo/PR

[imedtoledo.com.br](http://imedtoledo.com.br)



# Um plano de saúde completo também tem **Centros de Imagens!**



(45) 3277-8000



[www.unimedcostaoeste.com.br](http://www.unimedcostaoeste.com.br)

**Unimed**   
Costa Oeste

AMS - nº 0371106

# CATARATA:

**Quando a visão fica embaçada, existe solução** *Por Dr. Marcelo Moresco*

A catarata é uma condição ocular comum que ocorre quando o cristalino — a lente natural do olho — perde sua transparência, deixando a visão embaçada, como se estivesse olhando por um vidro fosco. É a principal causa de perda visual no mundo, mas também uma das mais tratáveis.

## Sintomas mais comuns

Visão embaçada ou nublada  
Sensibilidade à luz  
Dificuldade para enxergar à noite  
Cores menos vivas  
Troca frequente de óculos

## Quem pode ter?

Mais comum após os 60 anos, mas também pode ocorrer por diabetes, exposição solar excessiva, uso de corticoides ou traumas oculares.

## Tratamento

O único tratamento é cirúrgico. A cirurgia remove o cristalino opaco e o substitui por uma lente intraocular moderna, podendo inclusive corrigir o grau.

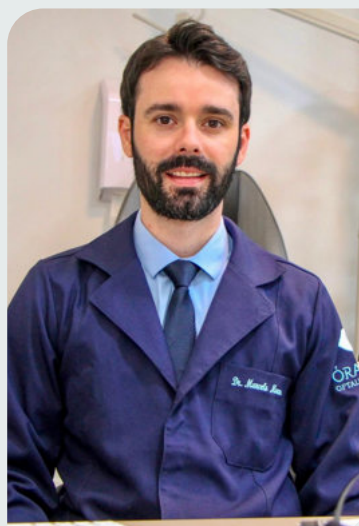
## Quando operar?

Quando a visão começa a atrapalhar atividades como ler, dirigir ou trabalhar. Qualidade de vida Após a cirurgia, a maioria dos pacientes volta a enxergar com mais nitidez, segurança e independência.

## Benefícios da cirurgia

- ✓ Rápida (cerca de 15 minutos)
- ✓ Anestesia local
- ✓ Alta no mesmo dia
- ✓ Recuperação rápida

**Fique atento. A avaliação com oftalmologista é essencial para diagnóstico e indicação do melhor momento cirúrgico. Enxergar bem é viver melhor.**



**Dr. Marcelo Moresco**  
Retina, catarata e oftalmologia geral  
CRM-PR 29.311  
RQE 23.524



# A ESTAÇÃO REQUER CUIDADOS RESPIRATORIOS

O outono e o inverno trazem quedas de temperatura e ar mais seco, condições que favorecem a propagação de vírus respiratórios e o agravamento de doenças como asma, rinite e bronquite. Lembrando que a prevenção é a melhor estratégia.

Aqui estão os pilares para manter o sistema respiratório protegido:

**Hidratação Constante:** O ar seco resseca as mucosas das vias aéreas, que funcionam como barreiras naturais.

Beber água e usar soro fisiológico para higienizar o nariz ajuda a manter essa proteção ativa.

**Ambientes Ventilados:** Embora o frio convide a fechar janelas, a renovação do ar é essencial para evitar a concentração de ácaros, fungos e vírus. Tente manter frestas abertas para a circulação.

**Cuidado com a "Roupa de Guardado":** Casacos e cobertores que ficaram meses no armário acumulam poeira e mofo. Lave-os e coloque-os ao sol antes do primeiro uso para evitar crises alérgicas.

**Umidificação do Ar:** Em dias de umidade muito baixa, utilize umidificadores ou bacias com água nos quartos, mas cuidado para não exagerar e favorecer o mofo nas paredes.

**Vacinação em Dia:** Manter o calendário vacinal atualizado (especialmente contra Gripe e COVID-19) é fundamental para reduzir o risco de complicações graves.

**Alimentação Fortalecida:** Priorize alimentos ricos em vitamina C e zinco para auxiliar o sistema imunológico.



# DERMCLIN

Clínica de Dermatologia

(45) 3252-7638 | (45) 99974-0523

RUA PEDRO DOS SANTOS RAMOS, 97  
JD. LA SALLE - TOLEDO-PR



**DR. FELIPE DALL'OGLIO FURLAN**  
MÉDICO GENERALISTA  
CRM-PR 56424 / CRM-RJ 52-0130980-3

**DRA. SIMONE DALL'OGGIO FURLAN**  
MÉDICA DERMATOLOGISTA  
CRM 10.660 | RQE 2.944

**DRA. PAULA DALL'OGGIO FURLAN**  
MÉDICA EM DERMATOLOGIA  
CRM-PR 37364 / CRM-RJ 52-0122992-3



# Psicoterapia moderna: como a ciência orienta o cuidado em saúde mental

Por Débora Garcia de Oliveira



Durante muito tempo, a psicoterapia foi compreendida de forma limitada, muitas vezes associada apenas à escuta ou à interpretação subjetiva da experiência humana. Embora esses elementos ainda tenham valor, o campo da saúde mental passou por uma transformação profunda nas últimas décadas. Hoje, a psicoterapia moderna é sustentada por um corpo robusto de evidências científicas, integrando conhecimentos da psicologia, psiquiatria, neurociência e ciências comportamentais para oferecer intervenções mais eficazes, seguras e direcionadas.

Essa evolução acompanha o movimento da Psicologia Baseada em Evidências (PBE), que propõe a integração entre três pilares: as melhores evidências científicas disponíveis, a expertise clínica do profissional e as características e valores do paciente (American Psychological Association, 2006). Isso significa que a prática clínica deixa de ser guiada apenas por tradição ou opinião, e passa a se apoiar em métodos testados, avaliados e continuamente aprimorados.

Dentro dessa perspectiva, abordagens como a Análise do Comportamento Clínica e terapias contextuais, como a Terapia Comportamental Dialética (DBT), têm demonstrado eficácia consistente no tratamento de diversos quadros, incluindo transtornos de humor, ansiedade, desregulação emocional e comportamentos de risco (Linehan, 2015; Hayes et al., 2012). Essas abordagens partem de um princípio central: compreender como o comportamento é aprendido, mantido e pode ser modificado a partir da interação entre indivíduo e ambiente.

Na prática, isso significa que a psicoterapia não se limita a nomear diagnósticos. O foco está em analisar padrões de comportamento, identificar variáveis que mantêm o sofrimento e desenvolver habilidades que ampliem a capacidade da pessoa de lidar com sua própria experiência. Trata-se de um processo ativo, estruturado e orientado por princípios e por objetivos, que busca promover autonomia, flexibilidade psicológica e qualidade de vida.

Outro avanço importante é a compreensão de que o cuidado em saúde mental se torna mais efetivo

quando conduzido de forma multidisciplinar. A integração entre psicoterapia, acompanhamento psiquiátrico quando necessário, intervenções médicas, suporte social e mudanças no estilo de vida apresenta melhores desfechos clínicos, especialmente em quadros mais complexos (World Health Organization, 2022). Essa abordagem amplia o olhar sobre o indivíduo, considerando fatores biológicos, psicológicos e sociais de forma integrada.

Além do tratamento, a psicoterapia moderna também tem um papel fundamental na prevenção. Dados da Organização Mundial da Saúde indicam que os transtornos mentais estão entre as principais causas de incapacidade no mundo, afetando milhões de pessoas e impactando diretamente a qualidade de vida, relações interpessoais e desempenho ocupacional (WHO, 2022). Intervenções precoces, desenvolvimento de habilidades emocionais e acesso à informação qualificada são estratégias fundamentais para reduzir esse impacto.

Falar sobre saúde mental, portanto, não é apenas falar sobre adoecimento. É falar sobre desenvolvimento de repertório, capacidade de enfrentamento e construção de uma vida que faça sentido para quem a vive. A psicoterapia, quando orientada por evidências e conduzida com rigor técnico, e é claro, sensibilidade, se torna um espaço de cuidado real, onde ciência e relação terapêutica caminham juntas.

Buscar ajuda psicológica não deve ser visto como um último recurso, mas como uma escolha de cuidado. Assim como cuidamos do corpo, a saúde mental também exige atenção, baseada em conhecimento confiável, cuidado personalizado e intervenções eficazes.

#### Referências

- American Psychological Association. (2006). *Prática Baseada em Evidências em Psicologia*. (Documento original: *Evidence-Based Practice in Psychology*).
- Marsha M. Linehan (2015). *Manual de Treinamento de Habilidades em DBT – Terapia Comportamental Dialética*. Porto Alegre: Artmed.
- Steven C. Hayes, Kirk D. Strosahl, & Kelly G. Wilson. *Terapia de Aceitação e Compromisso: O Processo e a Prática da Mudança Consciente*. (há edições traduzidas disponíveis no Brasil, Artmed).
- Organização Mundial da Saúde (2022). *Relatório Mundial de Saúde Mental: Transformando a Saúde Mental para Todos*.

(45) 99155-3350  
Rua Santos Dumont, 2322  
2º Piso, Sala 12, Centro  
Toledo - PR - Clínica Dumont

**Débora Garcia de Oliveira**  
Psicóloga Clínica — CRP 08/33355  
Esp. em Análise Comportamental Clínica  
Esp. em Terapia Comportamental Dialética - DBT



DÉBORA GARCIA

PSICÓLOGA  
CRP: 08/33355

Especialista em Análise  
Comportamental Clínica e em  
Terapia Comportamental  
Dialética - DBT

Atendimento de adultos

📞 (45) 99155-3350

📍 Rua Santos Dumont, 2322  
2º Piso, Sala 12, Centro  
Toledo - PR - Clínica Dumont





10 de maio

# FELIZ DIA DAS *mães*

Mãe é o primeiro check-up de amor: o **abraço** que cura, o **olhar** que previne e o **carinho** que fortalece a **alma**.

# ACONTECE

## Aniversariantes

### Maio

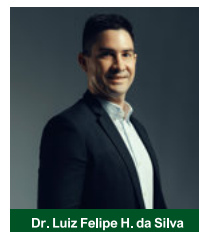
Dr. Torao Takada	01/05
Dr. Luiz Carlos Smith	03/05
Dra. Anna Claudia Okano	03/05
Dra. Alessandra De Carli	10/05
Dr. Luiz Felipe Hofstaetter da Silva	10/05
Dra. Gabriela Carolina de Mira Magro	11/05
Dr. José Ribeiro	11/05
Dr. Patrick Kosako	13/05
Dra. Juliana Xavier Accorsi	14/05
Dr. Danilo Santos Resende	15/05
Dra. Amanda Simoni Valentini	16/05
Dra. Fabiola Sperafico	20/05
Dr. Fernando Roberto Roman	20/05
Dr. Marcos Vinicius Zanchet	26/05
Dra. Gabriela Almeida Kucharski	27/05
Dr. Hilario Schaedler	31/05



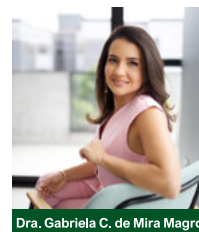
Dr. Torao Takada



Dra. Anna Claudia Okano



Dr. Luiz Felipe H. da Silva



Dra. Gabriela C. de Mira Magro



Dr. Patrick Kosako



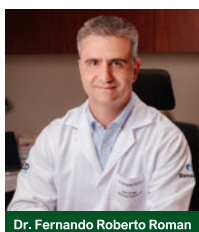
Dr. Danilo Santos Resende



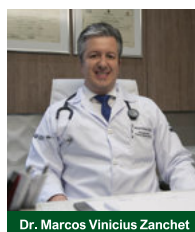
Dra. Amanda Simoni Valentini



Dra. Juliana Xavier Accorsi



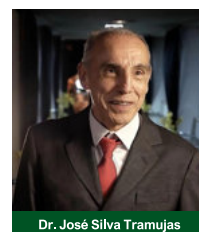
Dr. Fernando Roberto Roman



Dr. Marcos Vinicius Zanchet



Dr. Hilario Schaedler



Dr. José Silva Tramuja

### Junho

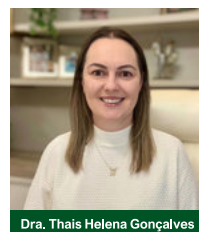
Dr. José Silva Tramuja	01/06
Dra. Paula Bragato Futagami	04/06
Dra. Luana Dutra Bauermann	07/06
Dra. Thais Helena Gonçalves	09/06
Dra. Tatiana De Almeida Camargo	11/06
Dra. Renata Bragato Futagami	11/06
Dr. Wilson M. Hattori	12/06
Dra. Anna Paula Bressan	14/06
Dra. Vania Riera Sarquis	17/06
Dr. Carlos Horacio P. Baptista	17/06
Dr. Valdir Luiz Manica	21/06
Dr. Fabricio Pavia Aguiar	24/06
Dr. Felipe Dall'Oglio Furlan	25/06
Dr. Anderson Ramos	27/06
Dr. Ricardo Grigoletto de Brito	30/06



Dra. Paula Bragato Futagami



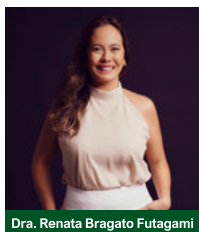
Dra. Luana Dutra Bauermann



Dra. Thais Helena Gonçalves



Dra. Tatiana de A. Camargo



Dra. Renata Bragato Futagami



Dr. Wilson M. Hattori



Dra. Anna Paula Bressan



Dra. Vania Riera Sarquis



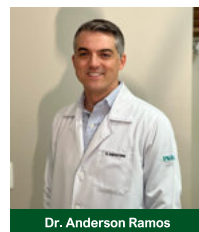
Dr. Carlos Horacio P. Baptista



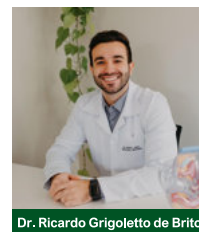
Dr. Fabricio Pavia Aguiar



Dr. Felipe Dall'Oglio Furlan



Dr. Anderson Ramos



Dr. Ricardo Grigoletto de Brito

# Uniprime Previ

Sua previdência complementar  
com gestão estratégica, benefícios  
fiscais e proteção familiar

- ✓ Renda mensal programada
- ✓ Renda por invalidez
- ✓ Benefício temporário
- ✓ Proteção aos beneficiários



Fale com seu gerente e  
comece a investir no seu futuro  
com autonomia e segurança.



**Uniprime**  
cooperativa de crédito