



Sindicato dos Contabilistas do
Município do Rio de Janeiro

MBC

Mensário Brasileiro de Contabilidade

ano 106 | número 1184



TRABALHO LONGEVO

SINDICONT-Rio completa 108 anos de fundação

Nossa Missão

Oferecer aos Profissionais da Contabilidade um Sindicato forte e atuante na defesa dos direitos e interesses do Profissional Liberal, Contador e Técnico em Contabilidade no Município do Rio de Janeiro, de forma eficaz, visando o respeito e o aprimoramento da categoria.

ÍNDICE

Editorial	3
História e celebração	
Capa	4 e 5
História lembrada	
Comércio Exterior	6 a 8
Sem fronteiras	
Artigo	9 a 11
A Inteligência Artificial (IA) na Contabilidade: o Fim do Profissional de Contabilidade	
Atividades	12 e 13
Conversas Online do SINDICONT-Rio abordam Contabilidade Gerencial, Registro de Marcas e Patentes e Terceiro Setor	
Bem-Estar	14 e 15
Prevenção é o melhor remédio	

Desde 20 de abril de 1917, O Mensário Brasileiro de Contabilidade é uma publicação do Sindicato dos Contabilistas do Município do Rio de Janeiro, detentor das medalhas Tiradentes (Alerj, Resolução 1.156/2015) e Pedro Ernesto (Câmara Municipal RJ, Resolução 9.293/2016).

Sede: Av. Presidente Vargas, 583 – Salas 1516 a 1519

Whatsapp: (21) 98554-2163

Site: www.sindicont-rio.org.br

E-mails: sindicont-rio@sindicont-rio.org.br

diretoria@sindicont-rio.org.br

secretaria@sindicont-rio.org.br

Facebook: @sindicont.rio

Instagram: @sindicont.rio

Filiações:

Federação dos Contabilistas nos Estados do

Rio de Janeiro, Espírito Santo e Bahia (FEDCONT RJ/ES/BA)

Confederação Nacional das Profissões Liberais (CNPL)

Central dos Sindicatos Brasileiros (CSB)

O SINDICONT-Rio não se responsabiliza pelos conceitos emitidos nos artigos assinados e pelos produtos e/ou serviços oferecidos pelos anunciantes.



Sindicato dos Contabilistas do Município do Rio de Janeiro

EXPEDIENTE

Diretoria 2022/2026

Presidente: Diva Maria de Oliveira Gesualdi

Vice-Presidente: Lygia Maria Vieira Sampaio

Diretor Secretário: Jayme Pina Rocio

Diretora 2ª Secretária: Ana Maria da Silva

Diretora Financeira: Maria de Fátima Moreira

Diretora de Contabilidade: Sonia Regina Mandarinó

Diretor de Assuntos Jurídicos: José Rubens do Amaral

Diretora Social: Mary Isabel Pereira

Diretora Cultural e de Divulgação: Joper Padrão do Espírito Santo

Diretores Suplentes: Ana Luiza Pereira Lima, Anderson Fumaux M. de Oliveira, Andrea de Souza, Andréa Pereira da Silva, Flávio Pires da Silva, Giselle Gomes Baptista, José Paulo Cosenza, José Vicente de Paula e Raimundo Viana Pereira

Conselho Fiscal (Efetivos): Josuel Batista Ferreira, Celi Coelho da Silva e Aldo Gagliardo

Conselho Fiscal (Suplentes): João Bosco Lopes, Rosângela Dias Marinho e Cristina Maria Araújo Costelha

Delegados representantes junto à Federação (Titulares):

Diva Maria de Oliveira Gesualdi e José Rubens do Amaral

Delegados representantes junto à Federação (Suplentes):

Maria de Fátima Moreira e Ana Luiza Pereira Lima

Produção editorial e design: Cajá Comunicação

Projeto Gráfico: Cajá Comunicação

Fotografias: Arquivo SINDICONT-Rio, Agência Brasil, Fernando Alvim e Freepik

Versão digital: www.sindicont-rio.org.br

**Diva Gesualdi**

Contadora e Presidente do SINDICONT-Rio

História e celebração

Em setembro, o SINDICONT-Rio completou 108 anos. Celebramos a data com uma reunião em nossa sede, na qual reafirmamos a importância da nossa atuação em prol da Classe Contábil no Rio de Janeiro. Para que este objetivo continue a ser bem-sucedido, contamos com a participação de mais colegas de profissão para que nossas reivindicações sejam reconhecidas pelos órgãos públicos e novas conquistas se estendam à categoria.

Também tratamos das oportunidades de trabalho para os Profissionais da Contabilidade no Comércio Exterior, área que com diversas possibilidades de atuação em diversos mercados, assim como de vários serviços que podem ser oferecidos pelo Setor Contábil, cuja atuação é fundamental para que as operações ocorram da melhor forma possível.

As possibilidades trazidas pelos avanços tecnológicos também devem ser observadas pela Contabilidade, visto cada vez mais trazem mudanças para o exercício da profissão que demandam atenção a pontos como cibersegurança, legislações específicas e novas formas de realização do trabalho. Nesse sentido, o artigo desta edição trata das mudanças no papel do Contador com o crescimento do impacto da inteligência artificial na nossa atividade.

Para ter uma visão clara e prevenir doenças oftalmológicas, é fundamental ter atenção a eventuais alterações nos olhos e idas periódicas ao oftalmologista. Com isso, abordamos as principais doenças e sinais a serem observados na visão desde a infância até a idade adulta, assim como tratamentos disponíveis e formas de prevenção.

CAPA

SINDICONT-Rio
completou 108 anos
em setembro

História lembrada

SINDICONT-Rio celebra
108 anos de fundação

No dia 24 de setembro, o SINDICONT-Rio celebrou os 108 anos de fundação em sua sede, no Centro do Rio de Janeiro. O evento reuniu a Presidente da Entidade, Diva Gesualdi, a Diretoria do Sindicato e membros do Quadro Funcional da Entidade.

Na confraternização, o presidente do Conselho Fiscal do Sindicato, Josuel Ferreira, falou sobre a importância da data e do Sindicato. Sua esposa, Vanirlene Ferreira, também realizou uma apresentação de canto. Ao final, todos cantaram Parabéns a Você para o Sindicato.





O evento foi seguido por uma reunião da Diretoria com a DV Consultoria, no qual foram abordadas ações voltadas para a gestão financeira do Sindicato, além de outros assuntos, como gestão de tecnologia da informação e ESG.

20 de Setembro

parabéns

SINDICONT-Rio

108 HISTÓRIAS CONQUISTAS APRENDIZADOS RESISTÊNCIA

Vamos para mais um capítulo com a missão de oferecer aos Profissionais da Contabilidade um Sindicato forte e atuante na defesa dos direitos, interesses e de forma eficaz visando sempre o respeito e o aprimoramento da categoria.

Sindi ContRio

#CAÇAPALAVRAS

Escreva nos comentários palavras relacionadas à **Contabilidade** que você conseguiu encontrar!

E	S	C	R	I	T	U	R	A	Ç	Ã	O
P	T	C	H	L	U	C	R	O	U	B	A
A	E	A	U	D	I	T	O	R	I	A	A
T	R	I	B	U	T	O	S	T	A	L	O
R	C	S	H	S	R	E	N	D	O	A	V
I	N	B	U	E	E	E	D	E	E	N	A
M	E	L	D	G	C	O	D	S	R	Ç	H
O	D	Y	S	A	E	T	L	P	S	O	N
N	M	R	O	S	I	T	T	E	E	F	O
I	A	S	W	O	T	Q	A	S	E	T	U
O	T	F	I	N	A	N	Ç	A	S	L	E
S	T	O	A	U	T	A	I	S	U	G	N

#ESPECIALSINDICONTRIO108ANOS

Sindi ContRio

Comemorações

Nas redes sociais do SINDICONT-Rio, o aniversário de 108 anos foi lembrado no dia 20 de setembro com publicações comemorativas e ações interativas para os seguidores, como caça-palavras sobre assuntos relacionados à Contabilidade, filtro sobre a data para publicação de fotos e vídeos e perguntas sobre a história da Entidade. As atividades estão disponíveis no Instagram do SINDICONT-Rio.

Sem fronteiras

Comércio Exterior abre oportunidades de trabalho para Profissionais da Contabilidade

Para os Profissionais da Contabilidade que estão sempre em busca de desafios profissionais e de novos clientes, o comércio exterior pode ser uma oportunidade de expansão profissional, como destaca o especialista Otávio Gomes Rodrigues, sócio-fundador e CEO da Logimex.

“As possibilidades de atuação da Contabilidade no cenário do Comércio Exterior vão além da emissão de notas fiscais, escriturações e composição de balanços. Pode-se tornar um consultor estratégico, auxiliando os clientes nesse universo complexo e de oportunidades,” ressaltou Rodrigues.

“O Profissional Contábil é o mais apropriado para levar essa conscientização ao empresariado brasileiro”, afirma o CEO ao explicar que o desenvolvimento de novos clientes exportadores e importadores gerará novos ganhos para o Profissional

da Contabilidade, pois um cliente internacional gera novas obrigações acessórias, que são algumas das fontes de ganhos.”

De acordo com o especialista, alguns escritórios contábeis já atuam no comércio exterior, embora os números sejam pequenos diante do potencial deste mercado. “Isso é uma realidade. Escritórios contábeis se tornando protagonistas na geração de novos negócios internacionais, capacitados para gerar novos players no Comércio Exterior e novos investimentos para o país”, enfatizou.

Incentivar e assessorar as empresas a ingressarem na área traz a possibilidade da empresa contábil ampliar a carteira de clientes. “O Comércio Exterior envolverá novos serviços no portfólio de negócios do Profissional da Contabilidade, como consultoria específica, análise de viabilidade, participação nas contratações de serviços como

credenciamento de empresa e produtos em órgãos intervenientes, obtenção de licenças, registros, fechamento de câmbio, entre outros”, acrescenta.

Ganhos para as empresas

Para uma empresa internacionalizada, as oportunidades de negócios são maiores, como explica o CEO da Logimex. “Vários mercados adicionais para comprar e vender. Com isso, gera maior estruturação e capacitação de seus quadros profissionais e aumento da possibilidade de lucros em moedas fortes”, pontuou o especialista.

A seu ver, “as empresas se beneficiam na importação, adquirindo novas máquinas, partes e peças, insumos, dessa forma elevando a qualidade na sua linha de produção. Aquisições de produtos manufaturados de mercados internacionais trazem também grandes benefícios por conta da competitividade nos preços e na diversidade na qualidade dos produtos para todos os gostos e bolsos”, analisa Otávio Rodrigues.

Ao avaliar as possibilidades de venda para o exterior, ele enfatiza que “o Brasil tem grande potencial de expansão de vendas de produtos industrializados. Toda a cadeia de produção para exportação é desonerada de tributos, aumentando a competitividade dos preços de bens destinados à exportação”, complementou.

A importância do trabalho contábil

O papel do profissional contábil como multiplicador de empresas com potencial para atuar no Comércio Exterior é “vital”, como destaca o especialista.

“O Profissional da Contabilidade moderno busca entendimento nas diversas áreas que o empresário atua, sempre com um olhar analítico dos números e das oportunidades que podem ser interessantes. E não é diferente no Comércio Exterior, onde as oportunidades se apresentam de forma exponencial. Estará colaborando com o sucesso, crescimento do empresário e demonstrando seu valor como Profissional Contábil, antenado e envolvido nos negócios dos clientes”, arrematou.

Conhecimento

Conhecer a legislação nacional e externa, esclarecer e orientar sobre os benefícios ou incentivos fiscais existentes para as empresas que atuam no comércio exterior, são conhecimentos necessários para o desempenho de uma consultoria positiva na visão de Otávio Rodrigues.

“O Profissional Contábil já é familiarizado com os temas tributários que convergem em muitas atividades similares aplicadas às operações de Comércio Exterior, isso por si só já facilita a vida do Profissional da Contabilidade na compreensão de diversas normas e regras tributárias”, considera o especialista, ao complementar que, na seara do Comércio Exterior, os Profissionais precisam absorver outros conteúdos logísticos e aduaneiros.

“Tudo isso é possível, desde que exista uma parceria com empresas e profissionais especializados e de confiança. Este seria o caminho natural para atender o maior interessado, que é o cliente final”, arremata.



Habilidades necessárias

Saber transacionar compras e vendas de bens e produtos de estrangeiros no Brasil e de brasileiros no exterior. Ajudar empresas brasileiras subsidiárias de uma companhia estrangeira a fazer relatórios e balanços internacionais em inglês (balance sheets, management reports, etc). Conhecer os procedimentos básicos para envio de remessas financeiras para o exterior e para receber valores com fechamento de câmbio, investimentos e aportes estrangeiros, via Banco Central, devem ser premissas básicas que todo consultor contábil deve conhecer para ajudar seus clientes, como reforça o especialista.

“Esses conhecimentos ajudarão a atender aos principais usuários da contabilidade internacional, que são investidores estrangeiros, bancos internacionais, empresas multinacionais e órgãos reguladores internacionais. Desta forma, poderão produzir demonstrações financeiras comparáveis e transparentes, que permitem aos

usuários estrangeiros tomar decisões gerenciais bem suportadas”, adiciona o CEO da Logimex.

Como iniciar

Manter-se atualizado, participar de eventos do setor, congressos, cursos e workshops; demonstrar o potencial de crescimento; apresentar dados de mercado, estudos de caso de sucesso, benefícios fiscais e tributários são algumas das sugestões elencadas pelo especialista da Logimex, que devem guiar o Profissional da Contabilidade interessado em assessorar clientes com potencial para o mercado internacional.

“Ele deve conhecer sobre temas básicos, intermediários e avançados, relativos a negócios Internacionais. Saber atrair negócios estrangeiros para o Brasil e levar negócios de empresas brasileiras ao exterior. Fazer parcerias com Profissionais Contábeis internacionais pode ser uma boa estratégia”, concluiu o CEO da Logimex.

A Inteligência Artificial (IA) na Contabilidade: o Fim do Profissional de Contabilidade

Por Carlos Chelfo¹

No cenário atual de rápido avanço tecnológico, a Inteligência Artificial (IA) tem se tornado um tópico central em diversas áreas profissionais, incluindo a contabilidade. Este artigo busca examinar o impacto da IA na profissão contábil, desmistificando receios e explorando as oportunidades que surgem neste novo contexto.

O Impacto da IA nos Processos Contábeis

A Inteligência Artificial está transformando significativamente a maneira como os dados contábeis são processados e analisados. Sistemas baseados em IA demonstram notável eficiência em tarefas como:

1. Automação de lançamentos contábeis
2. Reconciliação bancária
3. Detecção de fraudes e anomalias
4. Previsão de fluxo de caixa
5. Análise de risco de crédito

Por exemplo, softwares de IA agora podem analisar notas fiscais, extrair informações relevantes e categorizá-las automaticamente, reduzindo consideravelmente o tempo dedicado a tarefas manuais. Um estudo recente da ACCA² (Association of Chartered Certified Accountants) prevê que a IA e o aprendizado de máquina (machine learning) podem aumentar a produtividade em 30% ou mais nas funções operacionais até 2025, permitindo que os profissionais da contabilidade se concentrem em atividades de maior valor agregado.

A Evolução do Papel do Contador

Contrariamente à noção de que a IA poderia tornar o contador obsoleto, ela está, na verdade, redefinindo o papel deste profissional. O contador moderno está evoluindo de um “mero” escriturador de dados para um analista estratégico e consultor de negócios: a Contabilidade Consultiva 4.0 (tema para um próximo artigo). Assim, em linhas gerais, destacam-

¹ Exerce a profissão contábil há mais de 20 anos. Autor do Vade Mecum Contábil: EQT - Perícia.

Bacharel em Ciências Contábeis, pela Faculdade Moraes Junior

Pós-graduado em Perícia Judicial e Cálculos Atuariais, pela UFRJ. Mestrado em Ciências Contábeis, pela UFRJ.

Professor da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ).

Professor dos cursos de Pós-Graduação de IFRS e Perícia Contábil, nas faculdades: Mackenzie, IBCAPPA e BSSP. Professor credenciado junto aos Conselhos Regionais de Contabilidade: AP, DF, MG, PE, SC, TO, RJ, RR, RJ e SP. Professor da Associação de Peritos Judiciais do Estado do Rio de Janeiro (APJERJ).

Certificado em: Normas Internacionais de Contabilidade (IFRS), pela FIPECAFI/IBRACON/BID; Harvard University's: Introduction to Artificial Intelligence with Python;

IBM: Generative AI for Executives and Business Leaders; Introduction to Generative AI; e Association of Chartered Certified Accountants (ACCA): Machine learning with Python for finance professionals.

² Machine learning more science than fiction – disponível em:

https://www.accaglobal.com/content/dam/ACCA_Global/professional-insights/machine-learning/pi-machine-learning-report.pdf

se os novos skills (“habilidades” ou “competências”) dos profissionais de contabilidade, que incluem:

- **Interpretação de dados e geração de insights de negócios;**
- **Planejamento tributário estratégico com uso de IA;**
- **Consultoria financeira baseada em análises preditivas personalizadas;**
- **Empatia contábil (antever as necessidades do cliente);**
- **Ética na utilização de dados e IA;**
- **Conhecimento em cibersegurança e Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD); e etc.**

Um exemplo prático desta evolução é o uso de ferramentas de IA para análise preditiva. Um contador pode agora auxiliar uma empresa a otimizar seu fluxo de caixa, prevendo períodos de baixa liquidez e sugerindo estratégias proativas, como a negociação antecipada com fornecedores ou a revisão de políticas de crédito, bem como o giro de estoque e consonância com a tendência de crescimento e evolução do mercado.

IA como Ferramenta Complementar

É crucial entender a IA como uma ferramenta que amplia as capacidades do profissional de contabilidade, não como um substituto. Áreas onde a IA, por exemplo, auxilia o profissional contábil incluem:

- **Auditoria:** A IA pode analisar 100% das transações, identificando anomalias e fraudes para investigação mais aprofundada.
- **Perícia:** A IA pode auxiliar na análise de registros contábeis, realizar cálculos financeiros complexos rapidamente, avaliar de ativos e passivos em apuração de haveres e etc.
- **Compliance:** Sistemas de IA podem monitorar continuamente mudanças regulatórias, auxiliando na manutenção da conformidade.
- **Atendimento ao cliente:** Assistentes virtuais podem lidar com consultas básicas, permitindo que os contadores foquem em questões mais complexas.



**Mackenzie
Business
School**

*A Escola de Negócios da
Faculdade Presbiteriana
Mackenzie Rio*

Pós-graduação

- Contabilidade, Gestão Financeira e Auditoria
- Prática em Departamento Fiscal e Administração Tributária
- Direito Tributário

INFORMAÇÕES

 (21) 99539-9100

www.mackenzierio.edu.br

Rua Marquês de Olinda, 70
Botafogo - Rio de Janeiro/RJ



**NOVA SEDE
EM BOTAFOGO**



Seja a transformação, inspire o mundo.

O Futuro da Profissão Contábil

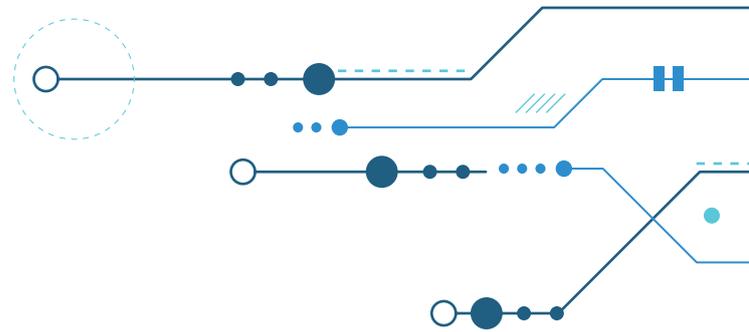
O futuro da contabilidade com a IA é promissor e desafiador. Algumas tendências esperadas incluem:

- **Análise preditiva avançada**
- **Automação inteligente de processos**
- **Consultoria baseada em dados e resultante em informações estratégicas**
- **Personalização e especificidade nas prestação dos serviços**
- **Integração com outras tecnologias emergentes (ChatGPT, Gemini e etc.)**

Considerações finais

A Inteligência Artificial (IA) não marca o fim do profissional de contabilidade, mas sim o início de uma nova era de oportunidades e desafios. Os profissionais de contabilidade que abraçarem esta tecnologia, adaptando-se e evoluindo suas habilidades, encontrarão um campo fértil para crescimento profissional e agregação de valor aos seus serviços.

A contabilidade do futuro será uma sinergia entre a precisão e eficiência da IA e o julgamento crítico, ético e estratégico do profissional contábil, atrelada a suas experiências profissionais e conhecimentos aprofundados às temáticas específicas da seara contábil. Não se trata de uma competição entre homem e máquina, mas de como ambos podem trabalhar em conjunto para elevar a profissão contábil a novos patamares de excelência e relevância no mundo dos negócios.



Em última análise, o futuro da contabilidade com IA é promissor e repleto de possibilidades. Cabe aos profissionais da área abraçar essas mudanças, manter-se em constante aprendizado e evolução, e moldar ativamente o futuro da profissão. A era da IA na contabilidade não representa um fim, mas um novo começo (blue ocean)³.

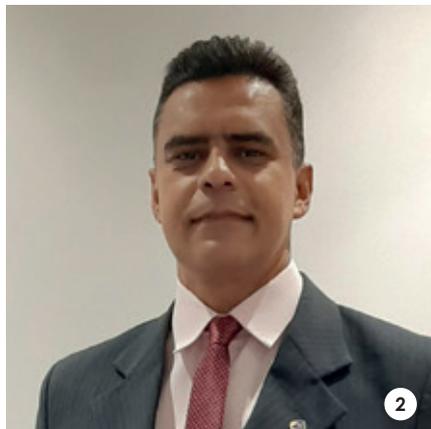
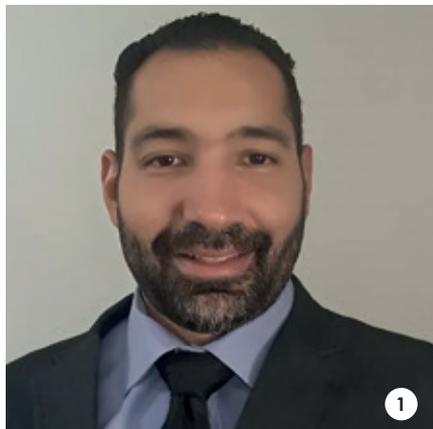
SUA DOAÇÃO PODE SER A ESPERANÇA QUE ALGUÉM PRECISA.

Doe Sangue
Doe Esperança

Faça a sua doação no
Hemocentro de sua cidade!

Sindi ContRio
107

³ Definição: "Oceano Azul" refere-se a mercados inexplorados ou espaços de mercado ainda não descobertos, onde há pouca ou nenhuma concorrência. A expressão "Blue Ocean" ou "Oceano Azul" é um conceito de estratégia de negócios que foi popularizado pelo livro "A Estratégia do Oceano Azul" (Blue Ocean Strategy), escrito por W. Chan Kim e Renée Mauborgne, publicado em 2005.



Conversas Online do SINDICONT-Rio abordam Contabilidade Gerencial, Registro de Marcas e Patentes e Terceiro Setor

No dia 9 de julho, o diretor do SINDICONT-Rio, Anderson Fumaux (1), ministrou uma nova edição da Conversa Online do Sindicato, cujo tema foi “Contabilidade Gerencial: Instrumento de Estratégia, Responsabilidade Corporativa e Tomada de Decisão”. A segunda edição do mês, no dia 17, tratou do assunto “O Impacto do Registro de Marcas e Patentes no Desenvolvimento de um Negócio”, abordado pelo consultor Carlos Rocha (2). No dia 28 de agosto, o Contador e Empresário Contábil Luiz Tranquilino (3) abordou o tema “Terceiro Setor sob a Ótica Contábil”. As Conversas Online são disponibilizadas no canal do SINDICONT-Rio no YouTube.

SINDICONT-Rio e CRCRJ firmam Termo de Cooperação Técnica

O SINDICONT-Rio e o CRCRJ firmaram Termo de Cooperação Técnica no dia 15 de julho. O documento foi assinado pela Presidente do Sindicato, Diva Gesualdi, e o Presidente do Conselho, Rafael Machado, que também presidiu a Plenária Ordinária da Gestão 2024/2025, na qual o termo foi assinado. A Diretora do SINDICONT-Rio, Andrea de Souza, também esteve no evento.





Reunião de Diretoria

No dia 22 de julho, o SINDICONT-Rio realizou em formato presencial a sua Reunião de Diretoria. O encontro voltou a ocorrer, remotamente, no dia 19 de agosto.



APJERJ completa 47 anos

A Presidente do SINDICONT-Rio, Diva Gesualdi, e a Vice-Presidente, Lygia Sampaio, participaram da celebração dos 47 anos da Associação dos Peritos Judiciais do Estado do Rio de Janeiro (APJERJ), no dia 30 de agosto, na sede da Entidade.



Nova sede do CAE-Jucerja

No dia 19 de setembro, a Presidente do SINDICONT-Rio, Diva Gesualdi, a Diretora Sonia Mandarino e a Supervisora Administrativa, Fátima Garcia, estiveram na inauguração do posto do Centro de Atendimento ao Empreendedor (CAE) da Jucerja na sede do Sescon-RJ.



Diretor do SINDICONT-Rio lança livro

No dia 26 de setembro, a Presidente do SINDICONT-Rio, Diva Gesualdi, e a Diretora Social da Entidade, Mary Isabel Pereira, participaram do lançamento do livro Contabilidade Gerencial: Instrumento de Estratégia, Responsabilidade Corporativa e Tomada de Decisão, de autoria de Anderson Fumaux, Diretor do SINDICONT-Rio. O evento ocorreu na sede do CRCRJ.

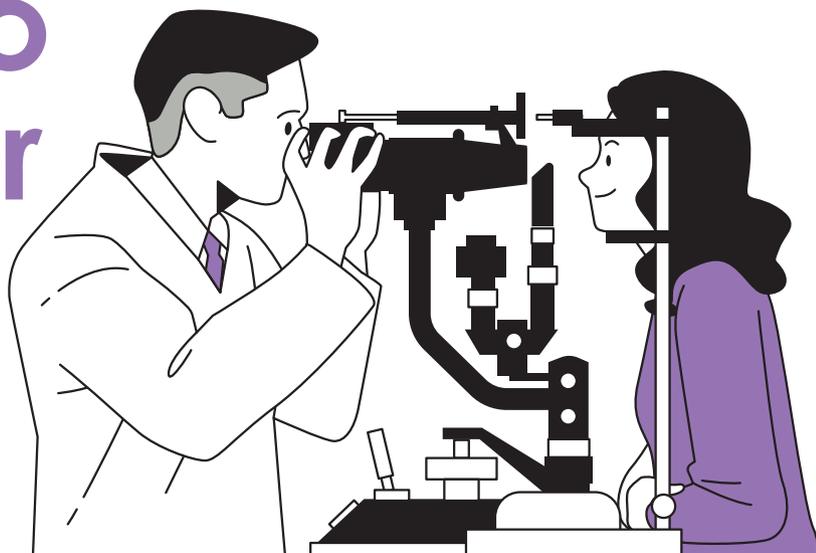
Você sabia?

Ao longo dos seus 108 anos, o SINDICONT-Rio teve diversas sedes. Entre 1916 e 1927, o Sindicato, ainda Instituto Brasileiro de Contabilidade, era na sede da Associação dos Empregados do Comércio (AEC-RJ), localizado na Av. Rio Branco, nº 120. Em 1927, se mudou para a Rua da Assembleia, nº 39. Entre 1929 e 1932, o SINDICONT-Rio permaneceu na Rua do Rosário, nº 159.

A Rua da Carioca, nº 52 foi o endereço do Sindicato em 1932 e 1933, ano em que se mudou para o nº 41 da mesma rua. Porém, após incêndio no local em 1940, foi transferido para a Rua Tomé de Sousa, nº 170. O edifício foi desapropriado em 1942, ano em que o Sindicato voltou para a sede da AEC-RJ, na Avenida Branco. Em 1949, a Entidade se mudou para a Rua Buenos Aires, nº 283, onde ficou até 2023. Atualmente, o SINDICONT-Rio é sediado na Av. Presidente Vargas, 583, salas 1516 a 1519.

Prevenção é o melhor remédio

Atenção à saúde dos olhos é importante para ter boa visão ao longo dos anos



Bons hábitos alimentares e visitas regulares ao oftalmologista estão entre as ações preventivas para garantir uma visão clara e nítida ao longo da vida. Os cuidados com os olhos começam na infância, ainda no berçário, e estendem-se ao longo da vida, como destaca Dr. Sergio Fernandes, diretor da Sociedade Brasileira de Oftalmologia (SBO).

Ao nascer, a criança deve fazer o 'teste do olhinho', exame que consiste em observar o reflexo vermelho através da pupila. "Esse simples exame pode levar a diagnósticos precoces de catarata congênita, tumores intraoculares e fibroplasia retrocristaliniana, doenças que requerem atenção desde os primeiros dias de vida," ilustrou o especialista.

Outras doenças são percebidas pelos familiares com mais facilidade como o glaucoma congênito, estrabismo e a obstrução das vias lacrimais, que causa

lacrimejamento constante, não raro com secreção.

Cada vez mais crianças precisam usar óculos, e para averiguar a necessidade ou não, uma consulta de rotina deve ser feita em idade pré-escolar, o que ocorre, nos dias atuais, cada vez mais cedo, como destacou o oftalmologista.

Hoje se sabe que as telas, sobretudo do celular, muito utilizadas por crianças, é um indutor de miopia. O que se recomenda é estabelecer limites no uso dos dispositivos e incentivá-las a brincar ao ar livre, como aconselhou o médico.

"Muitas crianças com dificuldade de aprender tem como causa enxergar mal. Os principais problemas, além da motilidade ocular, são a miopia, a hiperemia e o astigmatismo, que podem ser causa de baixa visual ou mesmo dor de cabeça com o esforço visual", alertou Dr. Sergio Fernandes.

Adultos: acompanhamento, telas e principais doenças

Na idade adulta, a visita ao oftalmologista é importante para avaliar a necessidade de uso de óculos para corrigir a baixa visão, se houver. De acordo com Dr. Sergio Fernandes, o uso de celular ou computador pode trazer desconforto por vários motivos, fazer mal, não. “A primeira providência é ter uma atenção especial à necessidade de piscar e uma pausa de 5 minutos a cada 90 minutos de utilização”, orientou o oftalmologista.

Sobre olhos secos, nem todas as pessoas que trabalham em ambiente com ar-condicionado apresentam essa queixa e, quando apresentam, o caminho é procurar outras causas associadas. O uso do colírio lubrificante é indicado nesses casos, indica o médico especialista.

Em relação ao sol, os raios ultravioletas podem causar lesão retiniana ao se olhar diretamente para ele. Em condições normais, a pupila diminui de tamanho, limitando a entrada da luz.

“O uso de óculos escuros faz com que a pupila reaja menos à luz. Por isso, é obrigatório que as lentes possuam filtro para luz ultravioleta. Vale a pena chamar a atenção para os eclipses solares, que só devem ser observados através de filtros especiais. Nessa ocasião, olhar para o sol diretamente pode trazer danos irreversíveis à visão”, alertou.

Em relação à vista cansada, conforme explica o oftalmologista, os casos costumam ocorrer por volta dos 40 anos e são ocasionados pela perda gradativa da capacidade da musculatura ciliar mudar a curvatura do cristalino, realizando o que é chamado de acomodação, dificultando a visão de perto.

Sobre a catarata, a doença normalmente aparece em pessoas acima dos 60 anos, mas pode eventualmente ocorrer antes. O tratamento adequado é a cirurgia, que pode proporcionar a causa da catarata, ressaltou Dr. Sergio Fernandes.

No caso do glaucoma, consultas rotineiras ao oftalmologista são importantes para acompanhar e prevenir as complicações da doença, que pode levar à perda irreversível da visão. Normalmente, quem usa óculos deve avaliar o seu grau anualmente e nesta ocasião, realiza outros exames, como fundo de olho e a medida da pressão ocular, como pontua o diretor da SBO, ao explicar que o diagnóstico do glaucoma acontece em geral nas consultas de rotina.

“Não podemos dizer que o glaucoma tem cura, mas dispomos de muitos recursos para o seu controle. Não há uma maneira de prevenir, mas com o diagnóstico precoce e tratamento eficaz, prevenimos danos dessa doença,” alerta o médico.

Para quem usa lentes de contato, os cuidados com os olhos devem ser redobrados, a começar pela higiene das lentes e do estojo onde são guardadas. “As infecções corneanas são mais frequentes nessas pessoas e qualquer desconforto ou olho vermelho é sinal de alerta e motivo para uma consulta”, assinala o médico.

A maquiagem permanente ou pigmentação dos bordos palpebrais não faz mal para os olhos, no entanto, o uso excessivo de filtro solar e maquiagem na área pode causar reações alérgicas e secura ocular, observa o especialista.

Confira os benefícios das empresas parceiras do SINDICONT-Rio no site da Entidade:

<https://www.sindicont-rio.org.br/convenios/>



DE BOM & DE BOM
SOCIEDADE DE ADVOGADOS



LOCAÇÃO DE SALA PARA REUNIÃO

CENTRO DO RIO DE JANEIRO



ALUGUEL POR
HORA | PERÍODO | DIÁRIA

INCLUI:

- ✓ AR-CONDICIONADO
- ✓ CAFÉ
- ✓ ÁGUA
- ✓ BANHEIRO
- ✓ INTERNET
- ✓ LUZ
- ✓ LIMPEZA
- ✓ PROJETOR
- ✓ TV
- ✓ NOTEBOOK
- ✓ ELEVADORES E ESCADAS

COMPORTA ATÉ 12 PESSOAS

EDIFÍCIO CENTRO DO RIO
(AO LADO DO METRÔ/URUGUAIANA)
AV. PRESIDENTE VARGAS, 583-CENTRO/RJ

PARA MAIS INFORMAÇÕES:

 **(21) 98554-2163**

Por motivo de mudança da sede do SINDICONT-Rio, o atendimento ao público será exclusivamente virtual.

O contato pode ser feito das 11h às 16h pelos nossos canais:

 **(21) 98554-2163**

 **(21) 98554-2164 / 98554-2162**

 SECRETARIA1@SINDICONT-RIO.ORG.BR / DIVULGACAO@SINDICONT-RIO.ORG.BR / CADASTRO@SINDICONT-RIO.ORG.BR

Acesse nosso site e siga-nos nas redes sociais para conferir nossas ações e demais iniciativas do SINDICONT-Rio: www.sindicont-rio.org.br.

