

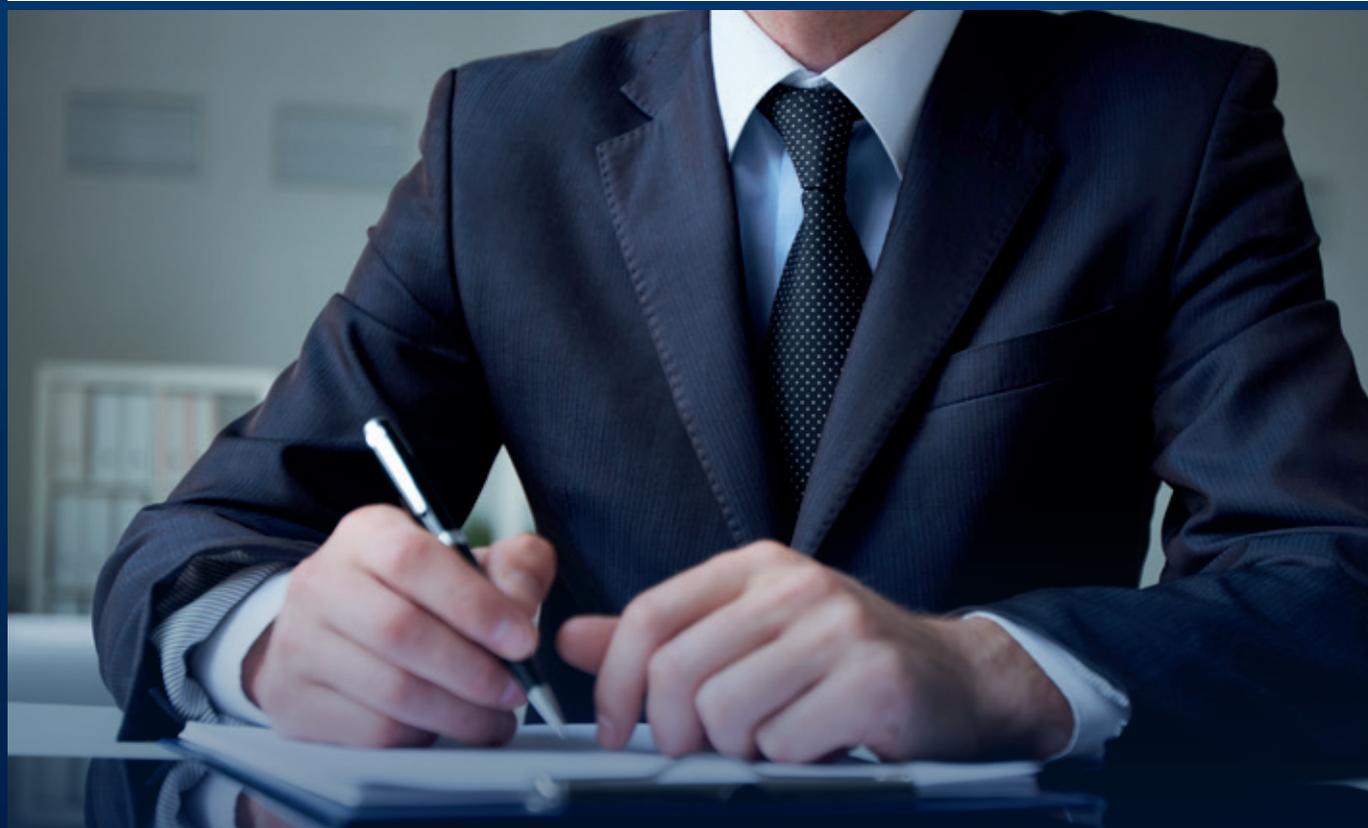


Sindicato dos Contabilistas do
Município do Rio de Janeiro

MBC

Mensário Brasileiro de Contabilidade

ano 106 | número 1185



CONTABILIDADE GERENCIAL

Área de atuação contribui para tomada de decisão assertiva das
empresas e valorização do trabalho do Profissional da Contabilidade

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
Ferramenta de estratégia e valorização	
Marcas e Patentes	4 e 5
Proteção intelectual	
Artigo	6 e 7
No ensejo da celebração do aniversário de publicação Summa de Paciolo	
Capa	8 a 10
Planejamento e estratégia	
Atividades	11 a 13
Perspectivas para o futuro	
Bem-Estar	14 e 15
Cuidado ao longo da vida	

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 e Freepik

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

**Diva Gesualdi**

Contadora e Presidente do SINDICONT-Rio

Ferramenta de estratégia e valorização

Mais que cumprir obrigações contábeis relacionadas às atividades das empresas, o trabalho dos Profissionais da Contabilidade deve contribuir para a tomada de decisão dos empresários e como instrumento de estratégia para o bom funcionamento das mesmas. Nesse sentido, abordamos nesta edição o conceito de Contabilidade Gerencial. Para a Classe, essa área também representa uma oportunidade de demonstração da importância do trabalho contábil e da busca pela valorização do mesmo.

No suporte que prestamos para as empresas em diversos momentos, a oferta do serviço de registro de marcas ou patentes é uma alternativa de trabalho para os Profissionais da Contabilidade. Abordamos essa possibilidade em uma das matérias desta edição, assim como os benefícios

destas etapas para as atividades das companhias de qualquer setor.

Também tratamos da participação do SINDICONT-Rio nas atividades do G20 Social, ocorrido em novembro no Rio de Janeiro. Para ter qualidade de vida e independência ao longo dos anos, é importante ter atenção a aspectos da saúde desde a juventude, como na prevenção de doenças ósseas. Falamos sobre as principais ocorrências, tratamentos e medidas preventivas.

Com o ano que se inicia, convidamos os nossos Associados a participarem das atividades do SINDICONT-Rio ao longo de 2025 e convidarem outros profissionais da área a conhecerem o Sindicato. A participação de todos é fundamental para que as demandas da Classe sejam cada vez mais conhecidas e apresentadas aos órgãos públicos e outras entidades.

Proteção intelectual

Registro de marcas e patentes deve ser uma das medidas tomadas na formação de uma nova empresa

O começo das atividades de uma nova empresa no mercado requer, entre outras ações, o registro da marca do empreendimento que se inicia. Carlos Rocha, consultor em Propriedade Intelectual da Village Marcas e Patentes, explica que, caso a marca não esteja registrada no Instituto Nacional de Propriedade Intelectual (INPI), o uso por uma empresa pode ser impedido caso outra da mesma área de atuação faça o registro.

“Só é dono da marca quem registra”, pontua o especialista, acrescentando

que o registro confere direitos de uso e comercialização no Brasil por dez anos, prorrogáveis por igual período. Segurança jurídica, possibilidade de licenciamento e de franquiar a marca registrada estão entre os benefícios, além da valorização dos produtos e serviços realizados pela empresa.

O registro pode ocorrer de forma Nominativa, que abrange a escrita, sem estilização, na forma Mista, que engloba nome e logotipo, e na forma Figurativa, na qual somente o elemento visual é registrado. O tempo médio de tramitação para registro no INPI é de 18 meses.



Patente

No caso da patente, que consiste em um título de propriedade temporário outorgado pelo Estado, é legitimado o direito do autor sobre uma invenção. O processo também é feito junto ao INPI, com direito de uso exclusivo para produção e comercialização válido por 20 anos, no caso de uma invenção, e por 15 anos, se a patente for de um modelo de utilidade.

A iniciativa também permite licenciamento e obtenção de royalties, valorização do produto patenteado, entre outros benefícios. A obtenção do

registro da patente ocorre, em média, três a quatro anos após o começo da tramitação do processo. Direitos autorais, slogans, softwares e desenho industrial estão entre as propriedades que também podem ser registradas.

Segundo o especialista, o registro das marcas deve ocorrer assim que os Profissionais da Contabilidade fizerem o registro dos contratos sociais das empresas na Junta Comercial.

“É fundamental orientarem seus clientes a registrarem suas marcas para que eles não corram o risco de depois outra empresa obter o registro do mesmo nome, na mesma atividade, e lhe impedir o uso”. No caso das patentes, o processo de registro deve começar assim que o projeto for finalizado para protegê-lo.

“Isso evita que a inovação que foi desenvolvida seja produzida e comercializada sem estar devidamente protegida. Isso poderá acarretar inúmeros problemas para o inventor, como ter seu produto produzido por outros sem que tenha direitos exclusivos sobre a patente, perdendo o direito de produzir e comercializar com exclusividade”, explica Carlos Rocha.

Como esses processos fazem parte da constituição de uma empresa recém-criada, os Profissionais da Contabilidade podem estabelecer parcerias com empresas especializadas na área de Propriedade Intelectual. “É preciso ter especialização na matéria. Incluindo conhecimento da Lei da Propriedade Intelectual (Lei nº 9.279/1996)”, pontua.

No ensejo da celebração do aniversário de publicação Summa de Paciolo

José Paulo Cosenza - Doutor em Contabilidade e Professor Titular da Universidade Federal Fluminense (UFF)

No dia 10 de novembro passado, transcorreram os 530 anos da primeira divulgação impressa mundialmente por Luca Pacioli do processo das partidas dobradas. Por conta disso, ele é celebrado anualmente nesse dia, considerado o “Dia Internacional da Contabilidade”, numa homenagem ao seu trabalho pioneiro, que deu início a essa ciência fundamental para o mundo dos negócios: a Contabilidade. Sua influência ainda é sentida até hoje, nas práticas contábeis e na metodologia contábil, que ainda são seguidas nos sistemas contábeis modernos.

Nascido por volta de 1445, na pequena cidade de Sansepolcro, na região da Toscana, na Itália, Luca Pacioli, é amplamente considerado por todos como sendo o “pai da Contabilidade”. Matemático e frade franciscano, Paciolo, assim como é popularmente chamado, revolucionou a Contabilidade ao documentar pela primeira vez o método de partidas dobradas em seu livro de “Arithmetica, Geometria, Proportioni et Proportionalità”, uma enciclopédia matemática que abrangia aritmética, álgebra, geometria, e matemática

aplicada e foi publicada em 1494. Esse método, que consiste no registro simultâneo de débitos e créditos em cada transação, trouxe mais precisão e organização aos registros mercantis. Com sua obra, Paciolo lançou as bases da Contabilidade moderna e influenciou práticas contábeis no mundo inteiro.

Em relação a sua personalidade e fama, Luca Pacioli foi figura ímpar e de grande relevo na época do movimento de renovação intelectual e artística na Itália. Além disso, colaborou com o renomado artista Leonardo da Vinci, ajudando-o em estudos matemáticos e geométricos. Não obstante, pairam dúvidas sobre qual seria verdadeiramente o seu nome de batismo, posto que é conhecido por vários nomes pelos seus contemporâneos da época e sua própria assinatura não coincide em sua forma gráfica nos vários documentos onde foi aposta por ele. Ademais, Paciolo levou uma vida irrequieta, peregrinando por quase todas as regiões da península itálica.

Muito embora fosse professor de Matemática, a obra máxima de Luca Pacioli foi relativa à Contabilidade e, na literatura contábil, é muito rico o

referencial em relação a ele, contando com variada bibliografia, sob muitos aspectos de sua vida, citando-se, dentre tantas outras questões: i) seu nome exato; ii) sua importância no ensino das partidas dobradas; iii) seu legado como contador educador; iv) sua participação e representação nas artes; v) sua influência nas obras artísticas do pintor Albrecht Dürer (1471–1528), gravurista, pintor, ilustrador, matemático e teórico de arte alemão, provavelmente, o mais famoso artista do Renascimento nórdico e grande influenciador de artistas do século XVI; vi) seu relacionamento com Leonardo da Vinci e também com Piero della Francesca; e vii) suas visões sobre a conduta de empreendimentos mercantis e a ética empresarial.

Enfim, fazer associação desse acontecimento histórico da Contabilidade significa falar de liberdade e transformação social, já que a obra de Luca Pacioli modificou a forma como as empresas eram geridas, criando as bases para o capitalismo moderno, que também transformou a sociedade. Isso traz uma conexão entre mudança social e organização econômica, uma vez que Paciolo forneceu ferramentas para a organização e transparência dos negócios.

Numa rápida contextualização, a Summa publicada por Paciolo, no que se refere ao campo da Contabilidade, teve um componente libertador e transformador, haja vista haver divulgado um método revolucionário, contabilmente falando, traçando a forma como os negócios deveriam ser geridos e criando as bases para que o então crescente modelo capitalista pudesse ter sua consolidação, transformando as sociedades

contemporâneas. Ou seja, no aspecto econômico, criou os fundamentos para a prosperidade, a partir da ordem e da clareza, com o uso da Contabilidade.

Assim, Luca Pacioli contribuiu significativamente para a construção de uma sociedade mais próspera e justa, ao divulgar para o Mundo a base para a estrutura econômica capitalista [escrituração no método de partidas dobradas: crédito x débito]. Por esse motivo, destaca-se o relevante papel desempenhado por ele em seu contexto de aplicação, já que fomentou uma evolução que, no caso, transformou a Contabilidade e foi amplamente adotada pelos comerciantes e homens de negócios de sua época, permanecendo até os dias atuais como padrão contábil global, essencial para o desenvolvimento do comércio e das finanças modernas.



**SUA DOAÇÃO
PODE SER A
ESPERANÇA
QUE ALGUÉM
PRECISA.**

Doe Sangue
Doe Esperança

Faça a sua doação no
Hemocentro de sua cidade!

Sindi ContRio
União dos Contabilistas do Município do Rio de Janeiro



Planejamento e Estratégia

Contabilidade gerencial: O papel estratégico do Profissional da Contabilidade na criação de valor

Instrumento de estratégia, de responsabilidade corporativa e de tomada de decisão, a Contabilidade Gerencial destaca-se como uma importante área de atuação, que oferece novos horizontes para o Profissional da Contabilidade e para as empresas que contratam os serviços da área.

Para o professor, consultor e diretor do SINDICONT-Rio, Anderson Fumaux, autor de livro sobre o tema lançado em outubro de 2024, a Contabilidade deve ser vista além do cumprimento das normas contábeis e legislações tributárias vigentes no país. “Ela tem uma amplitude muito grande e pode ser utilizada de muitas maneiras. É um conhecimento indispensável para prover informações estratégicas ao negócio,” afirma Fumaux.

Para o especialista, a Contabilidade Gerencial é uma especialidade que possibilita oferecer serviços que geram maior valor agregado para a empresa

onde o Profissional da Contabilidade trabalha e para os clientes atendidos por profissionais liberais. Os pilares da contabilidade gerencial, segundo ele, envolvem a estratégia, a responsabilidade corporativa e a tomada de decisão.

“Se eu ofereço folha de pagamento, escrituração e emissão de NFs, estou fazendo mais do mesmo. A probabilidade do cliente encontrar quem faz o serviço mais barato é grande porque este tipo de serviço todo mundo faz”, alerta o professor, que incentiva as empresas de Contabilidade a agregarem valor aos serviços prestados, indo além do trivial.

A seu ver, é natural que o Profissional de Contabilidade trate de toda a parte de conformidade, como as obrigações acessórias, mas precisa enxergar além para a própria sobrevivência no mercado.

“Temos que entender que a tecnologia veio para melhorar esse processo braçal que sempre foi feito pelo Profissional

da Contabilidade. A tecnologia já supre bastante coisa. Se parar para pensar além do âmbito da ciência, a Contabilidade é uma ferramenta poderosa que gera informação para tomada de decisão, mas poucos utilizam de fato essa parte do conhecimento contábil”, pontuou o consultor.

“Toda vez que chega a época do Imposto de Renda, vejo muitos Profissionais da Contabilidade fazendo desse momento o ápice da profissão. Isso me deixa um pouco intrigado. Tem gente que só conhece o Contador justamente nessa época e isso não é algo legal porque ele precisa estar na vida do cliente, da empresa, a todo momento. As pessoas não estão de fato entendendo a missão da Contabilidade”, observa o especialista.

Valor agregado

Para Fumaux, é vital o Profissional da Contabilidade oferecer um serviço de maior valor agregado para que o cliente veja o trabalho contratado de forma diferenciada. “Certamente conseguirá cobrar um preço mais justo porque entregará coisas que ninguém entrega”, destaca.

Nesse contexto, é importante buscar mais informações sobre a empresa do cliente, como por exemplo, o valor do negócio. Muitos empresários não sabem o valor de seus empreendimentos e essa informação permite que ele se posicione no mercado e faça planos, como explica Fumaux.

Outra iniciativa do Profissional da Contabilidade é preparar um estudo dos produtos e serviços que esse empresário oferece no mercado, entre outras iniciativas. “É o momento de ser parceiro do seu cliente”, aconselha o consultor.

Apoio para desafios das empresas

Segundo Fumaux, são muitos os desafios das empresas nos dias atuais, como a concorrência, cliente/consumidor mais exigente, retração econômica, cenário político instável, mão de obra qualificada escassa, pressão para responsabilidade socioambiental, entre outros pontos que tornam mais necessário tomada de decisões com base em indicadores e outras ferramentas de informação objetivas.

Como explicou o professor, a estratégia envolve o planejamento, gestão de custos e formação de preços. A responsabilidade corporativa, englobando meio ambiente, sociedade e governança. A tomada de decisão, é outro aspecto desse alicerce, com abordagem decisória, análise de indicadores e avaliação de desempenho.

Algumas perguntas que devem ser feitas e respondidas pela própria empresa para entender o mercado onde atua, como exemplificou o professor: “Qual o meu produto/serviço mais rentável? Qual a quantidade deve ser vendida para não gerar prejuízo? O que está sendo feito para satisfazer o cliente? Por qual motivo o cliente não me contrata mais? Qual o meu diferencial em relação aos concorrentes?”, entre outras questões que possam balizar e ajustar os rumos empresariais.

Planejamento

O planejamento, por sua vez, um dos pilares da contabilidade gerencial, consiste na análise sistemática dos pontos fortes e fracos da empresa bem como das oportunidades e ameaças do ambiente que ela está inserida, com a finalidade de estabelecer objetivos,

CAPA

estratégias e ações que possibilitem um aumento da competitividade empresarial do cliente.

Nesse contexto, o orçamento empresarial desempenha um papel central, funcionando como um instrumento essencial para a previsão e alocação de recursos financeiros. Ele permite que a empresa projete suas receitas, despesas e investimentos de forma detalhada, proporcionando uma visão clara e objetiva de suas operações. Com um orçamento bem estruturado, os gestores podem tomar decisões informadas, antecipar desafios financeiros e ajustar suas estratégias para manter o equilíbrio entre crescimento e sustentabilidade.

Além disso, o orçamento serve como uma ferramenta de controle e acompanhamento, permitindo monitorar o desempenho real em comparação com o planejado. Isso possibilita identificar desvios e adotar medidas corretivas em tempo hábil, garantindo maior eficiência na gestão financeira. Para os contadores, o uso do orçamento empresarial é crucial para

apoiar os gestores na construção de cenários estratégicos, aumentando a capacidade da empresa de se adaptar às mudanças do mercado e de alcançar seus objetivos de maneira consistente.

A contabilidade gerencial transcende as funções tradicionais de registro e controle, posicionando o Profissional da Contabilidade como um agente estratégico na criação de valor. Ao aliar conhecimento técnico a uma visão analítica e estratégica, ele contribui diretamente para a tomada de decisões que impulsionam o desempenho organizacional e a sustentabilidade do negócio.

Nesse sentido, o papel do Profissional da Contabilidade é essencial não apenas para interpretar os números, mas também para transformar dados em insights que orientam estratégias eficazes, reforçando sua relevância como um dos principais pilares na geração de valor nas empresas modernas.



**Mackenzie
Business
School**

A Escola de Negócios da
Faculdade Presbiteriana
Mackenzie em

Pós-graduação

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

INFORMAÇÕES

 (21) 99539-9100

www.mackenzie.br

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



Seja a transformação, inspire o mundo.



Perspectivas para o futuro

Durante o G20 Social, SINDICONT-RIO participa de Fórum das Centrais Sindicais



O SINDICONT-Rio, representado pela Vice-Presidente Lygia Maria Sampaio e as Diretoras Ana Maria da Silva e Mary Isabel Pereira, participou do Fórum das Centrais Sindicais realizado durante o G20 Social, evento ocorrido no Rio de Janeiro entre os dias 14 e 16 de novembro.

Ao final do encontro das Centrais Sindicais, foram elencadas 20 propostas que foram apresentadas posteriormente no G20 Social. Mudanças tecnológicas, emergência ambiental e justiça social estão entre os temas abordados.

As medidas sugeridas aos países integrantes do G20 abrangem ações como implementação de políticas de desenvolvimento econômico socialmente justo e ambientalmente sustentável, garantia de acesso público, universal e de qualidade à saúde, educação aos serviços de cuidado

e seguridade para as populações ao longo da vida, eliminação de processos produtivos prejudiciais à saúde dos trabalhadores garantindo saúde e segurança no trabalho, garantir formação profissional permanente e assegurar qualificação profissional para novos postos de trabalho em casos de empresas afetadas pela automação, entre outras sugestões.

“Pude apreciar que vários segmentos apoiam diversos projetos, inclusive na Região Amazônica e Nordeste, tendo como compromisso a biodiversidade e o desenvolvimento sustentável, sempre voltados para o bem-estar do nosso povo e de laços dados com a Aliança Global Contra a Fome, a pobreza, que atinge em grande maioria as mulheres, as crianças e as condições climáticas”, disse a Diretora Ana Maria sobre a sua participação no evento.

Homenagem

No dia 4 de dezembro, a Presidente do SINDICONT-Rio, Diva Maria de Oliveira Gesualdi, foi homenageada no evento Oscar da Contabilidade, do CRCRJ. Ela recebeu a Medalha de Agradecimento Contador Ivo Malhões de Oliveira, concedida aos presidentes do Conselho de gestões anteriores, o qual Diva presidiu entre 2010 e 2013.

Ela também recebeu uma homenagem do CFC, entregue pelo presidente do Conselho fluminense, Rafael Machado, e pela Presidente do SINDICONT-Rio na Gestão 2006-2010, Vitória Maria da Silva. Ela ainda participou da entrega do Prêmio Robert Gray de Sustentabilidade Ambiental, do qual fez parte da comissão julgadora.

Os Diretores do Sindicato Maria de Fátima Moreira e Jayme Pina Rocio também receberam a medalha de agradecimento Vitória Maria da Silva. Também estiveram no evento a Vice-Presidente do SINDICONT-Rio, Lygia Maria Vieira Sampaio e a diretora Mary Isabel Pereira.



III Encontro de Jovens Lideranças Contábeis do Rio de Janeiro

A Vice-Presidente do SINDICONT-Rio, Lygia Sampaio, e os Diretores Flávio Pires e Ana Maria da Silva, participaram do III Encontro de Jovens Lideranças Contábeis do Rio de Janeiro, evento do CRCRJ realizado no dia 13 de dezembro no Espaço Cultural Escola Sesc.



Convenção Coletiva de Trabalho

O SINDICONT-Rio e o Sescon-RJ firmaram a Convenção Coletiva 2024/2025. O documento pode ser consultado no site do SINDICONT-Rio: <https://www.sindicont-rio.org.br/convencao-coletiva/>.



Reunião de Diretoria e Assembleia Geral Extraordinária

A Diretoria do SINDICONT-Rio realizou novas reuniões remotamente nos dias 26 de novembro e 16 de dezembro. A Assembleia Geral Extraordinária do Sindicato, por sua vez, ocorreu no dia 20 de dezembro.

Você sabia?

Em dezembro, foi sancionada a Lei 15.042/2024, que estabelece o Sistema Brasileiro de Comércio de Emissões de Gases de Efeito Estufa (SBCE). A medida cria o mercado brasileiro de carbono, cujo modelo de regulação adotado estabelece que os emissores dos gases deverão respeitar limites de emissão ou compensar isso com a compra de créditos de carbono. O SBCE engloba todos os setores em território nacional, exceto a produção primária agropecuária.

Cuidado ao longo da vida



Doenças Ósseas tem prevenção e tratamento

“É possível prevenir a perda óssea, muscular e cartilaginosa ao longo da vida.” Quem afirma é o ortopedista Dr. Frederico Barra, membro titular da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia (SBOT). Ele destaca que, a partir dos 10 anos de idade, devemos incentivar a ingestão de alimentos saudáveis, como laticínios e seus derivados, folhas verdes e proteína, além de evitarmos o tabagismo e o consumo exagerado de álcool. Embora a prevenção ao longo da vida seja o melhor remédio, o especialista também detalhou as doenças osteometabólicas mais frequentes e os respectivos cuidados e tratamentos.

“Devemos estimular atividade física desde a adolescência. Tanto a alimentação quanto os exercícios contribuem significativamente para prevenção de doenças musculoesqueléticas”, pontuou Dr. Barra, relatando as principais doenças

na especialidade, como osteoporose, osteoartrite e sarcopenia. Geralmente, se iniciam a partir dos 40 anos, com perda óssea de 1% ao ano, como explicou o médico.

“A osteoporose é uma diminuição da resistência óssea, com aumento do risco de fraturas por fragilidade. A resistência óssea é dada pela densidade do osso e sua qualidade. A osteoartrite é caracterizada por um desgaste da cartilagem articular, levando à dor crônica e limitação de movimentos. A sarcopenia é uma diminuição da massa da força e da performance muscular, diminuindo a qualidade de vida dos pacientes”, detalhou o médico.

Osteoartrite: prevenção e tratamento

Sobre a osteoartrite, Dr. Frederico Barra explicou que os cuidados incluem alimentação e exercícios aliados ao uso de nutracêuticos e condroprotetores,

como colágenos, polivitamínicos, glicosamina com condroitina, e fitomedicamentos, como cúrcuma, boswellia, harpagophytum e extratos insaponificáveis de soja e abacate, orientou o médico.

“A artrose é uma consequência da osteoartrite sem tratamento, com grande grau de limitação e que necessita de intervenções como infiltração de ácido hialurônico ou cirurgias, como artroscopia, osteotomia, artroplastia e artrodese”, sublinhou o especialista.

Artrite, artrose, lordose e hérnia

Na infância e juventude, o mais importante é manter uma vida saudável para prevenir problemas ósseos posteriormente. “Antes dos 40 anos, não é comum o acometimento do sistema musculoesquelético. Quando isso acontece, devemos pensar em causas secundárias como, por exemplo, doença do espectro da hiper mobilidade e doenças reumatológicas,” ressaltou Dr. Barra.

Por outro lado, artrite reumatoide, artrose, lordose, hérnia, doenças nos ossos e articulações que afetam o joelho, escoliose, entre outras, são as doenças mais comuns na terceira idade, como apontou o especialista.

“Elas são muito comuns nos idosos e a prevenção passa por uma avaliação médica adequada, orientando e indicando os tratamentos já mencionados”, esclareceu o ortopedista.

As mulheres são mais acometidas pelas doenças osteometabólicas, pois os homens têm a proteção da testosterona e por isso demoram mais para desenvolver esses quadros. Porém,

com homens sedentários e obesos pode ocorrer precocemente, explicou. Praticar pilates, RPG e musculação ajuda na prevenção dessas doenças.

Trabalhar muitas horas sentado, voltado para o computador, prejudica a saúde dos ossos. “O sedentarismo e a má postura podem aumentar o risco principalmente de hérnia de disco na coluna”, destacou o médico.

Osteopenia e osteoporose

A osteopenia e a osteoporose têm prevenção e tratamento, como ensina Dr. Frederico Barra. “Devemos realizar a densitometria óssea e utilizar cálcio, vitamina D e K, magnésio e medicamento anti reabsortivos ou formadores de osso.”

Fibromialgia e o reumatismo

“A fibromialgia é uma doença com disfunção das vias neurais da dor, caracterizando uma dor sem causa aparente. O diagnóstico é clínico, avaliando as regiões dolorosas pelo corpo e sintomas gerais como insônia, fadiga, dificuldade de concentração, rigidez articular entre outros”, pormenorizou o especialista “Podemos realizar uma tomografia corporal ou uma ressonância magnética cerebral funcional para confirmar o diagnóstico” complementou.

O tratamento envolve acupuntura, fisioterapia, medicações analgésicas como antidepressivos, relaxantes musculares, anticonvulsivantes e opioides. A cannabis medicinal pode ser uma alternativa no tratamento da fibromialgia nos casos que não respondem aos tratamentos iniciais”, concluiu o ortopedista.

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

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



Faculdade Presbiteriana
Mackenzie
Rio



SUPERMED
ADMINISTRADORA DE BENEFÍCIOS



LOGIMEX
COMÉRCIO EXTERIOR



DE BOM & DE BOM
SOCIEDADE DE ADVOGADOS



A.I.C. Consultoria
Empresarial
"DESDE 1949"

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.



SINDICONT-Rio



sindicont.rio



SINDICONT-Rio



Sindicont Rio



SINDICONT Rio