

Depressão pós-parto atinge quase 20% das mulheres no Brasil

“Cesareanas de emergência, estresse no cuidado com o filho, sintomas de ansiedade no pré-natal, suporte social inadequado e diabetes, também estão significativamente associados a esse quadro”

Estudos demonstraram prevalência aproximada de 20% para a depressão pós-parto. Segundo o professor de psiquiatria da USP, Joel Rennó Junior, outros trabalhos indicam ainda maior prevalência em populações específicas, como adolescentes. “Cerca de 60% das mulheres com depressão pós-parto já apresenta indícios na gestação, sem ser diagnosticada e devidamente tratada, informa Joel.



“Cesareanas de emergência, estresse no cuidado com o filho, sintomas de ansiedade no pré-natal, suporte social inadequado e diabetes, também estão significativamente associados a esse quadro”. Quem enfrenta depressão pós-parto apresenta maior risco de ter descontinuação na amamentação, conflitos familiares e negligências em relação às necessidades físicas e psíquicas do filho. Isso pode acarretar danos em uma série

de questões relevantes para o desenvolvimento psicológico, social e de linguagem do bebê. A doença também pode dificultar a interpretação adequada da mãe aos comportamentos da criança, favorecendo para que esta, ao longo do tempo, torne-se isolada ou inquieta. Ou que manifeste distúrbios alimentares ou do sono ou ainda corra maior risco para contrair doenças psiquiátricas. O tratamento varia

de acordo com o nível da gravidade. “Em quadros leves, muitas vezes a terapia interpessoal ou a psicoterapia comportamental e cognitiva acabam sendo as primeiras escolhas. Agora, em quadros moderados a graves, há necessidade do uso de antidepressivos, que só o psiquiatra pode indicar”, aponta Joel.

Mudanças ao redor da mulher no ambiente de convívio social e familiar ajudam na gerencia-

mento do nível de estresse. Afinal, muitas mães que acabaram de dar à luz podem ter vários “gatilhos estressores” em razão da privação do sono, agitação do bebê ou dificuldades na amamentação.

A depressão pós-parto pode atingir até 15% dos pais de recém-nascidos. Mas, no caso dos homens, não há uma correlação com fatores hormonais e sim com mudanças que ocorrem na dinâmica do casal, como o sentimento de exclusão e pela própria influência da depressão pós-parto da mulher.

O período logo após o nascimento do bebê é uma fase de muitas alterações e adaptações para os casais. “Essa escalada de eventos por uma depressão pós-parto não tratada exacerbada o sofrimento de ambos”, conta Joel. Em razão disso, o ideal é sempre buscar acompanhamento profissional para as orientações necessárias.

Reflexões

SABEDORIA DOS ANJOS canalizada por Sharon Taphorn. Santuário. Define algum espaço e tempo para reflexão, cerimônia e crescimento espiritual. É benéfico para o seu bem-estar ter um pequeno espaço sagrado para meditar e colocar alguns objetos especiais que sejam significativos para você. Talvez coloque alguns cristais para ajudá-lo a se concentrar e acenda uma vela para definir sua intenção. Alguns minutos por dia, envolver-se nos braços do Espírito, pode fazer maravilhas para a sua saúde, sua visão e seu processo de manifestação. Em outras palavras, este pequeno espaço de cura e inspiração pode ajudá-lo e a sua vida em todos os níveis, então, crie este lugar especial para você sem demora. Pensamento para hoje: Aconchegue-se com o espírito como você faz com o fogo em uma noite fria de inverno e reflita, assegure-se e fique focado. E assim é. Você é muito amado e apoiado, sempre. Os Anjos e Guias.

http://www.playingwiththeuniverse.com/
Tradução: **Regina Drumond**
reginamadrumond@yahoo.com.br

Avianca: como ficam os consumidores?

Bruno Boris (*)

A recuperação judicial da Avianca não significa que empresa está “quebrada”. Na verdade trata-se de um período em que a companhia aérea procura organizar suas finanças para continuar operando. Como uma pessoa qualquer, uma empresa também passa por dificuldades econômicas e procura renegociar suas dívidas, porém, optam pelo processo judicial para forçar os credores a uma negociação.

Com a recuperação judicial todos os credores (inclusive os consumidores) terão ciência de como está a saúde financeira da companhia e está deverá apresentar um plano de recuperação, cujo objetivo é se acertar com todos os credores sujeitos à recuperação judicial.

Caso esses credores concordem com o plano de recuperação e este seja aprovado, a empresa ainda será fiscalizada pelo Poder Judiciário por 24 meses e, ao final desse período, cumprindo suas obrigações, voltará ao normal, como um devedor que quita suas dívidas.

A recuperação judicial não deveria preju-

dicar os consumidores que utilizam os voos da Avianca, mas em razão dos pedidos de devolução de aviões, isso pode ocorrer, pois sem as aeronaves, impossível à companhia aérea atender seus clientes.

As recentes negociações sobre as devoluções das aeronaves, são bastante impactantes ao consumidor, pois ainda que haja interesse de proteger os consumidores e a continuidade da companhia aérea, não se pode esquecer que quando a aeronave é arrendada, o efetivo proprietário dos aviões também possui o direito de executar o bem que lhe pertence, como um credor qualquer, ainda que isso afete centenas de pessoas.

Enquanto uma solução não é encontrada, cabe aos consumidores seguir as orientações da companhia no sentido de obter a devolução de valores, cancelamento de voos etc, e torcer pela recuperação da companhia aérea que possui sua relevância social na vida de muitos brasileiros que de alguma forma dependem de sua existência.

(*) - É professor de Direito do Consumidor da Universidade Presbiteriana Mackenzie/Campinas.

Medicina baseada na vivência

Antonio Carlos Lopes (*)

Nos dias de hoje, fala-se muito em Medicina baseada em evidência

Porém, esse conceito amplo embute também os significados conquistados em virtude da competência e da experiência. Nada substitui o que se aprende à beira do leito. A Medicina é a profissão da entrega, do amor. Só aprende e só a exerce com dignidade aquele que realmente vive o problema e as conquistas de seus pacientes.

Não devemos esquecer que o médico tem uma participação social muito intensa na construção da cidadania. Portanto é preciso que nas escolas a atenção seja voltada para esse aspecto que freqüentemente passa despercebido. A nossa Medicina atravessa momentos difíceis em razão de diversas vertentes, como a falta de verbas e o SUS que não funciona a contento - embora seja um bom sistema de saúde.

Também destaco a abertura sem critérios de escolas médicas.

Infelizmente têm sido criadas em nosso meio, particularmente na região sul e mais ainda em São Paulo, faculdades de medicina fundamentadas em bases apenas mercantilistas. É lamentável.

Assim, é imperioso que alguma providência seja tomada. Temos de sensibilizar parlamentares e o governo para que se atente a esse aspecto, pois isso provoca um efeito dominó que se refletirá negativamente em função da avalanche de médicos sem formação adequada.

Como já frisei, a Medicina não é igual às outras profissões. Quem a exerce à beira de leito

precisa tomar decisões que impactam a saúde e a vida. O médico que não toma decisão não consegue cumprir sua missão com maestria e humanismo. Falta de tudo em muitas dessas escolas abertas só pra enriquecer maus empresários: modelo pedagógico, estrutura acadêmica e administrativa, titulação universitária.

Por outro lado, prevalecem o autoritarismo e a confraria. E o problema não se restringe apenas às escolas criadas sem que haja justificativa para sua inserção social. Outro fator que prejudica a boa Medicina é a atitude de certos docentes de instituições tradicionais, de alto nível: ao se aposentar, diversos vão trabalhar nessas faculdades renegando tudo aquilo que defendiam anteriormente. Emprestam seus nomes para que esses cursos componham um currículo fantasma, que figura somente no papel.

É imprescindível e urgente uma avaliação séria das escolas já existentes. Temos cursos particulares do mais baixo nível. Não há titulação universitária, prevalece a confraria e, mais ainda, há discriminação a quem se revolta. É mister que essa afronta à Medicina e também aos alunos deixe de existir. Os estudantes terminam o curso de graduação sem a menor condição de exercer a profissão e nem de aproveitar a Residência, quando a fazem.

O Brasil merece mais. Respeito aos estudantes e aos pacientes é o mínimo para que possamos começar a alicerçar dias melhores.

Pense nisso.

(*) - É presidente da Sociedade Brasileira de Clínica Médica.

Empresas Negócios
www.netjen.com.br
Para veiculação de seus Balanços, Atas, Editais e Leilões neste jornal, consulte sua agência de confiança, ou ligue para 3106-4171

Horóscopo Cícero Augusto - http://ciceroaugusto.areavip.com.br

Esta sexta é o vigésimo sexto dia da luação. A Lua em Capricórnio deixa o astral bem mais sério e focado, o que favorece as atividades profissionais, o planejamento e organização das nossas metas. Será importante apenas lembrar de relaxar um pouco. Sexta, é o dia de Vênus, dia do amor e por isso não podemos nos esquecer de buscar o prazer e o contato com o belo. Marte em mau aspecto com Plutão pode deixar a noite mais tensa e apreensiva. É muito importante direcionar essa energia para eliminar o que não queremos: comportamentos e atitudes abusivas, de forma direta.

Aries (21/3 a 19/4) Permanece junto das pessoas que ama, vai precisar deles para suprir o aumento de sua carência afetiva. Pela manhã maior facilidade para relações afetivas. Marte em mau aspecto com Plutão pode deixar a noite mais tensa e apreensiva; 93/393 - Vermelho.

Touro (20/4 a 20/5) Pela manhã poderá estar mais carente e isso será ótimo para os contatos afetivos. Há chance de maior satisfação nos encontros e até nas compras, que serão de bom gosto. Mude aquilo que não lhe agrada, e procure segurança material e emocional. 21/821 - Azul.

Gêmeos (21/5 a 21/6) Dê mais atenção a quem o ama, para receber o mesmo afeto, carinho e atenção. O instinto protetor faz enxergar as carências das pessoas. Demonstre o que sente por quem ama e seja feliz. Será importante apenas lembrar de relaxar um pouco. 92/192 - Amarelo.

Virgem (23/8 a 22/9) Pará contatos importantes e pode tomar decisões arriscadas, mas não queira abraçar o mundo. Esta fase de lua Nova é boa para começar o que foi preparado. Na metade do dia obrigações cansativas tendem a pesar sobre os ombros. 90/290 - Verde.

Libra (23/9 a 22/10) No início da luação será bom tratar e contrair casamento, iniciar ou continuar viagens longas. Dificuldade para se avaliar com exatidão pessoas e fatos tende a provocar enganos. Procure ficar perto da pessoa amada e dê atenção à família. 16/516 - Rosa.

Escorpião (23/10 a 21/11) Na metade do dia obrigações cansativas tendem a pesar sobre os ombros. Sexta feira de intensa atividade social, mas precisa evitar os exageros e excessos que sua determinação provoca. À noite haverá uma forte sensação de vitalidade e de disposição emocional. 73/273 - Branco.

Sagitário (22/11 a 21/12) É muito importante direcionar essa energia para eliminar o que não queremos: comportamentos e atitudes abusivas, de forma direta. Nesta sexta podem surgir paixões e desejos exagerados ou excessos que podem abalar a saúde, por isso seja moderado. 56/556 - Lilás.

Capricórnio (22/12 a 19/1) Sexta muito boa para atividades relacionadas ao comércio, com chance de lucros. Para ser mais popular no trabalho precisa reforçar os vínculos na vida pessoal. Se souber agir poderá aumentar o seu ganho mensal, pois o Sol continua na casa do dinheiro e da fortuna. 38/438 - Amarelo.

Aquário (20/1 a 18/2) Faça viagens e mantenha contatos importantes que impulsionarão suas atividades neste começo de fevereiro. Neste final de semana passará a desejar maior conforto e bem-estar em seu ambiente. Um período de força total irá começar logo depois do aniversário, por isso aguarde até lá. 55/655 - Verde.

Peixes (19/2 a 20/3) Cuide melhor de sua saúde, para que não venha a sofrer até o aniversário. Evite desabafar problemas, pois as pessoas estão mais fechadas ou desconfiadas e mais carentes também. As respostas para as dívidas estão dentro de você mesmo, não procure longe o que está bem perto. 15/215 - Azul.

Dicionário dos sonhos

CONSTRUÇÃO - Em andamento: você está próximo (a) de grande vitória. Abandonada ou parada: cuidado com adversidade. Demolir para construir é sinal de que gostaria de recomençar algo. Números de sorte: 03, 13, 22, 36, 41 e 50.

Simpatias que funcionam

Aumentar o desejo do seu marido: Pegue 1 foto dele e cole em 1 cadeado com 1 pedaço de fita adesiva. Derrame mel por cima. Coloque o cadeado no chão e faça um círculo, intercalando 1 vela vermelha, 1 vela amarela, 1 vela branca, 1 vela vermelha, 1 vela amarela e 1 vela branca, cada 1 em 1 pires. Acenda as velas da direita para a esquerda e repita: (diga o nome do seu marido), está amarrado em meu corpo e só terá olhos para mim. Só ficará satisfeito comigo e não desejará nenhuma outra, pois não funcionará. Deixe as velas queimarem até a metade e apague. Jogue os restos no lixo, limpe a foto e guarde com carinho. O cadeado e os pires podem ser usados como de costume.

Comemorações e aniversariantes do dia

SEXTA 1º de Fevereiro de 2019. Dia de São Piônio, São Henrique Morse, São Severo, Santa Veridiana e Dia do Anjo Ieratel, cuja virtude é a perseverança. **Dia do Publicitário. O nome do mês de Fevereiro deriva de “Februs”, que na mitologia romana representa o deus dos mortos, e a festa da purificação era celebrada nesta época do ano.** Hoje aniversaria a atriz Sherilyn Fenn que faz 54 anos, o jogador Marcelinho Carioca que completa 48 anos e atriz Adriana Lessa nascida também em 1971.

O nativo do dia

O nativo de Aquário deste dia e grau possui muita: criatividade, mente aguçada, reações rápidas, além de ser prático, intuitivo. Ama a paz, a justiça, as ciências e as artes, podendo destacar-se na literatura e nas atividades esportivas. Obtém o conhecimento das verdades divinas e sucesso nos negócios. Pode ser ainda muito ousado e espontâneo. Precisa de liberdade e civilização, para viver bem e feliz. seu senso de visão pode inspirar as outras pessoas.

Adquirir seu MAPA ASTRAL - Previsão Anual - SINASTRIA o mapa de relacionamento e o SEXO DO BEBÊ - fone (11) 5585-4000. Pedidos na Internet: http://areavip.com.br/ciceroaugusto.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

"Hi be back" e "Hasta la vista, baby", para os personagens de Schwarzenegger		Tipo personificado por Chico Bento		Data como o 7 de setembro (BR)		Contribuição obrigatória do trabalhador, extinta na reforma trabalhista (2017)	
Abertura da garrafa		Apertados					
3	2	1	4	5	6	7	8
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Canção de "Mestres das Alagoas"	Flor-símbolo do Socialismo					Letra do tamanho pequeno em roupas	
Software para celulares				René Descartes, filósofo francês			Forma da estrada sinuosa
							Carícia
Bairro carioca anexo à Tijuca	Morrer em inglês					Mostrador das estações no rádio	
	Código postal						
				Informação (red.)			
Agasalho	Lagoa entre Brasil e Uruguai			Verbo			
Condimento				Grupo de versos de um poema			
						(?) - pronômbis, cacto comestível	
Marcos (?), ator	Direção do viajante à Antártida (abrev.)			Breve, em inglês			
Região espiritual para onde vão as almas das crianças não batizadas, após a morte (Catol.)							A terceira consoante do alfabeto
	Sobra na panela						Gustave (?), ilustrador francês
	Cama, em inglês						
				Prefixo de "ensacar"			Extensão de arquivo do Word (Inform.)
O ato que leva ao ostracismo social	Que dura pouco tempo (fem.)						

3/bpe/ — "dila, — "s/arras — e usna. 14/4/dore — soon — 5/allas — e usna. 14/4/frases de éleilo. 41

PASSATEMPOS COQUETEL: OS MAIS VARIADOS FORMATOS E NÍVEIS PARA VOCÊ

150 CRIPITO GRAMAS
300 PASSATEMPOS INGLÊS

#FAÇACOOQUETEL

Solução

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206 207 208 209 210 211 212 213 214 215 216 217 218 219 220 221 222 223 224 225 226 227 228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380 381 382 383 384 385 386 387 388 389 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416 417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496 497 498 499 500 501 502 503 504 505 506 507 508 509 510 511 512 513 514 515 516 517 518 519 520 521 522 523 524 525 526 527 528 529 530 531 532 533 534 535 536 537 538 539 540 541 542 543 544 545 546 547 548 549 550 551 552 553 554 555 556 557 558 559 560 561 562 563 564 565 566 567 568 569 570 571 572 573 574 575 576 577 578 579 580 581 582 583 584 585 586 587 588 589 590 591 592 593 594 595 596 597 598 599 600 601 602 603 604 605 606 607 608 609 610 611 612 613 614 615 616 617 618 619 620 621 622 623 624 625 626 627 628 629 630 631 632 633 634 635 636 637 638 639 640 641 642 643 644 645 646 647 648 649 650 651 652 653 654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688 689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723 724 725 726 727 728 729 730 731 732 733 734 735 736 737 738 739 740 741 742 743 744 745 746 747 748 749 750 751 752 753 754 755 756 757 758 759 760 761 762 763 764 765 766 767 768 769 770 771 772 773 774 775 776 777 778 779 780 781 782 783 784 785 786 787 788 789 790 791 792 793 794 795 796 797 798 799 800 801 802 803 804 805 806 807 808 809 810 811 812 813 814 815 816 817 818 819 820 821 822 823 824 825 826 827 828 829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863 864 865 866 867 868 869 870 871 872 873 874 875 876 877 878 879 880 881 882 883 884 885 886 887 888 889 890 891 892 893 894 895 896 897 898 899 900 901 902 903 904 905 906 907 908 909 910 911 912 913 914 915 916 917 918 919 920 921 922 923 924 925 926 927 928 929 930 931 932 933 934 935 936 937 938 939 940 941 942 943 944 945 946 947 948 949 950 951 952 953 954 955 956 957 958 959 960 961 962 963 964 965 966 967 968 969 970 971 972 973 974 975 976 977 978 979 980 981 982 983 984 985 986 987 988 989 990 991 992 993 994 995 996 997 998 999 1000