



VS

Ó s fis FACIMPA

Afya

@FACIMPA

v

svã sp

Meu nome é Lavynia Ferreira, sou natural de Minas Gerais e sou caloura pelo ProUni na FACIMPA. Por muito tempo sonhei com o dia em que eu estaria cursando medicina, e hoje, viver esse sonho é indescritível. Desde o princípio notei que a FACIMPA era diferente, inclusive minha entrada muito se deve ao amparo que a faculdade proporciona.

No primeiro momento me foi enviado e-mails, preocupados e atentos a documentação para posterior aprovação, atitude que eu nunca tinha visto. E, o amparo não se limita a isso: como ingressante pelos programas do governo (FIES e ProUni), eu e meus colegas entramos com um pouco mais de um mês de aulas atrasadas, entretanto, apesar de toda a correria, tivemos toda a orientação na primeira semana sobre o funcionamento da faculdade, principalmente sobre a metodologia ativa adotada, além de reposições de laboratórios que, a priori, perdemos para que não houvesse quaisquer prejuízos no ensino.

Dezembro chegou e, hoje, finalizando o primeiro período, sou imensamente grata por toda recepção e ajuda. Apesar do semestre corrido, a vida de um acadêmico de medicina é de grande esforço, mas com toda certeza de muita gratidão, percebo isso a cada APG, este proporcionou muitos desafios, porém, tenho gratidão ao ver os resultados.

Amo o curso de medicina, bem como a instituição, sei que graças a FACIMPA posso buscar sempre ser o meu melhor, para que futuramente eu seja uma profissional qualificada. Ansiosa pelo próximo semestre!!! Adeus 2023 e bem-vindo 2023.



R v Õ fiº fi



A Biblioteca Grão-Pará promoveu o 2º Corujão de estudos, nos dias 26 e 27 de novembro, de 8h às 00h. Esta atividade é uma extensão no horário de funcionamento da biblioteca que oferece um ambiente seguro e adequado para nossos acadêmicos durante o período de provas.



No dia 1º de dezembro de 2022, foi realizada a II Jornada Acadêmica da FACIMPA. Foi um momento de compartilhar conhecimentos, em que os acadêmicos do 1º, 2º e 5º período tiveram a oportunidade de expor e apresentar os resultados dos projetos realizados nas disciplinas de Métodos de Ensino e Pesquisa (MEP), Integração de Ensino Serviço e Comunidade (IESC) e Trabalho de Conclusão de Curso I (TCC).



Os pôsteres foram confeccionados pelos acadêmicos e ficaram expostos nas salas da instituição para as apresentações. Os grupos foram avaliados e arguidos por um time de avaliadores composto por docentes da instituição.

Para além do nervosismo sobre a escolha de quem iria apresentar (realizada por sorteio), a Jornada foi um momento de compartilhar as experiências, erros e acertos realizados durante a condução dos projetos.

Além de avaliar os trabalhos, nossos docentes puderam votar para a escolha dos projetos que conseguiram abranger todas as

atenção, cuidado, extensão. Os projetos mais votados estão listados abaixo e os acadêmicos do grupo irão receber uma menção honrosa pelo destaque do projeto durante a II JAF:

Trabalho: Psicose puerperal e seu impacto na saúde.
Alunos: Amanda Rosa Santos Leal, Carmen Lucia Pereira de Sá, Denise Guimarães Contreiras, Sheylla Rodrigues S. Brandão.

Trabalho: Educação sexual nas escolas no município de Marabá/PA: ações de prevenção e conscientização.

Trabalho: Educação sexual nas escolas no município de Marabá/PA: ações de prevenção e conscientização.

Alunos: Priscila Silva Lopes, Reijania Celia Veras Gomes, Vinício Correa Lemes, Taissa Beatriz Assunção Chagas, Valéria Silva da Campo, Vinicius Silva Barros.



Trabalho: A importância da quebra de tabus na saúde sexual feminina.
Alunos: Abilio Strutz Medeiros, Adriana dos Santos Silva, Allan Raniere Santos da Silva, Ana Belly Inácio de Albuquerque, João Lucas Alencar Santos, Gustavo de Sá Cavalho Ortegal.

Trabalho: Câncer de próstata: importância da adesão aos exames de rastreamento.
Alunos: Guilherme Silva Andrade, Igor Deivid da Silva Dantas, José Victor Cruz Cajueiro, Lavynia Ferreira Nunes, Maria Juliana Moura Ribeiro, Sabryne Ferreira Moreira Borges, Vitoria Miranda Alves.

Trabalho: Ação de conscientização no tocante à dignidade menstrual: um relato de experiência
Alunos: Maria Eduarda Duarte, Maria Eduarda Amorim, Letícia Cordeiro Galletti, Larissa Dias Lobato, Aline Vieira Pontes, Diana Campos, Amanda Ramos.



Trabalho: Desmistificando conceitos estabelecidos sobre a leishmaniose no município de Marabá/PA: um relato de experiência.

Alunos: Iasmine Aléxia de Aquino Melo, José Joaquim Cruz Neto, Gabriel Drosdosky dos Santos Almeida, João Henrique Batista Couto Cardoso, José Guilherme Oliveira Matias, Pedro Guilherme Barata Machado Barros, Pedro Keven Barros da Silva, Rafaela Laiane Rodrigues Marques, Rafaela Vieira Souza.



Trabalho: Controle e prevenção da hipertensão arterial sistêmica e diabetes mellitus na atenção primária à saúde através do hiperdia: um relato de experiência.

Alunos: Gabriella Pereira, Ana Carolina Rios Zortéa, Eduardo Melo Afonso, Erick Gabriel Holanda Mende, Eduardo Henrique Freitas Silva, Maysa Baiao Milhomem, Harley Gomes B. Costa, Eduardo Passarelli.

A COPPEXII agradece a participação de todos os envolvidos nesta jornada em especial a nossa equipe organizadora e aos nossos professores avaliadores. Que possamos sempre prestigiar o trabalho desenvolvido em nossa instituição e assim trazer melhorias para toda a comunidade.

A III JAF já tem data para acontecer, pode agendar: encontrar-nos-emos dia 17 de junho de 2023.

Corrida dos médicos 2022



A FACIMPA sediou a 4ª Corrida do Médico que aconteceu no dia 27/11. A largada foi às 6h45min., o itinerário foi de 5km e contou com diversos públicos: atletas profissionais, médicos, profissionais da saúde, professores, alunos de medicina e comunidade em geral.

A FACIMPA junto a Top Tri foi patrocinadora da 4ª Corrida do Médico, esse evento foi a segunda vez consecutiva que a IES sediou a ação desportiva.

Apoiar eventos como esse é entender a

responsabilidade para a saúde, isso é uma marca da FACIMPA. A faculdade agradece a todos os corredores pela participação e, certamente, todos foram campeões em saúde e qualidade de vida.

Ação Dia do Diabetes

Desde o ano de 1991 que a data “14 de novembro” é celebrada pela Federação Internacional de Diabetes (IDF, sigla em inglês) e pela Organização Mundial de Saúde como dia Mundial de Conscientização do Diabetes.

Nos dias 18 e 19 de novembro ocorreu na FACIMPA um evento idealizado pela professora Dra. Tatiana Carvalho com apoio da COPPEXI, cujo objetivo foi de chamar a atenção dos cidadãos e governantes para a problemática da diabetes e alertar sobre os fatores de risco para o aparecimento da doença e como evitá-los.

A abertura do evento teve início em 18 de novembro, a partir das 18h30, com a palestra



“Rastreamento e cuidados de enfermagem com pacientes diabéticos”, ministrada pela professora enfermeira Osmaria Guedes; em sequência tivemos a palestra “Cuidados com o paciente diabético na APS: o que é indispensável ao médico clínico?”, desenvolvido pelo médico Dr. Isaac Prado Ramos, e para finalizar o primeiro dia de evento tivemos a palestra “Abordagem prática em feridas (pé diabético)”, com o Dr. João Noronha Teles. No segundo dia, 19 de novembro, tivemos ações em dois pontos da cidade, na praça Duque de Caxias (Marabá –Pioneira) e na Feira da Folha 28 (Nova Marabá), onde foram realizados testes de glicemia, aferição de pressão e IMC, atividades essas que foram desenvolvidas por nossos alunos da FACIMPA de diferentes turmas.



Intramed Pará 2022

Marabá foi palco, nada mais nada menos, do INTERMED/PA, que aconteceu entre os dias 03 e 06 de novembro. A organização foi realizada pela atlética “Águias” de medicina da Universidade do Estado do Pará (UEPA). O evento reuniu diversas atléticas de medicina do estado, tanto públicas quanto privadas, que disputaram diversas modalidades esportivas.

A Diastólica, atlética do curso medicina da Facimpa, esteve presente no evento, que com sua forte torcida, pôde comemorar as vitórias e ficar em quarto lugar no INTERMED estadual.

Além da prática desportiva, houve a integração e descontração com quatro noites à moda atletas: com festas e muita música.

A Facimpa parabeniza a Diastólica pelo seu empenho e dedicação. Vamos conhecer o ranking Diastólica 2022:

Truco feminino - campeões (1º lugar), Futsal masculino (3º lugar), Vôlei masculino (2ºlugar), Vôlei feminino (2ºlugar), Basquete masculino (3ºlugar), Handebol feminino (2ºlugar), Sinuca masculino (2ºlugar), Tênis de mesa feminino (2ºlugar), Truco masculino (2ºlugar), Poker masculino (2ºlugar). Natação: modalidade livre feminino – Marcela (2ºlugar), modalidade peito feminino – Sandra (2ºlugar), modalidade borboleta feminino (2ºlugar), revezamento medley que garantiu em sua primeira participação o 4º lugar.





O ano de 2022 foi bem legal para uns e não tão bom para outros, como muita coisa é relativa, vamos ver se você aprendeu ou deveria ter aprendido neste ano:

1. Deveria ter aprendido a ser sucinto. A nossa sociedade quer cada vez mais informação com menos tempo de dedicação, então deveria ter me aprimorado nessa missão, principalmente quanto aos feedbacks.
2. Deveria ter aprendido sobre a importância da transparência e da segurança psicológica no trabalho e na faculdade e o quanto essa condição faz diferença no dia a dia.
3. Deveria ter aprendido sobre as grandes aprendizagens com amigos, colegas, professores e outras pessoas que surgiram neste ano. Valeu a pena?
4. Deveria ter aprendido sobre a (dura) realidade de estudar medicina: muitas leituras, videoaulas, artigos, aulas, palestras, ações, etc.
5. Deveria ter aprendido as diferentes opiniões sobre qual caminho escolher e entender o quanto cada um pôde contribuir e como isso se traduz no dia a dia da faculdade e na minha vida social.
6. Deveria ter aprendido: "Sem pressa, mas sem preguiça".
7. Deveria ter aprendido que todo estudante de medicina é um líder, ou seja, deveria priorizar o respeito, a humanização e a empatia com toda as pessoas que estão ao meu redor.

Halloween Facimpa



A Biblioteca Grão-Pará da Facimpa, no dia 04/11, comemorou seu primeiro Halloween com o tema "Doces ou Travessuras". Durante a manhã chuvosa de Marabá, apontando um clima sombrio e horripilante, teve direito a fantasias criativas, sorteios surpresas e cupons que davam direito a diversos prêmios: guloseimas e algumas prendas. Os acadêmicos se divertiram durante a caça aos cupons, assim como os colaboradores que vieram prestigiar o evento. Parabéns a todos os envolvidos no evento, foi um sucesso!

Como desinflamar seu corpo após as comilanças do final de ano?

As festas de final de ano proporcionam momentos de descontração, cumplicidade, felicidade e alegria por estarmos juntos com amigos e familiares. No entanto, a abundância de bebidas e comidas, que são populares nesses eventos, na maioria das vezes, nos faz cometer alguns exageros que são nocivos para nossa saúde. O momento se torna ideal para ignorar a dieta e se entregar a toda essa comilança. E é claro, que essa diversidade de comida nos leva a consumir mais do que o necessário. Conseqüentemente, quando isso ocorre, sobrecarrega o nosso sistema digestivo, podendo causar dores abdominais, azia, náuseas, desarranjo intestinal, queimação, refluxo, enxaqueca, aumento nos níveis de glicose no sangue e má digestão, provocando um desequilíbrio na flora intestinal, causando inflamação. A inflamação é um mecanismo que nosso corpo usa para combater infecções, tais como lesões e toxinas, na tentativa de se recuperar, ou seja é um processo de luta que nosso organismo entende como prejudicial. Com o tempo, essa inflamação pode se tornar crônica e ter um impacto negativo nos tecidos e órgãos, prejudicando a nossa qualidade de vida e nosso bem-estar. Alguns estudos indicam que a inflamação crônica também pode contribuir para uma série de doenças, desde câncer, doenças cardíacas, diabetes, asma, entre outras patologias. Alguns fatores podem colaborar para desencadear essa inflamação, tais como, obesidade, má alimentação, estilo de vida, sedentarismo, má qualidade do sono, estresse, álcool, cigarro, poluição, e assim por diante. Embora esses fatores existam, segue abaixo alguns sinais que mostram que seu corpo está inflamado: unhas quebradiças, irritabilidade, ansiedade, dificuldade em perder peso, acne, problemas na pele, falta de concentração, queda de cabelo, alterações na urina como cor e cheiro forte, irregularidade do intestino, língua esbranquiçada, vontade de comer doces frequentemente, inchaço e retenção de líquido.



Nutricionista Elienaide sampaio CRN- 13551



Sabemos que essas festas acontecem uma vez por ano, todavia a médio e longo prazo, uma má alimentação, poderá trazer vários prejuízos para a nossa saúde, por isso, é imprescindível voltarmos a rotina buscando oferecer para nossa vida, uma alimentação equilibrada e nutritiva. Dessa maneira, é de suma importância investir em alimentos anti-inflamatórios.

Vamos lá para algumas dicas de alimentos anti-inflamatórios:

Vegetais e legumes: brócolis, couve manteiga, pimentão, pimenta, espinafre, rúcula, repolho roxo, cebola, batata roxa, abobora, beterraba, aipo, procure ter diversidade e cor no seu prato.

Temperos: açafrão da terra, cravo, orégano, canela, alecrim, louro, gengibre, sálvia, manjeriço entre outros.

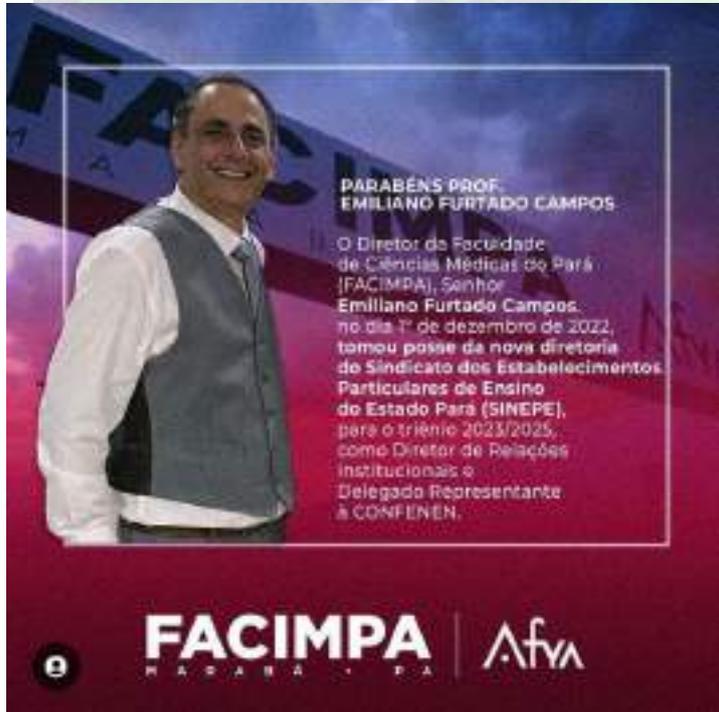
Frutas: abacate, morango, amora, framboesa, uva, mamão, caju, cereja, melancia, cranberry, goiaba, ameixa, jabuticaba, damasco, procure consumir pelo menos três frutas por dia.

Oleaginosas: castanha de caju, castanha do Pará, lentilha, grão de bico, ervilha, nozes, amendoim e amêndoa.

Peixes: sardinhas, salmão, atum, anchova e bacalhau.

Não podemos esquecer do azeite extra virgem por ser uma fonte de ácidos graxos e por contribuir com a redução do colesterol ruim o LDL. Lembrando sempre de manter o corpo hidratado, pois se hidratar é primordial, além de aumentar o fluxo sanguíneo, melhora o funcionamento do intestino, e aumenta a absorção dos nutrientes. Enfim, é claro que podemos aproveitar essas comemorações em toda sua plenitude, só temos que ter em mente que voltar a rotina com uma dieta rica em nutrientes, uma vida com exercícios físicos e uma boa qualidade do sono, é primordial. Boas festas para todos!

Acontece aqui!



Aconteceu dia 01/12/2022 a nomeação da nova diretoria do Sindicato dos Estabelecimentos Particulares de Ensino do Estado Pará (SINEPE). Na ocasião, o nosso Diretor Emilliano Furtado Campos tomou posse para o triênio 2023/2025 como Diretor de Relações Institucionais e Delegado Representante à CONFENEN. Parabéns Prof. Emilliano.



Nesta edição do Programa Evoluir tivemos o workshop sobre finanças pessoais com nosso colaborador Luan Barros.



Dia 17/11, foi o retorno da nossa psicóloga Edléia Ribeiro do NED (Núcleo de Experiência Discente) que teve sua recepção calorosa do seu gestor Marcello Schmidt - Coordenador Acadêmico da FACIMPA.



Tem gente nova na área

**NAPED SOB NOVA
COORDENAÇÃO**

Prof. Caroline Lima Garcia

BEM-VINDA



NAPED | FACIMPA | Afva

**NOVA COORDENADORA
ADJUNTA**

Patrícia Almeida dos Santos

BEM-VINDA



FACIMPA | Afva

**NOVO COORDENADOR
DE CURSO**

Leonardo Magalhães Santos

BEM-VINDO



FACIMPA | Afva

Férias de fim de ano

**ESTA CHEGANDO AS
FÉRIAS DE FIM DE ANO**
RECESSO 27/12/2022 A 08/01/2023
E FÉRIAS 09/01/2023 A 18/01/2023

DOCENTES

FACIMPA | Afva

**ESTA CHEGANDO AS
FÉRIAS DE FIM DE ANO**
19/12/2022 A 07/01/2023

Não se aplica aos colaboradores dos setores que atenderão no plantão do período informado. Consultar líder imediato, para ver a escala.

ADM

FACIMPA | Afva



Dezembro chega com algumas novidades. Vale a pena conferir!

Para os fãs de suspense, daqueles que dão MUITA agonia mesmo, Zoë Kravitz vive uma personagem que descobre provas de um crime terrível em *Kimi*. Tudo seria fácil se não fosse um detalhe: a mulher possui o transtorno de agorafobia, que evita como que ela saia do próprio apartamento. A direção é assinada por Steven Soderbergh (*Onze Homens e Um Segredo*), então já espere a tensão lá no alto.

Onde assistir: HBO Max



A Marvel lança em novembro o aguardado especial de Natal dos Guardiões da Galáxia. Em busca de animar Peter Quill (Chris Pratt) após o desaparecimento de Gamora (Zoe Saldana), Drax (Dave Bautista) e Mantis (Pom Klementieff) decidem visitar a Terra durante as festividades de Natal.

Onde assistir: Disney



O clássico infantil *Pinóquio* chega com mais uma versão audiovisual no fim de ano da Netflix, e pela mão de ninguém menos que Guillermo del Toro. O filme mostra o bonequinho de madeira sonhando em ser um menino de carne e osso, além dos dramas do carpinteiro Gepeto e as aventuras pelo mundo afora. A trama chega como animação em stop motion, bem no estilo característico do cineasta.

Onde assistir: Netflix



Lisa (Christina Moore) é uma mulher prática que carrega poucas crenças na vida. Esse é um dos motivos pelos quais ela odeia a época natalina. Quando Lisa conhece Tom, ela começa a achar que finalmente conheceu o homem dos seus sonhos, até descobrir que ele ainda acredita em Papai Noel. Agora Lisa precisará deixar seu julgamento de lado e respeitar as crenças de Tom em nome do amor.

Onde assistir: Netflix



V

natura
bien estar bien

CONSULTORA NATURA
IRANILDE SOARES
[94] 99159-8578

FELIPE MARQUES
RELÓGIO NAVIFORCE
[94] 99263-4044

NUTRICIONISTA
ELIENAIDE SAMPAIO
CRN- 13551
[61] 98242-9346

MACIAMARA SIRQUEIRA
CONSULTORA ROMMANEL
[94] 99141-2356



o ã o



Alane Kelly Almeida

Gente e Gestão

Redatora



Felipe Marques

Assistente Administrativo I

Redator



Helem Maylink

Bibliotecária

Redatora



João Paulo Alves

Pedagogo

Redator/Revisor



Marciano Vidal

Professor

Revisor



Sarah Paranhos

Coordenadora de Marketing

Redatora



Thalita Oliveira

Aluna -T3

Redatora



Vanessa Gonçalves

Aluna -T3

Redatora



Wesley Silva

Design Gráfico

Diagramador



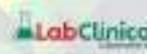
ô ó Á í

FACIMPA

MARABÁ - PA

FACILITA

O Facimpa Facilita foi desenvolvido para trazer descontos e vantagens para os nossos alunos e funcionários. Essa ação chega para ajudar e facilitar a correria do dia a dia de todos.



AQUI sua Opinião é ouvida!

Ouvidoria da Faculdade FACIMPA



(94) 2322-4307
Atendimento presencial
ouvidoria@facimpa.edu.br
www.facimpa.edu.br/site/ouvidoria

LINAS NO SALCÃO DE ATENDIMENTO (SECRETARIA E BIBLIOTECA)



fiã s ã

