

Saúde Caixa

O Saúde Caixa comunica aos usuários da região de Passo Fundo, Marau e Carazinho, que fechou acordo, com o Hospital da Visão de Passo Fundo, para a realização de cirurgias de catarata. Para o procedimento, a Lente Intra Ocular (LIO) deverá ser paga diretamente ao credenciado, que fornecerá nota fiscal/recibo para reembolso. O valor de reembolso é limitado a R\$ 200,00 a lente rígida e R\$ 400,00 a lente flexível. Para a realização da cirurgia, é necessária a autorização prévia junto à auditoria médica.

E-mail da AGEA

A AGEA chama atenção dos associados para que fiquem atentos ao encaminharem e-mail para a associação, uma vez que existe outra entidade com a mesma sigla AGEA. O e-mail de nossa associação é agea@agea.org.br, não tem o ponto com. Se encaminharem para agea@agea.com.br, irá para outra entidade.

Cálculos Renais

Os cálculos renais se formam devido a alterações do metabolismo, que fazem com que o rim excrete maior quantidade de cálcio ou de oxalato de urina. Ele provoca uma das mais intensas dores, comparado apenas a da pancreatite, do glaucoma e do parto. A água é uma das principais medidas preventivas. Um estudo brasileiro com mais de 10 mil funcionários da indústria siderúrgica mostrou que aqueles que trabalham mais próximos a fornos de temperatura elevada têm nove vezes mais chance de formar cálculos renais do que os que trabalham em temperatura ambiente. Isso porque a perda de líquido pelo suor torna a urina concentrada, o que predispõe ao problema.

Por que os cálculos se formam?

A urina contém partículas de cristal, que são eliminadas e não causam problemas. Quando esses cristais se precipitam e se aglomeram uns nos outros, ocorre a formação de cálculos.

Há fatores genéticos envolvidos?

Sim. É muito comum ter na mesma família pessoas com o problema. Ainda não se sabe exatamente qual gene é o responsável.

Os cálculos sempre causam dor?

Não. A dor ocorre quando a pedra se move do rim para o ureter, que tem de 3

a 6 milímetros. A cólica não decorre da passagem da pedra no canal, mas da obstrução, mesmo que parcial, da passagem da urina, o que causa aumento da pressão e até dilatação do rim. Esse aumento da pressão no rim é que gera dor.

Como é a cólica renal?

É súbita, costuma começar nas costas, de um lado só, e não é aliviada com a mudança de posição. Pode irradiar para o testículo no homem, ou para o grande lábio, na mulher. A dor pode ser intermitente e algumas pessoas vomitam ou têm enjôo.

A água é o melhor remédio para a prevenção

Beba muita água: o recomendado para quem já teve cálculo é urinar dois litros diários, o que significa beber ao menos 2,5 litros de água.

Fuja de proteína e sal: evite especialmente carnes vermelhas e diminua o consumo de sal.

Aposte nos cítricos: limão e laranja são ricos em citrato, substância inibidora de cristalização, que ajuda a evitar a formação de cálculos.

Evite os suplementos: A vitamina C é metabolizada e transformada em oxalato, prejudicial para quem tem propensão a cálculos.

Fonte: caderno saúde da Folha de São Paulo.

ACUPUNTURA

Convênio com SAÚDE CAIXA

ENXAQUECA DEPRESSÃO INSÔNIA
ANSIEDADE STRESS OBESIDADE
CONSTIPAÇÃO INTESTINAL
DORES DA COLUNA VERTEBRAL
TENDINITES BURSITES
E VÁRIAS OUTRAS PATOLOGIAS

Dr. Renan Machado
Especialista em Acupuntura
desde 1984

Locais de atendimento:
Clínica de Fisioterapia Vital Forma
Rua Assis Brasil 310 sala 06 - centro
Bento Gonçalves-RS F: 54.3453.7528

Av. José de Alencar 658 salas 201/202
B. Menino Deus - Porto Alegre-RS
F: 51.3233.2674



Informativo da Associação Gaúcha de Economistas Aposentados

Sede Própria- Rua dos Andradas, 943, 12º andar -
Porto Alegre/RS CEP:90020-005

Fone/fax: (51)3228 8770 **celular** (51) 9987-2774 (Sr. Antoci)
e-mail: agea@agea.org.br - home page: www.agea.org.br

Atendimento: de segunda a sexta, das 9h às 18h
Jornalista Responsável: Susana Tomaz (DRT-8600)

Impressão e Fotolitos: PONTOCOM

Tiragem: 2.600 exemplares

AGEA Biênio 2007/2009

Presidente

Antoci Neto de Almeida

1º Vice-presidente

Sergio Atair dos Santos

2º Vice-presidente

Beatriz Francisca Borba Gonzaga

Pres. Conselho Deliberativo

Antonio Carlos Mariani Mansur

Pres. Conselho Fiscal

Renato dos Santos Dias

Diretor Financeiro

Newton Pardelhas de Barcellos

Diretor Administrativo

Milton José da Silva

Diretora de Integração:

Dora Lúcia Neuberger

Diretor Cultural -

Alcio Canello Faria

Representantes Regionais: **Caxias do Sul:** Vagner Alcides dos Santos; **Passo Fundo:** Nelsa Dalbosco/Camilo Puhl; **Santa Maria:** Matilde Turchiello De Gasperi e Neusa Celin Hausen **Pelotas:** Haroldo Campos de Campos/Mário Luiz L.S. Silva; **Bento Gonçalves:** Vital João Tres/ Flávia Maria P. Possamai; **Tramandaí:** João Vicente Lourenz Duarte; **Rosário:** Aníbal Alves Girard; **Santo Angelo:** Renato José Konzen/Janete Biasibetti;