

Varizes nas pernas: causas e riscos

Podem se manifestar em quadros leves, sem causar incômodo. Ou evoluir para estágios avançados, provocando dores e inchaços

Calcula-se que cerca de 70 a 80% dos episódios estão associados a fatores genéticos. Entretanto, podem ser agravados por situações de sedentarismo ou obesidade.

Somos todos irrigados por artérias – que distribuem o sangue para o corpo – e veias, responsáveis por retorná-lo ao coração. No caso das pernas, as veias possuem válvulas para impedir o sangue de retornar aos pés pela ação da gravidade. Se não funcionam adequadamente, ocorre sobrecarga, dando origem às varizes. De acordo com Marcelo Rodrigo de Souza Moraes, presidente do Departamento Científico de Angiologia e Cirurgia Vascular Periférica da APM, esta é uma das patologias mais comuns do mundo.

Ele revela que há estudos apontando que, mundialmente, até um terço das mulheres e um quinto dos homens têm ou terão algum grau de doença venosa ao longo da vida. O diagnóstico, em muitos casos, é feito pela própria pessoa, e a complexidade dos quadros está relacionada aos sintomas.

“Quando há apenas vazinhos,



provavelmente não vão gerar comprometimento circulatório muito sério no curto prazo. Eventualmente, quando se tem veias dilatadas mais altas, presença de dor, coceira, inchaço ou cansaço nas pernas, isso pode acarretar efeitos circulatórios mais graves, como um edema”, afirma o especialista.

Segundo ele, qualquer sinal deve causar estado de alerta: “É um erro acreditar que varizes, mesmo na sua forma mais sutil, como os vazinhos, são questões apenas estéticas. A doença

venosa evolui. Em seu estágio inicial, pode apresentar uma queixa predominantemente estética, mas não nos deixemos enganar; esse é apenas o começo do quadro”.

Vale lembrar que, além de fatores genéticos, estão suscetíveis à doença pessoas que passam muitas horas seguidas de pé ou sentadas, pois a falta de exercício compromete a circulação. Para tal grupo, é indicada movimentação a cada 30 minutos. Marcelo destaca ainda a importância de praticar atividades com foco na panturrilha, parte do corpo fundamental para o retorno do sangue ao coração.

A incidência das varizes aumenta com a idade e há maior prevalência no gênero feminino. Mulheres na gravidez também correm mais risco e devido a circunstâncias hormonais, não é incomum as veias volta-

rem ao normal. Em termos de tratamento, existem as opções conservadora/clínica e a invasiva/procedimento cirúrgico. Segundo Marcelo, a primeira é a recomendada de forma geral e para todos os casos.

“Não conseguimos alterar a genética, mas é possível mudar hábitos. Se um paciente está acima do peso, iremos orientá-lo a emagrecer. Para sedentários, recomendamos a prática de atividades físicas. Também indicamos o uso de meias compressivas, que ajudam na circulação”. A cirurgia não é aconselhável em todos os casos e tampouco é definitiva. Isso se dá porque, ao longo do tempo, outras veias podem se dilatar, algo extremamente comum.

Porém, quando a doença já está instalada, indicação precisa realizada por um médico especialista ajuda a melhorar a qualidade de vida e prevenir a piora do quadro. Para os que já sofrem com o problema, algumas medidas gerais e sem contra indicações contribuem para melhora geral, hidratação do corpo, exercícios moderados diariamente e perda de peso são ótimos para a circulação e para a saúde como um todo.

Em qualquer quadro a consulta a um especialista é imprescindível. Se a doença é tratada de forma adequada desde o seu início é muito provável que mesmo com uma genética desfavorável, a doença seja bem controlada ao longo da vida (AI/APM).

Como a tecnologia pode melhorar a experiência entre marcas e consumidores

Ricardo Pena (*)

Há alguns anos, ouvi uma frase que permanece atual até hoje: “o cliente é o melhor consultor que uma empresa pode ter”

Quantidade de ideias para melhorar o atendimento ou criar novas ofertas que um cliente pode oferecer é grande. O desafio é como captar esses insights e utilizá-los de forma eficiente. Quando analisamos um pequeno negócio, conseguimos perceber que a pessoa que lida com os clientes é a mesma que toma as decisões da empresa.

Porém, quando a empresa é maior, o desafio cresce e a necessidade de ferramentas eficientes começa a aparecer.

Atualmente, muitas empresas têm a preocupação de oferecer um excelente atendimento aos clientes e sabem que o caminho mais eficiente para atingir esse objetivo é por meio da compreensão do cliente. Entender os motivos que fazem os clientes entrarem em contato e impulsionam suas decisões e comportamentos são decisivos para o sucesso da empresa. Todos os pontos de contato com o consumidor são oportunidades para criar experiências positivas - não importa se já é cliente ou apenas um prospect.

Com isso em mente, percebemos que a responsabilidade pela Experiência do Cliente (CX, na sigla em inglês) tornou-se um desafio para todas as áreas de qualquer empresa que busque ter, realmente, o cliente no centro de sua estratégia. O objetivo de toda empresa deveria ser fazer o consumidor continuar comprando. Levando em consideração que no cenário atual ele está cada vez mais exigente e empoderado, a preocupação em atender aos anseios do seu público (independente do canal de contato) deve ser uma das prioridades das organizações.

Cientes de que para que isto ocorra de forma eficaz, as empresas têm investido nos profissionais de marketing e em tecnologias importantes em diversas frentes, como analytics, gerenciamento de leads e campanhas multicanais. Segundo pesquisas recentes do Gartner, mais de 70% dos profissionais de marketing pretendem implementar tecnologias com capacidade analítica nas campanhas em que atuam, número promissor já que atualmente menos da metade consegue, de fato, fazê-lo.

O uso de analytics em aplicações web, mídia social e CRM é fundamental para mapear comportamentos do consumidor a fim de personalizar o conteúdo e, consequentemente, gerar uma CX significativa. Mas uma questão fundamental, que muitas vezes permanece sem solução, é se os profissionais de marketing estão fazendo isso da forma

correta ou se dados importantes estão sendo deixados de fora.

Coletar, comparar e analisar dados de marketing digital, leads e campanhas é relativamente simples, pois as interações do consumidor por meio desses canais podem ser facilmente registradas e segmentadas. O mais difícil e, portanto, comumente negligenciado, são os dados gerados no contact center. Sabe aqueles disclaimers que os atendentes de contact center costumam ler sobre gravar sua ligação para fins de qualidade e treinamento?

Apesar de essas gravações serem usadas como uma ferramenta fundamental no desenvolvimento profissional da equipe, os dados coletados raramente são analisados ou mapeados, ou seja, a CX fica fragmentada devido à falta de tratamento dos dados já disponíveis.

As organizações precisam criar experiências que se alinhem às necessidades de seus clientes, mas também investir naquelas existentes com um mecanismo de análise capaz de gerar valor a partir dos dados que já são obtidos por meio das plataformas próprias. Isso garante que os profissionais de marketing estejam preparados para desenvolver estratégias de forma proativa com base nas necessidades reais dos clientes, em vez de suposições.

Ao utilizar essas análises, os profissionais de marketing podem criar insights e relatórios com modelos que representam o conteúdo de todos os canais. Essas informações podem ser facilmente alimentadas por toda a organização, de modo que os atendentes do contact center estejam preparados para fornecer uma CX ininterrupta em qualquer canal e manter um relacionamento positivo com o cliente durante a troca de canais.

A CX depende do envolvimento omnichannel, no qual os dados são agregados, contextualizados e analisados de forma holística. Isso permite que os profissionais de marketing e seus colegas obtenham um amplo entendimento do consumidor e assim personalizem todos os contatos.

Por isso é importante que o processo de adoção de uma solução analítica leve em consideração outros itens além de tecnologia. É importante que novos processos sejam criados e que o foco seja sempre nas pessoas, sejam elas clientes ou colaboradores.

Em uma sociedade altamente conectada, em que milhares de informações são trocadas a cada segundo, as organizações que negligenciam o uso e o potencial dos dados correm o sério risco de se tornarem menos competitivas no mercado e, sobretudo, de se desconectarem com os anseios dos clientes.

(*) - É Diretor de Pré-Vendas e Consultoria da Avaya.

Proclamas de Casamentos

CARTÓRIO DE REGISTRO CIVIL 28º Subdistrito - Jardim Paulista Katia Cristina Silencio Possar - Oficial

Faço saber que os seguintes pretendentes apresentaram os documentos exigidos pelo Art. 1525, do Código Civil Atual Brasileiro e desejam se casar:

O pretendente: **WAGNER INABA**, solteiro, profissão desenvolvedor de sistemas, nascido em Campinas - SP, no dia 02/09/1989, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Vera Lúcia Inaba. Apretendente: **MARIANA SIMEONE**, solteira, profissão psicóloga, nascida em Bragança Paulista - SP, no dia 27/09/1989, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Adhemar Lopes Simeone e de Elisabete Cristina de Miranda Lopes Simeone.

O pretendente: **DANIEL RUMAN RODRIGUES**, solteiro, profissão administrador de empresas, nascido em São Paulo - SP, no dia 06/02/1988, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Josmar Campos Rodrigues e de Silmara Ruman Rodrigues. A pretendente: **VITORIA FINOTTI ORSINI NUNES DE LIMA**, solteira, profissão designer gráfica, nascida em São Paulo - SP, no dia 01/09/1990, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Celso Orsini Nunes de Lima e de Silvia Guerra Finotti.

O pretendente: **VAGNER ANTONIO DA SILVA**, divorciado, profissão empresário, nascido em Itapevi - SP, no dia 17/05/1977, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Francisco Aparecido da Silva e de Maria José Lopes da Silva. A pretendente: **CORALINE NASSIF**, solteira, profissão paisagista, nascida em São Paulo - SP, no dia 25/04/1976, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Jorge Nassif Neto e de Lucia Maria Nassif.

O pretendente: **ROGERS LINO PIN JUNIOR**, solteiro, profissão analista de compliance, nascido em São Paulo - SP, no dia 06/02/1988, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Rogers Lino Pin e de Silvia Aparecida Greco Longo Lino Pin. A pretendente: **BEATRIZ MARQUES MOREIRA**, solteira, profissão advogada, nascida em São Paulo - SP, no dia 01/12/1988, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Carlos Alberto Moreira e de Maura Regina Marques Moreira.

O pretendente: **HUMBERTO SEJI FUKUDA**, divorciado, profissão gerente de TI, nascido em São Bernardo do Campo - SP, no dia 21/05/1978, residente e domiciliado no Jardim Paulista, São Paulo - SP, filho de Masagiro Fukuda e de Aparecida Yoshiko Fukuda. A pretendente: **NATHALIA SANTOS VIANA**, solteira, profissão consultora de negócios, nascida em São Paulo - SP, no dia 16/12/1989, residente e domiciliada no Jardim Paulista, São Paulo - SP, filha de Fernando Gonçalves Viana e de Rosineide dos Santos Viana.

O pretendente: **ROGÉRIO GASPARI COELHO**, solteiro, profissão advogado, nascido em São Caetano do Sul - SP, no dia 02/07/1979, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Reinaldo Coelho e de Roseli Gaspari Coelho. A pretendente: **MARIANA SOUZA BARROS REZENDE**, solteira, profissão advogada, nascida em São Paulo - SP, no dia 14/03/1985, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Maerico Fonseca de Rezende e de Rosaly Souza Barros Fonseca de Rezende.

O pretendente: **CARLOS DOMINGOS CHAGAS GAMA**, solteiro, profissão engenheiro, nascido em Maceió - AL, no dia 12/10/1992, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Carlos Alberto Moura Gama e de Karyne Chagas Gama. A pretendente: **AMANDA MAUÉS GUEIROS**, solteira, profissão engenheira, nascida em Belém - PA, no dia 10/10/1987, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de André Moraes Gueiros e de Ana Lídia Maués Gueiros.

O pretendente: **FELIPE FLORES FIASCHI**, solteiro, profissão gerente, nascido em São Paulo - SP, no dia 13/06/1984, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Edson Luis Fiaschi e de Denise Flores Cunha Fiaschi. A pretendente: **ISABELA BORGES MEDEIROS**, solteira, profissão advogada, nascida em Recife - PE, no dia 23/05/1986, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Ricardo José Dias Medeiros e de Sílvia Maria Público Borges Corrêa Medeiros.

O pretendente: **ROGERIO SEVERO RAMOS**, viúvo, profissão analista de sistemas, nascido em Guarulhos - SP, no dia 05/06/1959, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de José Maria Ramos e de Teresinha Severo Ramos. A pretendente: **CRISTIANE FRIEBE MAGALHÃES FERNANDES**, divorciada, profissão contadora, nascida em São Paulo - SP, no dia 15/12/1973, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Paulo Moreira Magalhães e de Ilma Friebe Magalhães.

O pretendente: **BRUNO STORNIOLI LEMOS**, solteiro, profissão médico, nascido em São Paulo - SP, no dia 31/10/1986, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Wilson Luiz Pereira Lemos Junior e de Maria Cristina Rodrigues Stornioli Lemos. A pretendente: **PALOMA KIYOMI TAGUCHI**, solteira, profissão médica, nascida em São Paulo - SP, no dia 24/04/1989, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Massanobu Taguchi e de Myuki Nagaiishi Taguchi.

O pretendente: **FERNANDO BIANCO ROSADA**, solteiro, profissão empresário, nascido em São Paulo - SP, no dia 20/01/1977, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Airson Rosada e de Maria Lucia Bianco Rosada. A pretendente: **SUSANA LEON**, solteira, profissão empresária, nascida em São Paulo - SP, no dia 30/08/1979, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Henry Leon e de Rachel Hemi Leon.

O pretendente: **KEVIN NAKAHARA**, solteiro, profissão engenheiro, nascido em Resende - RJ, no dia 03/07/1991, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Mário Nakahara e de Aparecida Okamoto Nakahara. A pretendente: **BRUNA EMI TAKAMURA**, solteira, profissão cirurgiã dentista, nascida em Santos - SP, no dia 18/01/1991, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Milton Takamura e de Lillian Nagamine Takamura.

Se alguém souber de algum impedimento, oponha-se na forma da lei. Lavro o presente, para ser afixado no Oficial de Registro Civil e publicado na imprensa local

Jornal Empresas & Negócios

CARTÓRIO DE REGISTRO CIVIL 23º Subdistrito - Casa Verde Dra. Marilei Siriani Silva - Oficial

Faço saber que os seguintes pretendentes apresentaram os documentos exigidos pelo Art. 1525, do Código Civil Atual Brasileiro e desejam se casar:

O pretendente: **RODRIGO DE FARIAS MONARIM**, estado civil divorciado, profissão segurança, nascido nesta Capital, Vila Madalena - SP, no dia 24/05/1984, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Anesio Monarim e de Maria Aparecida de Farias Monarim. Apretendente: **PÂMELA CRISTINA SALES PEDROSO PEQUENO**, estado civil solteira, profissão líder de estoque, nascida nesta Capital, Lapa - SP, no dia 29/01/1991, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Hernani Tadeu Pedroso Pequeno e de Edina de Sales de Carvalho.

O pretendente: **ANDRÉ BITENCOURT DE ALMEIDA**, estado civil solteiro, profissão garçon, nascido em Jeremoabo - BA (Registrado em Antas - BA), no dia 29/09/1992, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de José Ivon Nelson de Almeida e de Maria Solange Bitencourt de Almeida. A pretendente: **FERNANDA DE ANDRADE SANTOS REIS**, estado civil solteira, profissão vendedora, nascida em Santo Antonio de Jesus - BA, no dia 05/02/1988, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Fernando dos Reis e de Aurizete de Andrade Santos Reis.

O pretendente: **FLAVIO EDUARDO SILVA**, estado civil divorciado, profissão motorista, nascido em Vinhedo - SP, no dia 31/05/1982, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Nelson Silva e de Olimpia Falavigna Silva. Apretendente: **ELENI AMARAL OLIVEIRA**, estado civil solteira, profissão assistente administrativa, nascida em Vitória da Conquista - BA, no dia 09/02/1982, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Laurencio Amaral Oliveira e de Ana Marcelina de Oliveira.

O pretendente: **LUCAS DE OLIVEIRA SILVA**, estado civil solteiro, profissão estoquista, nascido nesta Capital, Vila Nova Cachoeirinha - SP, no dia 03/09/1997, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Marcio Edison da Silva e de Mislene Rocha de Oliveira. Apretendente: **LARISSA GONÇALVES**, estado civil solteira, profissão jovem aprendiz, nascida nesta Capital, Casa Verde - SP, no dia 13/02/2000, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Maria Cristina Santana Gonçalves.

O pretendente: **WILTON EDUARDO DE OLIVEIRA DIAS**, estado civil divorciado, profissão pintor, nascido nesta Capital, Liberdade - SP, no dia 10/09/1964, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Renato de Oliveira Dias e de Cleomar Justiniano de Oliveira Dias. A pretendente: **ADRIANA PEREIRA DE LIMA**, estado civil solteira, profissão auxiliar de limpeza, nascida em Palmeira dos Índios - AL (Registrada no Registro Civil de Notas de Canafistula), no dia 23/06/1971, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Sebastião Bezerra de Lima e de Maria José Pereira de Lima.

Se alguém souber de algum impedimento, oponha-se na forma da lei. Lavro o presente, para ser afixado no Oficial de Registro Civil e publicado na imprensa local

Jornal Empresas & Negócios

Diário, dinâmico e objetivo...

para você que não tem tempo a perder

Especializado em Publicidade Legal (Atas, balanços, editais e outros).

Empresas & Negócios

Acesse...

www.netjen.com.br



APTA CONTABILIDADE

Assessoria Contábil, Fiscal, Tributária e Departamento Pessoal

Abertura, Alterações e encerramentos de empresas
33 anos de profissionalismo

Contamos com uma equipe de profissionais
Dedicados em atende-los.

Contador : MASSAO HASHIMOTO

Rua Potengi, 188 - Saúde - São Paulo - SP
CEP 04139-020 Tel/Fax:(011) 5589-4801
e-mail: apta@sti.com.br

Proclamas de Casamentos

CARTÓRIO DE REGISTRO CIVIL 7º Subdistrito - Consolação Aldegar Fiori - Oficial

Faço saber que os seguintes pretendentes apresentaram os documentos exigidos pelo Art. 1525, do Código Civil Atual Brasileiro e desejam se casar:

O pretendente: **MAURICIO RIBEIRO DE SENA**, nacionalidade brasileira, estado civil solteiro, profissão auditor, nascido em São Paulo - SP, no dia 24/01/1988, residente e domiciliado em São Paulo - SP, filho de Valter Ribeiro de Sena e de Rosemary Aparecida Campos Corrêa de Sena. Apretendente: **BRUNA DE SOUZA**, nacionalidade brasileira, estado civil solteira, profissão agente de atendimento, nascida em São Caetano do Sul - SP, no dia 22/01/1992, residente e domiciliada em São Paulo - SP, filha de Adelinio Pedro de Souza e de Eugenia Sousa Jardim.

O pretendente: **KENNETH HENRY GRUDZINSKI**, nacionalidade americana, estado civil divorciado, profissão piloto de aeronave, nascido em Nova Jersey, Estados Unidos da América, no dia 28/01/1959, residente e domiciliado em São Paulo - SP, filho de Walter John Grudzinski e de Olga Felicia Grudzinski. A pretendente: **ELIZABETH DE MATOS CANDIDO**, nacionalidade brasileira, estado civil solteira, profissão cabeleireira, nascida em São Paulo - SP, no dia 28/06/1968, residente e domiciliada em São Paulo - SP, filha de Francisco Elizeu Candido e de Nilza de Matos Candido.

Opretendente: **FLÁVIO BRAFMAN**, nacionalidade brasileira, estado civil solteiro, profissão servidor público federal, nascido no Rio de Janeiro - RJ, no dia 23/10/1982, residente e domiciliado em São Paulo - SP, filho de Ary Brafman e de Evanise Brafman. Apretendente: **PAMELA CHUSYD**, nacionalidade brasileira, estado civil solteira, profissão psicóloga, nascida em São Paulo - SP, no dia 10/08/1983, residente e domiciliada em São Paulo - SP, filha de Leizer Chusyd e de Beatrice Rubinstein.

Se alguém souber de algum impedimento, oponha-se na forma da lei. Lavro o presente, para ser afixado no Oficial de Registro Civil e publicado na imprensa local

Jornal Empresas & Negócios