



Pça Vde. de Souza Fontes, 102 – Mooca **Informativo – 02/2009**  
próx. ao Mac Donald's da Av. Paes de Barros

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

**tel. 2215-4498**

## **NÃO MANCHE O SORRISO DE SEU FILHO!**

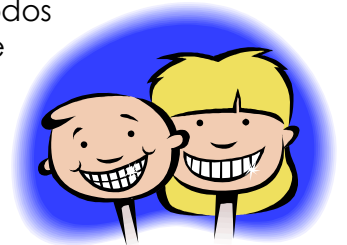
Atualmente, a maior causa de fluorose é a ingestão, por períodos prolongados, de produtos que contenham flúor (como creme dental e enxaguatórios), por crianças que ainda não tenham controle adequado da deglutição, em locais onde a água de abastecimento público é fluoretada.

Esta ingestão em excesso de flúor provoca deformações do esmalte, tais como: aumento de porosidade, manchamento (manchas de cor branca, marrom e até enegrecidas) e erosão do esmalte.

Uma vez que a fluorose ocorre durante a formação dos dentes, a idade de risco para a dentição permanente é de 11 meses a 7 anos de idade. Assim os pais devem estar atentos, pois as pastas fluoretadas podem ser deglutidas por crianças pequenas, que são incapazes de controlar a expectoração, deglutindo em média 30% da pasta durante a escovação.

A execução da escovação deve ser feita exclusivamente pelos pais até os 3 anos de idade, e a partir do momento em que a criança adquire destreza manual a escovação deve ser realizada sob supervisão dos pais até os 6 anos.

Recomenda-se que a pasta dental utilizada até aos 6 anos de idade não contenha flúor, com o objetivo de reduzir o potencial de risco de fluorose dental.



DR<sup>a</sup> LAURIE NOBREGA  
Odontologista Periodontista

## **PÉ DIABÉTICO**



O diabético é mais predisposto a infecção nos pés, devido a má oxigenação dos tecidos decorrente da circulação sanguínea deficiente e da diminuição das defesas protetoras.

Alguns sinais e sintomas do pé diabético são: diminuição na sensibilidade; dor em repouso; secura da pele, causando fissuras e rachaduras; infecção micótica; ulceração; entre outras.

Orientações aos pacientes:

- Examinar diariamente os pés, bem como entre os dedos e unhas.
- Utilizar sabonete neutro na higienização.
- Secar bem os pés e entre os dedos.
- Hidratar as pernas e pés com creme apropriado, a base de lanolina.
- Usar sempre calçados confortáveis, e, evitar corpos estranhos soltos no interior deles.

Objetivo do podólogo: É reduzir as incidências de problemas graves e conviver em melhores condições com o diabetes.

MARIA CLARA ANTONIETTI MUNIZ  
Podóloga

## ADOLESCER



Fase complexa para todos.

Não são crianças grandes, e nem adultos pequenos. São adolescentes, que sofrem transformações rápidas no corpo e no comportamento, vivendo o hoje e o agora.

Os jovens têm dúvidas e questionamentos sobre sexo e sexualidade que devem ser respondidos de modo objetivo e simples.

Devemos ensiná-los a analisar sobre as informações que recebem e a tomar decisões seguras sobre suas vidas.

Estudos demonstram que a educação sexual é mais efetiva quando ministrada antes de se iniciar o envolvimento sexual, e que, esse trabalho, na maioria das vezes, retarda o início da atividade sexual, reduz o número de doenças sexualmente transmissíveis e de parceiros sexuais, e a gravidez não planejada.

É importante que os pais explicitem suas opiniões, que servem como referenciais para os adolescentes refletirem.

Trabalhar com a sexualidade não é apenas dar informações.

INFORMAR + REFLETIR = **FORMAR**

Toda informação tem uma reflexão individual, formando uma postura personalizada.

Estamos juntos com os pais e educadores para auxiliá-los a tornarem-se adultos plenamente responsáveis.

DR<sup>a</sup> ROSEMEIRY G ROZZI  
Pediatra e Hebiatra(adolescentes)

## NATURALMENTE ARTIFICIAL

Apesar de ser artificial, a micropigmentação (maquiagem definitiva) nas sobrancelhas, aproxima-se muito do natural, devido ao aprimoramento das técnicas desenvolvidas e estudos incansáveis de colorimetria (estudo das cores) em pigmentos específicos para este fim.

O profissional que acompanha devidamente este aprimoramento, torna-se capacitado a utilizar técnicas como o preenchimento total, tridimensional e fio-a-fio, respectivamente aplicadas para ausência de pelos, espessamento e correção de falhas das sobrancelhas, acompanhando e respeitando o sentido dos fios existentes, para que assim não tenha uma aparência que choque e sim, natural.



Acordar com as sobrancelhas prontinhas é ótimo!

LÍGIA ELIAS  
Micropigmentadora e Designer de Sobrancelhas

## DEPRESSÃO

Depressão é um transtorno que afeta 18% da população, e é considerada a 2ª maior causa da diminuição da qualidade de vida atualmente.

As causas são múltiplas e interligadas: neuroquímica, genética, psicológica, circunstanciais, reativa, entre outras.

A depressão caracteriza-se por um grande desinteresse pela vida, apatia, pessimismo, irritabilidade, crises de choro, alteração do apetite e do sono, dificuldade para tomar decisões, falta de concentração, tristeza persistente, isolamento, desleixo com seus cuidados pessoais, mau humor, desânimo, dores pelo corpo, pena de si mesmo, diminuição do desejo sexual e, em casos mais severos, pensamentos e ações suicidas.

Se você apresenta alguns desses sintomas há pelo menos duas semanas, deve procurar um auxílio profissional.

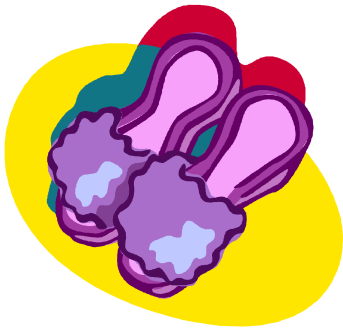
A depressão é uma doença que prejudica muito a vida do indivíduo e de sua família. Por outro lado, costuma ser fácil de tratar.

A psicoterapia pode ajudá-lo a entender suas emoções e comportamentos, e a reagir melhor frente a seus problemas.



PROFª DRª SANDRA MORALES  
Psicóloga

## PÉS NO CHÃO



Sempre ouvimos dizer que faz muito bem andar descalço para descarregar as tensões.

Isso é uma meia verdade, há uma observação muito importante nessa instrução.

Pés descalços, em contato direto com o chão, é, muito bom quando estamos ao ar livre sobre a areia da praia ou a grama do campo.

Andar descalço sobre o piso frio descarrega perniciosamente o principal Meridiano (canais de energia que circulam em nossos organismos), o Meridiano dos Rins – segundo a Filosofia da Medicina

Tradicional Chinesa.

Quando se caminha sobre a terra ou areia, nos carregamos de energia do planeta Terra, que é de qualidade quente e nos nutre. Já os pisos artificiais (mesmos em apartamentos) absorvem a energia fria e de umidade que paralisam a circulação dos Meridianos e isso acaba por se refletir em nosso corpo.

No centro da planta dos pés, tem um dos pontos de acupuntura mais importantes para a manutenção das reservas energéticas de nosso corpo.

Queda de cabelos, zumbidos nos ouvidos, dores em ossos e articulações, friquidez e problemas de potência sexual; estão intimamente ligados a desequilíbrios desse Meridiano. Além de desencadear cansaços desnecessários.

Então, mãos nos chinelinhos de casa.

A melhor forma de mantermos a saúde e longevidade, é, conservarmos as nossas reservas de energia e a boa circulação desta em nossos Meridianos.

PROFª DRª CIBELE A DOS SANTOS  
Fisioterapeuta e Laser-Acupuntora

## ÁCIDO MANDÉLICO

### O ÁCIDO MAIS INDICADO PARA O VERÃO



O ácido mandélico é um AHA (alfa-hidroxi-ácido), derivado de amêndoas amargas. É um dos AHA'S de maior peso molecular, favorecendo um efeito uniforme, o que também minimiza os transtornos comuns da aplicação de AHA'S sobre a pele.

Diferente do ácido retinóico, o ácido mandélico não reage ao sol, se tornando o ácido mais indicado para o verão e diferente do ácido glicólico (76,5º) o seu grau de irritabilidade é muito menor.

Por sua natureza anti-séptica e anti-inflamatória, o uso diário reduz significativamente pigmentações anormais, incluindo melasmas. O ácido mandélico ajuda a reverter a degeneração do colágeno e da elastina provocadas pelas exposições à radiação solar, promovendo a renovação e o rejuvenescimento da pele com uma diminuição sutil das linhas finas.

O ácido mandélico ajuda a reverter a degeneração do colágeno e da elastina provocadas pelas exposições à radiação solar, promovendo a renovação e o rejuvenescimento da pele.

Seu uso contínuo proporciona retração dos poros faciais. Devemos ressaltar as suas inúmeras funções Antibacteriana, atuando diretamente na no controle da produção da glândula sebácea e na peroxidação do lipídios, assim como no processo da acne

Linhas rugas e finas parecem melhorar e a textura da pele também. Pigmentação anormal, incluindo melasma, hiperpigmentação pós inflamatória e lentigines (sun spots) melhoram rapidamente.

Melhora na pele acneica é visível em muitos pacientes tratados com pústulas inflamatórias, acne papular e comedões e em pacientes com foliculite causada por bactérias gram-negativas.

É um produto de uso seguro em peles de todos os tipos, especialmente nas peles mais morenas.

TERESA MARIA RIJO DINIZ  
Esteticista e Educadora Física

**Se você quer saber sobre algum assunto dos nossos profissionais,  
mande perguntas para: [corpoeface@corpoeface.com.br](mailto:corpoeface@corpoeface.com.br), ou,  
deixe sua dica em nossa recepção.**

- ✓ Acupuntura a Laser
- ✓ Depilação Cera e Roll-on
- ✓ Depilação Definitiva (Laser)
- ✓ Design de Sobrancelha
- ✓ Esclerose de Vasinhos (Laser)
- ✓ Estética Corporal
- ✓ Estética Facial
- ✓ Hebiatria (Adolescentes)
- ✓ Massagem Reflexa Podal
- ✓ Massagem Relaxante
- ✓ Maquiagem Permanente
- ✓ Odontologia
- ✓ Quick Massage
- ✓ Pediatria
- ✓ Periodontia
- ✓ Podologia
- ✓ Psicologia
- ✓ Reiki
- ✓ Remoção de Tatuagens (Laser)
- ✓ Resurfacing (Laser)