



Jornal

Flor da Idade

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim

Mala Direta Básica
 59015321000102-DRSPI
 Assoc. Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim

NOVEMBRO DE 2021 - Rua Doutor José Alves, nº 554 - Mogi Mirim - Fone: 19 3862.4799 / 3805.4307 / **CONSULTA:** 3805.4346

ATENÇÃO

VEJA NA PÁGINA 2 A ATUALIZAÇÃO DE NOSSAS VIAGENS

PROGRAMAÇÃO PARA OS PRÓXIMOS MESES DO ANO DE 2021

NOVEMBRO
01/11/2021 – 2ª FEIRA ASSOCIAÇÃO FECHADA
02/11/2021 – 3ª FEIRA FERIADO FINADOS
15/11/2021 – 2ª FEIRA PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA

DEZEMBRO
24/12/2021 – 6ª FEIRA – VÉSPERA DE NATAL ASSOCIAÇÃO FECHADA
25/12/2021 – SÁBADO – FERIADO – NATAL
31/12/2021 – 6ª FEIRA – VÉSPERA DE ANO NOVO ASSOCIAÇÃO FECHADA
01/01/2022 – SÁBADO – FERIADO – ANO NOVO

NÚCLEO MAZON
 ODONTOLOGIA MODERNA
 @DR.ROGERIOMAZON
 /NUCLEOMAZON

- IMPLANTES E PRÓTESES
- ORTODONTIA
- FACETAS DE PORCELANA
- CLAREAMENTO
- ESTÉTICA FACIAL



EDIFÍCIO SAMAMBAIA, R. PADRE ROQUE, 199 – SALA 06 – CENTRO, MOGI MIRIM

☎ 3805-3806

☎ 9 9665-3581

“Campanha do alimento 2021”
 A AAPMM já está recebendo as doações de alimentos na sede. Doe qualquer tipo de alimento não perecível, no horário de funcionamento das 8h às 12h e das 13h às 16h45. **“Doar alimento, alimenta a alma e o coração”**

Associe-se à AAPMM

Se você é aposentado, pensionista ou maior de 30 anos, venha filiar-se à Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim. **O que é necessário apresentar:** RG, CPF, 1 foto 3x4 (A foto pode ser tirada direto na Associação) e comprovante de endereço. Pagar R\$ 60 no ato da inscrição, sendo R\$ 48, valor referente ao pagamento adiantado de quatro meses, e R\$ 12 correspondentes ao custo da carteirinha social.

Benefícios

Convênios com médicos, dentistas, lojas, óticas, laboratórios, farmácias, viagens, manicures, cabeleireiro, diversões e muitos serviços.

CENTRO OTORRINO
 Dr. Maria Roberto Paiva Ferreira
 Nariz - ouvido - garganta clínica e cirurgia
 Otorrinolaringologista CRM-SP 77771

 Fone: (19) 3862-6423
 Rua Padre José, 482 – Centro

Em até **24x**

odontoquinze | Fazendo o melhor para você sorrir!
 centro odontológico



Dentaduras Parafusadas e Convencionais

Implantodontia

Disfunção da ATM

Cirurgia bucal avançada

(19) 3806 4977 | (19) 9741 09831

Dr. Ronie Manco

Dra. Laura Manco

Rua 15 de Novembro, 34 sala 1
Centro Mogi Mirim | SP



Viagens 2022

CALDAS NOVAS:
17/02/2022 a 22/02/2022

SÃO LOURENÇO:
23/06/2022 a 26/06/2022

MARIA FUMAÇA - JAGUARIÚNA SP - 20/08/2022

Por motivo de segurança, embarque e desembarque serão feitos somente na AAPMM. É necessário cópia do documento do RG no ato da reserva da passagem. Obrigatória a apresentação do documento original no dia da viagem.

Sugestão de Viagem

ATENÇÃO PARA AS VIAGENS 2022 !!!

GOSTARÍAMOS DE CONVIDAR TODOS OS NOSSOS ASSOCIADOS, SEUS FAMILIARES E INTERESSADOS PARA EMBARCAREM CONOSCO EM NOSSAS PRÓXIMAS VIAGENS.

***TEMOS ABERTAS:** CALDAS NOVAS COM 3 REFEIÇÕES (CAFÉ DA MANHÃ, ALMOÇO E JANTAR), SÃO LOURENÇO COM 3 REFEIÇÕES (CAFÉ DA MANHÃ, ALMOÇO E JANTAR) E JAGUARIÚNA (MARIA FUMAÇA) COM 1 REFEIÇÃO (ALMOÇO).

COM TUDO INCLUSO: PASSAGEM, ESTADIAS E ALIMENTAÇÃO.

ESTÁ NA HORA DE VOLTARMOS A SER FELIZES E RETOMARMOS TUDO QUE FAZÍAMOS COM TANTO CARINHO, AGORA COM TODA SEGURANÇA E CUIDADOS PARA VOCÊ E SUA FAMÍLIA!!

*PARA NOSSAS VIAGENS SERÁ NECESSÁRIA A APRESENTAÇÃO DA CARTEIRINHA DE VACINAÇÃO CONTRA O NOVO CORONAVÍRUS (2 DOSES) EM ORDEM.

PARA MAIS INFORMAÇÕES ENTRE EM CONTATO COM A ASSOCIAÇÃO PELO TELEFONE 3862.4799



Almoço dos Aniversariantes

Foi realizado um sorteio de almoço entre os aniversariantes do mês e os ganhadores foram: **SONIA MARIA STORTI** e **EDNA APARECIDA CARBONE**

Observação: os sorteados para o almoço, após o comunicado, terão o prazo de 10 dias corridos para retirarem o convite. Decorrido este prazo será sorteado outro associado.

Cantinho da Saudade

Homenagem aos associados que nos deixaram, mas que estão eternizados em nossa memória

† JOSÉ FAUSTO GONÇALVES † GUIOMAR SILVA VOLTAN
† JOSÉ GURJÃO COTRIM FILHO

Mural da AAPMM

Não temos cobrador residencial.

Os pagamentos de mensalidades devem ser efetuados somente na secretaria da Associação, evitando golpes e contratemplos.

Sorteio do Bolo

No mês de novembro não haverá sorteio do bolo, por prevenção à saúde de todos.



Dra. Renata Maria Padovani
CRN3: 1573
Nutricionista
Mestre em Alimentos e Nutrição

Nutrição clínica
Reeducação alimentar
Atendimento no consultório e domicílio

Av. Brasília, 377 | Mogi Mirim - SP
Tel: (19) 3862-4261 | 3804 4095

Ótica Visão

R. Chico Venâncio, 54
Mogi Mirim - SP

Telefone:
(19) 3806-1560

Supermercado Leonello

Açougue
Padaria
Hortifruti

Rua Afonso Arcuri, 16 - Jd. Maria Beatriz

FONE: (19) 3862.4294

PAULO TERRAPLENAGEM
Materiais básicos para construção!

LOCAÇÃO DE
CAÇAMBAS
PARA ENTULHO

Rua José Falcete, 139,
Jd. Silvânia, Mogi Mirim
Fone 3806-5728

**J. C. CONSTRUÇÃO
CIVIL E PINTURA**

(19) 9 9678-0210
J. CARLOS
CNPJ 32.918.219/0001-60

Drogaria Familiar
Sua saúde em 1º lugar.

(19) 3806-4040
(19) 3805-3777

EXPEDIENTE

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim, declarada de Utilidade Pública, conforme a Lei 2.183. Fone: 3862.4799.


Rua Dr. José Alves, nº 554 - Mogi Mirim - SP.
CEP: 13.800-050.

Tiragem: 4.300 exemplares
www.aapmm.com.br
contato@AAPMM.com.br

Horário de funcionamento:

Das 8h às 12h e das 13h às 16h45
De segunda a sexta-feira.

Produzido por O POPULAR - (19) 3806-3030



Novembro Azul

Movimento de Prevenção e Combate ao Câncer de Próstata
Campanha de conscientização aos homens sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de próstata.

Atendimento na Sede da AAPMM
Consultas só com agendamento pelo tel. 3805.4346

CLÍNICO GERAL
Dr. Manoel Henrique Helene
Dr. Marcos Carrasco (1 vez por semana)
Drº Iuri Tenório (1 vez por semana)

PSIQUIATRA
Dra. Cibele Perez Carvalho Monteiro (1 vez por semana)

PSICÓLOGO
Dra. Rosângela de Oliveira (9.9190.0433 / 3862.9552)
Dr. Manoel Rosa dos Reis (1 vez por semana) (3805.4346)
Dr. Claudio Adorno Bueno (9.8158.5705)

DERMATOLOGISTA
Dr Iuri Tenório (1 vez por semana)

GERIATRA
Dra. Josiane Rodrigues Xavier (15 em 15 dias)

GINECOLOGISTA
Dra. Maria Alice Fernandes Mostardinha (1 vez por semana)
Dra. Lúcia Maria Ferreira Tenório (1 vez por semana)

NUTRICIONISTA
Dra. Flávia Ap. Picoli (9.7127.2902)

FISIOTERAPEUTA
Dra. Caroline de Campos Bernardi (9.9525.5219)
Jaqueline Alves da Silva (9.8845.4405)

NEUROLOGISTA
Dra. Talita de Moura Nohra (15 em 15 dias)

ORTOPEDISTA
Dr. Paulo Fernandes Marques (1 vez por semana)
Dr. Manoel Ricardo dos Santos (1 vez por semana)

GRUPO DE ALONGAMENTO
Dra. Caroline de Campos Bernardi (9.9525.5219)
Jaqueline Alves da Silva (9.8845.4405)

OTORRINOLARINGOLOGISTA
Drº Mario Roberto Paiva Ferreira (15 em 15 dias)

ADVOGADOS
Dr. José Eduardo Camargo (2 vezes por semana)

VASCULAR
Dr. Sergio Gioia (15 em 15 dias)

CABELEIREIRA E MANICURE
Kelly - quinta e sexta (9.9177.1142)

UROLOGISTA
Dr. Sérgio Santini (2 vezes ao mês)

PODOLOGIA
Amauri Gomes (9.9731.0095) terça e quinta

COMUNICADO IMPORTANTE!

Caso esteja com sua mensalidade atrasada, dirija-se à secretaria da Associação. Seu caso será analisado com carinho e, com certeza, será solucionado. Desta forma, você poderá voltar a usufruir de todos os benefícios oferecidos pela Associação.

O QUE É ASSESSORIA JURÍDICA DA AAPMM?

É uma prestação de serviços aos associados, com a finalidade de esclarecer dúvidas e dar orientação jurídica, relacionadas às mais variadas áreas do Direito. O atendimento ao associado, que é realizado pelo advogado da Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim, é pessoal e reservado, na sede da entidade, mediante prévio agendamento junto à secretaria.

Hospital de Olhos de Mogi Mirim

Dr. Fábio José Mariotoni Bronzatto
Oftalmologista - CRM: 129.701
19 3806-8297
Av. Brasília 85 - Mogi Mirim

ANUNCIE AQUI

(19)3862-4799

DROGARIAS Farmáxima
BRASÍLIA Cuidando com o coração

RUA SANTA CRUZ, nº289

3862-4569
98165-0237
Entrega Grátis

DESCONTOS ESPECIAIS EM TODOS OS MEDICAMENTOS

CONVÊNIO E PLANOS MÉDICOS COM ATÉ 30% DE DESCONTO

Clinica Veterinária Vital
Dra. Débora Cristina Vital
Médica Veterinária CRMV/SP - 17083

- Consultas
- Hospedagem
- Pet Shop
- Cirurgias
- Banho e Tosa
- Vacinas
- Limpeza de Tártaro com ultra-som

5 a 10% desconto à vista para associados

Rua Dr. Ulhôa Cintra, 207, Centro Mogi Mirim - Fone (19) 3862.5039

Relojoaria Dias
Tradição desde 1956

- Jóias • Relógios • Alianças
- Artigos para presentes
- Completa oficina para consertos

FONE: (19) 3806.2722
Rua Padre Roque, 48 - Centro - Mogi Mirim

Guarde essa lista de convênios em sua casa e aproveite os descontos!

ACUPUNTURA

Elva Judy Nieri (30%) 98300.6743
Patrícia Cristina Andrade – Acupuntura e Dor (30%) 98130.1910

ANGIOLOGIA / CIRURGIA VASCULAR

Danielle M. Bernardes (40%)
3862.1445

CABELEIREIRO

Studio ELA (20%) 98831.7566

CARDIOLOGIA

Carlos de Camargo (50%) 3862.7659
José Jayme Guerreiro Franco (20%)
3862.1051

CLÍNICA GERAL

José Cláudio M. de Barros (25%)
3862.5942

DERMATOLOGIA

Iuri Ferreira Tenório (40%) 3806.4960

ENDOCRINOLOGIA

Márcia Regina Pereira (20%) 3862.0144

ENFERMAGEM

Samantha Aurea Kaam de Moraes
(11%) 99239.9911 – Enfermagem
especializada

FISIOTERAPIA

Alice Rasci (20%) 99470.5552
Denis Wilson Zarpão Pereira Campos
(20%) 3806.2539
Laura de Barros Valim (40%) 99743.9002
Maíra Moraes Venâncio Domingues
(30%) 98286.8095
Patrícia Cristina Andrade - Home Care
- Especialista em dor e acupuntura
(50%) 98130.1910

FONOAUDIOLOGIA

Susana Maria Coradi Martiminiano
(40%) 3806.2795

GASTROENTEROLOGIA

Valdir Seksenian (50%) 36549.1112

GERONTOLOGIA

Jessica Fernanda P. Soares (35 %)
98196.2463

GINECOLOGIA

Amilca Barreta (40%) 3022.6780 /
3806.4060
Lúcia Maria Ferreira Tenório (40%)
3806.4960
Maria Alice Fernandes Mostardinha
(40%) 3862.1445
Méri de Lourdes Ravanini (20%)
3862.3524

MASSOTERAPIA

Letícia Storti Andrade (30%)
3862.3757 / 99926.9771

NEFROLOGIA

Dr. Antonio Carlos M. Ceregatti
(30%) 3862.6059

NUTRIÇÃO

Flávia Aparecida Picoli (40%)
97127.2902
Marcella Ferreira (20%) 99664.3594

ODONTOLOGIA

Clínica Odontológica Catarinense
(10%) 3552.5009
Luís Gustavo Garcia Novo (10% a
40%) 3806.2795
Marcelo Guerreiro Fernandes (até
40%) 3862.3176
Núcleo Mazon (20%) 99665.3581

Roberta Adriana Freato da Silva
(20%) 3862.7937

Sorridents Clínicas (até 40%)
3805.3385 / 99949.4664

OFTALMOLOGIA

Carolina Ravanini Neves (50 %)
3862.3524
Diego Boeira Aguila (30 %)
3831.5107
Dr. Fábio José M. Bronzato (40%)
3806.8297
Fernando Neves da Silva (50%)
3862.3524

OTORRINO

Mário Roberto Paiva Ferreira (65 %)
3862.6423

ÓTICA

Fabrim (35%) 3549.0250

PSICOLOGIA

Cristiane Machado Brites (Arte Tera-
peuta) (30%) 97138.3204
Marisa Martin Crivelaro Romão –
Neuropsicóloga (30% em psicoter-
apia/reabilitação neuropsicológica) e
(25% em avaliação neuropsicológica)
3806.2795
Thais Solidário de Souza (10%)
99308.9600

PSICOLOGIA / PSICOTERAPIA

Aline Aparecida Alves de Azevedo
(35%) 99263.1153
Ana Lídia Zani (40%) 3806.2795
Maria Elizabeth Vieira Teixeira (30%)
3804.4428
Rosângela Marchesi de Oliveira
(30%) 99190.0433

**Os descontos de
todos os conveniados
com a AAPMM estão
a critério de cada
local e profissional**

Tânia Maria Garcia Calixto (30%)
99425.0430
Vanessa Polidoro (30%) 99302.4547

PSICOPEDAGOGIA

Dra. Flávia Rossi (20%) 99974.7798

REUMATOLOGIA

Sérgio Mauricio Urbini Junior (15%)
3805.4102

SERVIÇOS MÉDICOS

Medcor – Serviços Médicos (25%)
3805.4560

ULTRASSONOGRRAFIA

Imaginus (20%) 3815.5883 /
99625.5055

DIVERSOS

Ana Paula F. Rodrigues – Médica
Veterinária (20%) 99766.6570
Caçam Faz (5%) 3862.3638
Dimas Nunes de Moura (Eletricista
/ Encanador) (10%) 3862.0731 /
9.9815.4682
Informática 3ª Idade (aulas em
grupo) – Liberty (50%) 98138.6392
/ 3806.4340
Informática e Ingles 3ª idade (50%)
3806.4340



Amanda Tesser
Nutricionista
CRN 3ª região - nº 24225

Avenida Brasília, 353, Jd. Áurea
Mogi Mirim - SP
Fone: (19) 98142.6032
e-mail: nutri.amanda@gmail.com



oftalmologia e especialidades médicas

Dr. Diego Aguilá
Oftalmologista - CRM. 112.169
Título de Especialista pelo - Conselho Brasileiro de Oftalmologia

Mogi Guaçu
3831.5107 / 3831.5854
R. Manoel de Paula, 33 - Capela



DRA VIVIANE VASCONCELOS
DERMATOLOGIA

(19) 98257-5286

RUA MONSENHOR MOYSES NORA,
Nº 136 - CENTRO - MOGI MIRIM



bem CRÉDITO
CONSIGNADO

Faça seu empréstimo e ganhe um brinde.
Não é sorteio EMPRESTOU, GANHOU!



Rua Adelino Gardinali, 66
Ipê 6 - Mogi Guaçu
(19) 99139-1049



Agropecuária • Clínica Veterinária • Aquarismo

AVENIDA

Consultas • Vacinas • Cirurgias
Medicamentos • Rações • Veterinário
Farmácia Veterinária • Jardinagem

Fones: (29) 3805.4282 / 3862.3618
Av. Pedro Boteti, 1348 - Tucuru - Mogi Mirim

O discurso do Rei

Você já sentiu vergonha por algum motivo? Sim? Como você lidou com essa situação?

Pensando sobre isso gostaria de te indicar um filme muito bom sobre esse assunto chamado "O Discurso do Rei" onde o personagem principal demonstra medo, vergonha de subir no palco e falar em público. Ele é o homem que um dia se tornará Rei George VI, se prepara para fazer um pronunciamento seguindo um protocolo para uma cerimônia. É nítido para os telespectadores que a sua expressão facial sugere que há algo maior do que apenas o medo de falar em público, o que lhe causa bastante incômodo e preocupação. A razão do incômodo logo se esclarece nas cenas do filme, ele tem gagueira e precisa enfrentar o tempo todo as suas reações fisiológicas, pensamentos, emoções, tudo o que está dentro dele, que o faz paralisar, que é seu medo, sua vergonha.

A vergonha faz parte do comportamento humano, quando imaginamos que precisamos nos expor, desde a época dos homens das cavernas essa exposição era essencial para a sobrevivência, se expor é se mostrar, é estar vulnerável ao que não está sob nosso controle.

Quando surgem pensamentos do tipo "nunca vou ser bom o bastante, por mais que eu tente, sou um fracasso", a tendência é não estarem

satisfeitas, sempre exigindo mais e mais, e não trabalham com a ideia da falta, do erro, da falha, do insucesso, uma vez que a sociedade pode exigir e cobrar comportamentos suficientes bons, mesmo apresentando alguns comportamentos que são aceitos e outros nem tanto.

Algumas pessoas tendem a se comparar, outras se desmotivam, pois, estão sempre tentando se igualar aos outros, e dessa maneira elas sofrem muito, apresentam dificuldades de lidar com a incerteza, elas não querem correr riscos, tendem a imaginar e criar cenários voltados para o sofrimento. Ficam desmotivadas por não se igualar a determinada pessoa vista como exemplar e esquecem que essa mesma pessoa também é um ser humano falho, único, que erra e sofre.

Dicas importantes:

Praticar algum tipo de relaxamento pode ajudar na diminuição de ansiedade, estresse, pois são minutos valiosos de conexão com o seu corpo, suas reações, fazer esse movimento gera benefícios.

Praticar alguma atividade física também ajuda para diminuir o estresse e ansiedade.

Exercitar o autoconhecimento, auto-

compaixão, empatia, todas essas práticas contribuem para entender mais sobre quem somos e buscar qualidade de vida.

É importante destacar que enquanto estivermos vivos, poderemos sentir ansiedade, estresse, medo e vergonha em algum momento, a ideia é saber administrar, saber identificar todos eles no seu corpo, seus pensamentos, isso fará diferença. Caso perceba que sua vergonha te impede de fazer algo, procure ajuda de um profissional capacitado para lhe auxiliar nessa questão.

A terapia pode te ajudar nesse processo.

Rosângela Marchese de Oliveira, psicóloga especialista em Terapia Cognitivo-Comportamental e Gerontologia. CRP:06/114750

Saiba porque a consulta com um profissional de Psicologia é importante pra você.

Já ouviu falar da somatização de doenças?

O termo soma se refere a corpo, então, somatização é a transferência de fatores negativos advindos da "mente" direto para o corpo, convertendo um suposto fator desagradável em doença propriamente dita.

Na maioria dos casos a medicina trata o sintoma e não a causa, é nesse contexto que entra a

ajuda de um Psicólogo/a, ele pode contribuir para a prevenção de doenças, o que seria o ideal, pois quando já instalado o quadro clínico podem surgir dificuldades e em alguns casos a impossibilidade de reversão, restando um devido acompanhamento a fim de se proporcionar dignidade ao indivíduo.

Bons exemplos se referem ao fato de que o cérebro pode ser estimulado e seu rendimento

aumentar.

Parceria com outros profissionais tais como nutricionista, fonoaudióloga entre outros pode corroborar a uma vida mais saudável e produtiva, lembrando sempre que o ideal é a prevenção. Pense no custo de uma comorbidade.

Claudio Adorno Bueno CRP 139959



PROVA DE VIDA

Para que as pessoas continuem recebendo seu benefício previdenciário, é necessário que façam a "prova de vida". Quem não faz, corre o risco de sofrer sanções que podem resultar até na suspensão do benefício.

Porém, na edição do Diário Oficial do dia 06 de outubro, foi publicada Lei que suspende, até o final do ano, esta obrigatoriedade de fazer a "prova de vida".

Assim, aposentados e pensionistas não terão suspensos seus benefícios, caso não façam, por algum motivo, a "prova de vida". O INSS deverá publicar uma portaria no Diário Oficial, regulamentando esta medida.

Esta medida de suspensão, havia sido vetada pelo presidente Bolsonaro, porém o veto foi derrubado pelo Congresso Nacional.

A "prova de vida" é obrigatória para aposentados e pensionistas que recebem benefícios por meio de conta corrente, poupança ou cartão magnético, servindo para evitar fraudes e sua suspensão teve início por conta da pandemia do covid-19, voltando a valer a partir de 1º

de junho deste ano.

Desta forma, portanto, deixou de valer o calendário divulgado pelo INSS, para que os segurados façam a "prova de vida".

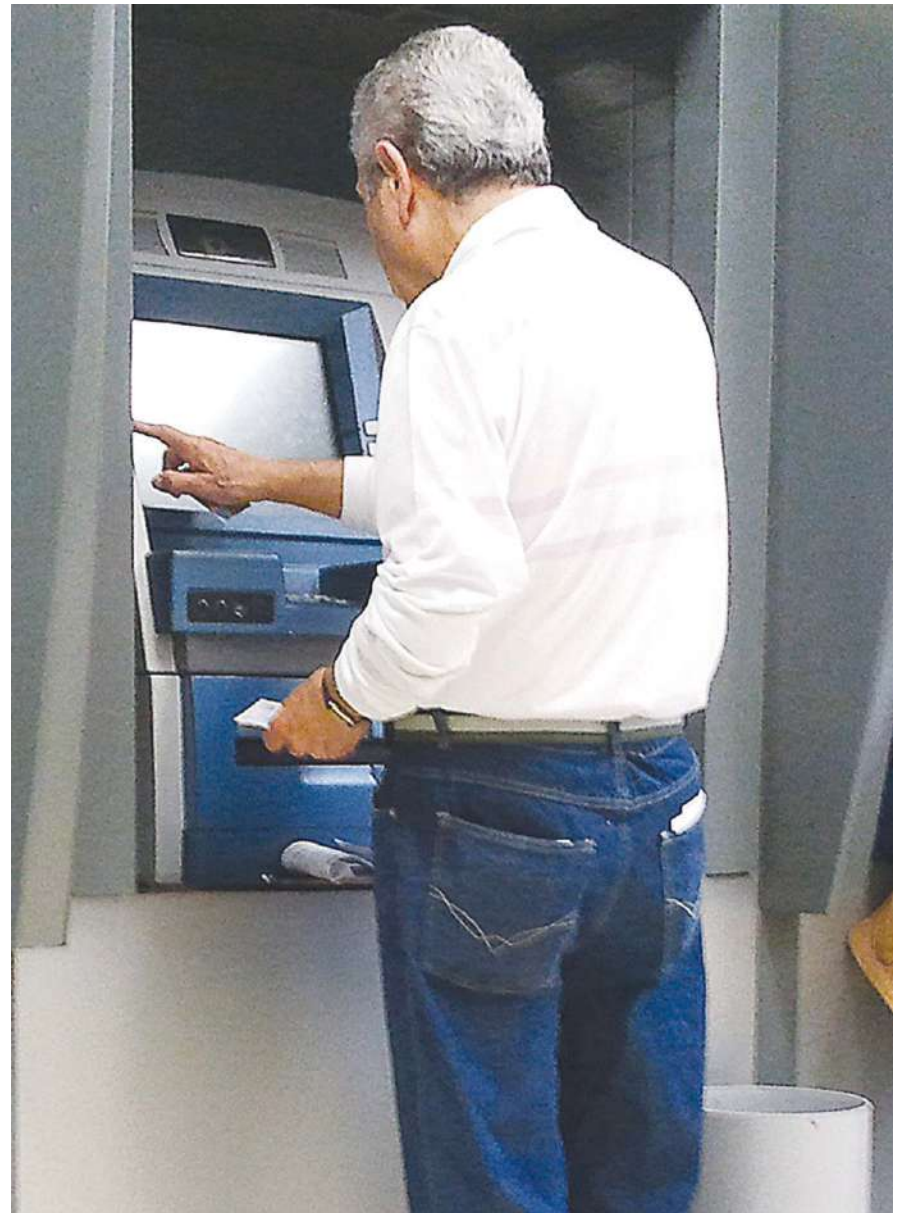
Está estimado que mais de 7 milhões de aposentados e pensionistas do INSS não terão seus benefícios suspensos, por não fazerem a prova de vida.

Os estados que contam com o maior número de segurados, que ainda não fizeram a "prova de vida", são São Paulo, Minas Gerais e Bahia.

A "prova de vida" é feita normalmente no próprio banco onde o aposentado recebe o benefício. Se o beneficiário já tiver cadastrado a biometria bancária, ele pode utilizar qualquer caixa eletrônico para fazer. Se não houver a biometria, basta comparecer à agência bancária de posse de seu CPF e um documento com foto.

Entre os maiores bancos do Brasil, apenas o Banco do Brasil possibilita fazer a "prova de vida" por meio de aplicativo.

José Eduardo Camargo - Advogado



Esclerose Múltipla na adolescência

Geralmente a Esclerose múltipla não acomete adolescentes, costuma acometer mulheres jovens entre 20 a 40 anos de idade de origem caucasiana.

O que é a esclerose múltipla? É uma doença auto imune, ou seja, o próprio sistema de defesa do organismo ataca a bainha de mielina que envolve os neurônios no sistema nervoso central (encéfalo e medula).

Existe alguns fatos que faça com que a pessoa tenha tendências a desenvolver a doença? Fatores de risco que contribuem para Esclerose Múltipla são: tabagismo, dieta rica em sódio, baixo nível de vitamina D, obesidade, ou seja, causas multimodal.

Como é diagnosticada a esclerose múltipla? Através da presença de lesões desmielinizantes em ressonância

magnética de crânio, líquido cefalorraquiano ("líquido da espinha") e critérios diagnósticos como o quadro clínico (sinais e sintomas neurológicos como perda de força, dificuldade de enxergar, desequilíbrio, dormências pelo corpo).

Quais os tratamentos? Em crise aguda são feitos corticosteroides em altas doses por via venosa e como tratamento de manutenção (drogas

modificadores da doença) betainterferona ou acetato de glatirâmer que são a primeira linha de tratamento. Entre outras medicações como natalizumabe, fingolimode, fumarato de dimetila como segunda linha de tratamento.

Qual a faixa etária mais atingida pela EM? Mulheres jovens são as mais comuns entre 20 a 40 anos e de origem caucasiana.

Perfil

SÉRGIO JOSÉ PIERONI SANTINI
Urologista

A Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim (AAPMM) trouxe mais um grande profissional da área da saúde para os seus quadros.

Trata-se do urologista Sérgio José Pieroni Santini, de 44 anos, que mora em Poços de Caldas (MG). Ele é formado pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP) em 2000. Fez residência médica em cirurgia geral e urologia pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas) de 2001 a 2005, quando começou, de fato, a atuar como urologista. Residente na mineira Poços de Caldas, o médico Sérgio Santini atua na sua área de especialização, a urologia, atendendo pacientes na Santa Casa local, incluindo no serviço de alta complexidade em oncologia (UNACON), no Hospital da Unimed e no consultório próprio.

E agora, desde outubro, começou também a atender os associados da AAPMM, duas vezes ao mês, uma terça-feira de manhã e uma quinta-feira à tarde. Para saber mais e para agendamento de consultas, entrar em contato com a secretaria da Associação dos Aposentados.

"Acredito que o principal foco dos associados na minha área é com relação a problemas prostráticos, seja como preventivo do câncer de próstata ou como tratamento de patologias como a HPB (hiperplasia prostática benigna). Também são comuns casos de infecção urinária, incontinência urinária e litíase renal", observa Dr. Sérgio. A urologia é a área de atuação médica responsável por diagnosticar e tratar as doenças do trato urinário tanto em homens quanto mulheres. A principal orientação quanto a prevenção se dá para o câncer de próstata, que deve

ser feito anualmente em homens a partir de 45/50 anos com toque retal e psa (exame de sangue). "Espero contribuir e ajudar os associados da melhor maneira possível dentro da urologia, seja no aspecto

preventivo ou terapêutico", disse. Sérgio Santini é casado, tem um filho, gosta de estar com a família e pratica tênis nos momentos livres. Seus hobbies são viajar e fotografar.



Diretoria da AAPMM

CONSELHO DIRETOR

Presidente

Aparecido Dias de Freitas

Vice-Presidente

Sandra Gina B. Camargo

1ª Secretária

Neuza Claudete D. S. Cezar

1ª Tesoureira

Elisena Mª F C Justino

2º Tesoureiro

Paulo Roberto Saccini

Diretora Social

Maria Antonia R. de Freitas

Diretor Patrimonial

José Gasparini

Vice-Diretor Patrimonial

Luiz Benedito da Silva

CONSELHO FISCAL

EFETIVOS

Waldemar Paulsen Neto

José Milton Rodrigues

Alcides Pereira

SUPLENTE

Carlos Donizeti Campagnoli

RELAÇÕES

PÚBLICAS

Dr. José Eduardo Camargo

Site AAPMM

Acesse www.aapmm.com.br, confira e aproveite para fazer sua divulgação conosco. Disponibilizamos espaços para publicidade no site. Mais informações: (19) 3862-4799

IRMÃOS DE PIERI
(19) 3806.3000
Rua Aquiles Albano | 414
Santa Cruz | Mogi Mirim | SP
e-mail: de_pieri@terra.com.br

OTICA FABRIM
R. Padre Roque, 16 - Centro
Mogi Mirim. (19) 3549.0250
Av. Bandeirantes, 1273 - Pq. Cidade Nova
Mogi Guaçu. (19) 3831.6171

PARA REMOÇÃO DE ENTULHOS
CAÇAM FAZ Caçambas para remoção de entulhos, residencial e industrial. Temos: terra, areia e pedra.
3862.3638
Rua Monteiro Lobato, 130
Jd. Nossa Senhora Aparecida
Mogi Mirim/SP
ÁGUA POTÁVEL
Disk **3862.3638**

JESSICA FERNANDA
GERONTÓLOGA & NEUROPSICANALISTA
Atendimento Gerontológico;
Estimulação, Treino e Reabilitação Cognitiva;
Neurofeedback; Terapia psicanalítica;
Reabilitação cognitiva Pós-Covid.
Rua Áurea, nº 266
Jardim Áurea - Mogi Mirim
(19) 98196-2463
DESCONTO DE **35%**

ROLO DE CARNE COM MASSA FOLHADA**INGREDIENTES:**

- 1 cenoura ralada
- 1 rolo de massa folhada pronta a usar
- 500 gramas de carne picada (porco, vitela ou mistura)
- 1 ovo + 1 gema
- sal e pimenta q.b.
- 4 colheres de sopa de pão ralado
- 6 fatias de fiambre
- 6 fatias de queijo

MODO DE PREPARO

Numa tigela coloque a carne e tempere de sal e pimenta. Adicione depois o ovo e o pão ralado e mexa bem. Estenda, com a ajuda das mãos, a mistura de carne num

retângulo e cubra com o fiambre, o queijo e a cenoura ralada.

Enrole depois como se fosse uma torta e coloque num tabuleiro que possa ir ao forno, cubra com papel de alumínio e cozinhe em forno médio (180°C) durante 40 minutos.

Retire e deixe esfriar.

Envolva o rolo de carne na massa folhada – convém ser depois de frio, pois se envolver o rolo ainda quente na massa folhada, a tendência será de a massa não folhar e pincele com a a gema de ovo.

Leve novamente ao forno previamente aquecido a 200°C até a massa folhar e cozinhar.

Sirva com uma salada de folhas verdes e arroz de açafraão.

TELEFONES ÚTEIS

Prefeitura
3814-1000

Ouidoria Municipal
3804-2626

Câmara Municipal
3814-1200

Brigada de Incêndio e Defesa Civil
199 / 3862-9474

Promotoria
3806-5123

Fórum
3862-1407

Conselho Tutelar
3804-3874 / 3805-5161

Diretoria de Ensino
3805-9310

Poupatempo Empreendedor
3805-2242

PAT
3862-3652

Rodoviária
3804-9554

ACIMM
3814-5760

Assoc. Aposentados
3862-4799

Cartório Eleitoral
3862-0193 / 3862-7073

Guarda Municipal
153 / 3806-3193

Delegacia de Polícia
3806-3999

Polícia Militar
190 / 3862-3520

Santa Casa
3814-3000

Samu
192

Bem Estar Animal
3804-5005

Zoonoses
3806-1418

Cemitério Municipal
3862-3078

Velório Municipal
3806-0696

Não é apenas um aparelho auditivo. É o multifuncional Marvel.

- Conecta-se a smartphones, TV e muito mais
- Som rico e claro
- Recarregável
- Aplicativo inteligente

Se apaixonar nunca foi tão fácil. Agende hoje mesmo sua consulta!

(19) 3362-1581

AUDIENS
CENTRO AUDITIVO

Rua Jose Pedrini, 85 - Centro - Mogi Guaçu - SP
www.audiensaparelhoauditivo.com.br

PHONAK | Revendedor Oficial

Dr. Heryberto Alvim
OFTALMOLOGISTA

3806.1532
3862.8171

Rua Padre Roque, 537 - Mogi Mirim

ESPAÇO Primer
FONOAUDIOLOGIA
ODONTOLOGIA
PSICOLOGIA
NEUROPSICOLOGIA

AV BELO HORIZONTE, Nº 113
JD GETÚLIO VARGAS - MOGI MIRIM

982665777
38062795

CLÍNICA CARVALHO
MEDICINA

CARDIOLOGIA
CLÍNICO GERAL
DERMATOLOGIA

EXAMES CARDIOLÓGICOS
ELETROCARDIOGRAMA
MAPA 24HS
HOLTER 24HS
ECOCARDIOGRAMA

Rua DR. João Teodoro - N.731
Centro - Mogi Mirim - SP

(19) 3549-7557
(19) 99533-3036

IMAGINUS
ultrassonografia

Dra. Roberta Proença Gabas
CRM-SP 121.583

FONE: (19) 3815.5883
Av. 22 de Outubro, 975
1º andar - Mogi Mirim/SP

Radiologia Odontológica Digital
Radiografar

Excelência em imagem para uma avaliação precisa

- Panorâmica
- Tomografia Cone Bean

Desconto 10%

- Documentação Periapical
- Documentação Ortodôntica

R. Salim Chaib, 5 - Centro | (19) 3804.3145
www.radiografar.com.br

Cedih

CEDIH - Centro Diagnóstico de Doenças Infecciosas e Dosagens Hormonais.
Rua Parisio de Almeida, 66
Vila São José (Próximo ao CEM)
(19) 99684 7990 - Cristina
(19) 99649 8960 - Dr. Eduardo

DR. CARLOS DE CAMARGO
Cardiologia - Clínica Médica
CRM/SP 57 239

ELETROCARDIOGRAMA
CG-HOLTER 24 HORAS
TESTE ERGOMÉTRICO

Consultório:
Av. Santo Antonio, 489 - Centro - Mogi Mirim
Fone/Fax - 3862.7659