

ARTIGO

Clareadores caseiros: Mito ou verdade?



Dr. Lucas Figueiredo
Cirurgião Dentista
CRO 17259

Olá, queridos leitores! Já coloquei em pauta aqui nos nossos encontros o assunto sobre o clareador ou pasta de dente à base de carvão ativado, suas consequências, como funciona e porque não se deve utilizá-los. E quanto a outras alternativas caseiras como o bicarbonato de sódio ou água oxigenada?

Primeiramente devemos levar em consideração que muito dificilmente (para não dizer nunca) iremos encontrar algo para passar nos dentes que seja em pó que não provoque os mesmos malefícios do carvão ativado.

Na maioria das vezes eles assumirão o papel

de abrasivo e irão arranhar os dentes fazendo o mesmo papel do carvão ativado (uns menos outros mais). Aí que se enquadra o bicarbonato, ele também acaba agindo como abrasivo, podendo gerar toda aquela série de sensibilidades e dores relacionadas à remoção da proteção (esmalte) do dente, e consequentemente, deixando-os também mais amarelados por conta da exposição da dentina (parte interna do dente que tem uma coloração amarelada).

A água oxigenada, mesmo sendo bem menos comum, foi outra alternativa que já ouvi pacientes comentando sobre seu uso. Além de ser um mito, ela não tem relação alguma com clareamento de dentes. A longo prazo pode começar a lesar os tecidos de sua boca devido à atividade excessiva do produto e desregular a flora bucal, aumentando a chance de aparecimento de algum problema.

Procure sempre seu profissional para avaliar e acompanhar seu caso. Até a próxima!



Dr. Lucas Figueiredo
Cirurgião Dentista
CRO-SC 17.259

Clinica Geral
Prótese
Implantodontia

(48)9 8813-2182
@dr.lucasdnf
Tubarão | SC

DÍVIDA Medida foi aprovada após justiça verificar o não pagamento de precatórios do ano passado

R\$ 4,5 milhões são confiscados dos cofres públicos

Laguna

O setor jurídico da prefeitura de Laguna informou que valores foram confiscados dos cofres do município pela justiça catarinense. De acordo com os advogados do poder público, a medida foi executada após o Tribunal de Justiça de Santa Catarina (TJSC) verificar a dívi-

da de precatórios de R\$ 4,5 milhões que deveriam ter sido pagos pela administração pública no ano de 2020. Para o prefeito de Laguna, Samir Ahmad, esta fase é de buscar medidas para honrar os pagamentos. “Estamos buscando meios para assegurar o mínimo de condição para manter os pagamentos em dia”, comenta.

FOTOS: DIVULGAÇÃO/HCNÓTIAS



Poder Judiciário
JUSTIÇA ESTADUAL
Tribunal de Justiça do Estado de Santa Catarina
Vara da Faz. Púb., Exec. Fis., Acid. do Trab. e Reg. Púb. da Comarca de Tubarão

Rua Wenceslau Braz, 560 - Bairro: Vila Moema - CEP: 88705901 - Fone: (48)3621-1557 - Email: tubarao.fazenda@tjsc.jus.br

USUCAPIÃO Nº 0304404-20.2018.8.24.0075/SC
AUTOR: SANDRA APARECIDA MENDONCA MOREIRA

EDITAL Nº 310008628484

JUIZ DO PROCESSO: PAULO DA SILVA FILHO - Juiz(a) de Direito

Prazo do Edital: 30 dias

Descrição do(s) Bem(ns): "01 (um) terreno urbano, através de Recibo, designado como lote 02 da quadra A, situado na Rodovia SC-390, Bairro Ilhota, cidade de Pedras Grandes, Estado de Santa Catarina, atualmente pertencente à matrícula nº 10.175, contendo a área ideal de 269,20 m² (duzentos e sessenta e nove metros e vinte decímetros quadrados), confrontando a NORTE: 11,34 m com Rodovia SC-390; SUL: 14,68 m com lote de Aroldo Marcon; LESTE: 21,06m com lote de João Quirino, e OESTE: 20,33 m com lote de Marli da Silva Lopes. Existe uma parte do lote que está inserida na faixa de domínio de 20 metros da Rodovia SC-390 ocupando a área de 175,95 m². Prazo Fixado para a Resposta: 15 (quinze) dias. Pelo presente, a(s) pessoa(s) acima identificada(s), atualmente em local incerto ou não sabido, bem como seu(s) cônjuge(s), se casada(o)(s) for(em), confrontante(s) e aos eventuais interessados, FICA(M) CIENTE(S) de que neste Juízo de Direito tramitam os autos do processo epigrafado e CITADA(S) para responder à ação, querendo, no lapso de tempo supramencionado, contado do primeiro dia útil seguinte ao transcurso do prazo deste edital. ADVERTÊNCIA: Se o réu não contestar a ação, será considerado revel e presumir-se-ão verdadeiras as alegações formuladas pelo autor (art. 344 do CPC). Será nomeado curador especial no caso de revelia (art. 257, IV do CPC).E para que chegue ao conhecimento de todos, partes e terceiros, foi expedido o presente edital, o qual será afixado no local de costume e publicado 01 (uma) vez(es), sem intervalo de dias, na forma da lei.

Documento eletrônico assinado por LUIZA ESTEVAO PEREIRA, Técnica Judiciária, na forma do artigo 1º, inciso III, da Lei 11.419, de 19 de dezembro de 2006. A conferência da autenticidade do documento está disponível no endereço eletrônico https://eproc.tjsc.jus.br/eproc/externo_controlador.php?acao=consulta_autenticidade_documentos, mediante o preenchimento do código verificador 310008628484v2 e do código CRC 10405ed4.

Informações adicionais da assinatura:
Signatário (a): LUIZA ESTEVAO PEREIRA
Data e Hora: 17/11/2020, às 11:40:12

0304404-20.2018.8.24.0075 310008628484_V2

informativo SAÚDE



Saúde do sono

Buscar qualidade de vida é uma meta de muita gente e nestes tempos de isolamento social, trancados em casa, ela é essencial. Qualidade de vida não está apenas na prática de exercícios físicos e numa boa alimentação, ela passa por um período de sono saudável. Quando o sono falha, a saúde também falha. A Sociedade Mundial do Sono conclui que o sono profundo é função primordial para o bem-estar físico e mental.

O mês de março marca o Dia Mundial do Sono em que o destaque principal é a importância do repouso adequado como um pilar para a qualidade de vida e de saúde, garantindo uma melhor compreensão cognitiva em relação as decisões e resoluções de problemas.

A maioria dos distúrbios do sono é evitável ou tratável, mas menos de um terço dos doentes procura ajuda profissional médica. Os distúrbios do sono constituem uma epidemia global que ameaça a saúde e qualidade de vida de cerca de mais de 50% da população mundial.

A falta de um sono de qualidade reduz a concentração, diminui a produtividade acadêmica e profissional e é uma das principais causas de acidentes rodoviários. Pode levar também ao desenvolvimento de problemas de saúde, como a hipertensão, doença cardíaca, diabetes, entre outras.

Se você tem dificuldades para dormir, é preciso procurar um profissional médico para receber as orientações necessárias e começar um tratamento. Geralmente, a insônia e a apnéia obstrutiva do sono são alguns problemas que precisam de acompanhamento de uma equipe de saúde. Com isso, é importante ressaltar que falta de sono pode causar – além do conhecido cansaço no dia seguinte, irritabilidade, lapsos de memória, sonolência diurna exagerada, alterações do humor e dificuldades de raciocínio durante o dia.

@hmsocimed @hospitalsocimed



NOSSO JEITO
de Cuidar