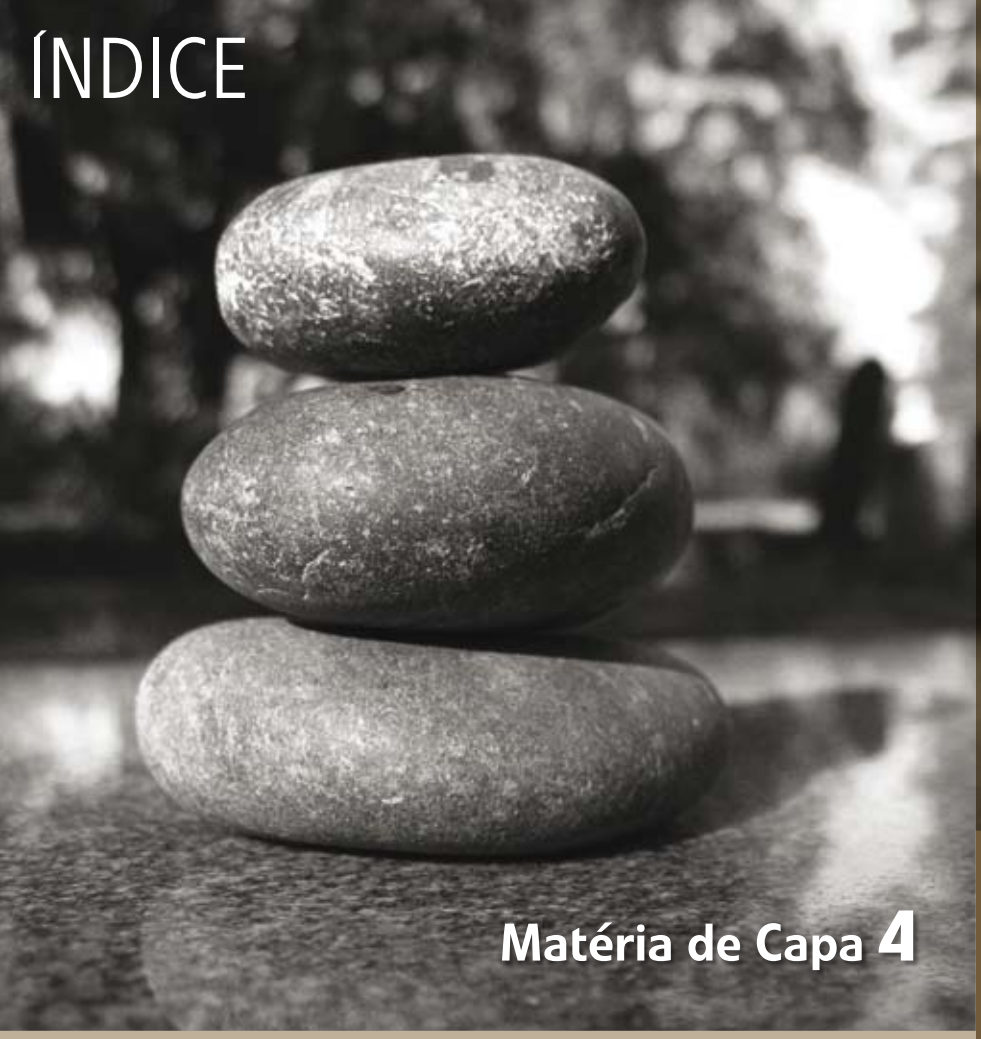
SOCIEDADE BENEFICENTE DE SENHORAS
HOSPITAL SÍRIO-LIBANÊS
Maio/Junho 2010
Mãe! Quero mais legumes!
Uma alimentação saudável pode ser muito divertida
La Bella Roma
Viaje conosco por uma das cidades mais belas da Europa
Buscando o equilíbrio
Saiba o que são cuidados integrativos

ÍNDICE



Matéria de Capa 4

Filantropia 7

Cultura e arte 8

Saúde 10

Ensino & Pesquisa 12

Sustentabilidade 14

Agenda 15

Turismo 16

Trabalho com saúde 18

Tecnologia 20

Esporte é saúde 22

No HSL 24

Ambulatório de Pediatria Social 26

Voluntariado 28

Abrace seu Bairro 30

CONSELHO EDITORIAL
Diretoria de Senhoras, Sylvia Haidar Suriani, Superintendência Corporativa, Dr. Gonzalo Vecina Neto, Superintendência de Estratégia Corporativa, Dr. Paulo Chapchap, Comunicação Institucional e Lawrence Publicidade

GERENTE DE COMUNICAÇÃO INSTITUCIONAL
Katia Camata Ribeiro
e-mail: katia.ribeiro@hsl.org.br
telefone: 3155-8231

PROJETO EDITORIAL/GRÁFICO
Lawrence Publicidade WWW.LAWRENCEPUBLICIDADE.COM.BR
Leonardo Lawrence COORDENADOR
Karina Ramos COORDENADORA E ASSESSORA CIENTÍFICA
Andréia Bento Moraes REDATORA
Stephanie Lawrence DIRETORA DE ARTE/PROJETO GRÁFICO
Ricardo Natali DESIGNER

COLABORADORES
Josias A. Andrade
REVISOR
Manuel Marques, Maurilio Clareto e Lili das Neves
FOTÓGRAFOS

GRÁFICA
New Impress Gráfica e Editora

TIRAGEM
10.000 exemplares

MANDE SUGESTÕES POR E-MAIL OU TELEFONE

*Todas as informações técnicas são de responsabilidade dos respectivos autores. Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução do conteúdo desta revista em qualquer meio de comunicação eletrônico ou impresso, sem autorização prévia, por escrito, da revista do Hospital Sírio-Libanês.

De olho no seu **bem-estar**

Cuidar do corpo, da mente e da família é o segredo para uma vida cheia de saúde

Equilíbrio. Ele deve permear tudo o que fazemos em casa, no trabalho e nos nossos momentos de lazer. Por isso, a revista do Hospital Sírio-Libanês traz dicas valiosas de como cultivá-lo no nosso dia a dia. Logo na nossa matéria de capa você irá conhecer um pouco sobre os cuidados integrativos, ações focadas no bem-estar e na qualidade de vida que além de contribuírem para a minimização de sintomas como estresse, ansiedade, fadiga, dor e depressão, são mais uma forma de humanizar a assistência médica. Quem nos apresenta esse assunto é Plínio Cutait, conceituado mestre de Reiki, que coordenará um núcleo na Instituição voltado apenas para essa área.

Saiba ainda como cuidar da alimentação das crianças de um forma lúdica e muito divertida, porque amor, informação e paciência são os segredos para o desenvolvimento de um hábito alimentar saudável. Mas se o assunto é cuidar de você, dê uma olhada na nossa matéria sobre como manter a pele sempre bonita, mesmo no ambiente profissional. E como todos merecemos um tempo de descanso, trazemos aqui a dica de um esporte para todas as idades, o golfe, e uma sugestão de viagem por uma terra que respira belezas naturais e muita história: Roma.

As novidades dos programas filantrópicos da Instituição, a importância da compostagem na reciclagem do lixo orgânico e as incríveis obras de um gênio da literatura, Machado de Assis, você pode descobrir em nossa revista. Que tal dar uma espiadinha?

Conselho Editorial

CAPA

Saúde integral

Cuidados Integrativos contribuem para a humanização do processo de cura

Os avanços da ciência médica no último século são incontestáveis. Da penicilina ao genoma, incontáveis conhecimentos sobre o corpo humano foram alcançados. Dispomos hoje de sofisticada tecnologia a serviço da medicina, fato maravilhoso que, ao mesmo tempo, se confronta com um grande desafio: humanizar o atendimento médico e buscar formas de tratar não só a doença, mas também a pessoa em sua completude.

Como uma resposta a esse desafio, os Cuidados Integrativos vêm, cada vez mais, ganhando espaço em renomados hospitais do mundo todo, por ampliar o cuidado ao paciente e estendê-lo a familiares e cuidadores. Focado no bem-estar e na qualidade de vida, eles contribuem ainda para a minimização de sintomas como estresse, ansiedade, fadiga, dor e depressão.

Segundo Plínio Cutait, mestre de Reiki conceituado no mundo todo, estudioso sobre o assunto há mais de 20 anos, palestrante internacional e Coordenador do Núcleo de Cuidados Integrativos do Hospital Sírio-Libanês, importantes instituições de saúde como o Memorial Sloan Kettering Cancer Center de Nova York, o MD Anderson Cancer Center de Houston, o Dana-Farber Cancer Institute de Boston e a Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), entre outras, aos poucos se abrem para um repertório de cuidados que contempla a integralidade do ser humano, com o propósito de tratá-lo como um todo. "Essa é uma renovação do ato de cuidar, baseada em paradigmas que atravessam todos os tempos, porque são fundamentados no espírito humanístico mais genuíno: a integração entre corpo, mente e espírito."

> "A **busca** por **saúde** é a própria busca por **felicidade**, por **paz**, e por nosso **tesouro maior**, origem de nossas maiores forças: **nossa humanidade**."

O interesse por Cuidados Integrativos vem se dando, principalmente, porque há uma grande demanda por parte dos próprios pacientes. Eles trazem, informalmente, ao hospital em que estão internados, profissionais para atender suas mais diversas necessidades e, por diferentes razões, nem sempre contam ao seu médico. "Baseado nisso, por que não formar aqui neste Hospital uma equipe de profissionais gabaritados para atender a essa demanda, com o conhecimento do médico e integrada ao tratamento dos pacientes? Há uma compreensão hoje de que a cura não se resume a sanar a doença e seus sintomas. Num sentido mais amplo, é também um caminho que aproxima a pessoa de seu estado original, equilibrado e saudável, numa constante harmonização das dimensões física, mental, psicossocial e espiritual", explica Plínio.

Assistir e educar

Um instrumental de Cuidados Integrativos inclui, por exemplo, práticas como a Meditação, a Acupuntura, técnicas de relaxamento e respiração, Musicoterapia, Arteterapia, Reiki, Tai Chi Chuan, Yoga, Lian Gong, Chi Kung etc. Aliadas ao tratamento médico convencional, essas práticas podem preencher um espaço que muitas vezes se encontra vazio ao longo do período em que o paciente está enfrentando a doença.

De acordo com Plínio Cutait, cura e educação são inseparáveis. Nesse sentido, é de grande valia que o paciente não só receba passivamente os benefícios dessas práticas em forma de tratamento, mas que possa também aprendê-las e integrá-las em sua rotina, para o alívio de seus sintomas, melhoria de suas condições gerais e uma aproximação de suas próprias forças, muitas vezes escondidas em meio ao desconforto e ao sofrimento. A educação em autocuidado é o néctar dos Cuidados Integrativos e incentiva o paciente a se conhecer e participar ativamente de sua própria recuperação. Aprender a meditar, silenciar, respirar, relaxar, restaurar a própria energia e apaziguar a mente pode instrumentalizar o paciente para que ele atravesse um trecho difícil de sua vida, fortalecendo e ativando seus recursos pessoais.

O mestre de Reiki destaca que os Cuidados Integrativos são indicados também aos familiares e cuidadores por duas razões: servem de apoio para estes indivíduos que acompanham o desafio de um ente querido e porque o bem-estar destes acompanhantes se reflete diretamente na recuperação do paciente.

Embora seja difícil finalizar um assunto que ainda renderia várias páginas, Plínio Cutait conclui que os Cuidados Integrativos podem trazer inúmeros benefícios a todos. Não é necessário estar doente para desfrutá-los e, como em qualquer forma de medicina, serão mais eficazes quando usados de forma preventiva. ■

Sob um olhar mais humano e abrangente

O Núcleo de Cuidados Integrativos do Hospital Sírio-Libanês nasce em consonância com o espírito humanístico sempre presente na Instituição. Seu propósito é contribuir para que o cuidar, gesto essencial e vocação original do HSL, se estenda a pacientes, familiares, cuidadores, voluntários, colaboradores e profissionais de saúde, da forma mais humana, natural e ampla possível, enriquecendo o interminável processo de educação de todos aqueles que participam da vida desse Hospital.

A princípio, o serviço oferecerá práticas como Meditação, Acupuntura, técnicas corporais, relaxamento, respiração, Musicoterapia, Arteterapia e Reiki, ministradas e aplicadas por profissionais norteados por longa experiência e pelo rigor presente nesta Instituição.

Para os pacientes, o acesso às informações sobre os tratamentos estará disponível no *site* do Núcleo, inserido no portal www.hospitalsiriolibanes.org.br e os atendimentos poderão ser agendados pelo telefone (11) 3155-0854.

Para o Hospital, o Núcleo firmará parceria com as diversas áreas e abrirá programas para colaboradores e profissionais de saúde. Em breve, os cursos nas diversas técnicas e práticas serão ministrados no Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa (IEP) a pacientes, familiares, cuidadores, voluntários, colaboradores e profissionais de saúde.

"Acreditamos que ao apoiar este Núcleo, o HSL, mais do que criar um novo serviço, abre espaço para que os paradigmas sobre saúde, humanismo e cuidado sejam enriquecidos e que a cultura do autocuidado seja cada vez mais fortalecida entre pacientes, familiares e profissionais da saúde", finaliza Plínio Cutait.

Os especialistas que integram o Núcleo são: Plínio Cutait (Reiki), Dr. José Antonio Curiati (Meditação), Dra. Regina Ares (Acupuntura), Vivian Farah Nassif (Técnicas corporais e relaxamento), Cristiane Ferraz (Musicoterapia), Myrian Romero (Arteterapia).

Qualidade para todos

Instituto Nacional de Câncer e HSL se unem em prol de um melhor atendimento radioterápico público

Seguindo a sua missão filantrópica, o Hospital Sírio-Libanês investe continuamente em iniciativas que buscam aprimorar a assistência médica pública do País.

Hoje, a Instituição mantém diversos projetos em parceria com o Ministério da Saúde e oferece seu conhecimento e *expertise* em gestão e assistência hospitalar a centros de saúde públicos de diversos estados.

Há algum tempo a Administração da Instituição, que hoje conta com residência médica em radioterapia e em física das radiações, planejava estender a abrangência do ensino e formação de recursos humanos nesta área. "Queremos investir também no preparo de técnicos, enfermeiros, físicos e médicos especialistas em radioterapia na tecnologia que o Hospital executa, que é uma das mais modernas da América Latina. Em oncologia esse é um passo importante, já que a radioterapia de alta tecnologia, cada vez mais, permite tratar e curar diferentes enfermidades com menor toxicidade. Com esta ideia a Instituição começou a delinear o projeto de uma 'Escola de Radioterapia'", explica o Dr. João Luis Fernandes da Silva, Coordenador do Serviço de Radioterapia do HSL.

Segundo o médico, ao tomar conhecimento das Diretrizes da Radioterapia Brasileira (box) a administração do HSL sensibilizou-se diante das principais necessidades de atendimento da população com câncer que necessitará de tratamento radioterápico.

"Uma comissão do Hospital Sírio-Libanês foi recebida pelo presidente do Instituto Nacional de Câncer (INCA), Dr. Luis Carlos Santini, assim como por seus assessores, e apresentou a intenção de colocar a sua estrutura, particularmente no aspecto do ensino e treinamento em radioterapia, a serviço do Ministério da Saúde. Esta proposta foi prontamente aceita pelo INCA", explica Dr. João Luis.

De comum acordo e com o início desta parceria, uma oficina de trabalho foi realizada no dia 26 de abril no Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa, onde foi discutida a problemática do atendimento radioterápico público no País.

Segundo dados apresentados pelo Ministério da Saúde, a partir de um levantamento do INCA, calcula-se que atualmente quase 110.000 pacientes deixarão de ter acesso a um tratamento radioterápico apenas no ano de 2010.

O projeto estabelecido entre o INCA e o HSL fará uma reanálise da situação e das necessidades na área, por meio de uma adequação gerencial e, principalmente, pela formação de recursos humanos especializados. "O principal objetivo deste programa de filantropia é, com a chancela do INCA, tentar minimizar a situação aflitiva da radioterapia pública hoje observada em nosso País", finaliza o Dr. João Luis. ■

Eixo 3: Recursos humanos

- **Regulamentar a atividade profissional de físicos para atuação em radioterapia;**
- **Regulamentar os cursos de especialização para físicos que atuem em radioterapia;**
- **Criar e regulamentar cursos de qualificação profissional para tecnólogos e técnicos, para atuação em radioterapia.**

(memo nº 131 Gab/INCA de 28 de junho de 2009.)

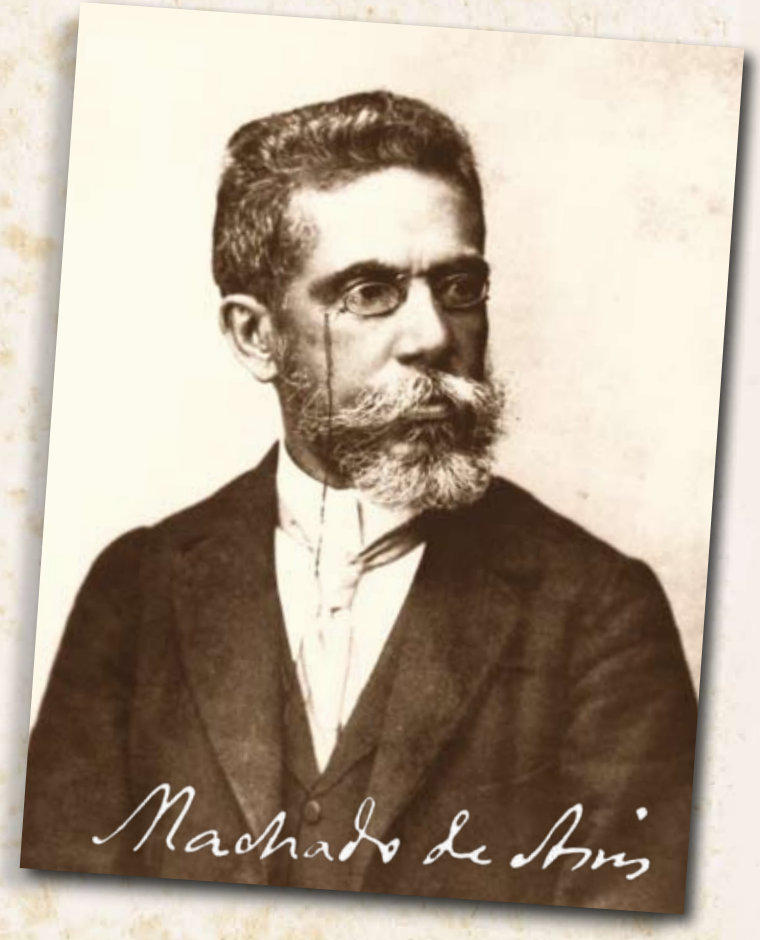
Genialidade em palavras

Conheça um pouco da obra de Machado de Assis, um dos maiores escritores brasileiros

A genialidade é o mais alto grau da potência intelectual que o espírito humano pode atingir, uma habilidade inata e intrínseca em um dos maiores nomes da literatura nacional, Machado de Assis. Descendente de escravos e autodidata, o autor produziu uma extensa obra que inclui nove romances, nove peças teatrais, 200 contos, cinco coletâneas de poemas e sonetos, e mais de 600 crônicas. Didaticamente seus escritos costumam ser divididos em duas fases, a romântica e a realista, mas ressalte-se aqui que Machado de Assis contribuiu criticamente com os movimentos literários que influenciaram seu criar artístico e, acima de tudo, buscou demonstrar a essência do ser humano por meio do desenho psicológico, emotivo e racional, de seus personagens. Conheça aqui um pouco da maestria deste gênio das palavras.

Entre 1870 e 1880 o escritor produziu obras como Ressurreição, A Mão e a Luva, Helena e Iaiá Garcia, os livros Contos Fluminenses e Histórias da Meia-Noite e as poesias de Crisálidas, Falenas e Americanas, todas obras românticas. O livro Helena ficou marcado por trabalhar dois elementos: a natureza emocional e social. Nele, Machado de Assis recriou o mundo brasileiro, a sociedade arcaica, cujas atitudes convencionais e hábitos, tanto antigos quanto cerimoniosos, dissimulavam na boa educação e nos modos polidos.

Posteriormente o autor atingiu sua maturidade artística escrevendo Memórias Póstumas de Brás Cubas, que é considerado o primeiro romance realista brasileiro. Outras obras como Quincas Borba, Dom Casmurro, Esaú e Jacó e Memorial de Aires sedimentaram a análise psicológica dos personagens e a eliminação da narrativa linear dos movimentos literários anteriores. Agora, cabia ao leitor preencher as lacunas e avaliar a essência dos personagens, em especial do narrador. O modo de contar a história torna-se pois tão ou mais importante do que a própria história. O pessimismo, a sutileza, o sarcasmo,



a ironia, o dramático e o cômico foram usados com inteligência por Machado de Assis, afinal quem mais escolheria como narrador de uma obra, um defunto?

"Ao verme que primeiro roeu as frias carnes do meu cadáver dedico como saudosa lembrança estas memórias póstumas." Dedicatória em Memórias Póstumas de Brás Cubas

" Tu tens a pressa de envelhecer, e o livro anda devagar; tu amas a narração direta e nutrida, o estilo regular e fluente, e este livro e o meu estilo são como os ébrios, guinam à direita e à esquerda, andam e param, resmungam, urram, gargalham, ameaçam o céu, escorregam e caem..." em Memórias Póstumas de Brás Cubas

FRASES CÉLEBRES DO AUTOR

"Aos quinze anos, há até certa graça em ameaçar muito e não executar nada." Em "Dom Casmurro" (1899)

"Não se deliberam sentimentos; ama-se ou aborrece-se, conforme o coração quer." Em "Helena" (1876)

"O casamento é a pior ou a melhor coisa do mundo; pura questão de temperamento." Em "Helena" (1876)

"Não tive filhos, não transmiti a nenhuma criatura o legado da nossa miséria." Em "Memórias Póstumas de Brás Cubas" (1881)

"O maior pecado, depois do pecado, é a publicação do pecado." Em "Quincas Borba" (1891)

"Esquece-se o real e palpa-se o impossível." No prelúdio de "Falenas" (1870)

Personagens imortalizados

Alguns protagonistas machadianos ficaram tão famosos que estão arraigados no imaginário popular. Dentre eles não podemos deixar de citar Bentinho e Capitu, o marido ciumento e a esposa dissimulada da obra Dom Casmurro. No livro, Bentinho, tomado de ciúmes e de dúvidas se sua mulher é adúltera fecha-se cada vez mais em si mesmo, tornando-se amargo e solitário. Segundo o próprio personagem, *"A imaginação foi a companheira de toda a minha existência..."*. E isso é comprovado no velório do provável amante, Escobar.

"Muitos homens choravam também, as mulheres todas. Só Capitu, amparando a viúva, parecia vencer-se a si mesma. Consolava a outra, queria arrancá-la dali. A confusão era geral. No meio dela, Capitu olhou alguns instantes para o cadáver tão fixa, tão apaixonadamente fixa, que não admira lhe saltassem algumas lágrimas poucas e caladas..."

Capitu, por sua vez, com seus "olhos de ressaca" e de "cigana oblíqua e dissimulada", sabia sair-se bem de situações difíceis. A pergunta que Machado de Assis deixa para o leitor é: ela traiu ou não Bentinho? Pergunta essa sem resposta, pois a versão que temos para julgá-la nos é dada por um narrador suspeito, Bentinho, um marido envenenado pelo ciúme e de imaginação bastante fértil. Capitu traz uma das ideias centrais de Machado de Assis, que existe uma descontinuidade entre a essência mais íntima dos indivíduos e a aparência exigida pela opinião pública.

"Retórica dos namorados, dá-me uma comparação exata e poética para dizer o que foram aqueles olhos de Capitu. Não me acode imagem capaz de dizer, sem quebra da dignidade do estilo, o que eles foram e me fizeram. Olhos de ressaca? Vá, de ressaca." (...) "Traziam não sei que fluido misterioso e enérgico, uma força que arrastava para dentro, como a vaga que se retira da praia, nos dias de ressaca." (...) ■

Humm... Brócolis!

Cuidar da alimentação das crianças é uma tarefa que demanda informação e muita paciência

Erros mais comuns na alimentação infantil

Dar comida apenas quando a criança tem fome: **Inadequado. A hora de comer deve seguir uma rotina de horários e a família deve sentar-se junto durante as refeições**

Usar a comida como fonte de punição, chantagem ou gratificação: **Não recomendado, pois ao punir, a criança passa a enxergar a hora de comer como algo ruim; e ao gratificar com doces e guloseimas cria-se o risco de incentivar um mal comportamento alimentar e obesidade infantil.**

Quantas mães já ficaram horas sentadas à mesa tentando convencer o filho a comer verduras e se perguntando: o que estou fazendo de errado? Essa é uma frustração comum para muitos pais, contudo, com muita disciplina, informação e psicologia é possível, sim, estimular os pequenos a se alimentarem saudavelmente. E um dos segredos para isso é dar o exemplo correto e saber tornar a hora de comer uma atividade agradável e muito divertida.

A solidificação dos hábitos alimentares das crianças é um processo ativo de educação, e tão importante quanto saber "o quê" oferecer, é saber "como" fazê-lo. Segundo Daniela Maia Mazzaferro, nutricionista pediátrica do HSL, o paladar da criança começa a se diversificar a partir dos seis meses, no momento em que se complementa o leite materno com papinhas e sucos. Contudo, por volta dos três anos, ela desenvolve o discernimento de identificar o que gosta e não gosta e passa a mostrar aos pais que não quer comer determinado alimento. "É nesta fase que os pais têm maior dificuldade em lidar com os filhos, pois é quando eles fazem birra e

não querem experimentar coisas novas." Para a nutricionista, muitas das frustrações pelas quais os pais passam neste período acabam sendo o resultado de falta de informação. "É comum as mães acharem que os filhos estão comendo um volume muito menor do que quando eram bebês e, portanto, estão mal nutridos. Isso não é real, pois os bebês têm de fato um desenvolvimento muito acelerado, ingerem grande quantidade de alimentos, o que vai reduzindo, proporcionalmente, conforme crescem. Desde um ano de idade a criança deve ter a dieta o mais próxima possível à de sua família, ou seja, deve ter café da manhã, lanchinho da manhã e da tarde, almoço e jantar. No jantar, em menor quantidade para não atrapalhar o sono. E muito importante! A partir dessa idade as crianças não podem ter mais refeições exclusivas com leite."

Mas e quando chegam aos três anos? O que fazer para evitar as birras e choros durante a refeição na hora de comer os tão "odiados" legumes e verduras? A especialista explica: "Uma criança que sempre foi estimulada em sua casa a ingerir esses alimentos aprende a apreciá-los. Logo, quanto mais cedo ela for educada a comê-los, melhor. O segredo está em como ofertá-los. Comer pode e deve ser prazeroso, e convidar o pequeno a preparar o almoço pode ser uma boa sugestão de abrir o apetite. Você sabia que o brócolis é primo da couve-flor? Que a alface americana faz um barulho divertido na boca? Conte histórias, compare os alimentos, monte pratos bem coloridos, com carinhas divertidas, faça a criança se questionar e provar o real gosto da comida. E muito importante, coma o mesmo que ela, pois o adulto é o exemplo, e se os pais não comem, ela não experimentará."

Ainda segundo Daniela, a diversidade e a forma de preparo dos pratos são muito importantes na solidificação dos hábitos nutricionais da crianças. "Busque preparar a comida com pouco sal e açúcar, os pequenos devem aprender a apreciar o real gosto dos alimentos. Se ele não gosta de cenoura crua, tente colocá-la no preparo da panqueca ou de uma torta, faça a criança perceber que o sabor muda. Outra dica: não adoce os sucos naturais, que devem ser oferecidos antes ou depois das refeições, nunca durante."

Aliás, para a nutricionista o excesso de açúcar é, atualmente, um dos maiores problemas na alimentação brasileira. "Costumamos adoçar muito os preparados ou comprar produtos excessivamente doces. Aliado a dietas muito ricas em gorduras saturadas, esse comportamento tem sido responsável pelos altos índices de obesidade infantil observados atualmente. Infelizmente, uma criança filha de pais obesos tem 80% de chance de também ser obesa, seja por fatores genéticos, mas principalmente pelo seu perfil alimentar. Lembre-se, o exemplo que damos em casa é o que moldará como nossos filhos comerão no futuro", finaliza Daniela. ■

Oferecer preparados lácteos (como *petit suisse* e achocolatado) logo após as refeições: **Não é indicado, pois interfere na absorção do ferro ingerido na refeição. Eles podem ser dados duas horas antes ou depois da criança comer.**

Dar doces, embutidos, refrigerantes, biscoitos e produtos industrializados: **Evitar, pois esses alimentos são muito ricos em sódio, gorduras saturadas e aditivos artificiais. Sua ingestão deve ser eventual (uma vez por semana).**

Forçar a criança a comer: **Jamais. Os pais podem insistir, mas se isso não funcionar devem oferecer outros tipos de comidas, tão nutritivas quanto.**

Preparar um prato maior do que a criança pode comer: **Erro muito comum! Não prepare um prato para você, mas para o seu filho. Ao ver um prato tão grande a criança perde o apetite e pode se sentir frustrada de não acabá-lo.**

Você pode ajudar!

Por que a pesquisa clínica é tão importante para a evolução do conhecimento científico?

Os avanços da ciência médica são incontestáveis. Desde a Antiguidade buscam-se tratamentos mais eficientes para diferentes tipos de enfermidades. As histórias que cercam algumas descobertas são clássicas, como é o exemplo da penicilina, que foi identificada como um eficiente antibiótico por um "descuido" de Alexander Fleming. Mas o que pode parecer um acaso, na verdade é a base do avanço científico. Como já dizia Louis Pasteur, grande cientista francês, "o acaso só favorece aos espíritos preparados e não prescinde da observação". De fato, todo o conhecimento científico hoje conhecido é proveniente, acima de tudo, de observação, estudo, rigor metodológico e experimentação. Foi dessa forma que o ser humano desenvolveu diferentes substâncias com potenciais terapêuticos e que hoje são a base da medicina convencional. Da aspirina aos mais avançados quimioterápicos conhecidos, dos antibióticos aos anticoncepcionais, todos os medicamentos hoje no mercado são o resultado de muitos anos de estudos e investigação.

Você sabe o que é pesquisa clínica?

Pesquisa clínica, ensaio clínico ou estudo clínico são os termos utilizados para designar um processo de investigação científica envolvendo seres humanos. Como resultado desse processo, os assim chamados pesquisadores poderão obter novo conhecimento científico sobre os medicamentos, procedimentos ou métodos de abordagem de problemas que afetam a saúde do ser humano. Por meio dela também se pode estudar a absorção, distribuição, metabolismo e excreção de um medicamento com o objetivo de averiguar sua segurança e/ou eficácia. Dadas as singularidades do organismo de cada indivíduo, esse tipo de análise é imprescindível, pois apenas com ela pode-se definir a futura aplicabilidade

do tratamento para a população geral. Contudo, como ressalta o Dr. Luiz Fernando Lima Reis, Diretor de Pesquisa do HSL, a execução de uma pesquisa clínica está baseada no rígido cumprimento dos procedimentos contidos no protocolo de pesquisa. "Toda pesquisa envolvendo seres humanos é desenhada dentro das regulamentações nacionais e internacionais, que garantem a condução do estudo dentro de padrões éticos, científicos e de respeito ao paciente, exigidos pela comunidade leiga e científica. Ao participar de uma pesquisa clínica, o paciente que se voluntaria contribui para melhorar e aprimorar os conhecimentos que existem sobre determinado assunto. Mais do que auxiliar a si, ele estará ajudando as gerações futuras que serão beneficiadas com uma melhor assistência."

Como esclarece Natália Salvador Delbiagi, Enfermeira de Pesquisa do HSL, toda e qualquer pesquisa clínica é avaliada por um Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), coordenado e fiscalizado pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa – CONEP. "São avaliações rígidas e que vislumbram todos os aspectos éticos da pesquisa para que não traga riscos à saúde. Os pacientes que se voluntariam à pesquisa clínica recebem uma assistência diferenciada, e todos os exames, a medicação e os procedimentos relacionados ao estudo são custeados pela instituição responsável. Além disso, um acompanhamento é realizado ao término da pesquisa e todos os dados de identificação do paciente são mantidos em sigilo. Isso é necessário, pois muitas vezes essas são pesquisas multicêntricas e internacionais, que têm um padrão rigoroso e sistematizado de avaliação. Por se tratar de uma participação voluntária eles podem sair da pesquisa quando quiserem, esclarecer as dúvidas com seu médico, com o CEP da instituição e com o CONEP sempre que sentirem necessidade."

O mais importante para um paciente que aceita participar de uma pesquisa clínica é saber que ele tem a oportunidade de receber um tratamento inovador. "Em oncologia diariamente nos confrontamos com tumores que apresentam uma evolução muito acelerada e que não respondem aos tratamentos convencionais. Contudo, novas terapias podem ser mais eficazes para certos pacientes, por agirem de forma diferenciada no metabolismo tumoral. É importante ressaltar que um quimioterápico experimental nunca está aquém de uma terapia convencional. Ele costuma ser o que há de mais promissor nos estudos internacionais, e quando chega aos pacientes já passou por anos, senão décadas, de pesquisas básicas. Em vários estudos realizados aqui no HSL observamos que para tipos específicos de tumores o tratamento experimental é, de fato, muito eficiente", explica o Dr. Paulo Hoff, Diretor Médico do Centro de Oncologia da Instituição.

Mas se pode trazer benefícios, por que os pacientes muitas vezes não aceitam participar como voluntários de uma pesquisa clínica? Para o Dr. José Rodrigues Parga Filho, cardiologista do HSL, ainda há uma grande falta de informação quanto à importância das pesquisas clínicas no Brasil. "Na área de radiologia desenvolvemos estudos que avaliam diferentes abordagens diagnósticas para otimizar a obtenção e interpretação dos resultados. Muitas vezes são pacientes saudáveis, que vêm ao Hospital para o seu *check-up* regular. Algumas vezes esses indivíduos não aceitam participar (mesmo sabendo que os dados que serão recolhidos para a pesquisa não irão interferir no exame realizado), pois acreditam que isso não lhes trará nenhum benefício. Acredito que esta visão equivocada é decorrente da não compreensão de como o desenvolvimento científico se dá. Esse mesmo paciente poderá usufruir de uma análise diagnóstica mais eficiente no futuro, como também auxiliará na qualidade de vida de outros pacientes. É uma questão cultural, que poderia ser mudada se existissem mais centros médicos que realizassem pesquisas clínicas no País."

No HSL são desenvolvidas diferentes pesquisas clínicas em oncologia, diabetes, cardiologia e radioterapia que são tanto desenhadas na própria Instituição, quanto delineadas por indústrias farmacêuticas e centros médicos internacionais. "O pioneirismo e a busca pelo conhecimento são valores do Hospital. Uma instituição médica que não realiza pesquisas clínicas não é uma geradora de conhecimento e, por esse motivo, sempre estará um passo atrás. Além de garantirmos a qualidade e segurança desses estudos, estamos investindo na melhor assistência possível", finaliza o Dr. Reis. ■

Consciência **ambiental**

Compostagem: uma boa solução para o lixo orgânico

Diariamente o município de São Paulo gera 15.000 toneladas de lixo. Composto, em sua maioria, por materiais recicláveis esses resíduos acabam em aterros sanitários sem nenhuma seleção, gerando impacto ambiental ao contaminar solo, águas e ar. Hoje, na cidade, apenas 2% de todo o lixo são reciclados e, por esse motivo, campanhas buscam conscientizar a população a realizar a coleta seletiva de alumínio, papel, metal, vidro e plástico. Mas você sabe como reciclar o lixo orgânico? A resposta é: pelo método de compostagem. Por esse processo é possível transformar, em um período curto de tempo, os resíduos de origem animal e vegetal encontrados no lixo em um adubo estável e atóxico. Esse adubo orgânico, rico em húmus e nutrientes minerais, como nitrogênio e fósforo, pode ser usado na conservação de áreas ajardinadas, pomares e na agricultura. A compostagem é um processo biológico realizado pelos próprios micro-organismos responsáveis pela decomposição da matéria orgânica em condições especiais de umidade, temperatura e aeração. Além de evitar o mal cheiro, a formação de chorume e o desenvolvimento de vetores de doenças, como insetos, fungos e ratos, o aproveitamento do lixo orgânico pela compostagem é uma questão de responsabilidade com o planeta.

Segundo Gizelma Rodrigues, Gerente de Hospedagem do Hospital Sírio-Libanês, essa é uma solução que deveria ser incentivada em empresas e estabelecimentos públicos, pois reduz a exploração dos recursos naturais, diminui a necessidade do uso de fertilizantes químicos, minimiza a emissão de gases estufa, como o metano, e é uma alternativa aos aterros sanitários e lixões a céu aberto. "Desde março deste ano, a Instituição passou a aproveitar seus resíduos orgânicos para a produção de adubo pelo método de compostagem. O Hospital gera oito toneladas de lixo por dia, e 63% do total são resíduos comuns. Hoje, todo o lixo orgânico produzido pela nossa cozinha no pré-preparo dos alimentos é segregado, acondicionado em câmaras frias e retirado diariamente para ser levado a uma usina de compostagem. Com isso, conseguimos reciclar 42% de todos os resíduos orgânicos gerados por nós." A gerente explica ainda que a Instituição estabeleceu uma parceira com a empresa Nova Reciclagem, de Cotia, que produz o adubo orgânico. "Essa medida veio se unir a várias outras iniciativas em responsabilidade ambiental da Instituição. Desenvolvemos soluções para economizar insumos como água, gás e eletricidade e investimos no treinamento de nossos colaboradores. Para nós, pequenas ações podem ter um imenso impacto positivo no meio ambiente, se colocadas em prática por um número expressivo de pessoas. Devemos agir localmente, mas sempre pensar globalmente", finaliza. ■

Presença ilustre

Em visita ao Brasil, Presidente do Líbano conhece o HSL

Dr. Riad Younes (à esquerda), o General Michel Sleiman (ao centro) e sua esposa, Wafaa Sleiman

No mês de abril esteve no Brasil o Presidente do Líbano, General Michel Sleiman. Em uma visita que teve como objetivo aprofundar as relações entre os dois países, o chefe de estado cumpriu um extenso protocolo de eventos oficiais. Acompanhado da primeira-dama, Wafaa Sleiman, e de uma delegação de autoridades políticas, composta pelos ministros Tareq Mitri (Informação), Ali Abdallah (Juventude e Esporte), Mona Afeish (Estado), Salim Sayegh (Assuntos Sociais) e Mohamed Rahal (Meio Ambiente), o General Sleiman aproveitou a ocasião para conhecer o Hospital Sírio-Libanês.

Os convidados foram recebidos, no dia 24 de abril, pela Diretoria do Hospital com um discurso de boas-vindas, proferido pela Presidente da Sociedade Beneficente de Senhoras (SBSHSL), Ivette Rizkallah. "Sabemos o esforço que os senhores têm empregado para unir e conciliar a diversidade de pensamento em seu país, o Líbano, e nesse trabalho para a paz se tornaram o símbolo de uma nova era no Oriente Médio. Temos o orgulho de apresentar a nossa Instituição, conscientes que a vossa visita consagra a amizade entre os dois países e fortalece a nossa vontade de prosseguir com o nosso trabalho", discursou.

Na ocasião o Dr. Riad Younes, Diretor Clínico do HSL, aproveitou para apresentar a história e ascensão da Sociedade Beneficente de Senhoras e conduziu a visita para algumas importantes áreas do Hospital como o Centro de Diagnósticos e Imagens e o Centro de Oncologia. Também acompanharam a visita a Presidente Honorária da SBSHSL, Violeta Basílio Jafet, o Superintendente de Estratégia Corporativa, Dr. Paulo Chapchap, membros do Conselho de Administração e da Diretoria de Senhoras e os doutores Salim Schahin, Roberto Kalil Filho, Raul Cutait, Giovanni Cerri, Fabio Gregory e Sami Arap.

No memorial, o presidente libanês deixou uma mensagem no livro de ouro da Instituição. "Foi com fé e crença plena no ser humano que foi erguido este grande monumento hospitalar e científico por estas senhoras fiéis à sua pátria de origem. Hoje, é uma Instituição que se tornou referência no tratamento de doenças para milhares de pessoas nas Américas. Desejo que esta tradição e doação continue com a chama viva, avante e permeada de vitórias. Que a marca deste Hospital esteja sempre comprometida com a origem de seu próprio nome e que a Instituição seja o retrato verdadeiro do ato de servir com amor para os filhos deste Brasil amigo, sem distinção de cor, credo, religião ou etnia."

Como encerramento da ocasião foi feita uma troca de placas de homenagem e presentes entre a Presidente da SBSHSL e o chefe libanês. ■

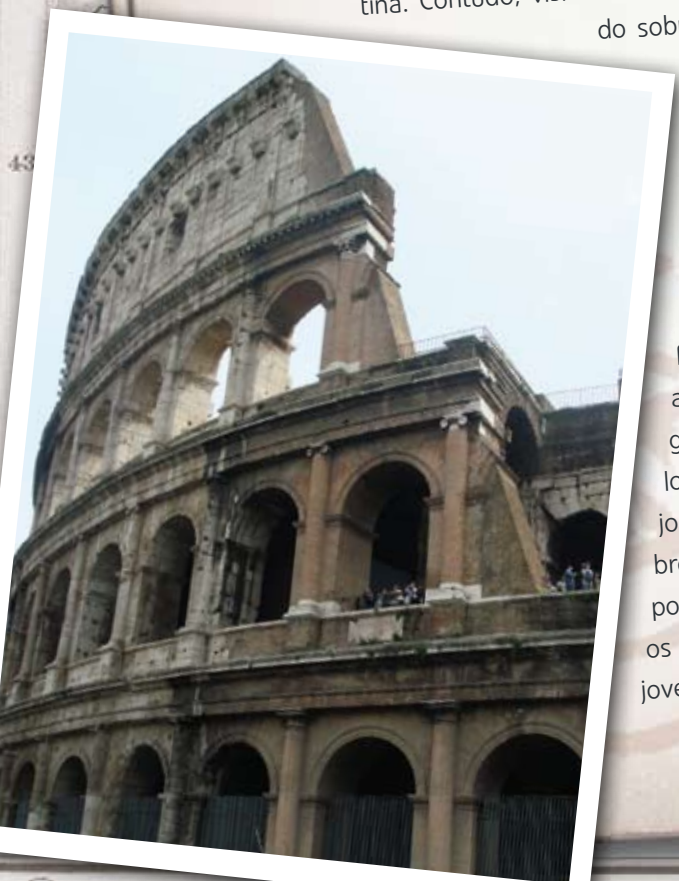
"Mi mangio um cane"

Os italianos usam a frase sempre que querem duvidar, positivamente, que você possa fazer ou aprender algo novo

Texto e fotos por Katia Camata Ribeiro

O convite ao desafio: "mi mangio um cane" faz com que a terra dos imperadores fique pequena perto de todas as histórias que Roma tem a nos oferecer e provoca aos marinheiros de primeira viagem uma vontade incondicional de conhecer todos os pontos turísticos e as ruas que os mapas não mostram.

Impossível ir à capital italiana sem pensar em Nero, Marco Aurélio e Napoleão, ou sem imaginar-se adentrando o Coliseu, o Vaticano, o Castelo San Angelo e a Capela Sistina. Contudo, visitá-la é um aprendizado sobre a história da Europa Antiga e da própria cidade, que sob o ponto de vista da mitologia é fascinante. Diz a lenda que os gêmeos Rômulo e Remo foram jogados no rio Tibre e resgatados por uma loba que os amamentou. Os jovens foram então encontrados e criados por um casal de pastores e, depois de adultos, voltaram para sua cidade natal, Alba Longa, onde ganharam terras para fundar uma nova cidade, a futura Roma.



Coliseu, Vaticano e outros encantos

Maior e mais famoso símbolo do Império Romano, o Coliseu foi construído a partir de 72 a.C. e era reservado para as lutas entre os gladiadores e os animais selvagens. O anfiteatro foi idealizado pelo imperador Flávio Vespasiano, erguido no lugar onde outrora fora o palácio de Nero e demorou oito anos para ser concluído. Os primeiros combates, dizem os historiadores, duraram mais de cem dias e ceifaram a vida de centenas de homens e mais de cinco mil animais. No início de cada batalha, os gladiadores olhavam para o imperador e saudavam-no com a frase que ficou famosa: "Salve César! Aqueles que hão de morrer te saúdam!". Mais de 50 mil espectadores iam ao delírio a cada batalha e os espiritualistas dizem ouvir, até hoje, o alvoroço da população nas arquibancadas, assim como os gemidos nas ladeiras estreitas dos homens que enfrentavam as feras. Com características mistas entre o bucólico e o bélico exemplificadas pelas ruínas por saqueamento, a mata entre as colunas, os objetos com marcas de "sangue" e a escuridão de alguns locais, o Coliseu precisa ser observado com um olhar diferente do que vemos em filmes que tentam reproduzi-lo.

Ao lado do Coliseu fica o Fórum Romano, que pode ser

visitado com um único ingresso, desde que no mesmo dia. Ele era o principal centro comercial da Roma Imperial e suas colunas dão a ideia da grandiosidade do local. Hoje ela é representada pelas ruínas e o mármore travertino observado em suas ruas. Não muito longe dali fica o Vaticano e todo seu complexo museu, Capela Sistina, túmulos dos papas etc. Aliás, cabe aqui uma recomendação: a Itália, assim como outras cidades europeias, deve ser conhecida em sua maioridade a pé ou pelas linhas de metrô. Contudo, atenção em Roma, pois os trens são sujos, em sua grande maioria, pichados, e com avisos explícitos sobre possíveis batedores de carteira. Aos católicos ou não, o passeio vale pela grandiosidade e luxo da Igreja, que é coberta por mármore, ouro e imagens de todos os papas da história. Milhares de turistas se acotovelam para ver a troca da guarda, que usa uma roupa que lembra a dos bobos da corte, além de tentarem fotografar os túmulos dos muitos papas sepultados no subsolo do local. Durante alguns minutos tentei fazer uma oração no pequeno espaço reservado a isso, mas a ostentação é tamanha que o brilho do ouro "nos cega" à pobreza dos que vivem alguns metros da porta.

Também lembre-se de ir ao Museu do Vaticano, é ali que fica a Capela Sistina, apesar de as placas não sinalizarem quando você chega à porta depois de dar toda a volta pela igreja. Os tapetes que explicam a conquista da Itália, os jardins entre os prédios, os azulejos formando a história da Igreja, assim como os objetos, já valeriam a visita; mas quem quer sair dali sem apreciar A criação de Adão, de Michelangelo?

Em tempo: não saia de Roma antes de fazer seu pedido na fascinante Fontana di Trevi; sem andar pelas estreitas ruas que a ladeiam, algumas inclusive com lojas com artigos a preços interessantíssimos e, principalmente, mesmo que no frio, tomar um irresistível sorvete italiano em qualquer lugar desta cidade cheia de mistérios. ■

Cútis de pêssego

Mesmo durante o trabalho devemos cuidar da nossa pele

Poucas pessoas sabem, mas mesmo na nossa rotina diária precisamos cuidar da pele para evitar manchas, envelhecimento precoce e doenças futuras. E esse cuidado deve começar logo ao acordar. Segundo a Dra. Cristina Abdalla, dermatologista do HSL e Coordenadora do Núcleo Avançado de Câncer de Pele, após lavar o rosto de manhã é importante aplicar um filtro solar ou um hidratante com fator de proteção solar, específico para o seu tipo de pele (seca, normal ou oleosa). "Essa é uma medida para se evitar o fotoenvelhecimento, principalmente em indivíduos que possuem algum tipo de doença de pele relacionada ou desencadeada pela luz. Além disso, reduzem-se as chances de desenvolver câncer de pele, uma das doenças mais frequentes, atualmente, no País."

No entanto, não apenas o rosto, mas todas as áreas expostas merecem igual atenção. "As mãos, braços, pescoço, colo e pernas costumam estar desprotegidos tanto no nosso ambiente profissional, quanto nos momentos de lazer e são as áreas que mais sofrem com os danos causados pela incidência luminosa. O correto é aplicar o creme 30 minutos antes da exposição e a cada duas horas, independentemente da estação do ano."

Um bom bloqueador solar garante proteção aos raios UVA e UVB, principalmente no caminho para o trabalho. Mas para quem acha que ao chegar ao escritório está 100% protegido, a dermatologista esclarece: "Trabalhos publicados mostram que as luzes visíveis, como a das lâmpadas, podem causar envelhecimento e potencilizar doenças de pele como melasma (ou cloasma) e Lúpus. Porém, como lembra a especialista, esses ainda não são estudos conclusivos. "Observa-se na prática que pacientes portadores de melasma, quando submetidos à luz visível por várias horas, podem apresentar piora do quadro. Um dia de trabalho na luz visível pode corresponder a um minuto e meio de sol. Já para as pessoas que trabalham próximas às janelas é bom ressaltar que o vidro barra os raios UV, mas não barra a luz visível."

Ainda segundo a Dra. Cristina, exceto a luz, outros fatores podem influir na saúde de sua pele no trabalho. "A exposição ao ar-condicionado pode tornar o ambiente mais seco causando ressecamento das mucosas e da pele, e o uso de hidratante pode ajudar a prevenir ou tratar esse problema", esclarece.

E entre os gêneros? O cuidado deve ser diferenciado? Segundo a médica, sim. "Para mulheres que se maquiam o ideal é o uso de cosméticos adequados para o tipo de pele. No fim do dia é essencial remover bem a maquiagem, além de higienizar a pele com uma loção de limpeza e hidratá-la antes de dormir. Outra recomendação importante é o cuidado na hora de escolher os produtos, que devem ser de boa procedência e não podem causar irritação ou alergia. Mesmo assim algumas pessoas apresentam alergia aos cosméticos e higienizadores. Já para os homens, além do uso de protetor solar, a atenção deve ser redobrada na hora de fazer a barba, para se evitar as incômodas foliculites (inflamações na pele na região dos pelos)."

Finalizando, após um longo dia de trabalho nada como uma ducha relaxante, mas atenção com a temperatura do banho e o uso de esponjas e buchas, que podem ressecar a pele. "Lavar a cabeça com água muito quente pode piorar a oleosidade do cabelo e da pele do rosto em quem é propenso à pele oleosa ou dermatite seborreica. Por esse motivo, use água morna e sempre consulte o seu dermatologista para saber como se cuidar corretamente", recomenda. ■

Com pintas, atenção redobrada!

Segundo a Dra. Cristina, é sempre importante fazer autoexames de pele. "Procure observar com atenção as pintas. Se são assimétricas, irregulares, se possuem mais de uma cor e se são maiores que seis milímetros. Atente ainda se elas estão se modificando, se coçam ou sangram. Pequenas lesões que não cicatrizam e que sangram com facilidade, placas ásperas, nódulos e verrugas que crescem também precisam de cuidadosa avaliação por um dermatologista."

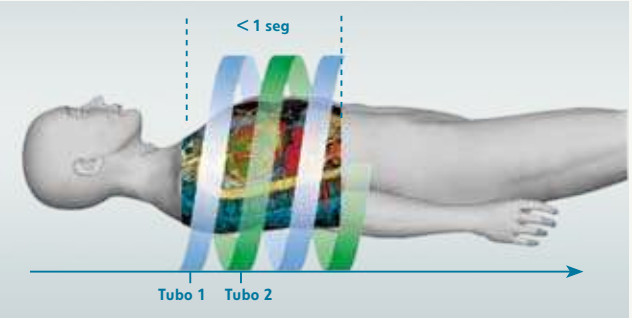
Para melhor **cuidar de você**

Novo equipamento do HSL é um dos mais modernos do País

Enquanto muitos serviços de saúde se preocupam apenas com o incremento de certos parâmetros técnicos nos seus tomógrafos, o HSL se foca em oferecer o que há de melhor para o bem-estar de seus pacientes. Com isso em mente, a Instituição acaba de adquirir um equipamento de tomografia computadorizada que une várias vantagens: reduz consideravelmente as doses de radiação às quais o paciente é exposto durante a análise e demanda um volume menor de contraste injetado para a realização de alguns exames. "Este tema tem sido a pauta mais importante dos congressos e publicações atuais, e o nosso novo tomógrafo, chamado Somaton Dual Source Flash CT, detém a tecnologia que proporciona a menor dosagem de radiação para o paciente na atualidade", explica o Dr. Luiz Francisco Ávila, médico cardiologista do HSL. Para o Dr. Marcos Menezes, Coordenador Médico do Centro de Diagnósticos e Imagem do HSL, esse cuidado é uma tendência das empresas fabricantes e é especialmente importante em crianças, mulheres jovens ou naqueles pacientes que precisam realizar exames com maior frequência.

Considerado uma revolução na área, o aparelho se baseia em uma ideia simples, porém engenhosa: o uso de duas fontes de raio X e dois grupos de detectores que permitem exames mais rápidos (que podem durar apenas alguns segundos), além de imagens de altíssima resolução. Com o novo tomógrafo é possível, por exemplo, realizar uma avaliação da vascularização do coração no tempo de apenas ¼ de batimento cardíaco.

Para crianças e idosos, que costumam se sentir mais desconfortáveis durante o exame, o Somatom Flash traz uma vantagem a mais: a correção da imagem caso



haja movimentação. Já para o público obeso, o equipamento também apresenta grandes diferenciais. Segundo o Dr. Marcos Docema, médico radiologista do HSL, o campo de estudo é maior, fazendo com que imagens centrais e da periferia do paciente tenham a mesma qualidade para análise.

Como ressaltam os médicos, o Somatom Flash se destaca por permitir a diferenciação dos tecidos e estruturas de interesse, algo que era limitado nos equipamentos convencionais. "Estudos estão sendo realizados com esta tecnologia para avaliar o seu potencial em aplicações como, por exemplo, a determinação da composição de cálculos (pedras) renais e a identificação de cristais de ácido úrico em articulações de pacientes com gota" esclarece o Dr. Manoel Rocha, Coordenador da Área de Tomografia do HSL.

A visibilização de tromboembolismo pulmonar assim como análises dinâmicas da circulação sanguínea em diferentes órgãos são outras potencialidades do tomógrafo recém-adquirido. Ademais, em neurologia, ele oferece informações mais acuradas do *status* de circulação em casos de acidente vascular cerebral isquêmico (AVC), o que permite diferenciar o tecido que sofreu dano definitivo nas áreas em risco e facilita um plano de tratamento imediato. "Essa é uma tecnologia muito inovadora que certamente beneficiará a área diagnóstica do Hospital, além de contribuir para uma melhora na assistência aos nossos pacientes", finaliza o Dr. Menezes. ■

Tacada certeira

Por que o golfe tem conquistado cada vez mais adeptos?

Criado na Escócia em 1400, o golfe é um dos esportes mais praticados no mundo e, segundo a Federação Paulista de Golfe, tem o menor índice de desistências entre os iniciantes: de cada dez pessoas que começam a praticar a modalidade, oito persistem jogando. Muitas são as versões da sua origem, mas a mais aceita é que ele teria surgido de um antigo esporte romano chamado *Paganica*. As suas regras foram definidas em 1744, na cidade de Edimburgo, mas foi apenas no último século que ele se popularizou alcançando a surpreendente marca de 200 milhões de jogadores estimados no mundo. No Brasil, o esporte chegou de uma forma incomum no final do século 19. Engenheiros escoceses e ingleses que construíram a linha de ferro Santos-Jundiaí convenceram os monges do Mosteiro de São Bento a cederem uma área para a implantação do primeiro campo, que posteriormente seria realocado para a região da Avenida Paulista que ficou conhecida como Morro dos Ingleses. Uma característica muito interessante do golfe é que nele não existem adversários, já que o único oponente do jogador são os obstáculos do próprio campo. Ele também é um dos poucos jogos que utilizam bola e não requer uma área de jogo padronizada, sendo cada campo único em seu *design*. O esforço pessoal do praticante, que busca realizar os 18 percursos (ou buracos) com o menor número possível de tacadas, é o que torna o esporte tão motivador. Paciência, precisão, preparo físico e muita concentração são requisitos fundamentais para a prática da modalidade, que não tem limite de idade. Mas engana-se quem considera o golfe um esporte pouco ativo. Além de diminuir o estresse, pesquisas atuais apontam para outros benefícios, como a redução do colesterol e melhora da condição cardiorrespiratória. As prazerosas caminhadas entre um buraco e outro são uma boa forma de fugir do sedentaris-

mo. No entanto, como em qualquer exercício físico, alguns cuidados devem ser tomados, já que os praticantes de golfe exercitam repetidamente os mesmos músculos durante o jogo, ao passo que outros não são tão estimulados. Isso pode ocasionar dores, estiramentos musculares, lesões por repetição e até mesmo mudanças posturais. Por esse motivo, um bom aquecimento e alongamento antes do jogo são essenciais, assim como a prática de modalidades esportivas que trabalhem as regiões do corpo que o golfe não exercita.

Uma ótima alternativa econômica e ecológica

Além de permitir a recuperação e revitalização de terrenos degradados, como mananciais, a construção de campos de golfe também é um ótimo incentivo para a manutenção de áreas verdes, que ampliam as superfícies de drenagem das águas das chuvas, absorvem o monóxido de carbono do ar e atenuam o calor e a poluição sonora das grandes cidades. ■

Na língua do golfe

- **PAR: referência da média de tacadas para embocar a bola. Cada buraco tem seu par e cada campo um par total**
- **BIRDIE: acertar o buraco com uma tacada abaixo do par**
- **BOGEY: acertar o buraco com uma tacada acima do par**
- **CADDIE: carregador dos tacos**
- **GREEN: área próxima ao buraco**
- **APROACH: tacada que leva ao green**
- **HOLE-IN-ONE: acertar o buraco com apenas uma tacada**
- **SWING: balanço do corpo para dar a tacada**
- **HAZARDS: obstáculos do campo, como os *bunkers* (bancos de areia) e lagos**

Inovamos mais um vez

Modernização do Centro Cirúrgico garantirá uma assistência ainda melhor

Seguindo sua missão de excelência médica, o Hospital Sírio-Libanês acaba de finalizar a segunda fase da reforma de seu Centro Cirúrgico que vem completar um arrojado processo de expansão. Segundo o Dr. Sérgio Arap, Gerente Médico do Centro Cirúrgico, a reforma visa adequar a área para as grandes inovações em tecnologia e conhecimento médico observadas nos últimos anos. "O Centro Cirúrgico foi planejado na década de oitenta e, por esse motivo, apresentava salas entre 24 e 36 m^2, que supriam as necessidades da época. Contudo, hoje os procedimentos cirúrgicos demandam um maior número de equipamentos e pessoal. Esse aparato tecnológico e logístico ajuda a garantir intervenções mais rápidas, seguras e eficazes. Por esse motivo, fazia-se necessária uma modernização em infraestrutura que estamos realizando sem interferir na atual assistência."

Ao término da reforma, que foi dividida em três fases, as novas salas do Centro passarão a ter 50 m^2, além de um sistema elétrico e de ar-condicionado otimizado. Outro diferencial é que elas foram dimensionadas para todos os perfis de pacientes, como obesos, por exemplo, que procuram o serviço não apenas com indicações de cirurgias bariátricas, mas também para outros tipos de intervenções. Além disso, a área contará com corredores mais largos, que facilitarão a circulação dos médicos e equipes assistenciais.

Segundo o Dr. Sérgio, já foram entregues cinco novas salas cirúrgicas, mas até o fim da obra, prevista para o segundo semestre, serão mais três, totalizando 19. "Elas possuem o que existe de mais moderno em equipamentos (vide box), além de uma iluminação baseada em focos de LED, que são sensíveis à presença e modulam a intensidade luminosa durante a cirurgia. Todas terão mesas cirúrgicas robotizadas que permitem o adequado posicionamento do paciente de forma mais ágil. Inclusive, essas mesas cirúrgicas são únicas no País", esclarece.

A integração de diferentes tecnologias é outro aspecto que foi planejado para o novo Centro. "Por exemplo, as salas contarão com um telão ligado ao sistema PACS do Hospital. Este sistema é uma ferramenta poderosa para os médicos, que podem visualizar o histórico de exames, em forma digital, realizados pelo seu paciente. Agora, além de acessarmos esses dados de nossos consultórios ou remotamente, também poderemos visualizá-los durante a cirurgia, caso necessário. Além disso, das oito salas novas, seis foram equipadas valorizando-se, em alguns quesitos, as empresas e fornecedores nacionais, num esforço da Instituição em, cada

vez mais, incentivar a indústria brasileira. Esse é o caso do sistema de chaveamento de imagens que estamos implantando, capaz de permitir ao médico transferir as imagens da cirurgia visualizada no sistema de vídeo ou microscópio cirúrgico para qualquer monitor dentro da sala. Contudo, na terceira fase da obra, montaremos duas salas cirúrgicas totalmente importadas, que são o que há de mais atualizado na área. Contaremos também com um arco cirúrgico robotizado, que auxiliará em cirurgias vasculares e cardiológicas e uma sala preparada preferencialmente para neurocirurgias, que estará conjugada a uma sala de ressonância magnética, onde implantaremos o equipamento Espree. Essa integralidade auxiliará em muito o planejamento, logística e agilidade dos procedimentos."

Segundo o médico, a reforma está sendo realizada pensando-se nos avanços esperados para os próximos cinco anos. "A demanda de cirurgias no Hospital tem um crescimento anual de 15% a 25%, principalmente para procedimentos de alta complexidade. Esse é o reconhecimento ao nosso trabalho e esforço em nos mantermos como um polo de excelência na área. O novo Centro Cirúrgico será de suma importância para a manutenção da nossa exemplar assistência médica", finaliza. ■

O novo Centro Cirúrgico contará ainda com:

- **Um laboratório de urgências dentro do próprio Centro, reduzindo ainda mais o tempo dos exames diagnósticos;**
- **Seis postos de recepção aos pacientes, que passarão a aguardar a cirurgia no próprio Centro Cirúrgico, o que garantirá maior conforto e agilizará os processos;**
- **Uma inovadora ressonância magnética, o Espree, dentro da área;**
- **Três novos microscópios cirúrgicos e um microscópio Pentero com imunofluorescência, esse último, único na América Latina, que auxiliará em neurocirurgias e em procedimentos oncológicos;**
- **Instrumentais diferenciados para cirurgias ortopédicas e cardíacas;**
- **Dois navegadores cirúrgicos com *softwares* para procedimentos neurocirúrgicos e ortopédicos;**
- **Aparelhos de ultrassom e novos *kits* voltados exclusivamente à equipe de anestesia, além de novos postos de indução e recuperação anestésica, com central de monitorização dos pacientes, que aumentará ainda mais a segurança na área.**

Uma realidade a ser mudada

Encontro coordenado pelo APS debateu a violência infantil

Infelizmente ela é muito mais comum do que imaginamos, e na grande maioria das vezes acontece dentro de casa, no seio familiar. Hoje, a violência contra a criança é um problema mundial que ultrapassa fronteiras, não tem cor, credo ou classe social. Ela sobrevive graças ao descaso da própria sociedade, que acaba por ser indiferente aos maus-tratos e viola os direitos básicos da criança ao bem-estar físico, saúde, desenvolvimento social, educação e proteção. Os dados são alarmantes. Segundo o UNICEF, anualmente 223 milhões de menores são vítimas de diferentes tipos de violência no mundo. Mas por que isso acontece? E o que podemos fazer para erradicar, definitivamente, essa prática?

Buscando responder essas perguntas e conscientizar a comunidade da importância e gravidade do tema, o Ambulatório de Pediatria Social do Hospital Sírio-Libanês promoveu, no dia 12 de maio, o II Encontro sobre a Atenção Primária em Pediatria com foco na criança vitimizada. Coordenado pela Dra. Marina Ivamoto Petlik e a psicóloga Harumi Nemoto Kaihami, o encontro foi oferecido, gratuitamente, a profissionais das áreas da saúde e educação da rede pública e contou com vários especialistas no assunto como médicos, psicólogos e juristas. Eles apresentaram à plateia diferentes informações sobre o tema, suas experiências pessoais e sugestões de soluções dentro da realidade brasileira.

As palestras esclareceram quais os principais tipos de violência sofridos por crianças e adolescentes e como os profissionais que lidam com essa problemática podem enfrentá-los efetivamente. Segundo o Prof. Dr. Antonio Carlos Alves Cardoso, membro do Núcleo de Estudos da Violência contra Crianças e Adolescentes da Sociedade de Pediatria de São Paulo, quando falamos em violência precisamos lembrar que ela engloba não apenas a agressão física, mas também a negligência e os abusos psicológico e sexual. "Infelizmente, não temos estimativas precisas desses tipos de violência na sociedade brasileira, mas atualmente 10% dos atendimentos pediátricos de trauma no SUS são decorrentes de maus-tratos. Em 60% dos casos, o agressor reincide neste comportamento expondo essas crianças a um risco de morte constante." Ainda segundo o médico, é importante que as equipes de saúde e educação saibam suspeitar, identificar e, se necessário, denunciar quando há abuso. "Esse é um trabalho delicado, que exige observação, investigação e responsabilidade." Para a Dra. Anna Christina da Motta Pacheco Cardoso de Melo, da Vara da Infância e Juventude, apesar de não existir uma razão clara para a

violência doméstica, ela costuma ser mais comum em algumas situações. "Famílias desestruturadas e que possuem uma situação econômica e social precária, pais que sofreram abusos na infância e o uso de álcool e drogas podem predispor o comportamento agressivo. Além disso, estudos mostram que algumas crianças são mais suscetíveis a sofrerem violência, como aquelas que não foram planejadas ou desejadas, bebês prematuros, crianças com aspecto físico diferente dos pais, filhos de outros relacionamentos e deficientes físicos e mentais." Já para a Profa. Dra. Maria Amélia Azevedo, estudiosa da área, a negligência é a violência mais comum contra a criança e também a menos estudada e compreendida. Hoje, ela corresponde a mais de 50% de todas as formas de maus-tratos contra as crianças. "Essa é uma violência silenciosa. Expor a criança a riscos sérios por descuido, desatenção, preguiça, irresponsabilidade e falta de informação é um problema cada vez mais recorrente e que merece atenção urgente." Outro tema abordado foi a violência sexual. Para a Dra. Ivete Boulos, nesse tipo de abuso devemos considerar tanto as consequências físicas e psicológicas, quanto o acompanhamento médico, tendo em vista as doenças sexualmente transmissíveis.

Contudo, como ressaltado pelo Dr. Antonio Carlos Malheiros, Desembargador do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo, a violência infantil é, muitas vezes, um problema social que deve ser avaliado caso a caso, contar com o auxílio do Poder Público e, principalmente, com a conscientização e educação da sociedade. "Não é incomum um pai ou mãe amoroso, num momento de destempero e desespero, agredir gravemente um filho. Em geral esses pais mostram arrependimento e precisam de cuidados psicológicos, além de ajuda social. O agressor à criança deve ser duramente punido, mas avaliar com cuidado cada situação também é importante, pois a alcunha de 'abusador de menores' é muito séria e pode, no futuro, trazer graves consequências à integridade da família. Por esse motivo, as equipes assistenciais devem agir com muita responsabilidade, profissionalismo e cautela, para que injustiças não sejam feitas, ainda mais com um assunto tão delicado, que sensibiliza a todos." Ainda segundo o Dr. Malheiros, o esforço deve ser no sentido de trazer estabilidade e harmonia à família, por meio de acompanhamento e tratamento. "Precisamos aprimorar o trabalho da Vara da Infância e Juventude e apoiar os Conselhos Tutelares. Além de investir, cada vez mais, em redes colaborativas interdisciplinares, devemos promover trocas de experiências entre diferentes instituições. Esses encontros são fundamentais e acredito que essa iniciativa do Hospital Sírio-Libanês é valiosíssima." Para Harumi, psicóloga do APS, o encontro foi um sucesso e ajudou a esclarecer dúvidas comuns sobre o tema. "Buscamos incitar a discussão e acreditamos que a criação de redes sociais para lutar contra esse problema é premente. Só assim poderemos erradicar esta prática tão comum, e vergonhosa, da nossa sociedade", finaliza. ■

Dr. Antonio Carlos Malheiros, a psicóloga Harumi Kaihami, Dra. Anna Christina de Melo e a Diretora do APS, Edith Cestari

Palmada educa?

A resposta é NÃO. Nesse aspecto todos os especialistas concordam: dar palmada não é a solução. Na verdade ela apenas evidencia a perda de controle do adulto, passando à criança o conceito de educação pela violência. A palmada transmite medo e submissão, pois por ser mais fraca a criança não pode se defender. Uma conversa, em tom de voz firme, porém baixo, e a educação por exemplos e avaliação das consequências dos atos são formas mais apropriadas para repreender os pequenos.

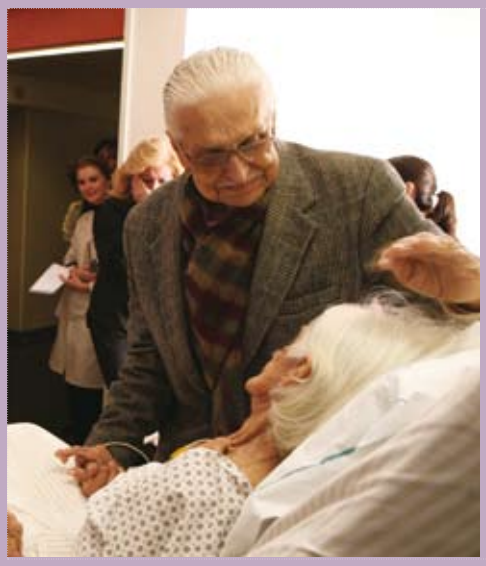
A música está no ar

Iniciativa do Serviço de Voluntários do HSL emociona pacientes e acompanhantes

A convite do Serviço de Voluntários do Hospital Sírio-Libanês, o Coral do HSL, formado por colaboradores e voluntários, encantou e emocionou pacientes e acompanhantes durante as apresentações pelo Hospital. Sob a regência de Eduardo Paniza, o grupo se apresentou nos andares e nas recepções sob o ritmo de um repertório especial que incluía uma seleção de músicas de Adoniran Barbosa, Caetano Veloso, Chico Buarque e Luiz Gonzaga. "A música alegra, acalma e distrai. Para nós é um privilégio poder compartilhar esse momento com os pacientes e receber o reconhecimento desse público tão receptivo", destaca o regente.

"Já havíamos organizado uma ação similar no Natal e tivemos uma avaliação muito positiva dos médicos, pacientes e seus familiares. Assim, resolvemos realizá-la novamente neste semestre", esclarece Isa Maria Marchetti de Oliveira, Coordenadora do Serviço de Voluntários da Instituição.

Ao som de Samba do Arnesto, As Mariposa e Trem das Onze, alguns pacientes e acompanhantes cantaram e, inclusive, arriscaram alguns tímidos passos de dança e batucada. "Adorei a iniciativa do Hospital. Essa foi uma forma de quebrar a monotonia e me distrair", ressaltou Mário Carlos Pimentel, um dos pacientes que prestigiaram os músicos. ■



Histórias e recordações

Entre sambinhas e choros um pedido inesperado surpreendeu o Coral, voluntários e enfermeiros: se seria possível eles se apresentarem no quarto, para uma paciente acamada. O pedido veio do Sr. Pedro Mariano Wendel que, juntamente com as netas, acompanhava a sua esposa, Hilda. "Estamos casados há 65 anos e esta é a minha forma de homenagear esta 'menina' incrível com quem compartilho uma vida cheia de alegrias. Juntos, temos muitas histórias para contar." Ao som de "Eu sei que vou te amar", de Vinicius de Moraes, foi difícil para os músicos e familiares presentes conterem a emoção, enquanto Pedro e Hilda se entreolhavam com a ternura de jovem casal apaixonado.

Dr. Paulo Chap Chap e voluntárias da Instituição

Voluntários engajados no projeto de expansão

Crescimento com calor humano: esta é a nossa meta

Expansão. Esse é o projeto do Hospital Sírio-Libanês para os próximos anos. E esse novo desafio repercutirá na atuação de todos os colaboradores envolvidos na Instituição. Pensando nisso, no dia 8 de junho, o Serviço de Voluntários recebeu o Dr. Paulo Chapchap, Superintendente de Estratégia Corporativa, para apresentar o planejamento para os voluntários.

As obras contemplam a construção de um prédio de 16 andares e novos blocos que permitirão um aumento de 100 mil m^2 na área do Hospital. "Passaremos de 357 leitos para 606 e ampliaremos o Centro de Diagnósticos. O número de leitos da UTI será duplicado, o fluxo operacional otimizado e as salas cirúrgicas ampliadas", destaca o Superintendente.

O Superintendente ressaltou ainda que a obra seguirá duas metas principais: a busca pela excelência no atendimento e a responsabilidade ambiental. "Visamos ao selo do Green Building, que prevê uma construção com o menor impacto ambiental possível. Por esse motivo realizaremos, entre outras coisas, uma obra em estrutura metálica, que é mais limpa, rápida e leve.

"Mediante tal cenário, o papel do voluntário será fundamental", explica Dr. Paulo. "De certo modo, as obras acabam interferindo na estrutura da Instituição e cabe ao voluntário nos ajudar na orientação do paciente quanto ao fluxo de atendimento, nas mudanças de acesso às áreas, além de servir como fonte para sugestões de nossos pacientes."

O Serviço de Voluntários foi implantado há 30 anos e, ao longo destas três décadas, seu trabalho está marcado pela atenção individualizada e calor humano. "Não podemos expandir sem manter os mesmos valores que nos trouxeram até aqui. E o voluntário fez história nessa evolução", destaca o médico. ■

Sala de estudos e biblioteca

Aula de culinária

Refeitório

Abrace Seu Bairro **está de casa nova**

Nova sede surpreende a comunidade

As reações eram as mais diversas, mas o que mais se ouvia das crianças e jovens ao entrarem nas novas salas de aula era um coro em uníssono: Nooossa! Nos dias 1 e 2 de junho as famílias cadastradas no programa puderam, enfim, conhecer o novo espaço que foi projetado para o Abrace Seu Bairro. Durante dois dias de integração professores e assistentes sociais acompanharam as famílias pela nova sede. Localizado na Rua Peixoto Gomide, o local foi planejado para oferecer não apenas a melhor infraestrutura, mas também todo o calor humano e carinho que caracterizam esse reconhecido programa social. "Agora temos salas exclusivas para cada curso ou atendimento, o que facilitará a organização das grades de aulas. O espaço é mais que duas vezes maior que o antigo e cuidadosamente distribuído. Cada andar é bem sinalizado e identificado por uma cor diferente, o que facilitará o trânsito das crianças, jovens e adultos. Além disso, temos uma sala de assistência social por andar e uma área apenas para a administração e recepção", ressalta Cassia Maria Gelerth, Coordenadora do Abrace Seu Bairro.

Uma das grandes novidades é a cozinha. "Ela foi projetada com todas as características de uma cozinha industrial, moderna e bem equipada, e está preparada para os cursos de panificação e culinária que oferecemos. Além disso, agora temos um amplo refeitório, que permite às crianças lancharem com calma entre as atividades. O espaço nos permitirá, no futuro, investir em ações que estimulem um hábito de alimentação

Kainã Souza, 9 anos

A primeira impressão é a que fica!

"Adorei a quadra! Tudo parece tão maior, que já quero começar as aulas hoje! Tenho certeza que minha irmã, que também faz cursos aqui no Abrace, vai adorar. Quero chegar em casa e contar para ela." – Gabriel Araújo dos Santos, 6 anos

"Eu achei que a cozinha ficou demais! Agora podemos tomar nosso lanche num espaço muito gostoso. Em casa sempre fazemos uma receita que aprendemos aqui, o pão de minuto. Com a nova cozinha quero aprender novos pratos. Também achei legal que tem quatro banheiros por andar e uma brinquedoteca. Antes precisávamos esperar acabar o curso de dança para brincar, agora teremos uma sala só para isso! – Patrícia Viana de Melo." – 10 anos

Quadra poliesportiva

Aula de condicionamento físico

saudável na comunidade. Ideias aqui não faltam!", esclarece Sergio Antônio Chequito, *chef* do Abrace.

Para os cursos de musicalização, violão e teatro foi construída uma sala específica, com armários para a conservação dos instrumentos musicais, partituras e materiais cênicos. "Na antiga sede esses materiais ficavam distribuídos por salas em três andares diferentes. Esse novo espaço é muito mais amplo, bem iluminado e acolhedor", esclareceu o Professor Paulo Araújo, enquanto trocava as cordas dos violões da turma.

Contudo, as novidades não param por aí. Na sala de estudos, uma das mais frequentadas pelos jovens do Abrace, os professores Maria do Carmo Altieri de Oliveira e Daniel Castro mostraram a nova biblioteca e área de jogos. "Tudo está muito mais organizado, o que facilita a atenção às crianças. Além disso, futuramente teremos uma brinquedoteca, onde todos poderão exercer diferentes atividades recreativas e lúdicas", explicaram. No mesmo andar, além da sala de estudos, também se encontram as salas para atendimentos fonoaudiológicos, de inglês e alfabetização de adultos, de reforço escolar e, por fim, a sala de artes, que surpreendeu não apenas os alunos, mas também a professora Marisa Codarim. "Aqui tenho tudo o que preciso para as aulas: pias para a lavagem dos pincéis, prateleiras para a secagem dos trabalhos, bancadas para o preparo das atividades, armários para a estocagem dos materiais, mesas e cadeiras apropriadas e muita luz natural!" Já no terceiro andar todos puderam visitar as salas do ESPRO, dos cursos de Informática, do Laboratório de Manutenção de Informática, dos atendimentos em psicopedagogia e do artesanato, enquanto o último andar foi reservado às salas de reuniões e palestras e da turma de geração de renda, que também contará com um espaço exclusivo para a produção de peças e para os tradicionais bazares da Instituição.

No final da visita veio a grande surpresa: uma ampla área de esportes com quadra poliesportiva, sala de materiais, vestiários e copa. Com um brilho nos olhos, todos queriam estrear a nova cesta de basquete e, principalmente, o gol. "O carinho que eles têm pelo Abrace é incrível, e ver esse espaço novinho estimula ainda mais a vontade de cuidar. Continuaremos nosso trabalho com os cursos de esportes e dança, sempre buscando passar conceitos de respeito, cooperação e cidadania. A área pode ser nova, mas a alma é a mesma, afinal o coração do Abrace é a nossa comunidade!", finaliza o Professor de Esporte José Iran Gomes da Silva. ■

"Tudo está lindo, agora tenho vontade fazer todos os cursos. Adorei as cores dos andares e o refeitório também." – Pierre Fonseca da Conceição Machado, 9 anos

"Eu já estava com saudades do Abrace, até guardei um pedacinho do prédio em uma caixinha lá em casa. Agora, vendo a nova área, quero aproveitar cada dia aqui!" – Kainã Souza, 9 anos

"Achei que o novo espaço ficou ótimo. Ao ver o carinho e qualidade dos cursos que o Abrace oferece a única coisa que posso fazer é agradecer ao Hospital Sírio-Libanês, pois sem o Abrace eu não teria condições de proporcionar tudo isso ao meu filho." – Cláudio David Cavalcante Rezende, pai de Cláudio David Jr., 10 anos

Aula de esportes

Responsável Técnico: Dr. Antonio Carlos Onofre de Lira - CRM 65344

HOSPITAL SÍRIO-LIBANÊS

CONHECIMENTO, EXCELÊNCIA E CALOR HUMANO

Apresentamos nosso mais novo endereço. Em breve no bairro do Itaim-Bibi, o **Hospital-Dia**, a **Oncologia Clínica** e o **Centro de Diagnósticos**, com nosso jeito de ser e de fazer.

HOSPITAL SÍRIO-LIBANÊS,
SEMPRE PERTO DE VOCÊ!

SÍRIO·LIBANÊS
UNIDADE ITAIM
DIAGNÓSTICOS • ONCOLOGIA • HOSPITAL DIA