

médico **CREMERJ**
& saúde

Ano I | Número 1 | Out/Nov/Dez 2007

ENTREVISTA

Clementino Fraga Filho,
um ícone da Clínica Geral

ECONOMIA

Dicas para planejar
o orçamento doméstico

BIOÉTICA

Gestantes precisam ter
acesso à informação

Profissional
por vocação

Dia do Médico

PARABÉN

VOCÊ VA

UMA HOMENAGEM AO DIA DO MÉDICO.

O Conselho Regional de Medicina do Estado do Rio de Janeiro (CREMERJ) lançou a campanha "Quanto Vale o Médico?" para despertar na sociedade a consciência sobre a importância do médico e de suas condições de trabalho. Aproveitamos o dia do médico para dizer que sabemos muito bem o quanto ele vale: muito. A todos os médicos, os parabéns do CREMERJ.

S. MÉDICO.

LE MUITO

CREMERJ

Expediente

MÉDICO & SAÚDE

Publicação trimestral do Conselho Regional de Medicina do Estado do Rio de Janeiro – Cremerj para divulgação interna

CONSELHO EDITORIAL

Abdu Kexfe
Alkamir Issa
Aloísio Tibiriçá Miranda
Carlindo de Souza Machado e Silva
Kassie Regina Neves Cargnin
Luís Fernando Soares Moraes
Márcia Rosa de Araujo
Marília de Abreu Silva
Pablo Vazquez Queimadelos
Paulo Cesar Geraldés
Renato Brito de Alencastro Graça
Sérgio Albieri
Sidnei Ferreira

PRODUÇÃO

FSB Comunicações – www.fsb.com.br

EDIÇÃO

Ursula Alonso Manso

DIAGRAMAÇÃO

FSB Comunicações – www.fsb.com.br
Fernanda Fontenelle

ILUSTRAÇÃO E INFOGRAFIA

FSB Comunicações – www.fsb.com.br
Jforni

REPORTAGEM

Douglas Dwight
Olga de Mello

FOTOGRAFIA

Raul Lopes
Shannon Long - Capa

PROJETO GRÁFICO

FSB Comunicações – www.fsb.com.br
Bruno Soares Bastos

IMPRESSÃO

Gráfica Minister

TIRAGEM

55 mil exemplares

Para enviar cartas e sugestões
medicoesaude@cremerj.org.br



Caro colega,

O diagnóstico era claro: fazia-se necessário estreitar, ainda mais, a comunicação do Cremerj com os médicos. O tratamento chega agora às suas mãos, neste primeiro número da revista Médico & Saúde, a mais nova publicação do Conselho, de periodicidade trimestral.

Mais que uma revista dedicada a debater assuntos do dia-a-dia da Medicina ou a anunciar eventos do Cremerj, Médico & Saúde surge com a proposta de levar informação e entretenimento de qualidade à classe médica. Para isso, definimos um leque amplo, com reportagens que abrangem de cultura a dicas de turismo, passando por temas de comportamento e economia, além dos relacionados à Medicina.

Nesta edição inaugural, o destaque – como não podia deixar de ser – fica por conta do Dia do Médico, comemorado em 18 de outubro. Nossa proposta foi percorrer a história da Medicina no Brasil a partir de relatos dos próprios médicos. As venturas e desventuras de ser médico estão também contadas a partir da página 6, na entrevista com o professor Clementino Fraga Filho, 90 anos recém-completados.

Já a polêmica do número chega numa instigante matéria sobre a aplicação de testes preditivos durante a gravidez. A geneticista clínica Dafne Dain Gandelman Horovitz faz o alerta, convidando à reflexão: “Ninguém melhor do que o próprio paciente para saber o que é melhor para si”.

A proximidade do verão e os cuidados que ele impõe à pele e aos cabelos estão na seção sobre bem-estar, enquanto na seção sobre história aproveitamos para homenagear os 100 anos do Hospital Souza Aguiar. E não é só. O restante, porém, deixamos para você descobrir.

Boa leitura!

Márcia Rosa de Araujo

Presidente do Cremerj

Índice

Capa



Foto de Pavel Losevsky

A Medicina, pelos médicos 20

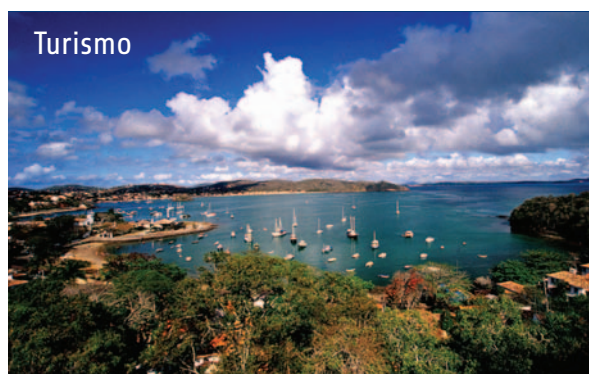
Fotos de divulgação

História



O centenário de um marco da assistência pública no Brasil 25

Turismo



Paraíso e agito a poucas horas do Rio 28

Entrevista	6
Cidade	10
Comportamento	13
Bioética	16
Bem-estar	32

Economia	35
Compras	38
Cultura	40
Em foco	42

A Medicina como missão de vida

Baiano radicado no Rio, Clementino Fraga Filho lembra clientes ilustres e lamenta a distância entre médicos e pacientes



Aos 90 anos recém-completados, Clementino Fraga Filho não é um saudosista. Lamenta que a vida tenha se tornado muito corrida, mas comemora o progresso tecnológico. Os tempos mais tranqüilos do passado permitiram que acumulasse uma série de atividades desenvolvidas simultaneamente. Além de professor de Clínica Médica da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), da qual também foi reitor, fundou e dirigiu o Hospital Universitário da mesma universidade, que acabou recebendo seu nome. Modesto, não fala sobre os títulos que recebeu desde os tempos de estudante, nem se refere aos ex-alunos como seus. “Eu era apenas um dos professores. Eles eram alunos de uma equipe muito bem afinada”, afirma. A agitada rotina ficou para trás. Hoje, este baiano de nascimento, criado no Rio de Janeiro, deixa a casa na Gávea, onde vive com a mulher Izar, três vezes por semana para ir ao consultório em Botafogo. “Continuar clinicando é um privilégio que os pacientes me concedem”, diz Clementino Fraga Filho, que conversou com a equipe de Médico & Saúde sobre os rumos da profissão que tomou como sua missão de vida.

MÉDICO & SAÚDE – *O que mudou no relacionamento entre médico e paciente desde que o senhor começou sua carreira?*

CLEMENTINO FRAGA FILHO – Havia mais tempo e mais contato com o paciente. A ciência e a tecnologia alcançaram progressos extraordinários, quase milagrosos. É fundamental, no entanto, que o exercício da Medicina tenha uma base humanitária. É necessário que o médico tenha solidariedade e compaixão. A maioria das reclamações contra médicos não se refere ao aspecto científico, mas ao humano, ao desinteresse, à indiferença do médico. Ao mesmo tempo, o médico está submetido a uma rotina difícil, sem recursos para atender. As condições de trabalho ou são de extrema riqueza ou são péssimas. As filas intermináveis nos hospitais e postos de saúde começam de madrugada. Isso precisa ser corrigido.

MÉDICO & SAÚDE – *Se o senhor fosse começar a trabalhar agora, como jovem médico, o que faria?*

CLEMENTINO FRAGA FILHO – Seria clínico, sem dúvida, mas iria para o interior. Apesar dos avanços tecnológicos, no interior ainda temos dificuldade de acesso aos serviços de saúde e a população não é tão saudável. O ideal seria haver centros regionais integrando um sistema de referência, com pesquisa e atendimento por todo o país. Mas isso ainda vai demorar a acontecer.



“Apesar dos avanços tecnológicos, no interior ainda temos dificuldade de acesso aos serviços de saúde e a população não é tão saudável.”





Foto de divulgação



Homenagem em vida

MÉDICO & SAÚDE – *Como o senhor avalia o excesso de exames que são pedidos hoje antes de se chegar a um diagnóstico?*

CLEMENTINO FRAGA FILHO – O excesso de exames é ruim. Os exames deveriam ser complementares à clínica médica. Estamos vivendo o clímax de uma era de medicalização da Medicina. Em 1930 já se advertia para este risco. É bom que existam especialistas, mas todos os médicos deveriam fazer um pouco de clínica, aprender a entender o paciente, a ouvir. Por outro lado, é injusto que exames caros, como ressonâncias, só possam ser oferecidos a quem tem recursos. Deveria haver melhor distribuição dos benefícios.

MÉDICO & SAÚDE – *O senhor acompanhou toda a construção do Hospital Universitário do Fundão, que acabou sendo batizado com seu nome. Como foi a implantação do hospital?*

CLEMENTINO FRAGA FILHO – A construção do Hospital do Fundão começou na década de 50, mas ele levou mais de 20 anos até ser inaugurado. Vivia sendo criticado como um elefante branco, um hospital superdimensionado, mas era imprescindível para o ensino clínico. Em 1972, sabendo que teríamos verba federal para a festa do sesquicentenário da Independência, pedi ao então senador Ney Braga que os recursos fossem utilizados para abrir o hospital. Na época, eu era vice-reitor da UFRJ e fiz parte da comissão de implantação do Hospital do Fundão, que foi inaugurado em 1978.

MÉDICO & SAÚDE – *O que mais lhe marcou no período na reitoria da UFRJ?*

CLEMENTINO FRAGA FILHO – Acabei sendo arrolado como testemunha do Vladimir Palmeira. Era um episódio horrível, a invasão do Teatro de Arena da Praia Vermelha, em 1966, uma confusão, policiais bateram nos estudantes. (No episódio, que ficou conhecido como “Massacre da Praia Vermelha”, a polícia militar invadiu a Faculdade de Medicina e prendeu 600 estudantes. O ex-deputado Vladimir Palmeira era um dos líderes estudantis.) Eu era reitor à ocasião e fui chamado para falar sobre a invasão do espaço universitário. Estava muito alvoroçado, preocupado com o que diria, o que iriam entender do meu depoimento. Nem precisava. Antes de mim, depôs a Tônia Carrero. O depoimento da Tônia foi acompanhado em silêncio reverente por toda a imprensa. Ela acabou de depor, saiu, foram todos atrás



dela. Meu depoimento mal foi anotado pelos jornalistas. Também, a Tônia era a mulher mais linda do Brasil...

MÉDICO & SAÚDE – Com tantas atividades paralelas ao longo da carreira, como o senhor fazia para descansar?

CLEMENTINO FRAGA FILHO – Apesar da carga administrativa, nunca deixei de dar aula, pois o hospital cuida da parte assistencial, mas não da educacional, que é muito importante para mim. E nunca me preocupei em tirar férias. Acho que sou de um tempo em que não havia tanta preocupação com o lazer. O trabalho me absorvia. Meus clientes já me divertiam um bocado. Eu gosto muito de música, era médico do

Vinicius (de Moraes), do Baden Powell e do (Dorival) Caymmi. Esse eu tive que proibir de me procurar na Santa Casa porque era um alvoroço quando ele chegava lá. Todos queriam conversar com o Caymmi. Vez por outra eu emendava uma viagem em congresso com atividades de lazer e descanso. Numa delas, fizemos um passeio de saveiro pela Baía de Todos os Santos, em Salvador, com Caymmi tocando ao entardecer, uma das minhas mais agradáveis recordações. Mas não sou realmente um viajante, nem tenho casa de veraneio. Gosto é de conversar e ler poesia de Pablo Neruda e de meu ex-cliente Manuel Bandeira. Esse tinha problemas gástricos constantes. Escrevia cartões chamando-me de seu “gástrico amigo”... ■

Ipanema entra na onda da legalização

Objetivo é fiscalizar o comércio, reprimir o tráfico de drogas e combater ilegalidades no trânsito

Ipanema é o novo alvo da Secretaria estadual de Governo. O bairro receberá, nos próximos meses, representantes de diversos órgãos do Governo e da Prefeitura do Rio, com o objetivo de impor a ordem, fiscalizando o comércio, reprimindo o tráfico de drogas e combatendo ilegalidades no trânsito.

Lançada em abril passado, a iniciativa começou por Copacabana. A escolha partiu de um trabalho de inteligência realizado pela Secretaria estadual de Segurança, que mapeou com fotos e vídeos diversas ações ilícitas na orla de um dos bairros

mais emblemáticos da cidade. Após cinco meses, a Operação CopaBacana acolheu 809 moradores de rua e 458 menores, prendeu sete menores infratores e deteve outras sete pessoas com mandato de prisão.

Também foram notificados e removidos para depósito 19 veículos, multados 186 veículos e 17 vans, rebocadas seis vans e 15 kombis que serviam de depósito, além de multados 20 caminhões de entrega de mercadorias por acondicionar alimentos de forma inadequada. Já no mês de maio, o número de furtos nas ruas





de Copacabana registrou queda de 27%, enquanto o índice de assaltos a turistas diminuiu em 59% em relação à mesma época do ano passado.

Para o secretário de Governo, Wilson Carlos, idealizador da operação, a participação da sociedade civil é decisiva para o sucesso de ações deste tipo. “A colaboração dos moradores de Copacabana, ligando para o telefone 2299-5300 e nos mantendo informados sobre o que acontecia no bairro, foi fundamental”, afirma, lembrando que, ao contrário do que muitos pensam, a operação não parou por aqui. “A Operação CopaBacana tem caráter permanente”, avisa.

Os resultados da ação em Copacabana motivaram o poder público a estender a operação a outros

bairros. A escolha do Cristo Redentor como uma das novas sete maravilhas do mundo indicou o caminho. Em agosto, foi a vez de o Cosme Velho receber os fiscais do Governo e da Prefeitura. “Os turistas que visitam o Cristo Redentor não podem ter medo ou constrangimento por parte de pessoas que agem de forma irregular”, diz um dos coordenadores do projeto, o subsecretário de Governo Rodrigo Bethlem.

Realizada em dois pontos, na Praça do Corcovado e na saída do Túnel Rebouças, as intervenções da Operação Maravilha, nome dado à ação no Cosme Velho, resultaram – apenas no primeiro dia – na apreensão de um microônibus, quatro vans, duas kombis e um táxi. Todos realizando transporte irregular de turistas. Ao final de dois meses, novas



Fiscais em ação em Copacabana

apreensões e reboques: 12 vans e 12 carros de passeio. Ainda foram aplicadas 75 multas, multados e lacrados dois ônibus, apreendidas duas motos e levados para averiguação em delegacias quatro falsos guias.

Ao lado de policiais civis e militares, participaram das operações os fiscais da TurisRio, do

Departamento de Transportes Rodoviários (Detro), da Fundação para a Infância e Adolescência (FIA), da Fundação Leão XIII, do Detran, da Guarda Municipal e da Comlurb. E, para garantir a perenidade das ações em Copacabana e no Cosme Velho, pelo menos no que se refere à população de rua, o projeto entrará numa segunda fase a partir de outubro.

De acordo com convênio assinado entre o Governo do Estado e a Oporttrans Concessão Metroviária S/A, os moradores de rua, depois de capacitados pela Fundação Leão XIII, terão emprego durante um ano na concessionária do metrô ou em suas contratadas. O contrato pode ser prorrogado por tempo indeterminado, conforme acerto entre empregado e empregador. “É preciso aliar ações de fiscalização e iniciativas sociais que dêem a essas pessoas uma perspectiva de melhoria”, destaca Wilson Carlos. ■

Segurança terá reforços de mais 7,5 mil policiais

Quem vive o dia-a-dia da Medicina sabe bem: o melhor termômetro da violência na cidade está nas emergências dos grandes hospitais públicos. É lá que, muitas vezes, acidentados aguardam atendimento enquanto as equipes médicas se mobilizam para salvar a vida de bandidos. Mas vai longe o tempo em que baleado era sinônimo de homem jovem atingido em confronto com a polícia.

“Hoje ninguém está imune, não existe mais um único perfil do baleado. Atendemos mais vítimas de balas perdidas do que envolvidos em tiroteios. E essas vítimas são crianças, bebês, senhoras, velhinhos...”, lamenta a médica Kátia Abi-Haila, chefe de equipe de emergência do Hospital Salgado Filho.

Embora a população tenda a aplaudir ações com menos tiros, o secretário estadual de Segurança, José Beltrame, defende que a inteligência da polícia não pode ser medida assim. E elege o vilão da violência no Rio: “O fuzil é o nosso inimigo número 1. É uma arma de guerra que causa a morte em quase 100% das vítimas, em sua maioria pessoas da comunidade, feitas de alvo pelos próprios traficantes. O armamento de guerra usado pelo tráfico foi comprado e estocado ao longo dos últimos 20 anos”, explica.

Empenhado na meta de desarmar o tráfico, Beltrame promete aumentar o número de policiais militares nas ruas em mais 7,5 mil agentes num prazo de três anos. A Secretaria de Segurança, diz ele, também vem reforçando a vigilância sobre a Zona Norte, uma das áreas das mais críticas da cidade. Hoje, o Rio conta com 6 mil policiais militares nas ruas, além de 3 mil homens em outras atribuições.

Amigo ou bicho-papão?

Controlar o uso indiscriminado do computador é zelar pela saúde das crianças

Desde que se tornaram utensílios domésticos de fácil acesso, a partir dos anos 90, os computadores entraram no ambiente familiar com atrativos irresistíveis para crianças e adolescentes. Mas se, hoje, essas máquinas tornaram-se ferramentas indispensáveis para a educação moderna tornaram-se também motivos de preocupação.

São pais que se vêem diante de um mundo de

jogos, canais de bate-papo e sites de relacionamento. Como preparar os filhos para o uso saudável e adequado dos recursos do mundo virtual? Como preveni-los sobre as armadilhas da rede? Como não permitir que eles se isolem do convívio com a família?

Doutora em Educação pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), Andrea



Ana Luisa com Gabriel, enquanto Beatriz lê um livro



Não cabe mais a pergunta se o computador pode fazer parte do processo educacional, ele já é um poderoso instrumento da educação moderna.

Andrea Ramal



Ramal é uma entusiasta da tecnologia digital. “Hoje em dia não cabe mais a pergunta se o computador pode fazer parte do processo educacional, ele já é um poderoso instrumento da educação moderna.”

Segundo a pedagoga, que estuda as novas formas de pensar e aprender a partir da multimídia e das tecnologias digitais, os benefícios das ferramentas do computador são inúmeros: a interação com diversidades culturais, o acesso a fontes inesgotáveis de pesquisa numa velocidade nunca antes imaginada e a possibilidade de criação de blogs, os diários eletrônicos que estimulam a escrita e ajudam a desenvolver idéias. “A questão que podemos colocar é como fazer o melhor uso pedagógico disso tudo?”, pondera.

Pais de duas meninas, o cirurgião plástico Gedalias Heringer Filho e a engenheira civil Cristina Toulías Heringer não tiveram dúvidas quando decidiram comprar um único microcomputador para uso de todos na casa, que fica estrategicamente posicionado na sala de estar.

“Podemos visualizar o monitor de qualquer ponto do ambiente”, explica Heringer. “De início ficamos nos questionando se estávamos agindo certo, mas depois que minha caçula entrou num site de busca de imagens, escreveu as palavras ‘Branca de Neve’ e apareceu na tela uma cena de sexo explícito,

tivemos a certeza de que nossa decisão foi correta”, lembra Cristina.

REGRAS CLARAS

O casal conseguiu estabelecer regras que as filhas Sofia, de 13 anos, e Laura, de 10 anos, assimilaram bem. Elas sabem que não podem entrar em sites suspeitos, abrir e-mails de procedência desconhecida, participar de sites de relacionamento ou salas de bate-papo. A exceção fica por conta das conversas via MSN, em que só são adicionados amigos. “Além disso, estamos sempre procurando criar programas em família, levando as meninas para caminhar, assistir filmes, ir à praia, enfim atividades que possam ser compartilhadas por todos”, diz Cristina.

Ponto para eles. Na visão do professor de Pediatria da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Sidnei Ferreira, é preciso buscar o equilíbrio entre o tempo dedicado ao computador e a outras atividades cotidianas, como os estudos e exercícios físicos. “Tudo em excesso faz mal.”

Para Ferreira, é preocupante quando uma criança abandona outros afazeres por causa do computador. “Cabe aos pais a tarefa de criar programas atrativos em família”, diz. “Também é importante prestar atenção sobre como e para que seus filhos estão

usando o computador, alertando-os sobre os perigos da rede. E, quando uma uma boa conversa não resolver, vale lançar mão de filtros bloqueadores que inibem a navegação por sites impróprios”, defende.

CONFIANÇA E BOM SENSO

A produtora cultural Ana Luisa Lima nunca teve dificuldades em estabelecer regras para a filha Beatriz, de 13 anos, que usa o computador no próprio quarto. “Confio no bom senso dela. Além disso, a Beatriz faz aulas de dança, coral e inglês, que ocupam boa parte da semana”, conta. Mesmo assim, Ana Luisa não está imune a problemas. “Uma vez entrou um estranho no MSN da Beatriz e imediatamente ela me chamou. Percebi que era um homem mais velho e estava pedindo muito para vê-la pela webcam ou por fotos. Excluí o invasor e trocamos o e-mail dela no MSN.”

Já com o filho Gabriel, de 8 anos, a produtora teve que se mostrar irredutível. “Ele é um aficionado por jogos e sempre foi um sacrifício arrancá-lo de frente da tela. Tive que limitar o uso do computador a uma hora por dia durante a semana e duas horas aos fins

de semana. Ele chorava, ficava de mau-humor, mas eu não cedi”, afirma. “O que me assustava era que eu tinha como referência o filho do meu namorado, hoje um adolescente de 16 anos, que se pudesse ficava mais de oito horas por dia navegando na Internet.”

Mais que se isolar do convívio familiar, a criança ou adolescente que passa muitas horas ao computador está sujeita a problemas físicos. “O tempo excessivo diante da tela e a digitação prolongada podem ocasionar danos como a lesão por esforço repetitivo (L.E.R.) e problemas físicos causados por má postura. Os estímulos visuais e a luminosidade intensa também podem desencadear crises convulsivas em pacientes predispostos”, assinala o pediatra Carlindo de Souza Machado e Silva Filho, professor assistente de Saúde da Criança na Universidade Iguazu (Unig).

De acordo com o médico, o recomendável é que a criança não ultrapasse duas horas diárias de uso do computador. “Precisamos adotar uma conduta em que os danos não estejam mais presentes do que os benefícios que, com certeza, os computadores proporcionam.” ■



Na casa dos Heringer, o computador foi para a sala de estar



Pela genética com autonomia do paciente

A realização de testes preditivos durante o período pré-natal é uma decisão que cabe às gestantes

Foto de Andrei Tchernov



Sequenciamento do genoma, clonagem e DNA – a evolução da ciência abre novos horizontes para as perspectivas de diagnóstico, principalmente durante o período pré-natal. Os exames genéticos são tecnicamente cada vez mais simples e rotineiros. Trazem embutidos, no entanto, desdobramentos de complexidade crescente, sendo um erro banalizá-los.

Enquanto cientistas e laboratoristas lidam com fluidos, moléculas, DNA, bases nitrogenadas, proteínas e mutações, a matéria-prima do trabalho dos médicos é gente. Com sentimentos. Por isso, quando o assunto são testes preditivos, vale o princípio básico da Medicina: não fazer o mal – o que, no dia-a-dia dos consultórios, deve corresponder a respeitar a autonomia das gestantes



Um grande número de gestantes faz exames de triagem sem o real conhecimento de sua indicação e implicações.

Dafne Horovitz



e atuar sempre em benefício do paciente, com o objetivo de evitar danos, ainda que não intencionais.

Testes preditivos são aqueles que permitem o diagnóstico de uma doença antes do surgimento de sintomas. Em outras palavras, abrem a possibilidade de se detectar indivíduos saudáveis que poderão – ou não – desenvolver uma doença hereditária no futuro. São exames que podem ser disponibilizados para pessoas assintomáticas que sejam familiares de indivíduos sintomáticos que tiveram diagnóstico molecular confirmando a presença de uma mutação específica.

Na rotina pré-natal, os exames não-invasivos, ou testes de rastreamento, biofísicos (ultra-sonografia e translucência nucal) e bioquímicos (teste triplo), nos quais é feita uma estimativa estatística de risco para anomalias cromossômicas e sugerido exame invasivo para casos considerados de maior risco, podem, segundo a geneticista clínica Dafne Dain Gandelman Horovitz, ser caracterizados como testes preditivos.

RISCOS NÃO JUSTIFICADOS

“Tais exames vêm sendo utilizados na rotina pré-natal muitas vezes de forma inadequada, sem a informação completa, impedindo o exercício da autonomia das gestantes. Muitas são encaminhadas sem necessidade a exames invasivos, correndo risco não justificado”, alerta a médica. “E, como é de conhecimento, exames genéticos invasivos para fins diagnósticos, como a biópsia de vilos coriais e a amniocentese, podem envolver riscos, embora pequenos, de complicação para a gravidez”, acrescenta.

Os exames não-invasivos têm uma frequência não desprezível de falsos-positivos, de cerca de 5%. Além disso, mesmo após a indicação de um exame invasivo, a probabilidade de confirmação de anomalia cromossômica no feto continua baixa. O problema começa com a constatação de que muitas gestantes não são informadas sobre a limitação dos exames não-invasivos, confiando excessivamente na sua sensibilidade.

“Um grande número de gestantes faz exames de triagem sem o real conhecimento de sua indicação e implicações. Se o resultado sugere um baixo risco, muitas acham que ‘com certeza’ está tudo normal com o feto e não conseguem entender quando nasce um bebê cuja alteração não foi sugerida pelo exame. Por outro lado, nos exames alterados, algumas entram em desespero, interpretando o exame de triagem como teste diagnóstico”, constata Dafne, mestre em Medicina pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) na área de Triagem Genética Pré-Natal e doutora em Saúde Coletiva pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ).

Para a médica, que faz parte do corpo clínico do Centro de Genética Médica do Instituto Fernandes Figueira, testes preditivos e autonomia do paciente devem caminhar juntos. Cientes da possibilidade de falsos-positivos nos exames de rastreamento, fato que costuma gerar bastante ansiedade, há médicos que acabam decidindo pela paciente e optam por não oferecê-los.

No entanto, o nascimento de um bebê com anomalia cromossômica pode levar a família a descobrir que a condição poderia ter sido detectada ainda durante a gestação, mas a sonegação da informação por parte do médico não permitiu o exercício da autonomia do paciente.

INFORMAÇÃO É FUNDAMENTAL

“Os novos exames genéticos não podem ser aplicados de forma tecnicista, e ninguém melhor do que o próprio paciente para saber o que é melhor para si. As convicções do médico não podem se misturar com a conduta clínica, principalmente no tocante à informação. Sonegar informação também pode ser nocivo, uma vez que a informação é fundamental para o pleno exercício da autonomia por parte do paciente”, assinala Dafne. “Mesmo não sendo legal no Brasil a interrupção da gestação, o casal pode optar por um diagnóstico visando o melhor preparo para receber o seu bebê. Tal decisão cabe única e exclusivamente à família, e deve sempre ser baseada em conhecimento”, sentencia.

Ainda de acordo com a geneticista, o profissional que oferece o aconselhamento genético, principalmente em se tratando de testes preditivos, deveria ter um treinamento específico e estar muito bem familiarizado com a complexidade da questão.

“Se possível, deveria haver suporte de uma equipe multiprofissional.” Mas, enquanto a realidade no país ainda está longe desse ideal, basta aos médicos terem em mente que, como ensinado desde o ingresso na faculdade de Medicina, é preciso valorizar a relação médico-paciente. “E, acima de tudo, respeitar a capacidade de decisão daquele que nos procura”, conclui Dafne. ■



Foto de Andrey Prokhorov

A Medicina,

A cada 18 de outubro, quando brasileiros e outros povos de tradição católica celebram São Lucas, comemora-se também o Dia do Médico. Um dos quatro evangelistas, São Lucas não conheceu Jesus Cristo. Mas relatou histórias recolhidas com cristãos, como seu amigo São Paulo. Não há provas documentais de sua condição de médico, embora acredite-se que ele tenha estudado Medicina na cidade de Antioquia da Síria. Como os médicos da Antigüidade, provavelmente São Lucas valia-se da observação de sintomas, da conversa com o paciente

e com os que o cercavam, além de infusões de flores, frutos e ervas para proporcionar alívio. Em epístola aos colossenses, São Paulo refere-se a ele como “Lucas, o amado médico”.

Padroeiro da categoria, Lucas de Antioquia foi mais uma figura mística que um médico renomado. Ficou conhecido pela experimentação, como muitos de seus antecessores. A Medicina empírica vigorou por muitos séculos, antes que o conhecimento científico – aliado a regras simples de higiene – se impusesse como

pelos médicos

De São Lucas de Antioquia aos profissionais que hoje batalham no front

necessário para o exercício de uma profissão que, cada vez mais, aposta na prevenção e na melhora da qualidade de vida como fatores imprescindíveis para a saúde da população.

Os médicos veteranos não se cansam de repetir: exercer a Medicina exige colocar disponibilidade, disposição e amor acima de talento e ambição. Difícil é não desanimar diante do excesso de pacientes, da escassez de recursos e dos baixos salários que o mercado tem a oferecer, principalmente aos que estão

ingressando. Mesmo assim, a Medicina continua sendo uma das cinco principais carreiras em procura nos vestibulares de todo o país. Já a figura do médico tranqüilo, que traz a cura e a certeza ao seu paciente, vai sendo substituída pela de alguém que corre contra o tempo tentando atender a um grupo sempre crescente de doentes.

As diferenças entre os acadêmicos de Medicina de hoje e os do passado ficam, dia após dia, mais evidentes. Hoje, não é difícil perceber que as

especializações acompanham o desejo de evolução econômica, como observam profissionais da antiga.

“Antes o estudante descobria qual era sua vocação dentro da escola de Medicina. Hoje, ele já entra nela seduzido por alguma tendência do mercado, decidido a seguir uma especialidade, como as que estão ligadas à indústria da estética”, observa o cirurgião geral Célio Ricardo da Costa Henriki. “Os estudantes mudaram seu foco de aprendizado. Eles não querem conhecer tudo da profissão para depois fazerem uma escolha serena, madura. Muitos preferem definir o que lhes dará uma boa remuneração. Mas para mim, o especialista é alguém que entende muito de diversos aspectos da Medicina e que tem larga experiência, não aquele que apenas trilhou um caminho específico”, afirma.

Conhecer todos os processos dentro do atendimento é fundamental, na avaliação de Henriki. “Todos os cirurgiões deveriam cumprir uma carga horária mínima de emergência, mesmo os que vão trabalhar só com cirurgia eletiva. Quanto melhor conhecer o andamento de um hospital, melhor o estudante poderá identificar sua verdadeira vocação”, opina. “Além disso, se não houver um desejo intenso, um sonho, não é possível abraçar a Medicina. Dá para contar nos dedos quantos médicos recebem mais de R\$ 10 mil mensais”, completa o médico, que foi professor da Universidade Federal Fluminense (UFF), trabalhou no Hospital Universitário Antonio Pedro e no Hospital Central da Polícia Militar. Aposentado pela UFF, Henriki mantém o próprio consultório em Niterói e continua operando. “Cirurgia exige disciplina e precisão, é o que mais me gratifica na profissão. A gente se sente quase igual a Deus”, brinca.

Como Henriki, o veterano Levão Bogossian, de 84 anos, segue em atividade na cirurgia geral. “Ainda não deixei o centro cirúrgico para não enferrujar”, diz. Admirador dos avanços tecnológicos da Medicina, Bogossian, no entanto, acha que falta “uma dose de ousadia” aos médicos da atualidade. “Em 1952, inventei uma técnica de auto-transfusão



Antes o estudante descobria qual era sua vocação dentro da escola de Medicina. Hoje, ele já entra nela seduzido por alguma tendência do mercado, decidido a seguir uma especialidade, como as que estão ligadas à indústria da estética.

Célio Ricardo da Costa Henriki



sangüínea, recolhendo o sangue através de uma seringa-aspirador injetada numa veia no abdômen do doente. Foi revolucionário para a época”, lembra. Tendo trabalhado em grandes hospitais gerais, como o Souza Aguiar e o Getúlio Vargas, o cirurgião sempre se preocupou em acompanhar o paciente que operava em vez de simplesmente entregá-lo aos cuidados do clínico após a cirurgia. “Só abria exceção se o doente chegasse por indicação do clínico. Mas a verdade é que o cirurgião não pode se limitar a operar. Ele precisa assistir o doente. Igual quando se faz um parto – e eu fiz muitos. No outro dia, estamos lá para saber da parturiente. A Medicina tem que ser assim. Completa, integral e bem feita.”



O cirurgião não pode se limitar a operar. Ele precisa assistir o doente. Igual quando se faz um parto. No outro dia, estamos lá para saber da parturiente. A Medicina tem que ser assim. Completa, integral e bem feita.

Levão Bogossian



Professor aposentado da UFF, da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) e da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Uni-Rio), autor de inúmeros livros de Medicina, Bogossian compartilha da opinião de que todos os acadêmicos deveriam passar um ano, obrigatoriamente, na emergência. “É muito bom termos uma Medicina mais refinada, porém, estamos especializados demais, a formação básica ficou meio de lado”, diz ele, que até hoje é convidado para dar aulas inaugurais nas universidades nas quais trabalhou. “As escolas fazem a gentileza de lembrar meu nome e eu vou lá, sim!” Bogossian ingressou na Medicina pelos passos do pai, mas, dos cinco filhos que teve, apenas um é médico. “Agora minha neta passou em 10º lugar para Medicina na UFRJ”, conta, orgulhoso.

Apesar das dificuldades no atendimento aos pacientes, a chefe de equipe do Hospital Salgado Filho, Cristina Amorim, é outra que considera a emergência a grande escola do médico. “Muitas pessoas procuram a emergência por problemas que poderiam ser resolvidos em ambulatório. No entanto, a fila para marcação de consultas invariavelmente obriga a esperas de seis meses. Daí o paciente acaba na emergência mesmo. Atendemos e uma semana mais tarde ele volta a passar mal. No início, a gente se frustra, depois começa a tentar resolver essas situações.” Da mesma maneira que boa parte dos colegas, Cristina afirma que, se fosse começar hoje tudo do zero, faria exatamente o mesmo que há 20 anos, quando se formou. “Não é o salário,



Não é o salário, nem é a adrenalina que compensam a dedicação à emergência. A satisfação vem quando percebemos que contribuímos, em algum momento, para ajudar alguém a voltar para casa.

Cristina Amorim





Mesmo com a falta de tempo, devemos nos esforçar para estreitar os laços com os pacientes.

Sérgio Sardinha



nem é a adrenalina que compensam a dedicação à emergência. A satisfação vem quando percebemos que contribuímos, em algum momento, para ajudar alguém a voltar para casa”, afirma.

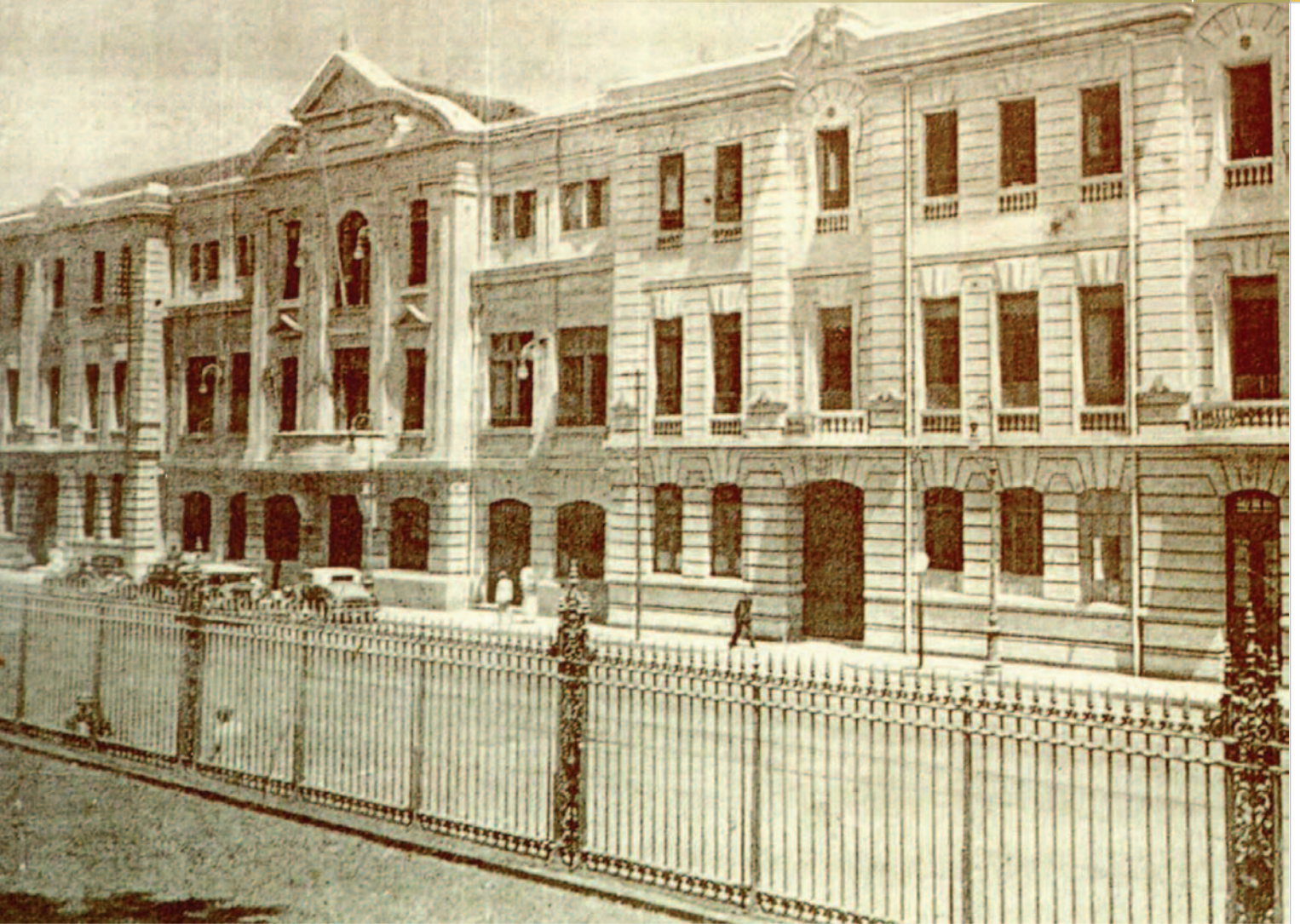
Há 25 anos no Hospital da Posse, em Nova Iguaçu, onde é chefe de equipe, o cirurgião Marcus Berardinelli Camargo acha que o Rio de Janeiro vem formando excelentes profissionais em face das necessidades que a violência criou. “Nós praticamos Medicina de guerra nos grandes hospitais. A impressão é que não adianta abrir um novo hospital geral por semana, pois ele já terá filas no dia da inauguração. Trabalhamos no atropelo, postergando intervenções eletivas para salvar a vida de politraumatizados e baleados”, diz. Apesar da sobrecarga, ele também não mudaria a escolha da juventude. “Eu sempre quis ser cirurgião e estar na ponta de um sistema que serve ao nosso povo é motivo de orgulho. Gostaria apenas que houvesse um plano de cargos para a saúde, de forma que os meninos que chegam para fazer residência na emergência tomassem alento e permanecessem no setor. Os salários desanimam.”

Com mais de 20 anos dedicados ao trabalho em emergências, o cirurgião Sérgio Sardinha, por sua vez, lamenta que não exista mais tempo para se relacionar melhor com os pacientes. “É tudo tão corrido que atendemos o paciente e logo o despachamos para outro setor. Quem está no hospital tem que saber que não é pela remuneração que se faz um médico. Nem se pode fazer Medicina por amor, mas com amor. A gente sempre vai se sentir recompensado, mesmo que essa recompensa não seja pecuniária.” Um desses momentos que valem todos os sacrifícios, lembra Sardinha, foi quando ele reencontrou um casal com um bebê. Um ano antes, o médico havia atendido o rapaz, baleado, no Hospital Souza Aguiar, acompanhado da jovem, então grávida. “Dá uma imensa felicidade saber que a gente contribui para a vida dos outros.”

No consultório particular, o médico vivenciou outra situação, esta curiosa. “Um paciente chegou com poltronas novas e já entrou avisando que minhas poltronas estavam em péssimo estado, por isso decidira trocar tudo. Eu fiquei surpreso e não tinha nem como recusar, pois ele foi impositivo. Era a forma de agradecer pelo cuidado com ele, um cuidado que não era apenas profissional, mas pessoal. Mesmo com a falta de tempo, devemos nos esforçar para estreitar os laços com os pacientes”, acredita Sardinha. Afinal, deve-se a eles, pacientes, os motivos para se comemorar o Dia do Médico. ■

Monobloco para animar a festa

Numa tradição que já dura uma década, sempre no mês de outubro, o Cremerj promove o Baile do Médico, que costuma reunir, em média, 4 mil participantes a cada edição. O objetivo do evento é comemorar o Dia do Médico com uma festa que alia lazer e cultura, apresentando shows musicais de alta qualidade e música para dançar. Entre as atrações de anos anteriores, destacaram-se a banda Celebrare e a Escola de Samba Mangueira. Este ano, foi a vez do Monobloco ser convidado para animar o Baile do Médico, comemorado no dia 25 de outubro, no Citibank Hall, na Barra da Tijuca.



O centenário de um marco da assistência pública no Brasil

Construído numa época de transição para a modernidade, Souza Aguiar ajudou a consolidar conceito de hospital de emergência

Em frente ao Campo de Santana, próximo ao conjunto arquitetônico que compreende o casarão onde viveu o Marechal Deodoro da Fonseca, o Arquivo Nacional e a Faculdade Nacional de Direito, fica o Hospital Municipal Souza Aguiar. Primeiro pronto-socorro do país, maior emergência da América Latina, o Souza Aguiar completa 100 anos em novembro recebendo, diariamente, entre 800 e mil pacientes.

Nem sempre foi assim. Em 1907, quando a Prefeitura do Rio de Janeiro, então Distrito Federal, abriu as portas de seu primeiro pronto-socorro – o Posto Central de Assistência –, que ocupava modestas instalações na Rua Camerino, no Centro, hospital era lugar, literalmente, para quem não tinha onde cair morto. “A visão que temos hoje de hospital não existia. Hospital era considerado lugar de morte, para onde iam os indigentes, que não tinham como pagar um curandeiro, um boticário e muito menos um médico”, diz a historiadora Gisele Sanglard, que participa de uma pesquisa da Fundação Oswaldo Cruz sobre a situação da saúde no Brasil de 1808 a 1958. Especialista em História da Ciência e da Saúde, Gisele esclarece: Medicina era uma atividade exercida não apenas por quem estudava na Academia.

“Havia uma imensa gama de pessoas dedicadas à arte de curar, que praticavam a Medicina não acadêmica.

Todos nasciam e morriam em casa, mas os aristocratas portugueses eram visitados por seus médicos. Hospital era para quem não tinha como recorrer à rezadeira da esquina, para tratar imigrantes que chegavam da Europa ou militares”, explica Gisele.

O Souza Aguiar foi construído durante uma época de transição do país para a modernidade. O Rio de Janeiro vinha de um período turbulento. A reforma urbanística idealizada pelo prefeito Pereira Passos, que pretendia dotar a cidade do conforto, cultura e elegância das capitais européias, levava à derrubada de cortiços para a abertura de novas ruas. Ao mesmo tempo, o sanitarista Oswaldo Cruz só conseguiu erradicar a febre amarela enfrentando grande pressão popular. Sucessor de Pereira Passos, o general Francisco Marcelino de Souza Aguiar, um engenheiro militar que já projetara diversos prédios importantes na capital, entre eles a Biblioteca Nacional e o Hospital Central do Exército, deu continuidade às obras planejadas na gestão anterior.

As primeiras ambulâncias chegaram ao Rio com o Posto Central de Assistência, mas a percepção de que os hospitais eram locais de cura só foi surgir na Era Vargas, na década de 30. “Quando a República se constituiu, definiu-se que aos estados caberia o atendimento de emergência. Por isso veio a

Profissionais que se destacaram na linha de frente dão nome às equipes

O primeiro diretor do Posto Central de Assistência foi o médico Paulino Werneck. Três anos depois, a instituição era transferida para o endereço onde permanece até hoje, na Praça da República. Aos poucos, a população desenvolveu uma relação carinhosa com o pronto-socorro. Em 1955, quando se comemorava o centenário de nascimento de Francisco Marcelino de Souza Aguiar, o hospital adotou o nome do prefeito que o projetou.

Ocupando quase 60 mil metros quadrados, o Souza Aguiar é um marco da assistência pública no Brasil

que também homenageia os profissionais que trabalharam em prol do atendimento da população. Suas equipes de emergência levam o nome de sete desses médicos: Álvaro Ramos, Benjamim Batista, Chapot-Prevost, Daniel D’Almeida, Domingos de Góes, Catta-Preta e Samuel Pereira.

Cirurgião efetivo da Santa Casa da Misericórdia do Rio de Janeiro, Lucas Antônio de Oliveira Catta-Preta formou-se em 1854 e, dois anos mais tarde, já exercia o cargo de opositor de Ciências Cirúrgicas na Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro. Foi, ainda, presidente da Sociedade de Medicina e Cirurgia e diretor da Policlínica de Botafogo.



necessidade de um hospital dedicado a esse tipo de serviço, ainda que recorrer a ele fosse mal visto. A incorporação do pronto-socorro como um serviço da cidade, ao que todos podiam recorrer, veio aos poucos e foi acelerada com a vida mais agitada. A qualidade do atendimento se impôs a ponto de chamar a atenção

do presidente da República. Em 1927, coube ao Souza Aguiar a primeira abordagem cirúrgica no coração, para salvar uma criança que se acidentara com vidro e sofrera uma perfuração. A repercussão foi tão grande que até o presidente Washington Luís foi ao hospital conhecer o paciente e o cirurgião Silvio Brauner. ■

Com Eduardo Chapot-Prevost, nascido em 1864 e famoso por ter operado irmãs xipófagas, iniciou-se a fase moderna da cirurgia brasileira. Anatomista, microbiologista e cirurgião, ele também introduziu o ensino de Histologia no Brasil. Já o pernambucano Daniel de Oliveira Barros D'Almeida, que chegou ao Rio em 1884, então com 15 anos, dedicou-se aos estudos sobre anestesia e foi o primeiro cirurgião a empregar éter no Brasil.

Formado pela Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro, em 1896, o carioca Álvaro Porfírio de Andrade Ramos defendeu tese sobre ressecção do cotovelo. Outro carioca diplomado pela mesma faculdade, em 1880, foi Domingos de Góes, que

defendeu tese sobre paralisias. Ambos foram, ainda, membros da Academia Brasileira de Medicina. Góes também atuou como professor de Técnica Cirúrgica.

Nascido em 1894, no Rio de Janeiro, Samuel Pereira foi cirurgião da Santa Casa. Seu filho, Décio Guimarães Pereira, não só seguiu a carreira do pai como veio a atuar como médico do Hospital Souza Aguiar. Por sua vez, João Benjamim Ferreira Baptista, nascido em 1869, gravou seu nome ao criar, na Faculdade de Medicina, da qual era professor catedrático, o Serviço de Cirurgia Experimental. Seu filho, Benjamin Vinelli Baptista, foi chefe de equipe no Hospital Souza Aguiar.

Paraíso e agito a poucas horas do Rio

Búzios, Arraial do Cabo e Angra dos Reis são opções para finais de semana e feriados do verão



Praias, praias e praias. Do Corcovado, uma das sete novas maravilhas do mundo, não dá para ver. Mas com pequenas viagens de pouco mais de duas horas é possível passar os próximos feriados de novembro – ou mesmo descansar nos finais de semana do verão que se aproxima – em praias tão belas quanto diferentes.

Não faltam opções para quem quer dar uma esticada em lugares badalados como a Rua das Pedras, em Búzios, almoçar em restaurantes instalados em ilhas, em Angra dos Reis, ou simplesmente dar uma olhada nos corais na capital do mergulho, Arraial do Cabo. Tem sol, céu azul da cor do mar (ou vice-versa), aventura e muita gente bonita. Atrações para diferentes gostos e bolsos. Basta sair um pouquinho da sombra do Corcovado.

CAPITAL DO MERGULHO

Autoproclamada capital do mergulho, com águas transparentes e ricas em vida marinha, Arraial do Cabo oferece programas tanto para fãs do esporte como para famílias e casais que querem curtir ótimas praias e comer frutos do mar a preços acessíveis. A cidade ainda preserva um clima de vila de pescadores e é uma boa opção para fugir do agito.

A Praia dos Anjos é a mais movimentada da cidade. É lá que estão o píer e o principal monumento histórico: a Igreja Nossa Senhora dos Remédios, fundada em 1503. Para se ter uma idéia geral das praias de Arraial do Cabo, o ideal é fazer um passeio de barco, percorrendo a maior parte delas com paradas para mergulho e almoço. Já para quem prefere andar de carro ou a pé, a dica é visitar o Pontal do Atalaia, que tem vista panorâmica e dá acesso às Prainhas, com 300 metros de areia branquíssima e águas calmas e transparentes.

Arraial do Cabo Ficar

§ *Capitão n'Areia Pousada*

Telefax: (22) 2622-2720

www.capitaopousada.com

Ventilador de teto, ar-condicionado, frigobar, TV a cabo, sala de ginástica, hidromassagem, piscina e sauna. Oferece ainda passeios de escuna. Diária com café da manhã de R\$ 125 a R\$ 310 o casal em novembro. Para feriados e festas de fim de ano, consultar pacotes promocionais

§ *Pousada do Timoneiro*

Tels: (21) 3527-0629 e (22) 2622-4751

www.pousadadotimoneiro.com

Ventilador de teto, ar-condicionado, frigobar, TV a cabo e sauna a vapor. Diária com café da manhã de R\$ 96 a R\$ 144 o casal, até 02/12/2007. Para feriados e festas de fim de ano, consultar pacotes promocionais

Comer

§ *Oriental*

Culinária japonesa

Rua José Pinto de Macedo, 355, Prainha

Tel: (22) 2622-5124

§ *Saint Tropez*

Frutos do mar

Praça Daniel Barreto, 2, Praia dos Anjos

Tel: (22) 2622-1222

§ *Viagem dos Sabores*

Culinária variada

Rua Santa Cruz, 12, Hotel Estalagem do Porto,

Praia dos Anjos

Tel: (22) 2622-2892

Passear

§ *Deep Trip*

Mergulho

Tel: (22) 2622-1800

§ *PL Divers*

Mergulho

Tels: (22) 2622-2093 e (22) 2622-1033

§ *Arraialtur*

Passeios de barco

Tel: (22) 2622-6019

§ *Catavento*

Passeios de barco

Tel: (22) 2622-7026

§ *Gruta Azul*

Passeios de barco

Tel: (22) 2622-2554

MAIS DE 2 MIL PRAIAS

Na Costa Verde fluminense, Angra dos Reis tem 365 ilhas e mais de 2 mil praias. Dentre elas, ganha destaque a Praia do Anil, ponto de chegada da procissão marítima que há três décadas acontece todo 1º de janeiro. Perto dali, do Cais de Turismo, saem, durante todo o ano, passeios de barco para a Ilha da Gipóia.

A Ilha Grande, a maior da baía de Angra dos Reis, é um capítulo à parte entre as atrações do município. Com 85 pousadas e 35 restaurantes, a ilha oferece badalação na “capital” Vila do Abraão, passeios de barco, banhos em mar aberto, mergulho e caminhadas em trilhas de Mata Atlântica. Há duas formas de se chegar à ilha: a barca que sai diariamente do porto de Mangaratiba, a 116 quilômetros do Rio, ou a que sai diariamente do Cais da Lapa, no Centro de Angra.



Angra dos Reis

Ficar

§ *Blue Tree Park Angra dos Reis*

Tel: 0800-703-7272

www.bluetree.com.br

Recreação infantil, academia, barco, caiaque, escuna, esqui, mergulho, pesca, vela, veleiro, quadra poliesportiva e sauna. Diária completa de R\$ 785 a R\$ 3.089 o casal. Preços válidos até 18/12/2007. Para feriados e festas de fim de ano, consultar pacotes § *Pousada Canto do Hibisco*

Tel: (24) 3365-5078

www.ilhadagipoia.com.br

Na Ilha da Gipóia, oferece barco, caiaque e salas de jogos. Diária completa de R\$ 350 a R\$ 520 para a alta temporada, exceto feriados e festas de fim de ano. A partir da segunda diária, oferece traslado de Angra § *Sagú Mini Resort*

Tel.: (24) 3361-5660

www.saguresort.com

Na Ilha Grande, com caiaque e traslado da Vila do Abraão. Oferece ofurô construído no meio da mata, a R\$ 15 por pessoa durante 1 hora. Diária com café da manhã a R\$ 260 o casal até 15/12/2007

Comer

§ *Canto das Canoas*

Frutos do mar

Praia do Vitorino, Ilha da Gipóia

Tel: (24) 3365-5151

§ *Banana Blu*

Comida variada

Rua da Praia, 661, Vila do Abraão, Ilha Grande

Tel: (24) 3361-5110

§ *Lua e Mar*

Frutos do mar

Rua da Praia, 297, Vila do Abraão, Ilha Grande

Tel: (24) 3361-5113

Passear

§ *Aquamaster*

Mergulho

Tel: (24) 3365-2416

§ *Jamanta*

Mergulho

Tel: (24) 3365-1374

§ *Centro de Informações Turísticas*

Passeios de barco na Ilha da Gipóia e na Ilha Grande

Tel: (24) 3369-7718



PARA VER E SER VISTO

Alçada ao estrelato na década de 60, depois que Brigitte Bardot desfilou por suas praias, a antiga vila de pescadores Armação de Búzios é o destino mais visitado do estado depois da capital. Suas principais atrações são as praias de águas cristalinas e o agito noturno da Rua das Pedras.

Os passeios pelas praias – que podem ser feitos de escuna ou de *trolley* (espécie de caminhão aberto) – são uma boa pedida para se ter uma visão geral da península. À noite, o destino certo é a Rua das Pedras, endereço dos principais restaurantes da cidade, além de grifes de moda praia, lojas de bijuterias e galerias de arte. O movimento da rua acompanha a vida da cidade. Na alta temporada, restaurantes e lojas abrem ao meio-dia e só fecham de madrugada, às 4 da manhã. ■

Búzios

Ficar

§ Pérola Búzios Design Hotel

Tel: (22) 2620-8507

www.perolabuzios.com

Academia, hidromassagem, piscina e sauna.

Destaque para as camas suspensas dispostas ao longo da piscina. Diária com café da manhã de R\$ 370 a R\$ 1.065 o casal. Para feriados e festas de fim de ano, consultar pacotes promocionais

§ Pousada Corais e Conchas

Tel: (22) 2623-6448

www.coraiseconchas.com.br

Ar-condicionado, TV a cabo, frigobar, piscina com hidromassagem, sala de ginástica e *playground* aberto. Diária com café da manhã de R\$ 180 a R\$ 270 até 15/12/2007. Para feriados e festas de fim de ano, consultar pacotes promocionais

Comer

§ Bar dos Pescadores

Frutos do mar

Colônia dos Pescadores, Manguinhos

Tel: (22) 2623-6785

§ Cigalon

Comida francesa

Rua das Pedras, 199

Tel: (22) 2623-0932

Passear

§ Casamar

Mergulho

Tels.: (22) 2623-2441 e (22) 2623-1302

§ Buziosnauta

Passeios de barco

Tel: (22) 2623-9005

§ Tourshop

Passeios de barco e *trolley*

Tel: (22) 2623-4733 e 2623-0292



Alta temporada

Os cuidados para aproveitar o melhor do verão



Nestes tempos de ode à beleza, mais que manter a boa forma, exibir um bronzeado perfeito é cultuado como um atrativo a mais. Classificados de *sunaholics* por pesquisadores da Universidade do Texas, em artigo publicado pela revista científica americana *Archives of Dermatology*, há aqueles que, independentemente da estação do ano e do clima, desfilam corpos bronzeados, mesmo que para isso

seja preciso lançar mão de recursos artificiais. Em cidades praianas do estado do Rio, a chegada do verão tende a elevar não só a temperatura como o número de *sunaholics*. A ida à praia torna-se programa quase obrigatório. Mas, se antes o bronzeamento era confundido com bem-estar, hoje, com o conhecimento sobre os danos do efeito estufa e do buraco na camada de ozônio que envolve a Terra, é sinal de



prejuízo à saúde, causador de lesões com pruridos, envelhecimento precoce e até câncer de pele, entre outros males.

Segundo a professora de Dermatologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) e do Instituto de Dermatologia Professor Azulay, Luna Azulay, o fator dos protetores solares depende da

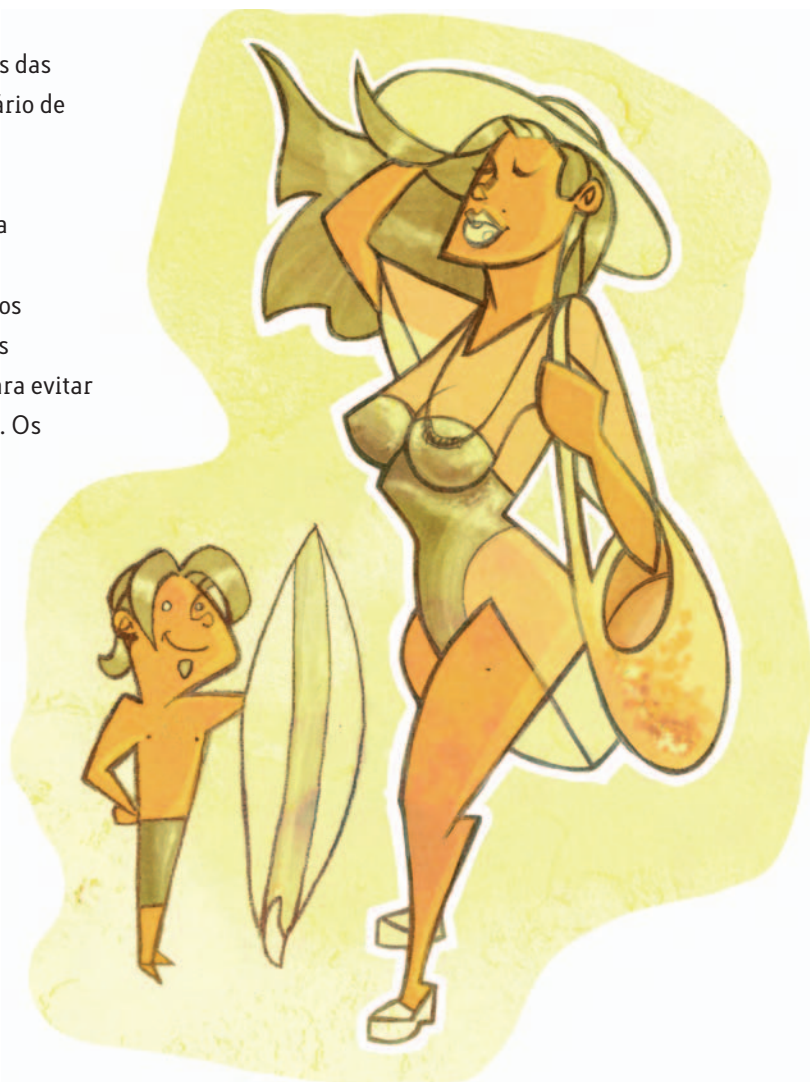
cor e do tipo de pele da pessoa, mas a regra básica de exposição ao sol vale para todos: negros, mulatos e brancos. “As pessoas pensam que, por usarem protetores, podem ficar expostas impunemente ao sol e não podem”, enfatiza. “É preciso esclarecer que proteção solar não se compra em farmácia, não é sinônimo de protetor solar. Proteção solar é atitude, comportamento. Por isso é sempre bom repetir: só

podemos nos expor ao sol antes das 9h e depois das 16h ou antes das 10h e depois das 17h, no horário de verão”, diz a médica.

E não é só. A lista de mudança de hábitos ainda inclui outros cuidados. Já existem, inclusive, tecidos que contam com fator proteção contra os raios ultravioletas. Com ou sem eles, porém, as vestimentas ideais para a estação são leves, para evitar a transpiração e a perda de líquido em excesso. Os chapéus de abas largas – não confundir com viseiras – devem ser vistos como bons amigos, assim como os óculos escuros com lentes de boa qualidade, que ajudam a evitar a catarata precoce. Para dirigir e não queimar o dorso das mãos, local em que a pele não tarda a mostrar sinais de envelhecimento, a dermatologista sugere o uso de luvas tipo mitenes, aquelas que deixam os dedos descobertos.

Na hora de aplicar os protetores solares, além do rosto, os homens não podem esquecer das orelhas e do dorso do pé. As mulheres, por sua vez, precisam também proteger bem o colo, reaplicando o protetor depois de cada mergulho na água do mar ou piscina. É recomendável, ainda, fazer o uso de chinelos no trajeto para a praia e mesmo na areia, para evitar contaminação por fungos ou vermes de animais. Após o banho, passar hidratante sobre a pele. Luna assinala que as queimaduras de primeiro e segundo graus, que provocam vermelhidão e descamação, comuns com a chegada do verão, estão relacionadas diretamente a casos de melanoma – o tipo de câncer de pele mais grave.

Já a professora titular de Dermatologia da Universidade Federal Fluminense (UFF), Neide Kalil Gaspar, lembra da importância de ingerir alimentos ricos em vitamina C, como as frutas cítricas, que combatem os radicais livres, verduras e legumes coloridos, a exemplo de abóbora, cenoura e mamão, que auxiliam na fotoproteção quando ingeridos em três



a cinco porções diárias. Não se pode, ainda, esquecer de beber bastante líquido durante o verão, mais do que o habitual, principalmente no caso de crianças e idosos.

Os raios ultravioletas também alteram as proteínas naturais dos cabelos. Segundo Neide, a maneira mais segura de protegê-los é usando chapéus, já que nada garante que os produtos do mercado possuem os fatores de proteção que suas embalagens exibem. Para os que lavam a cabeça com muita frequência, a dermatologista recomenda restringir o uso de xampus à raiz do cabelo, poupando ao máximo as pontas, que já são naturalmente mais secas. “Os condicionadores, embora sejam muito úteis, podem desencadear lesões acnéicas em pacientes jovens e predispostos ou naqueles que já apresentem acne. Mas, tomando os cuidados devidos, é possível atravessar o verão com saúde”, resume. De resto, é aproveitar ao máximo o que a estação tem a oferecer de bom. ■

Estabilidade econômica
permite o investimento
de parte da renda, mas
ainda é preciso mudar
a cultura do consumidor
brasileiro

Orçamento na ponta do lápis



Fotomontagem/iStockphotos

Poupança, ações, imóveis, fundos de renda fixa, moeda estrangeira. As opções de investimento – um conceito que já foi quase abstrato para o brasileiro, mas que a estabilidade da moeda tornou concreto – são variadas. Aproveitando o momento de retomada do crescimento econômico, este é o momento para transformar as economias em rendimento.

Especialistas recomendam separar um montante por mês para poupar, multiplicar ou, no mínimo, não desvalorizar o dinheiro que foi ganho. Nada disso, no entanto, é possível se o novo investidor ainda mantém hábitos cultivados nos tempos de inflação galopante, comprando supérfluos ou parcelando pagamentos desnecessariamente, sem levar em conta o custo dos altos juros praticados no Brasil.

Ao controle da inflação nos preços não correspondeu uma fixação de juros dentro dos mesmos patamares. Uma das grandes atrações para o consumidor adquirir mais do que necessita é a possibilidade de dividir pagamentos em numerosas parcelas no cartão de crédito ou utilizar o cheque especial.

CAUTELA COM O CARTÃO DE CRÉDITO

“Usar o cheque especial por mais de alguns poucos dias é suicídio financeiro e leva por água abaixo qualquer esforço de controle das contas domésticas”, diz o economista Luís Carlos Ewald. “O cartão de crédito deve ser empregado com muita cautela, já que qualquer atraso nos pagamentos significa a cobrança de mais de 10% de juros sobre a dívida”, lembra Ewald.

Mudar a cultura do consumidor, porém, não é fácil. A facilidade do crédito pode levar ao acúmulo de pequenas contas que, no fim do mês, somam uma quantia de peso significativo nas despesas.

Manter diversas contas bancárias e muitos cartões de crédito também pode ser muito menos vantajoso do que concentrar os recebimentos e pagamentos em uma só – ou em poucas – contas, já que há uma infinidade de taxas bancárias cobradas

“Usar o cheque especial por mais de alguns poucos dias é suicídio financeiro e leva por água abaixo qualquer esforço de controle das contas domésticas.”

Luís Carlos Ewald

mensalmente, além da CPMF. Por isso, antes de decidir em que investir o dinheiro, cada família deve montar uma planilha de gastos mensais, na qual entram todas as despesas fixas (moradia, colégio, plano de saúde, pagamento de empregados, compras parceladas, clube, passagens, lazer etc) e as eventuais (festas, restaurante, shows, viagens etc).

Depois de analisados os custos, devem ser programados cortes nos itens desnecessários. “Isso é fundamental para o planejamento da vida financeira”, diz Ewald, que detalha a otimização da administração das contas da casa no livro *Sobrou Dinheiro* (Bertrand Brasil), em sua 11ª edição. Segundo ele, é importante identificar os gastos que podem ser evitados.

“Telefones são os maiores cupins do orçamento doméstico, principalmente por causa dos celulares”, diz o economista, sugerindo uma forma de reduzir esses custos: bloquear telefonemas a cobrar e ligações de telefones fixos para celulares.

O jornalista Gustavo Nagib, que nunca estudou Economia, transformou-se em consultor de finanças pessoais por conta de sua própria experiência. “Desde os tempos de estagiário, eu sempre era o único que conseguia chegar ao fim do mês com dinheiro em caixa”, conta. Autor de *Manual do Pão-Duro* (Matriz) e de mais dois livros sobre o mesmo tema, ele não se importa em ser comedido nas despesas.

Nagib percebeu que deveria manter a carteira guardada no bolso quando uma ex-namorada admitiu que comprara um carro porque, durante o tempo em que estavam juntos, pôde guardar o dinheiro que gastaria



O brasileiro se acostumou a um padrão de consumo acima de suas próprias possibilidades. Vivo dentro do meu orçamento e durmo bem.

Gustavo Nagib 

para custear suas próprias despesas. De tanto contar, com uma boa dose de humor, casos como o da economia da ex-namorada, o jornalista decidiu reuni-los em livros. Hoje, assina uma coluna todos os domingos no jornal Extra e já vendeu 15 mil exemplares de livros que sempre têm a palavra pão-duro no título, um rótulo que Nagib rejeita.

“Apenas evito fazer compras acima de um determinado patamar. Tem gente que paga uma fortuna por uma calça jeans de grife que vai durar o mesmo tempo ou até menos que outra, comprada em uma loja mais modesta. Acho loucura alguém dar uma festa de casamento milionária e parcelar o pagamento em 24 meses, quando, muitas vezes, o casamento não dura tanto assim.”

Sem ligar para as brincadeiras sobre ser mão-fechada, Nagib, que é solteiro e mora em imóvel próprio da família, é daqueles que carrega garrafinha de água e só vai ao cinema em horários de promoção.

Tudo é costume, segundo o jornalista. “Vou ao cinema durante a semana porque o ingresso é mais barato. Quando jogo futebol, levo água de casa em vez de comprar no clube. Isso não é ser pão-duro, é não desperdiçar. O brasileiro se acostumou a um padrão de consumo acima de suas próprias possibilidades. Vivo dentro do meu orçamento e durmo bem, sem preocupações, sem insônia, sem estresse”, diz Nagib, que aplica suas economias em um plano de previdência privada e guarda na poupança. “Os economistas dizem que devemos diversificar, porém acho que ainda não tenho tanto para investir em diferentes aplicações.” ■

Foto de divulgação



Para economizar

De acordo com economistas, hábitos de compra saudáveis podem ajudar o consumidor a poupar uma quantia para investir mensalmente:

- Aproveitar os descontos para comprar à vista
- Fazer cabelos e unhas de segunda a quinta-feira, quando os salões de beleza dão descontos
- Ir ao cinema de segunda a quinta-feira; geralmente, o dia mais barato é a quarta-feira
- Na praia, levar lanche de casa
- No supermercado, ater-se à lista de compras, evitando biscoitos e guloseimas
- Em restaurantes a quilo, evitar pegar frutas como sobremesa, pois pesam muito
- Manter poucas contas bancárias, para reduzir o pagamento de taxas e serviços
- Limitar o uso de telefone celular
- Antes de comprar um carro, eletrônico ou eletrodoméstico, analisar se é mesmo vantajoso parcelar a compra

Internet de mão

Cada vez mais compactos, os *smartphones* permitem o acesso à Internet sem fios, mas a velocidade da conexão via celular pode deixar a desejar

Os celulares comuns estão com os dias contados. Já entrou em cena, no mercado de telefonia móvel, a aposta dos fabricantes para os próximos anos: os *smartphones*. Aparelhos multimídia com recursos irresistíveis aos apaixonados por tecnologia de ponta, os *smartphones* permitem aos usuários navegar na Web através do sistema *Wi-Fi* (que dispensa conexão por fios), ver e-mails, editar textos e planilhas, checar endereços e baixar músicas em formato MP3. Isso sem falar que a maioria deles

ainda traz embutidas câmeras fotográficas com resolução de até 5 *megapixels*, superior à de muitas máquinas digitais disponíveis no varejo. Apesar da alta tecnologia empregada, um ponto contra os aparelhos está na velocidade e na qualidade de navegação na Internet. Diferentemente de outros países, o Brasil ainda não oferece acesso à banda larga via celular – recurso que só deverá estar disponível no país a partir do segundo semestre do próximo ano.

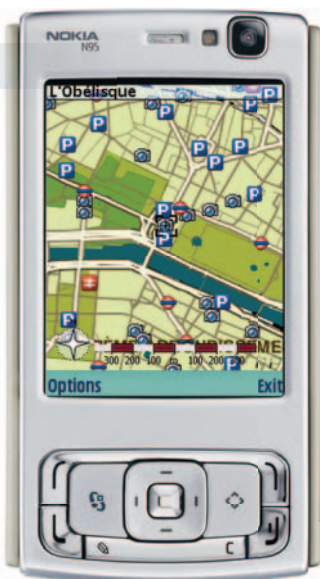
NOKIA N95

PREÇO: R\$ 2.299

DIMENSÕES: 5,5 x 11 x 2 cm

PESO: 121 gramas

Traz GPS integrado e aplicativo que permite encontrar ruas de mais de 150 países em todo o mundo, além de 15 milhões de pontos de interesse como restaurantes, bancos, museus e shopping centers. Tem tocador de música e leitor de arquivos compatível com os programas do Office, como documentos, planilhas e apresentações. As imagens registradas pela potente câmera – com resolução de 5 megapixels e lente Carl Zeiss – podem ser enviadas para sites por meio do próprio aparelho, sem a necessidade de transferir previamente os arquivos para o computador.



PALM TREO 680

PREÇO: R\$ 1.499

DIMENSÕES: 5,5 x 11 x 2 cm

PESO: 156 gramas

Repleto de funcionalidades, é ideal para aqueles que não podem ficar longe de seus contatos, já que permite a sincronização entre o catálogo de endereços do Microsoft Outlook arquivado no computador e o celular. O teclado é similar ao de um computador, o que facilita a digitação de e-mails e mensagens de texto. Também pode ser usado como tocador de MP3 e possui câmera digital capaz de gravar vídeos, além de exibi-los na própria tela.



**BLACKBERRY
CURVE 8300**

PREÇO: R\$ 749 a
R\$ 1.049

DIMENSÕES: 6,1 x
10,8 x 1,5 cm

PESO: 110 gramas

É o primeiro modelo de Blackberry com câmera embutida e flash. A tela reproduz 65 mil cores e conta, ainda, com sensor de claridade. Também possibilita a sincronia de calendário e contatos e a visualização de documentos, embora não permita editá-los. A ferramenta *trackball* facilita a navegação, garantindo que todos os comandos sejam feitos com apenas uma mão. Vem com memória interna de 64MB, que pode ser expandida para até 4GB a partir de cartões MicroSD.



SAMSUNG SGH-I321N

PREÇO: R\$ 1.599

DIMENSÕES: 5,5 x 11 x 1,2 cm

PESO: 101 gramas

O chamado modo avião possibilita a execução de aplicativos e o funcionamento de outros recursos, mesmo com o telefone desligado ou em locais sem cobertura de rede da operadora de telefonia. Exibe vídeos e toca músicas pelo Windows Media Player, da Microsoft, além de contar com gravador de voz.



**MOTO Q
(MOTOROLA)**

PREÇO: R\$ 1.249

DIMENSÕES: 6,0
x 11,0 x 1,3 cm

PESO: 115 gramas

Destaca-se pelo design ultrafino e elegante. O navegador de Internet é o Internet Explorer e o programa de e-mails, o Outlook. Também oferece acesso a mensagens

instantâneas por meio do serviço MSN, da Microsoft. Visualiza documentos em formato pdf e descompacta arquivos do tipo WinZip.



QTEK A9100 (HTC)

PREÇO: R\$ 1.650

DIMENSÕES: 5,8 x 10,9 x 2,37 cm

PESO: 160 gramas

Apesar de não ser um *smartphone*, o aparelho traz uma novidade que promete agradar os médicos. Equipado com o software ComAmigo, desenvolvido pelo Centro Brasileiro de Informática Médica, garante acesso ao histórico de pacientes, incluindo arquivos de áudio e vídeo de cada um deles.

Tempo de ler

Lançamentos da Bienal do Livro já estão nas livrarias

Quem perdeu a Bienal do Livro, realizada em setembro passado, no Riocentro, não precisa se conformar em esperar dois anos até o próximo evento. Basta ir à livraria mais próxima para conferir os últimos lançamentos. Há opções nos mais variados gêneros, para leitores de todas as idades.

Os amantes de ficção, por exemplo, contam com a trama de John Sack. Em *A conspiração franciscana*, o escritor viaja ao século XIII, quando morre São Francisco de Assis e seu corpo é roubado e escondido. Uma conspiração de outro tipo é o que propõe Lygia Fagundes Telles, com sua *Conspiração de nuvens*, reunindo contos, reminiscências da infância e relatos de viagens.

O homem que sussurrava aos "ummitas", de J.J. Benitez, marca a volta do autor de *Operação Cavalo de Tróia*, desta vez com um de seus temas favoritos, os ovnis. Já a mexicana Laura Esquivel, autora de *Como água para chocolate*, vai de *Malinche*, sobre o amor entre o conquistador Hernán Cortés e a índia Malinalli, sua intérprete durante a conquista do império asteca.

Entre os títulos de não-ficção, o filósofo francês Gilles Lipovetsky reflete sobre a sociedade do hiperconsumo em *A felicidade paradoxal*, ao passo em que o psiquiatra Irvin D. Yalom, autor do romance *Quando Nietzsche chorou*, se debruça sobre as histórias de alguns de seus pacientes em *O carrasco do amor*.

Um livro leve e comovente é *Cão como nós*, em que o poeta português Manuel Alegre relembra Kurika, o cão épagueul-breton que durante anos fez parte de sua família. Da safra brasileira, *O filho eterno*, de Cristovão Tezza, é um pungente relato autobiográfico sobre as dificuldades e vitórias de se criar um filho com síndrome de Down. E, para quem gosta de biografias, a indicação é *Clara Nunes, guerreira da utopia*, de Vagner Fernandes, sobre a carismática cantora que morreu prematuramente aos 40 anos.

Na gastronomia, a nova edição de *Celeiro*, de Rosa Lacombe Herz e Lúcia Lacombe Herz, traz as deliciosas receitas do restaurante a quilo mais badalado do Rio e *Os sabores da Borgonha*, do renomado chef Emmanuel Bassoleil, ensina os melhores pratos desse pedacinho da França.

As crianças também foram contempladas. *O carteiro chegou*, de Allan Ahlberg, com ilustrações de Janet Ahlberg, é um clássico da literatura infantil, todo narrado em rimas, com personagens como Cachinhos Dourados e o Lobo Mau.

Para adolescentes atentas com o nosso tempo, Inês Stanisiere escreveu *O superblog das maravilhoosas*, apresentando aventuras de Mari, Luma e Carol, que agora conversam sobre crescimento, namoros e dramas existenciais. Os meninos, por sua vez, encontram, em *O livro perigoso para garotos*, de Conn e Hal Iggulden, brincadeiras antigas, truques e jogos.

ficção

A conspiração franciscana

AUTOR: John Sack
EDITORA: Sextante
PÁGINAS: 448
PREÇO: R\$ 39,90



Fotos de divulgação

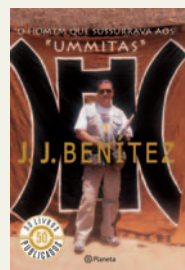
Conspiração de nuvens

AUTORA: Lygia Fagundes Telles
EDITORA: Rocco
PÁGINAS: 136
PREÇO: R\$ 22,00



Malinche

AUTORA: Laura Esquivel
EDITORA: Ediouro
PÁGINAS: 200
PREÇO: R\$ 34,90



O homem que sussurrava aos "ummitas"
AUTOR: J.J. Benitez
EDITORA: Planeta
PÁGINAS: 352
PREÇO: R\$ 39,90

não-ficção

A felicidade paradoxal

AUTOR: Gilles Lipovetsky
EDITORA: Companhia das Letras
PÁGINAS: 400
PREÇO: R\$ 54,00

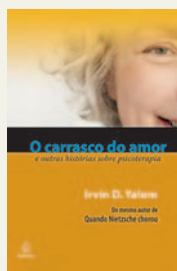


Cão como nós

AUTOR: Manuel Alegre
EDITORA: Agir
PÁGINAS: 124
PREÇO: R\$ 29,90

O carrasco do amor

AUTOR: Irvin D. Yalom
EDITORA: Ediouro
PÁGINAS: 288
PREÇO: R\$ 34,90



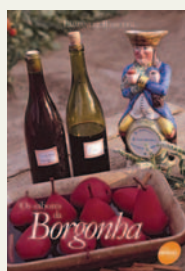
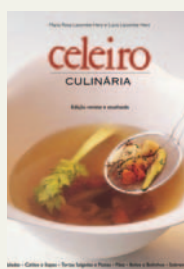
O filho eterno

AUTOR: Cristovão Tezza
EDITORA: Record
PÁGINAS: 224
PREÇO: R\$ 34,00

gastronomia

Celeiro

AUTORAS: Rosa Lacombe Herz e Lúcia Lacombe Herz
EDITORA: Senac-Rio
PÁGINAS: 232
PREÇO: R\$ 79,00



Os sabores da Borgonha

AUTOR: Emmanuel Bassoleil
EDITORA: Senac-SP
PÁGINAS: 264
PREÇO: R\$ 55,00

biografia

Clara Nunes, guerreira da utopia

AUTOR: Vagner Fernandes
EDITORA: Ediouro
PÁGINAS: 320
PREÇO: R\$ 49,90



infantil



O carteiro chegou

AUTOR: Allan Ahlberg
EDITORA: Companhia das Letrinhas
PÁGINAS: 32
PREÇO: R\$ 39,00

O livro perigoso para garotos

AUTORES: Conn e Hal Iggulden
EDITORA: Record
PÁGINAS: 320
PREÇO: R\$ 69,00



O superblog das maravilhoosas

AUTORA: Inês Stanisiere
EDITORA: Planeta Jovem
PÁGINAS: 136
PREÇO: R\$ 24,90

EM FOCO

AGENDA DE EVENTOS

NOVEMBRO

☞ Dia 10

6º Módulo do VII Curso de Educação Médica Continuada em Ginecologia e Obstetrícia do Cremerj, Auditório Júlio Arantes Sanderson, Praia de Botafogo, 228, lojas 103 a 106, Botafogo, 8h30min às 16h

☞ Dia 24

- 7º Módulo do VII Curso de Educação Médica Continuada em Pediatria do Cremerj, Auditório Júlio Arantes Sanderson, Praia de Botafogo, 228, lojas 103 a 106, Botafogo, 8h às 17h

- Fórum da Câmara Técnica de Geriatria e Gerontologia do Cremerj, Auditório do Centro Empresarial Rio, Praia de Botafogo, 228, 2º andar, Botafogo, 8h às 13h

DEZEMBRO

☞ Dia 1º

Fórum da Câmara Técnica de Ortopedia e Traumatologia do Cremerj, Auditório Júlio Arantes Sanderson, Praia de Botafogo, 228, lojas 103 a 106, Botafogo, 8h às 17h

Programação Espaço Cultural Cremerj

NOVEMBRO

☞ Dia 1º

Halloween do Espaço Cultural Cremerj, Praia de Botafogo, 228, 2º andar, Botafogo

☞ Dia 30

Espaço Cultural Cremerj em Barra Mansa

DEZEMBRO

☞ Dia 6

Festa "Uma Noite das Arábias", Espaço Cultural Cremerj, Praia de Botafogo, 228, 2º andar, Botafogo

☞ Dia 20

Festa de Encerramento do Espaço Cultural Cremerj com coral de Natal, Praia de Botafogo, 228, 2º andar, Botafogo

PARCERIA PARA O CONHECIMENTO CIENTÍFICO

O acesso a um dos maiores acervos de periódicos científicos nacionais e estrangeiros estará, em breve, disponível para todos os médicos do Rio através da Internet. O convênio firmado entre a Capes Periódicos e o Cremerj possibilitará, ainda, acesso a pesquisas, teses, estudos, dados estatísticos e artigos publicados nos últimos anos. O médico poderá fazer a consulta de sua residência. Para isso, é preciso cadastrar-se no site www.cremerj.org.br.

QUANTO VALE O MÉDICO?

"Quanto vale o médico?" – este é o slogan da campanha lançada pelo Cremerj em outubro, aproveitando as comemorações do Dia do Médico. Estampada em diversos outdoors espalhados pela cidade, a frase pretende sensibilizar a população para as condições precárias em que se encontram os hospitais e às quais os médicos têm que se submeter no dia-a-dia da profissão. Em paralelo, estão sendo trabalhadas na mídia informações com as que denunciam os 1.025 baleados apenas no primeiro trimestre deste ano e os 17.339 atendimentos de emergência só no último Carnaval. Sempre com o objetivo de defender a saúde pública no estado do Rio.

290%
DE AUMENTO NO
NÚMERO DE PACIENTES
BALEADOS.

**E o médico sem leito
para atender.**

Medo, dor e até mesmo a falta de leitos médicos impedem o atendimento adequado. Mas por que isso acontece? Quanto vale o médico? Quanto vale o leito? Quanto vale o atendimento? Participe da campanha de conscientização da população. Saiba mais em: www.quantovaleomedico.com.br

QUANTO VALE O MÉDICO?

Ativada e patrocínio: www.quantovaleomedico.com.br **CREMERJ**

1.025
BALEADOS NO
PRIMEIRO TRIMESTRE
DESSE ANO.

**E os hospitais sem
médicos suficientes.**

Medo, dor e até mesmo a falta de leitos médicos impedem o atendimento adequado. Mas por que isso acontece? Quanto vale o médico? Quanto vale o leito? Quanto vale o atendimento? Participe da campanha de conscientização da população. Saiba mais em: www.quantovaleomedico.com.br

QUANTO VALE O MÉDICO?

Ativada e patrocínio: www.quantovaleomedico.com.br **CREMERJ**

17.339 ATENDIMENTOS DE EMERGÊNCIA
SÓ NO ÚLTIMO CARNAVAL.

**E os hospitais sem ambulâncias
suficientes.**

www.quantovaleomedico.com.br

CREMERJ

**QUANTO
VALE O
MÉDICO?**

Endereços do CREMERJ

RIO DE JANEIRO (MUNICÍPIO)

SEDE

Praia de Botafogo, 228, loja 119b - Botafogo
Telefone: (21) 3184-7050
E-mail: cremerj@cremerj.org.br

SUBSEDE BARRA DA TIJUCA

Avenida das Américas, 3.555, 2º piso, sala 226, bloco 1 - Barra da Tijuca
Telefones: (21) 2432-8987 / 3325-1078
E-mail: barradatijuca@cremerj.org.br

SUBSEDE CAMPO GRANDE

Avenida Cesário de Melo, 2.623, sala 302 - Campo Grande
Telefone: (21) 2413-8623
E-mail: campogrande@cremerj.org.br

SUBSEDE ILHA DO GOVERNADOR

Estrada do Galeão, 826, 1º piso, loja 110 - Ilha do Governador
Telefone: (21) 2467-0930
E-mail: ilha@cremerj.org.br

SUBSEDE MADUREIRA

Estrada do Portela, 29, sala 302 - Madureira
Telefone: (21) 2452-4531
E-mail: madureira@cremerj.org.br

SUBSEDE TIJUCA

Rua Soares da Costa, 10, loja 324 - Tijuca
Telefones: (21) 2565-5517 / 2204-1493
E-mail: tijuca@cremerj.org.br

RIO DE JANEIRO (ESTADO)

MJ: *municípios de jurisdição*

SECCIONAL MUNICIPAL DE ANGRA DOS REIS

MJ: Angra dos Reis, Parati, Mangaratiba e Itaguaí
Rua Professor Lima, 160, salas 506 e 507 - Centro
Telefones: (24) 3365-0330 / 3365-0793
E-mail: angra@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE BARRA DO PIRAÍ

MJ: Barra do Piraí
Rua Tiradentes, 50, sala 401 - Centro
Telefone: (24) 2442-7053
E-mail: barradopirai@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE BARRA MANSA

MJ: Barra Mansa, Rio Claro e Quatis
Rua Pinto Ribeiro, 103 - Centro
Telefone: (24) 3322-3621
E-mail: barramansa@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE CABO FRIO

MJ: Cabo Frio, Arraial do Cabo, Araruama, Saquarema, Armação de Búzios, Iguaba Grande e São Pedro da Aldeia
Avenida Julia Kubitschek, 39, sala 112 - Jardim Riviera
Telefone: (22) 2643-3594
E-mail: cabofrio@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE CAMPOS

MJ: Campos dos Goytacazes, São Fidélis, São João da Barra, Cardoso Moreira e São Francisco de Itabapoana
Praça São Salvador, 41, sala 1.405 - Campos
Telefones: (22) 2723-0924 / 2722-1593
E-mail: campos@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE ITAPERUNA

MJ: Itaperuna, Bom Jesus do Itabapoana, Cambuci, Itaocara, Aperibé, Santo Antonio de Pádua, Miracema, Lage do Muriaé, São José de Ubá, Natividade, Porciúncula, Varre e Sai e Italva
Rua Dez de Maio, 626, sala 406 - Centro
Telefone: (22) 3824-4565
E-mail: itaperuna@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE MACAÉ

MJ: Macaé, Casimiro de Abreu, Silva Jardim, Rio das Ostras, Conceição de Macabu, Quissamã
Rua Doutor Júlio Olivier, 383, sala 205 - Centro
Telefones: (22) 2772-0535 / 2772-7584
E-mail: macae@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE NITERÓI

MJ: Niterói, São Gonçalo, Itaboraí, Tanguá, Maricá e Rio Bonito
Rua Miguel de Frias, 40, 6º andar - Icaraí
Telefones: (21) 2620-9952 / 2717-3177 / 2620-4170
E-mail: niteroi@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE NOVA FRIBURGO

MJ: Nova Friburgo, Bom Jardim, Trajano de Moraes, Santa Maria Madalena, São Sebastião do Alto, Cantagalo, Carmo, Sumidouro, Macuco, Cordeiro, Duas Barras e Cachoeira de Macacu
Rua Luiza Engert, 1, salas 202 e 203 - Centro
Telefones: (22) 2522-1778 / 2523-7977
E-mail: friburgo@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU

MJ: Nova Iguaçu, Duque de Caxias, São João de Meriti, Nilópolis, Belford Roxo, Queimados, Japeri e Mesquita
Rua Doutor Paulo Fróes Machado, 88, sala 202 - Centro
Telefones: (21) 2667-4343 / 2668-7646
E-mail: novaiguacu@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS

MJ: Petrópolis, Areal, São José do Vale do Rio Preto, Sapucaia, Três Rios, Paraíba do Sul, Comendador Levy Gasparian e Distrito de Piabetá
Rua Doutor Alencar Lima, 35, salas 1.208 a 1.210 - Centro
Telefones: (24) 2243-4373 / 2247-0554
E-mail: petropolis@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE RESENDE

MJ: Resende, Itatiaia e Porto Real
Rua Gulhot Rodrigues, 145, sala 405, Edifício Iade - Bairro Comercial
Telefone: (24) 3354-3932
E-mail: resende@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE SÃO GONÇALO

MJ: São Gonçalo, Itaboraí, Tanguá e Rio Bonito
Rua Coronel Serrado, 1.000, salas 907 e 908 - Zé Garoto
Telefone: (21) 2605-1220
E-mail: saogoncalo@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE TERESÓPOLIS

MJ: Teresópolis, Magé e Guapimirim
Rua Wilhelm Cristian Kleme, 680 - Ermitage
Telefone: (21) 2643-5830
E-mail: teresopolis@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE VALENÇA

MJ: Valença, Rio das Flores, Paty do Alferes e Miguel Pereira
Rua Padre Luna, 99, sala 203 - Centro
Telefone: (24) 2453-4189
E-mail: valenca@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE VASSOURAS

MJ: Vassouras, Engenheiro Paulo de Frontin, Mendes, Paracambi e Seropédica
Rua Expedicionário Oswaldo de Almeida Ramos, 52, sala 203 - Centro
Telefones: (24) 2471-3266 / 2471-6652
E-mail: vassouras@cremerj.org.br

SECCIONAL MUNICIPAL DE VOLTA REDONDA

MJ: Volta Redonda, Pirai e Pinheiral
Rua Vinte, 13, sala 101 - Vila Santa Cecília
Telefone: (24) 3348-0577
E-mail: voltaredonda@cremerj.org.br



CREMERJ

Conselho Regional de Medicina do Estado do Rio de Janeiro