

ENEM 2013

Aqui questões para você se preparar para o exame que acontece nos dias 26 e 27 de outubro

COLUNA
David Rodrigues
A UNIMED
FALIU?

INFORME
COMARY

Notícias do clube que você não pode deixar de ler

CLUBE COMARY



Dr. MAGAZINE

www.mflip.com.br/pub/dr magazine
www.dr magazine.com.br

16 de agosto de 2013



R\$ 3,90

ONDE ESTÃO OS MÉDICOS NO BRASIL

O aporte de **profissionais estrangeiros** é a solução defendida pelo governo para minimizar a falta de médicos no Brasil. Experiências desenvolvidas em países como o Canadá, onde 22% dos médicos são estrangeiros, norteiam o planejamento de **Dilma Rousseff**



Conheça a nova unidade em Teresópolis

Rua Prefeito Sebastião Teixeira, 750 - Tijuca



Início das aulas
em agosto de 2013.

VESTIBULAR

INSCREVA-SE JÁ

www.estacio.br

0800 282 3231

[1] Oferta condicionada à publicação da portaria de autorização. [2] Consulte o regulamento no site www.estacio.br. [3] A amortização do financiamento só é paga após a conclusão do curso. Para mais informações, consulte o site www.estacio.br/fies.



Estácio

Cursos da Graduação Presencial:

- Administração
- Ciências Contábeis
- Gestão Ambiental
- Gestão de Recursos Humanos
- Logística
- Processos Gerenciais^[1]

8.000 bolsas de estudo de até **100%**^[2]

E mais:

- Material didático^[2] completo e sem custo.
- **Mais de 40 anos de experiência** em mais de **70 unidades** em todo o Brasil.
- **FIES**^[3]: estude agora e só pague depois de se formar.
- Orientação de carreira e encaminhamento para o mercado.



INVESTINDO NO
SEU FUTURO
JUNTO COM VOCÊ.

Na Estação mais **FRIA** do ano confira na **CARRAPETA®**

Aquecedores de Passagem



Para um banho mais quentinho

- Rinnai
- Komeco



Aquecedores de Ambiente



Lareiras a álcool



Diversos modelos

Toalheiros Térmicos



Diversos modelos



Spa Serena

albacete
Banheiras - Spas - Ofurôs

Pagamentos em até
10x**
Sem juros



Ofurô Hidro

EM BREVE NA CARRAPETA MATRIZ FESTIVAL DE LOUÇAS E METAIS

Matriz - Av. Lúcio Meira, 68/78 - (21) 2643-9150
Teresópolis
Lazer - Av. Feliciano Sodré, 588 - Várzea (21) 2643-5488

Filiais
Itaipava
Barra da Tijuca
Nova Friburgo

Consulte nossas
diversas formas
de pagamento

sumário

www.mflip.com.br/pub/drmagazine

www.drmagazine.com.br

Fotos: Sheila Oliveira (Nestlé); Dreamstime; David Rodrigues/Revista Dr Magazine.



TITÃS E PARALAMAS

CULT & ART

SHOW

Festival Sesc Rio de Inverno

Titãs e Os Paralamas

do Sucesso revivem antigas faixas e lançam novas músicas

36

SAÚDE



10

OBSIDIDADE INFANTIL E NA ADOLESCÊNCIA
O grande desafio da atualidade

EDUCAÇÃO

SALA DOS

PROFESSORES - P.20

Coluna Denny Knock
Qualificação e bem-estar profissional: quem paga a conta?

COLONISTAS

David Rodrigues P.12
Dário Borim Jr. P.39
Sulaiman P.38
Péricles Itamar P.35
Livia Castro P.42
Robson Matias P.46
Andrea Taubman P.29
Gustavo Braune P.08
Silvania Leal P.40
Denny Knoch P.20

JUSTIÇA

OPINIÃO JURÍDICA

Coluna David Rodrigues
A UNIMED FALIU?

12

FAMÍLIA

HOVESCHOOLING

Opção em que o ensino da criança é feito em casa, conta com cerca de 800 famílias adeptas no Brasil. A prática ainda não é prevista na legislação brasileira, no entanto, existe uma proposta parlamentar.

13



14

C A P A

SAÚDE/DEBATE

Onde estão os médicos no Brasil?

OPINIÃO - P.19

Prof. Manoel Pombo, coordenador do curso de graduação em Medicina/UNIFESO
Como criar políticas públicas para interiorizar a saúde de uma forma geral

O que leva um médico brasileiro ao interior do país? - P.16

O que esperar da demografia médica nos próximos 17 anos - P.17

O que prevê o programa Mais Médicos e quais as motivações daqueles que o criticam? - P.17



44



Bolinho de bacalhau com tapenade
Costelinha de porco com barbecue
Chilli
Stroganoffinho de chocolate
Crumble de frutas amarelas

5 RECEITAS

DELICIOSAS

PARA VOCÊ

RECEBER

SEUS AMIGOS

EM CASA!

INFORME CLUB COMARY



30

CLUBE COMARY NA REVISTA!

A Dr Magazine trás o que de melhor acontece no maior clube recreativo serrano do Estado do Rio de Janeiro!

Nesta edição, confira a entrevista com o presidente Marco Barreto.



34

EMPREGO

Prepare-se para a entrevista com um roteiro simples de quatro passos.

CADERNO VESTIBULAR



Dr MAGAZINE
Suplemento Grátis

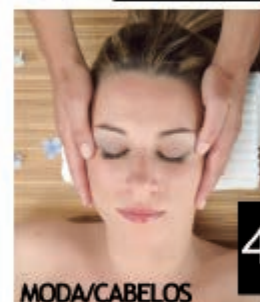
21



ESPECIAL ENEM 2013 - P.21

15 QUESTÕES

Aqui, as provas de 2011 e 2012



41

MODA/CABELOS

Aprenda a fazer a massagem japonesa que mantém os fios saudáveis e bonitos

PUBLICAÇÃO

CNPJ: 13.343.713/0001-08

ISSN 2179-6874

<http://www.mflip.com.br/pub/drmmagazine>**EXPEDIENTE**

Márcia Rodrigues (Diretora de Redação)

David Rodrigues (Diretor Geral)

Péricles Itamar (Colunista)

Dário Borim Jr. (Colunista EUA)

Robson Matias (Colunista - Vinhos)

Livia Castro (Colunista - Moda)

Gustavo Braune (Colunista - Saúde & Bem-Estar)

Sulaiman (Colunista - Comunicação & Cinema)

Antônio Correa Rodrigues (Colunista - Poços de Caldas, MG)

Silvania Leal (Colaboradora)

Andrea Viviana Taubman (Educação)

Denny Knoch (Educação)

Caderno Vestibular

André Luiz de Gusmão Loureiro (Matemática)

Marcelo Pellegrino (Biologia)

Samuel Alves (História)

Antônio Macedo Rodrigues (Inglês)

José Carlos Simonini (Geografia)

Marcelo Barretto (Química)

CENTRAL DE ATENDIMENTO:Disponível de segunda a sexta-feira, das 9 às 18 horas, e sábado,
das 9 às 12 horas.**Brasil:**

Duque de Caxias (RJ): (21) 3958-0994

Teresópolis (RJ): (21) 2642-3153

EUA (New Bedford/Massachusetts):

1-508-858-0525

Internet: <http://www.mflip.com.br/pub/drmmagazine>

Para anunciar ou assinar a revista envie e-mail para:

marciadrmmagazine@gmail.com**DEPARTAMENTO JURIDICO:**

DR Advogados

Telefone: (21) 9792-7716

davidrodrigues@adv.oabrrj.org.br

Dr Magazine é uma publicação mensal da MR Editor - Rua José de
Alvarenga, 227 - sala 102 - Centro - Duque de Caxias - RJ - CEP
25020-140. Gráfica: WalPrint Gráfica e Editora. Publicação Online:

Maven Flip Solutions. Dr Magazine na versão impressa está
registrada internacionalmente sob o número ISSN 2179-6874. Dr
Magazine na versão online está registrada internacionalmente sob o
número ISSN 2179-6882. Dr Magazine não se responsabiliza por
conceitos emitidos em artigos assinados ou por qualquer conteúdo

publicitário e comercial, sendo este último de inteira

responsabilidade do anunciante.

MR © 2010 Dr Magazine | Todos os direitos reservados.

Márcia Rodrigues
Diretora de Redação
marciadrmmagazine@gmail.com



Questão de saúde

O grau de assistência no setor da saúde pode ser aferido com os índices de algumas pesquisas, como esta divulgada em fevereiro de 2013, que levantou os números da Demografia Médica no Brasil. Patrocinada pelo Conselho Federal de Medicina (CFM), e pelo Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo (Cremesp), o estudo concluiu que a média nacional é de dois médicos para cada mil brasileiros. Então, o índice é comparado com o de muitos países desenvolvidos, como o Reino Unido, por exemplo, que registra 2,7 médicos/mil habitantes? A resposta é: definitivamente não. No Brasil de mais de 8,5 milhões de quilômetros quadrados, cerca de 7% dos municípios não possuem médicos morando em seus limites, e aproximadamente 25% tenha um médico para mais de três mil habitantes. Essa nítida desproporção foi mapeada recentemente por pesquisadores da Estação de Pesquisa e Sinais de Mercado (EPSM), ligada ao Núcleo de Educação em Saúde Coletiva da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). O estudo titulado 'Identificação de áreas de escassez de recursos humanos em saúde no Brasil', tomou como referência dados de 2010, obtidos nas capitais nacionais, e teve sua publicação feita em setembro de 2012. Conclui-se, assim, que o país vem mantendo nos últimos anos um trabalho embrionário no setor de atendimento em saúde de sua população. Outro estudo, desta vez realizado pelo Instituto de Pesquisas Econômicas Aplicadas (Ipea) em 2011, mostrou que 58,1% dos 2.773 entrevistados consideram a falta de médicos o problema mais grave do Sistema Único de Saúde (SUS). E é em razão dessas pesquisas divulgadas que a revista Dr Magazine decidiu como reportagem de capa para esta edição a pauta "Onde estão os médicos do Brasil?".

Nos últimos meses, a imprensa brasileira publicou uma série de reportagens

abordando o novo programa do governo federal 'Mais Médicos', onde, dentre outras estratégias que norteiam esse plano, a principal delas é que num curto espaço de tempo – e de forma temporária – o governo pretende minimizar a falta de médicos no Brasil, tomando como aporte a vinda de profissionais estrangeiros para atuarem nas regiões que mais precisam de atendimento médico. Experiências bem parecidas já acontecem há anos em países como a Inglaterra, que tem quase 40% de médicos estrangeiros, e o Canadá, com 22% que vieram de outros países para assistir ao seu contingente populacional.

Esta edição em especial, foi pensada com esse propósito: o de cumprir o papel do jornalismo que é o de informar todos os lados de uma mesma questão, identificando as figuras envolvidas e apontando o que está sendo estudado por todos eles, para justamente fazer do Brasil uma nação que cumpra o que a letra de seu hino diz: "verás que um filho teu não foge a luta". E, nesse caso em específico, o nosso país não pode fugir dessa luta, a de cuidar da saúde de seu povo.



A sua **realização**
é a nossa maior
conquista.



Tudo em compra e venda, locação, administração e construção.



CASA ERMITAGE

Casa com 3 quartos (suíte) com armários, salão 2 ambientes com lareira, sala de jantar, lavabo, cozinha, área, sauna, piscina, churrasqueira e garagem.

Valor: R\$ 500.000

CASA ALTO

Casa em condomínio, 190m², 4 quartos com armários, sala ampla com lareira, banheiros, copa/cozinha, dependência, despensa, área, garagem para 3 carros, jardim, condomínio com lazer.

Valor: R\$ 450.000



www.cialconstrutora.com
Tel.: (21) 2643-3732

www.lusoimoveis.com.br
Tel.: (21) 2742-3000



LUSO & CIAL



ACUPUNTURA E PSICOLOGIA:

é possível emagrecer trabalhando o lado emocional



É muito comum as pessoas ficarem desorientadas com alguns obstáculos que aparecem durante o processo de um programa de emagrecimento. Surgem então aquelas afirmações básicas: "Estou seguindo tudo à risca e não consigo perder peso"; "Açúcar engorda" - outros dizem: "A gordura é que engorda"; "Que o intervalo entre refeições deve ser de três horas. Há métodos que falam em quatro"; "O café é o vilão"; "Carboidratos de dia tudo bem, mas a noite não. Há quem diga ao contrário"; "Para algumas pessoas, dieta de proteína cai como uma luva. Já para outras, não adianta nada". Essas expressões muitas vezes são a gota d'água para o seguinte discurso: "Não vou fazer mais nada!".

E por que essa confusão de ideias existe? Na verdade, nenhuma das frases acima está errada. O que nossa cultura precisa entender é que nem sempre o que serve para um, serve para o outro. E que da mesma maneira também não somos tão únicos assim, ou seja, pertencemos a um grupo de indivíduos. É nesse momento que entra o trabalho de Acupuntura e Psicologia, onde é possível emagrecer pelo lado emocional, através de observações e de um questionário onde será levantado o perfil emocional do indivíduo. Vou dar um exemplo: se você se enquadra no perfil



Foto: Evgeny Atamanenko

UM INDIVÍDUO COM O PERFIL DE TEMPERAMENTO COLÉRICO DEVE EVITAR O CONSUMO DE CARNE VERMELHA, OVOS FRITOS, DIMINUIR O CAFÉ E AS BEBIDAS DESTILADAS.

de temperamento colérico, além do profissional acalmá-lo com agulhas, sedando o meridiano do fígado ou do coração, também irá pedir que se afaste um pouco mais da carne vermelha, que evite o consumo de ovos fritos (cozido, quente ou pochê tudo bem), que diminua o café e as bebidas destiladas, e que procure se aproximar mais das proteínas vegetais (que se encontram na linhaça, na castanha do Pará e no arroz integral). Você será direcionado a atividades físicas que mexam com os músculos peitorais externos. Já para aqueles que valorizam demais o tempo e que se enquadram no perfil da ansiedade, sugiro trabalhar o meridiano dos rins. Para esse grupo de pessoas, é altamente recomendável que incluam na dieta alimentos da terra, como a beterraba, batata, cenoura, aipim e inhame. Isso na forma de sopas então é altamente vantajoso.

Agora, se você está pensando que é no verão que devemos nos preocupar com esses detalhes, enganou-se redondamente. É na primavera que ensinamos ao nosso organismo como trabalhar nosso grande pico de perda de massa gorda.

GUSTAVO BRAUNE é colunista Dr Magazine.



Celso Ribeiro
Psicólogo/ CRP 05/39604

CONSULTÓRIO INTEGRADO PARA ASSUNTOS DA EDUCAÇÃO:

CRIANÇAS ÍNDIGO E CRISTAL, INTELIGÊNCIAS MÚLTIPLAS, BULLYING

DIFICULDADES DE APRENDIZAGEM, TRANSTORNOS DE COMPORTAMENTO

ASSESSORIA PEDAGÓGICA, PSICOLÓGICA E PSICOPEDAGÓGICA

CURSOS E PALESTRAS INTERATIVAS

(21) 2743-6454 (21) 9856-0448 (21) 9925-5162

AV. LÚCIO MEIRA, 100 - SALA 606 - VÁRZEA - TERESÓPOLIS - RJ

SALA DOS PROFESSORES

VALORIZAÇÃO
RESPEITO
ACOLHIMENTO
AFETIVIDADE

É um projeto que visa proporcionar um espaço e tempo só deles, onde angústias, dúvidas, questionamentos e experiências possam ser trabalhadas, resgatando sua saúde emocional e seu bem-estar, através de encontros individuais ou grupais, 1 vez por semana. Maiores informações com: Denny, pelo telefone: (21) 9925-5162

TODO PROFESSOR
PRECISA DE UM
ESPAÇO DEDICADO
A ELE



QUEM CONSTRÓI VAI A



PAVAN

MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO



DUQUE DE CAXIAS
Av. Brigadeiro Lima e Silva, 445
Tel/Fax: 2671-6120

Av. Duque de Caxias, 620
Tel/Fax: 2671-8252

Av. Nilo Peçanha, 608
Tel/Fax: 2671-6226

TERESÓPOLIS
Av. Feliciano Sodré, 575
Tel/Fax: 2743-5050

LEVE OS
REVESTIMENTOS
CERÂMICOS
CEUSA PARA
SUA CASA



OBESIDADE

INFANTIL E NA ADOLESCÊNCIA O GRANDE DESAFIO DA ATUALIDADE

Prestige

A guloseima consumida na hora do recreio, a substituição de uma refeição por um lanche fast food, o biscoito e o salgadinho consumidos no final de tarde em casa, aliados ao sedentarismo, estão contribuindo, cada vez mais, para que crianças e adolescentes se tornem obesos. Uma pesquisa brasileira do Orçamento Familiar realizada pelo IBGE (POF 2008-2009) revela que 36,6% das crianças estão acima do peso. “Este é um índice muito preocupante. Hoje, observamos que os centros urbanos concentram grande parte dessa jovem população, justamente pelo fácil acesso às grandes redes de fast food, que não oferecem um cardápio adequado para substituir a refeição de dentro de casa. Aliado a este fato está o modo de vida sedentário que este jovem leva na cidade, no qual utiliza a tecnologia como única forma de diversão e lazer em seu dia a dia. Combater este mal é o grande desafio da atualidade”, diz o médico Luiz Vicente Berti, cirurgião do aparelho digestivo, membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabólica (SBCBM), da International Federation for Study of Obesity (IFSO), da American Society of Bariatric and Metabolic Surgery (ASBMS), Colégio Brasileiro de Cirurgiões (CBC), e integrante do corpo clínico do Instituto Garrido e do Centro de Cirurgia Bariátrica e Metabólica do Hospital Alemão Oswaldo Cruz.

Considerada uma epidemia da modernidade, no Brasil, a obesidade gera um gasto anual de mais de R\$ 400 milhões ao Sistema Único de Saúde (SUS), com tratamentos voltados às doenças



Fotos: (c) Graphixparanoid | (c) Midwestgal | Dreamstime.

“A OBESIDADE NÃO É MAIS APENAS UM PROBLEMA ESTÉTICO. O EXCESSO DE PESO PODE PROVOCAR O DESENVOLVIMENTO DE VÁRIAS DOENÇAS METABÓLICAS JÁ NA PRIMEIRA FASE DA VIDA, COMO DIABETES, PROBLEMAS CARDIORRESPIRATÓRIOS, ORTOPÉDICOS E DE CIRROSE HEPÁTICA POR EXCESSO DE GORDURA DEPOSITADA NO FÍGADO - A CHAMADA ESTEATOSE”.

(DR. LUIZ VICENTE BERTI)



OS PRINCIPAIS MEIOS DE DIVERSÃO DESSA NOVA GERAÇÃO SÃO O COMPUTADOR, OS JOGOS EM CELULARES E O VIDEOGAME.

relacionadas a este mal. Segundo o cirurgião, o tratamento da obesidade infantil exige esforço, não só para a criança, mas também para a família. A criação de pequenos hábitos saudáveis, o incentivo a uma alimentação rica e apropriada, e a realização de exercícios físicos e comportamentos que levam à melhoria da qualidade de vida são fundamentais.

TERAPÊUTICA INTERDISCIPLINAR

Com o desenvolvimento e ampliação do escopo de atuação de outras especialidades da saúde, o atendimento ao paciente obeso ganhou outras abordagens. Hoje, existe a possibilidade do apoio de diversos profissionais, como nutricionista, psicólogos e educadores físicos que atuarão como pilares deste tratamento. “O método mais indicado para tratar a

obesidade em crianças e em adolescentes se baseia, principalmente, na combinação de uma dieta prescrita por nutricionista aliada ao programa de atividade física regular com acompanhamento psicológico”, afirma doutor Berti.

Como o tratamento interdisciplinar da obesidade se baseia na modificação do estilo de vida, o que implica na alteração dos hábitos alimentares e físicos, o especialista considera vital que o paciente conte com um trabalho integrado de acompanhamento da área nutricional, psicológica e de atividade física, não somente antes, mas também após o tratamento clínico ou cirúrgico da obesidade. “O objetivo é fazer com que ele consiga efetivamente transformar seu estilo de vida e se conscientizar das mudanças que ocorrerão em seu corpo e em seu cotidiano. Afinal, não existe qualquer modalidade de intervenção, seja ela dieta ou uma fórmula milagrosa até mesmo a cirurgia que garanta que a obesidade seja finalmente eliminada e sem a possibilidade de volta”, argumenta o médico.

Independente do perfil do paciente e do método adotado para combater a obesidade infantil, o médico alerta que quanto mais cedo detectar o problema de sobrepeso na criança ou no adolescente, melhor será o resultado. “O tratamento não se processa de maneira igual em todas as pessoas. Deve-se considerar o caráter, a disposição, os interesses e as possibilidades de cada paciente. Cada criança e adolescente é um mundo diferente e de maneira igual temos que tratá-los”, conclui.

Centro Gastronômico Recanto

www.rds.com.br



Sabores inconfundíveis,



momentos inesquecíveis.

*Peixes e frutos do mar, picanha na pedra ou fondue
em um verdadeiro recanto de charme no melhor
de Teresópolis.*





A Unimed Teresópolis faliu?

A incerteza de continuar com seus serviços, tratando-se de uma empresa de planos de saúde como a Unimed Teresópolis, é um problema. E mais ainda, é lamentável diante de um quadro em que a empresa hoje trabalha para atender 35.986 consumidores de seus serviços nas cidades de Teresópolis, Guapimirim, Magé e São José do Vale do Rio. Somando-se a isso, a cooperativa de médicos que nasceu em 1993, reúne cerca de 200 profissionais, possui mais de 250 empresas parceiras – e principalmente é geradora de 300 empregos diretos e outros 500 indiretos.

Se a Unimed Teresópolis corre risco de virar uma empresa falida, a resposta é sim. Desde junho deste ano, que a operadora já não pode vender novos pacotes – medida tomada pela Agência Nacional de Saúde (ANS), um órgão do governo federal criado em 2000, e que tem a função de normatizar, controlar e fiscalizar os planos de saúde. Em matéria recente publicada no portal G1, a Unimed Teresópolis já deveria ter transferido todos os clientes para outra operadora do serviço, após a ANS ter constatado dificuldades financeiras da empresa e o risco da continuidade do atendimento. A situação da Unimed Teresópolis é, portanto, preocupante. Segundo a assessoria de imprensa da ANS, a cooperativa estava desde 2009 com as finanças sendo acompanhadas, em Especial de Direção Fiscal. A Unimed Teresópolis informou, em nota à imprensa, que já está negociando com a Agência Nacional de Saúde a extensão do prazo para a transferência dos clientes. Em resposta, a ANS declarou estar analisando os pedidos de prorrogação. E nesse meio de negociações, entra o Conselho Regional de Medicina que diz acreditar que cabe a Agência Nacional de Saúde acompanhar o processo de transição para evitar que os usuários sejam prejudicados no futuro, assegurando-os do direito de manter o mesmo tipo de cobertura contratada, por valor igual ou menor.

Na atual situação em que a Unimed Teresópolis se vê, faz-se necessário – por certo – levantar nesta coluna jurídica alguns aspectos que os beneficiários do plano precisam observar para que seus direitos

de portabilidade fiquem protegidos. O primeiro passo é obter o número do serviço contratado com a sua operadora, para que, posteriormente, o mesmo possa ser usado para identificar planos que sejam compatíveis, que podem ser vistos no Guia de Planos ANS acessando este link: <http://portabilidade.ans.gov.br/guiaeplanos/>. Com esse número, o usuário deve procurar a ANS, que pode ser acionada através deste número de telefone: 0800-700-9656, ou pelo site www.ans.gov.br. Segundo o Idec (Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor), os beneficiários de planos anteriores à Lei 9.656 (contratados até 01/01/1999), bem como aqueles que estão com planos suspensos, deverão informar no Guia de Planos ANS o valor da mensalidade constante no boleto de pagamento para a identificação da sua faixa de preços (de 1 a 5 dígitos) e da segmentação de seu atual produto. O terceiro passo é entrar em contato com a nova operadora de plano de saúde, tendo em mãos o relatório de planos em tipo compatível – documento impresso ao final da consulta em Guia de Planos ANS – solicitando assim a proposta de adesão. Junto à este documento, apresentar esses outros: cópia dos quatro últimos comprovantes de pagamento de boletos vencidos, e no caso do plano de destino ser coletivo por adesão, levar cópia do comprovante de vínculo com a pessoa jurídica contratante. Depois é só aguardar resposta da operadora escolhida, o que deve levar cerca de 20 dias. O contrato do plano de destino entrará em vigor 10 dias após o aceite da operadora.

No Brasil, 18 operadoras se encontram em situação de portabilidade especial ou extraordinária. Em 2013, foram decretadas 10 liquidações extrajudiciais de operadoras de plano de saúde, e seis dessa lista fecharam suas portas. O nosso país conta com mais de 1.300 operadoras. O ano de 2013 ainda nem terminou e já foram abertas mais 36 dessas empresas. Afinal, a saúde do povo brasileiro virou sinônimo de comércio? Pelas dificuldades encontradas, e pelo que foi noticiado ao longo do passado mês, não parece, contudo, que a Unimed Teresópolis disponha de uma moeda mágica para pagar suas dívidas fiscais.

ASTROLOGIA
CRISTALTERAPIA
ORÁCULO DAS RUNAS
ORÁCULO DO TAROT

DENNY KNOCH
(Cristaliteapeuta e Runóloga)
Cel: 9925-5162

CELSE RIBEIRO
(Astrólogo e Tarólogo)
Cel: 9856-0448

Terapias holísticas para você
que busca AUTOCONHECIMENTO,
EQUILÍBRIO e BEM-ESTAR.

Atendimentos INDIVIDUAIS e com
HORA MARCADA para o SEU CONFORTO.

Homeschooling

PROPOSTA PARLAMENTAR DEFENDE QUE FIQUE A CRITÉRIO DOS PAIS OU RESPONSÁVEIS PELO ALUNO DECIDIR SE O APRENDIZADO DEVE OCORRER EM CASA OU NA ESCOLA

Bruna Ramos - Portal EBC

Fotos: Ron Chapple Stock; Zeca Ribeiro (deputado Lincoln Portela/PR/MG).

Comparada com a tradição dos Estados Unidos e de alguns países da Europa, a educação domiciliar ainda é tímida no Brasil. As famílias que apostam neste tipo de aprendizado – em que a criança estuda em casa e não na escola – enfrentam dificuldades pessoais e legais. Por lei, os pais são obrigados a matricular seus filhos na rede regular de ensino a partir dos seis anos de idade até a conclusão do ensino médio. Aqueles que não o fazem se arriscam a sofrer punições da Justiça, incluindo o pagamento de multas, e podem ser obrigados, judicialmente, a matricular os filhos na escola. Márcia Pereira da Rocha, da Promotoria de Justiça de Defesa da Educação (Proeduc), explica que a escolarização faz parte da formação da criança e do adolescente. “A posição do Ministério Público é que a criança não pode ser submetida a modelo educacional não permitido no Brasil”, defende.

O argumento dos adeptos na luta pela regulamentação da modalidade é de que as famílias brasileiras possam ter liberdade para escolher como querem educar seus



Opção, em que o ensino da criança é feito em casa, conta com cerca de 800 famílias adeptas no Brasil. A prática, no entanto, ainda não é prevista na legislação brasileira.

filhos. Sabrina Campos tem três filhos e defende o homeschooling – nome que se dá à prática no exterior. Seu filho mais velho tem 11 anos e desde os oito não frequenta a escola. “Entre 10 meses e oito anos de idade, Gabriel passou por oito escolas. Aqui no Brasil, no exterior, colégios públicos, com diferentes linhas pedagógicas”, argumenta. Um dos motivos que levou Sabrina a optar pelo ensino domiciliar foi o bullying que o menino sofria. Ela argumenta que nenhuma escola conseguiu dar a assistência necessária para Gabriel, que é superdotado.

Um ponto de preocupação dos educadores sobre o ensino doméstico é em relação à socialização da criança. A educadora Maria do Pilar Lacerda, diretora da Fundação SM e ex-secretária de educação básica do MEC, acredita que fora da escola a convivência da criança com

outras pessoas da mesma idade fica limitada. “A escola é o lugar mais importante para se conhecer o diferente”, argumenta. A questão, porém, não preocupa os que optam por este tipo de ensino. Sabrina garante que seus filhos se relacionam com outras pessoas em atividades, cursos e no próprio dia-a-dia. Outra crítica feita por quem defende a prática é o currículo limitado das escolas. Sabrina defende que a criança tem que ver sentido no que está estudando e não “acumular informações desnecessárias para sua vida”. Já Pilar, garante que não há como prever se um conteúdo escolar será útil para o aluno ou não. “Daqui a 30 anos, 80% das profissões serão diferentes das que existem hoje. Mas concordo que o currículo escolar deva ser mais contemporâneo. Do jeito que está não dialoga com esta geração”, pontua.

A educação individualizada é uma das vantagens do homeschooling, na opinião do



deputado Lincoln Portela (PR/MG), autor de projeto de lei (PL 3179/12) que defende que fique a critério dos pais ou responsáveis pelo aluno decidir se o aprendizado deve ocorrer em

casa ou na escola. No fim do ano passado, a proposta do parlamentar foi aprovada pela Comissão de Educação e Cultura na Câmara dos Deputados. O projeto aguarda análise.

Mercado Oliveirão



Preços baixos

Sempre.

Av. Oliveira Botelho, 174 - Teresópolis - RJ - ENTREGAS GRÁTIS: **2642-6550**

REPORTAGEM: Noelle Oliveira/Léo Rodrigues/Dr Magazine
FOTOS: ABR; Dreamstime; ASCOM UNIFESO; Portal da Saúde

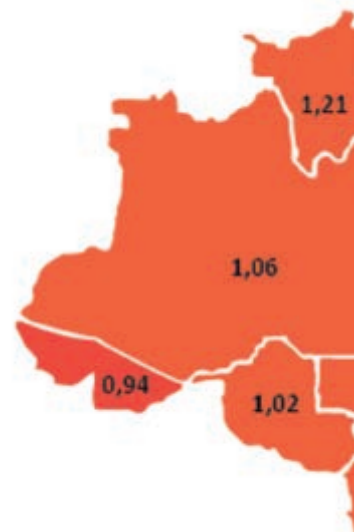
Uma oferta de mais de 100 vagas de emprego cujos salários iniciais são de R\$ 10.412 para se trabalhar quatro horas por dia, de segunda a sexta-feira. Se a jornada for de oito horas, a quantia dobra, chegando a quase R\$ 21 mil. Essas são as condições oferecidas pelo concurso público lançado pela Secretaria de Saúde do Distrito Federal, em junho deste ano, a fim de selecionar médicos temporários para o sistema de saúde público local. A demanda acontece porque, historicamente, o órgão não consegue manter completo o quadro de profissionais de que necessita, mesmo com a significativa remuneração ofertada.

É justamente o DF a unidade da federação que registra a maior proporção de médicos por habitantes do Brasil: são 4,09 profissionais para cada grupo de mil pessoas. Os números são da pesquisa Demografia Médica no Brasil, patrocinada pelo Conselho Federal de Medicina (CFM), e pelo Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo (Cremesp), divulgada em fevereiro de 2013. A média nacional, por sua vez, é de dois médicos para cada mil brasileiros.

Isso não significa, porém, que em qualquer ponto dos mais de 8,5 milhões de quilômetros quadrados do território brasileiro seja possível encontrar pelo menos dois médicos para atender a esse contingente populacional. Embora a razão média de cerca de 540 habitantes por médico em atividade registrada no Brasil – dados de 2010 – seja comparável com a de muitos países desenvolvidos, a estimativa é de que em torno de 7% dos municípios brasileiros não contam com médicos residindo em seus limites, e aproximadamente 25% tenha um médico para mais de 3 mil habitantes.

Essas desproporções são mostradas no mapeamento das áreas que apresentam escassez de médicos no País, desenvolvido por pesquisadores da Estação de Pesquisa e Sinais de Mercado (EPSM), ligada ao Núcleo de Educação em Saúde Coletiva da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). De acordo com a pesquisa Identificação de áreas de escassez de recursos humanos em saúde no Brasil, publicada em setembro de 2012,

OND MÉDICOS



22 ESTADOS

estão abaixo da média nacional

5 possuem

de 1 médico por mil habitantes

700 municípios

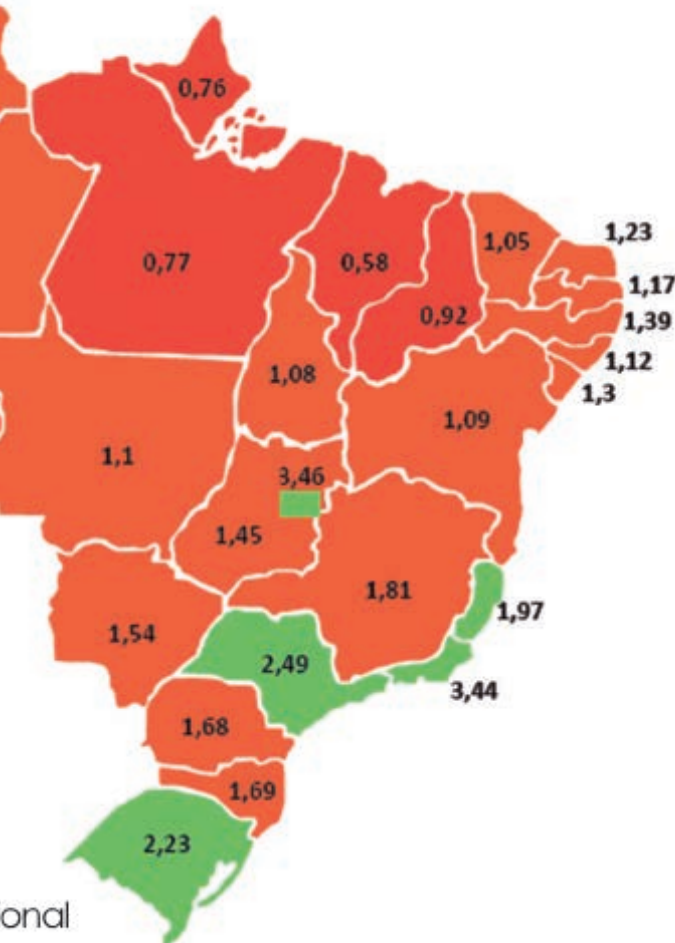
não têm 1 médico morando

1,83 médicos/mil

essa é a média nacional



E ESTÃO OS S NO BRASIL?



menos

tes

oios

o na cidade

mil habitantes



ÁGUAS LINDAS DE GOIÁS (GO) - O frentista José da Rocha Macêdo e a mãe Erenita Rocha Macêdo esperam por atendimento no posto de saúde da cidade, a 50 quilômetros de Brasília. Com pouco mais de 130 mil habitantes, o município enfrenta uma grave crise na saúde, provocada pela falta de médicos. Foto: Elza Fiúza/ABr.

tomando-se como referências dados de 2010, nas capitais nacionais como São Paulo, Brasília, Rio de Janeiro, Manaus, Salvador, Fortaleza, Goiânia, Belo Horizonte, Belém, Curitiba, Recife e Porto Alegre não foram encontrados sinais de escassez de médicos.

Já quando a avaliação parte para municípios brasileiros que atendem somente a população local, não extrapolando sua área de influência para além dos limites geográficos, os problemas de falta de profissionais despontam. "São localidades com até 20 mil habitantes, ou seja, pouco povoados", explica um dos pesquisadores, o sociólogo Lucas Wan Der Maas.

A pesquisa estudou detalhadamente a escassez em 1.304 municípios brasileiros. De acordo com as características avaliadas, 66 desses apresentaram altos índices de falta de médicos, 449 níveis moderados, 626 níveis baixos e, 160, traços de escassez. Já os centros locais com escassez severa identificado foram três: Santa Isabel do Rio Negro (AM), Belágua (MA) e Rurópolis (PA) – todos nas regiões Norte e Nordeste do Brasil, as áreas mais críticas. "Esses municípios são justamente aqueles em que a população depende mais do Sistema Único de Saúde (SUS)", explica Wan Der Maas. O médico e também pesquisador da EPSM, Sábado Girardi destaca outras considerações, além do número bruto, que devem ser observadas para classificar uma área como de escassez. "Pobreza, distâncias, proporção de idosos, de adultos, carga de doenças, o que vai mostrar se é uma escassez ou uma privação essencial", destaca.

Os dados do CFM, no entanto, revelam que o País chega em 2013 com 400 mil médicos, o equivalente a um aumento de 557% com relação a 1970 quando existam 59 mil profissionais no território nacional. No mesmo período, a população brasileira cresceu 101%, de acordo com o mesmo estudo. "Mas as evidências de escassez são claras, como: altos salários comparados às demais profissões, índices de desemprego menor que 1% e carga horária de trabalho que ultrapassa 48 horas semanais", pondera o sociólogo Lucas Wan Der Maas.

Ainda de acordo com o levantamento do CFM, a Região Sudeste já alcança 2,67 médicos por mil habitantes. A proporção é praticamente a mesma de referências, como o Reino Unido que, de acordo com o Ministério da Saúde, conta com 2,7 médicos para cada grupo de mil habitantes sendo o país que registra o maior sistema de saúde de público de caráter universal, depois do Brasil.



Foto: Dreamstime.

O QUE LEVA UM MÉDICO BRASILEIRO AO INTERIOR DO PAÍS?



Foto: Dreamstime.

Remuneração, localização do trabalho, carga horária e acesso à residência médica. São esses, e nessa ordem, os fatores que mais pesam na hora de um médico brasileiro decidir ir trabalhar em regiões interioranas e carentes por atendimento. Os fatores principais são elencados pela pesquisa *‘Fortalecimento da capacidade de planejamento de recursos humanos para sistemas nacionais de saúde’*, Estação de Pesquisa e Sinais de Mercado (EPSM), ligada ao Núcleo de Educação em Saúde Coletiva da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).

Entre os fatores de influência aparecem, ainda, a oferta de moradia pelo governo; condições de trabalho e infraestrutura; vínculo de trabalho e rede de referência – nessa ordem. Os pesquisadores entrevistaram 1.157 médicos brasileiros que trabalham em regiões carentes incentivados por programas do Ministério da Saúde e avaliaram, por meio das preferências declaradas, o peso dos diferentes incentivos.

A maior rejeição por parte dos médicos ocorre em relação aos pontos de trabalho em regiões de fronteiras. Com exceção dos médicos que atuam na região Norte do Brasil, que apresentam uma rejeição menor às ofertas de vagas nessas áreas, os demais profissionais não se sentem atraídos a trabalharem nessas regiões, mesmo diante do nível mais alto de remuneração, na pesquisa, R\$ 13 mil. “Em segundo lugar, em termos de resistência, ficam as regiões inseguras”, explica o sociólogo Lucas.

Na última década, conforme dados do Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged), o Brasil gerou 54 mil postos de trabalho a mais do que o número de profissionais formados. Apenas em 2011, foram

criados quase 19 mil empregos, enquanto 13 mil médicos se formaram.

O governo brasileiro lançou mão de diversas políticas e estratégias ao longo das últimas décadas visando à extensão da cobertura e a interiorização da medicina. O Programa de Valorização do Profissional da Atenção Básica (ProvaB) é um deles. O profissional recebe bolsa federal no valor de R\$ 8 mil mensais e tem suas atividades supervisionadas por uma instituição de ensino. Ele deve cumprir 32 horas semanais de atividades práticas nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) e oito horas semanais de curso de pós-graduação em Saúde da Família com duração de 12 meses. Para os médicos bem avaliados, o ProvaB possibilita bonificação de 10% nos exames de residência médica.

O incentivo, no entanto, não tem atraído o volume de mão de obra almejado. Em 2013, enquanto as prefeituras de diversas regiões do País demandaram por 13 mil médicos para municípios de interior e periferias, apenas 3,8 mil profissionais começaram a atuar em 1,3 mil municípios. Segundo dados do Ministério da Saúde, dos 1.091 municípios nordestinos que solicitaram médicos pelo programa, 457 não

receberam sequer um profissional. Em todo o País, 55% dos municípios que solicitaram médicos não foram atendidos. Em especial as regiões Sul, 74%, e Norte, 66%. “É preciso buscar uma remuneração razoável, condições de trabalho e o país precisa avançar em infraestrutura e carreira para não só atrair, como fixar esses profissionais”, considera o médico e pesquisador da EPSM, Sábado Girardi. “Mesmo assim não podemos desconsiderar os resultados, o caminho está certo, quatro mil médicos é muita coisa”, avalia o sociólogo.

Paralelamente à atração de médicos, o ministério está investindo em infraestrutura – abriu uma linha de financiamento da ordem de R\$ 1,6 bilhão para reforma, ampliação e construção de Unidades Básicas de Saúde (UBS). Também é oferecido desconto na dívida daqueles profissionais que utilizaram o Programa de Financiamento Estudantil (FIES) e que trabalham em localidades indicadas pelo Sistema Único de Saúde

(SUS). “Estimulamos a abertura de programas de residência fora das capitais, uma vez que já identificamos que eles são fatores que influenciam diretamente a fixação desses profissionais. Com isso, a intenção é mudar eixo de alocação desses profissionais”, conclui o diretor de programa da Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde do Ministério da Saúde, Fernando Menezes.

O QUE ESPERAR DA DEMOGRAFIA MÉDICA BRASILEIRA NOS PRÓXIMOS 17 ANOS

Para que cada grupo de mil brasileiros tivesse à disposição 2,7 médicos para atendimento – proporção considerada meta pelo Ministério da Saúde e registrada atualmente no Reino Unido – seria necessário um aumento atual de mais de 168 mil médicos no Brasil já que, no primeiro bimestre de 2013, o País contabilizava pouco mais de 388 mil médicos registrados no Conselho Regional de Medicina. Com base no comportamento atual das escolas de medicina do País – considerando constante, mas pequeno, o aumento anual na oferta de vagas – essa proporção “ideal” será alcançada no Brasil em 2030.

A projeção faz parte da pesquisa Monitoramento da Demanda por Especialidades e Residências Médicas no Brasil em 2011, realizada pela Estação de Pesquisa e Sinais de Mercado (EPSM), ligada ao Núcleo de Educação em Saúde Coletiva da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Caso não ocorra nenhum aumento nas vagas ofertadas para formação, o estudo mostra que a proporção ficará - passados 17 anos - em torno de 2,56 médicos por grupo.

Já em um cenário em que o aumento no número de vagas nas universidades é de 5% até 2020 – e em que se consideram, ainda, outras políticas, como a chegada de médicos estrangeiros – a proporção de médicos por mil habitantes no Brasil chegaria a 2,81 profissionais em 2030, superando a meta. “Mas nenhum número pode ser tomado como o ideal, ou expressamente recomendado, não existe um número mágico. Se você tem uma distribuição ruim, existe deficiência de qualquer forma”, avalia Sábado Girardi.

MAS AFINAL, O QUE ESPECIFICAMENTE PREVÊ O PROGRAMA MAIS MÉDICOS E QUAIS AS MOTIVAÇÕES DAQUELES QUE O CRITICAM?

O QUE É

O governo federal abriu cerca de 10 mil vagas para médicos para atuação exclusiva na atenção básica em periferias de grandes cidades, municípios de interior e no Norte e Nordeste do país.

O programa permite a contratação de médicos estrangeiros sem a revalidação do diploma. A proposta gerou polêmicas entre estudantes e médicos.

O MOTIVO

Para o Ministério da Saúde, faltam médicos no país, embora as entidades digam que os médicos brasileiros não preenchem vagas em determinados locais por falta de estrutura, e não porque estão em número insuficiente.

COMO FUNCIONA

Inicialmente, as vagas serão destinadas a profissionais com diploma obtido no Brasil ou validade pelo Revalida. Caso esses profissionais não preencham todas as vagas, o governo anunciará um trâmite diferenciado para trazer médicos diplomados em outros países.

O SALÁRIO

Deve ficar em torno de R\$ 10 mil. O contrato será temporário, de no máximo três anos, e os diplomas estrangeiros devem ter origem em universidades reconhecidas internacionalmente.

O MÉDICO ESTRANGEIRO

Ao chegar ao Brasil, passará por três semanas de treinamento e avaliação, para capacitar-se em língua portuguesa e em saúde básica.

CRÍTICAS

Em nota, a Federação Nacional dos Médicos (Fenam) informou que o piso salarial dos médicos, estipulado pela própria entidade, é R\$ 10.412 para 20 horas semanais de trabalho. Enquanto isso, o programa prevê pagamento de bolsa de R\$ 10 mil para 40 horas semanais. Para a Fenam, o Mais Médicos é exploração e precarização do trabalho médico. Outras entidades também ressaltam que o formato de contratação de médicos é sem garantias trabalhistas expressas, com contratos precários e com uma remuneração não compatível com a responsabilidade e exclusividade.

O REVALIDA

Criado em 2011, o exame é conhecido pelo alto grau de dificuldade, e é aplicado uma vez por ano em duas etapas, para médicos estrangeiros interessados em trabalhar no Brasil e por brasileiros que tenham obtido o diploma no exterior. Na primeira, consta uma avaliação escrita, composta por uma prova objetiva com 110 questões de múltipla escolha, e por cinco discursivas. Na segunda etapa, avaliam-se as habilidades clínicas – os participantes simulam situações reais de atendimento médico. Entram na avaliação conteúdos e competências das cinco áreas de exercício profissional: cirurgia, medicina de família e comunidade, pediatria, ginecologia-obstetrícia e clínica médica. Além disso, o exame estabelece níveis de desempenho esperados para as habilidades específicas de cada área.

No ano passado, o índice de aprovação variou entre 6,41% de aprovação entre estudantes bolivianos e 27,27% entre os venezuelanos. O índice de aprovação dos brasileiros com diploma no exterior, no ano passado foi 7,5%, inferior ao de 2011 (7,89%).

O Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep) recebeu 1.851 inscrições para o exame (Revalida) de 2013, que será realizado em 25 de agosto próximo. Esse número representa um salto de 109% em relação ao número de participantes da edição do ano anterior, quando 884 pessoas fizeram o exame.



Foto: (c) Mirumur | Dreamstime.

Fonte: **EBC**

O aporte de profissionais estrangeiros é a solução defendida pelo governo federal sob a justificativa de minimizar, em um curto espaço de tempo e de forma temporária, a falta de médicos no Brasil. Estudo do Instituto de Pesquisas Econômicas Aplicadas (Ipea), divulgado em 2011, mostra que 58,1% dos 2.773 entrevistados consideram a falta de médicos o principal problema do Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil. Os mesmos entrevistados sugeriram o aumento do número de profissionais do ramo como a melhoria necessária do sistema público de assistência.

Experiências desenvolvidas em países como a Inglaterra, onde quase 40% dos médicos foram atraídos de outros países, e o Canadá, onde 22% dos médicos são estrangeiros, norteiam o planejamento da nova estratégia brasileira. "Não vejo distâncias tão grandes quando tomamos o Reino Unido como um exemplo para o que queremos fazer no Brasil. O sistema de saúde deles é bem mais antigo que o nosso, mas os conceitos, baseados na universalidade e na igualdade, são muito semelhantes", reforça Menezes. O diretor destaca a experiência de outro território vizinho ao Brasil, como a Argentina, que apresenta altas proporções de profissionais, nesse caso específico a de 3,2 médicos para cada mil habitantes.

Nos últimos meses, médicos e estudantes se mobilizaram em todo o país para protestar contra o projeto que prevê a contratação de estrangeiros formados em medicina. A medida adotada pelo governo busca suprir a carência de atendimento em determinados municípios do país, para onde seriam direcionados os profissionais importados. No que depender do Conselho Federal de Medicina (CFM), a pressão deve continuar. Mas a crítica é contestada por vozes da própria classe médica que apoiam a iniciativa. Segundo o conselheiro do CFM, Mauro Ribeiro, a manifestação teria surgido de forma espontânea e não é contra a chegada de médicos estrangeiros e sim com o fato de que, pelo projeto, os novos profissionais não serão submetidos ao processo de revalidação do diploma. "O Brasil é um país de imigrantes e esses médicos são bem-vindos. O que nós pedimos é que sejam cumpridas as normas



O ministro da Saúde, Alexandre Padilha, argumenta que há uma má distribuição dos médicos no país. Segundo ele, 700 municípios não têm profissionais; em cinco estados, há menos de um médico por mil habitantes; e em 22 estados, a média de médicos é inferior à taxa nacional, 1,8 profissionais por grupo de mil habitantes.

Foto: ABr.

existentes no país. Não é por questão corporativa e nem pra defender espaço no mercado de trabalho que nós somos a favor da aplicação do Revalida, que é o que comprova o conhecimento básico do profissional. Se eu quiser ir para o exterior, também irão me aplicar um exame lá", ressalta o médico. Ele questiona também o aspecto linguístico e ressalta que, nas áreas onde os médicos serão colocados, a população geralmente tem acesso a uma educação mais precária. "Como que uma relação médico-paciente pode ser estabelecida se os envolvidos não falarem o mesmo idioma?", questiona.

O ministro Alexandre Padilha explicou que, ao ser aprovado no Revalida, o estrangeiro ganha o mesmo status de um médico formado no Brasil e pode escolher onde vai trabalhar. Para que o governo tenha autonomia de direcionar os novos profissionais para áreas carentes, haverá outro tipo de avaliação e acompanhamento de instituições de ensino. Giradi acha que o movimento contrário à medida representa uma reação corporativa ultrapassada e concorda que a excepcionalidade do caso permite o surgimento de um exame distinto. É o que acontece em outros países que adotaram a mesma medida.

Segundo pesquisa do IPEA (divulgada em 3/07/13), entre 48 carreiras universitárias, a medicina ocupa o primeiro lugar em ranking melhores salários, jornada de trabalho, taxa de ocupação e cobertura de previdência. Em segundo lugar vem odontologia e terceiro, engenharias. O salário médio de médicos é R\$ 6.940,12, considerando recém-formados. Para quem já está no mercado de trabalho, a média salarial é R\$ 8.459,45 (o mais alto entre as carreiras analisadas). Medicina é a quarta profissão com maior aumento de salário entre 2009/2012 de uma lista de 48 profissões de nível superior, atrás de peritos criminais; profissionais de administração de serviços de segurança; e auditores fiscais da previdência social.



RIO DE JANEIRO (RJ)

O Conselho Federal de Medicina (CFM) defende a criação de um plano de carreira e a realização de concurso público para contratação de médicos com dedicação exclusiva ao SUS, trabalhando 40 horas semanais. Foto: Tânia Rego/ABr.

O PERFIL DOS INS

Dos 16.530 profissionais
O número equivale a 6%
esses profissionais estarão
nas cidades do interior de

50 %

dos médicos concluíram a
graduação entre 2011 e 2013

70 %

dos profissionais se
formaram nos últimos
10 anos

47 %

dos profissionais têm entre
23 e 30 anos

Para a montagem, foram
usadas as imagens da
Dreamstime.

DÉFI
forma
Os da

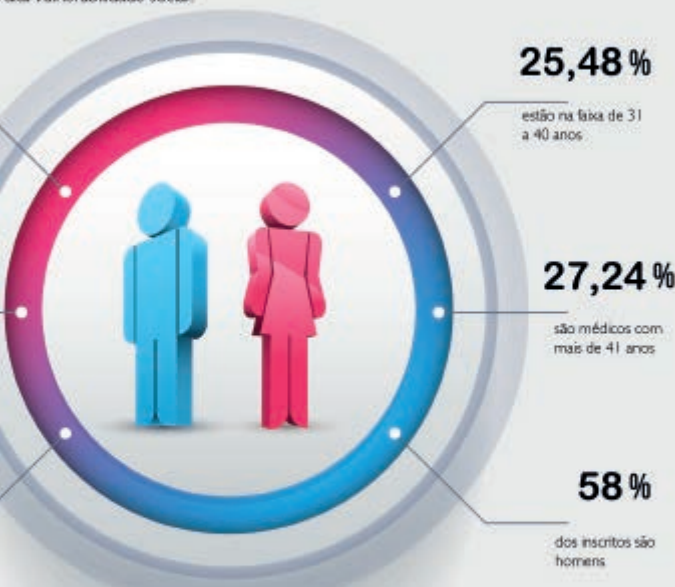
A DI
Apenas
profissi

Mai
mun
atra
inte
prof

O Ce
vai co
99 m
22 m
um D

CRITOS NA PRIMEIRA ETAPA DO PROGRAMA 'MAIS MÉDICOS'

com diploma brasileiro ou revalidado preliminarmente inscritos, 938 confirmaram a participação. A demanda, que aponta a necessidade de 15.460 médicos. A partir do mês de setembro, atendendo a população de 404 municípios - periferias de capitais e de regiões metropolitanas, e alta vulnerabilidade social.



ATÉ 2014, O MINISTÉRIO DA SAÚDE ABRIRÁ MAIS 35.073 POSTOS DE TRABALHO NO SUS E ATÉ 2020 SERÃO 43.707.

CIT - Na última década, o Brasil gerou 54 mil postos de trabalho a mais do que o número de médicos. Apenas em 2011, foram criados quase 19 mil empregos, enquanto 13 mil médicos se formaram. Dados são do Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged).

DISTRIBUIÇÃO DOS INSCRITOS

11% dos municípios que aderiram ao 'Mais Médicos' vão receber profissionais nesta primeira etapa.



Fonte: Resultado das inscrições programa 'Mais Médicos', divulgado pelo Ministério da Saúde em 7/8/2013.

Fotos: (c) Alexmillos | Dreamstime; ASCOM UNIFESO



Coordenador do Curso de Graduação em Medicina/UNIFESO

Vive-se hoje no Brasil um clima "político" sobre a saúde, onde se simplifica a atenção a saúde como a simples presença de um médico em unidades de atendimento de urgência e de atenção básica. Preciso que se entenda que a assistência à saúde faz parte um projeto amplo de atenção à saúde, que infelizmente não passa apenas pela presença de um médico, contratado como bolsista por tempo determinado, sem se saber de onde ele vem ou como foi conduzida sua formação, para dar atenção nesses setores que são as principais portas de entrada no sistema de saúde pública brasileiro. É verdade que a maioria dos agravos à saúde da nossa população, pode ser resolvida em unidades de atenção básica, porém, os profissionais que atuam nestas portas de entrada do sistema de saúde, devem ser preparados e capacitados a dar respostas a estas demandas, além de integrados a um processo de atenção a saúde, obrigatoriamente dependente de uma presença de múltiplos profissionais de saúde, que nem sempre vemos presentes nestes programas, bem como também estas unidades muitas vezes trabalham fora do modelo proposto para seu melhor funcionamento, por falta de capacitação dos gestores da saúde. Tão grave é a presença de profissionais com pouca experiência nas unidades de urgência, onde o tempo de exposição à medicina se torna fundamental para uma melhor qualidade deste tipo de atendimento.

Para a fixação de médicos nos rincões mais longínquos e nas periferias das grandes cidades, é fundamental em primeiro lugar, a presença de gestores capacitados a frente das políticas públicas de saúde, fazendo com que as engrenagens que geram a saúde possam funcionar. Em segundo lugar é necessário financiamento adequado para que este sistema possa ser universalizado e aplicado em todos os lugares onde existam pessoas que necessitem de assistência a saúde. Em terceiro lugar necessário que os sistemas de referência, isto é, a possibilidade de encaminhamento dos casos que não possam ser solucionados nas unidades básicas e necessitem de consultas especializadas, exames e acesso a tratamento hospitalar, tenham onde dar sequência aos seus tratamentos. Finalmente, é imperioso que os profissionais que serão chamados a trabalhar neste projeto tenham no mínimo suas garantias trabalhistas atendidas, hoje em dia vemos salários atrasados, descontinuidade de pagamento de salários, falta de carteira de trabalho assinada, ausência de recolhimento de obrigações trabalhistas como INSS e FGTS. Evidentemente seria uma solução definitiva para a fixação destes profissionais, não somente os médicos, atendidas as condições dignas de trabalho já citadas anteriormente, a elaboração de uma carreira pública, semelhante a que já existe para os profissionais da justiça.



INVESTINDO EM QUALIFICAÇÃO E BEM-ESTAR PROFISSIONAL: QUEM PAGA A CONTA?

Ninguém tem dúvidas sobre a necessidade constante desse investimento em todas as áreas profissionais. Com os avanços das diferentes ciências numa velocidade sem precedentes, o certo ou adequado de ontem, pode ser o talvez ou inadequado de hoje. Juntem-se a isso as mudanças sociais, as novas configurações familiares e, conseqüentemente, as novas relações interpessoais e intergrupais.

Vivemos a era de mudança de paradigmas e essa mudança não é pacífica. Convém lembrar que, historicamente, nenhuma mudança na visão de mundo e de formação de homem foi pacífica. Pelo contrário, foram e são períodos de crise profunda. Afinal, sair da zona de conforto para se lançar [ou ser lançado] ao desconhecido não é nada fácil, gerando conflitos tanto internos quanto externos.

O profissional da Educação vive essa crise de forma muito visceral porque, além da qualificação e formação continuada, precisa administrar essa crise social na escola e na sala de aula. E não podemos esquecer que esse profissional é gente como a gente, vivendo os mesmos conflitos em âmbito pessoal. Também não podemos esquecer que não existe imparcialidade: somos todos frutos da educação/aculturação que tivemos.

A questão é: quem deve arcar, financeiramente, com esse investimento? Nas últimas décadas, a escola/empresa reconheceu

**A BAIXA
REMUNERAÇÃO
TAMBÉM É UM
COMPLICADOR.
NEM TODOS OS
PROFESSORES
PODEM ARCAR
SOZINHOS COM
SUA
QUALIFICAÇÃO.**



Foto: (c) Smikhailov | Dreamstime.

a necessidade de investir nos seus profissionais para melhorar a qualidade do serviço que oferece à sociedade. Já se foi o tempo em que substituir o profissional era a solução. Quem trabalha em escola há muito tempo deve lembrar das famosas "listas negras" que povoavam o universo dos professores, quando o ano letivo ia chegando ao fim. É claro que demissões ainda ocorrem, mas após esgotarem-se todos os recursos da escola. Considero um avanço para os professores e para a escola porque saem todos ganhando, inclusive a razão de ser da escola: os alunos. Entretanto, algumas medidas legais colocaram a escola numa situação financeira tão instável que arcar com formação

continuada (qualificação), através de cursos, congressos, seminários etc., está se tornando muito difícil. O que dizer então sobre o investimento no bem-estar profissional (bullying, equilíbrio emocional, auto-estima)? Em relação à rede pública, nem todas as ofertas de qualificação, segundo os professores, atendem as necessidades específicas de uma determinada região ou escola. Ou seja: saem de um seminário, por exemplo, com as mesmas interrogações e angústias com

que entraram. A baixa remuneração também é um complicador. Nem todos os professores podem arcar sozinhos com sua qualificação.

Diante desse contexto, não é incomum ver uma boa parte desses profissionais desmotivada, acomodada e descrente. São profissionais que fazem o que podem, é verdade, mas até quando?

Se você é professor e se sente assim, entre em contato comigo neste e-mail: dyknoch@gmail.com.

DENNY KNOCK é colunista Dr Magazine.

GRB Sistemas
Empresa com 12 anos



PAF-ECF
Programa Aplicativo Fiscal - Emissor de Cupom Fiscal

Com os requisitos essenciais para a sua empresa atender a legislação para a venda de produtos. Homologado pela FESO em março de 2012.

Integração opcional com sistema de gestão
Acrescentando recursos que agilizam a operação diária de uma loja de comércio varejista.

**(21) 3435-1264
(21) 9956-4046**

**COMPROMISSO COM A
QUALIDADE DOS PRODUTOS
E COM A IMPORTÂNCIA
DO CLIENTE.**

contato@grbsistemas.com.br

www.grbsistemas.com.br

Visite nosso site para conhecer mais detalhes, ou peça uma demonstração no seu estabelecimento.

ENEM: conheça o formato do exame, o estilo das provas e os conteúdos cobrados. Aqui, questões de 2011 e 2012

CADERNO VESTIBULAR

Suplemento Grátis | Ano 3 | Edição 06

EDUCAÇÃO

ESPECIAL
15 QUESTÕES
ENEM



Dr. **MAGAZINE**



CIÊNCIAS HUMANAS E SUAS TECNOLOGIAS

QUESTÃO 01

No mundo árabe, países governados há décadas por regimes políticos centralizadores contabilizam metade da população com menos de 30 anos; desses, 56% têm acesso à internet. Sentindo-se sem perspectivas de futuro e diante da estagnação da economia, esses jovens incubam vírus sedentos por modernidade e democracia. Em meados de dezembro, um tunisiano de 26 anos, vendedor de frutas, põe fogo no próprio corpo em protesto por trabalho, justiça e liberdade. Uma série de manifestações eclode na Tunísia e, como uma epidemia, o vírus libertário começa a se espalhar pelos países vizinhos, derrubando em seguida o presidente do Egito, Hosni Mubarak. Sites e redes sociais – como o Facebook e o Twitter – ajudaram a mobilizar manifestantes do norte da África a ilhas do Golfo Pérsico.

SEQUEIRA, C. D.; VILLAMÉA, L. A epidemia da Liberdade. *Istoé Internacional*. 2 mar. 2011 (adaptado).

Considerando os movimentos políticos mencionados no texto, o acesso à internet permitiu aos jovens árabes

- A reforçar a atuação dos regimes políticos existentes.
- B tomar conhecimento dos fatos sem se envolver.
- C manter o distanciamento necessário à sua segurança.
- D disseminar vírus capazes de destruir programas dos computadores.
- E difundir ideias revolucionárias que mobilizaram a população.

QUESTÃO 02

O brasileiro tem noção clara dos comportamentos éticos e morais adequados, mas vive sob o espectro da corrupção, revela pesquisa. Se o país fosse resultado dos padrões morais que as pessoas dizem aprovar, pareceria mais com a Escandinávia do que com Bruzundanga (corrompida nação fictícia de Lima Barreto).

FRAGA, P. Ninguém é inocente. *Folha de S. Paulo*. 4 out. 2009 (adaptado).

O distanciamento entre “reconhecer” e “cumprir” efetivamente o que é moral constitui uma ambiguidade inerente ao humano, porque as normas morais são

- A decorrentes da vontade divina e, por esse motivo, utópicas.
- B parâmetros idealizados, cujo cumprimento é destituído de obrigação.
- C amplas e vão além da capacidade de o indivíduo conseguir cumpri-las integralmente.
- D criadas pelo homem, que concede a si mesmo a lei à qual deve se submeter.
- E cumpridas por aqueles que se dedicam inteiramente a observar as normas jurídicas.

QUESTÃO 03

Movimento dos Caras-Pintadas



Disponível em: <http://www1.folha.uol.com.br>. Acesso em: 17 abr. 2010 (adaptado).

O movimento representado na imagem, do início dos anos de 1990, arrebatou milhares de jovens no Brasil.

Nesse contexto, a juventude, movida por um forte sentimento cívico,

- A aliou-se aos partidos de oposição e organizou a campanha Diretas Já.
- B manifestou-se contra a corrupção e pressionou pela aprovação da Lei da Ficha Limpa.
- C engajou-se nos protestos relâmpago e utilizou a internet para agendar suas manifestações.
- D espelhou-se no movimento estudantil de 1968 e protagonizou ações revolucionárias armadas.
- E tornou-se porta-voz da sociedade e influenciou no processo de *impeachment* do então presidente Collor.





LINGUAGENS, CÓDIGOS E SUAS TECNOLOGIAS

QUESTÃO 07



Disponível em: <http://www.ocsp.com.br>. Acesso em: 27 jul. 2010 (adaptado).

O texto é uma propaganda de um adoçante que tem o seguinte mote: "Mude sua embalagem". A estratégia que o autor utiliza para o convencimento do leitor baseia-se no emprego de recursos expressivos, verbais e não verbais, com vistas a

- ridicularizar a forma física do possível cliente do produto anunciado, aconselhando-o a uma busca de mudanças estéticas.
- ênfaticamente a tendência da sociedade contemporânea de buscar hábitos alimentares saudáveis, reforçando tal postura.
- criticar o consumo excessivo de produtos industrializados por parte da população, propondo a redução desse consumo.
- associar o vocábulo "açúcar" à imagem do corpo fora de forma, sugerindo a substituição desse produto pelo adoçante.
- relacionar a imagem do saco de açúcar a um corpo humano que não desenvolve atividades físicas, incentivando a prática esportiva.

QUESTÃO 08

Motivadas ou não historicamente, normas prestigiadas ou estigmatizadas pela comunidade sobrepõem-se ao longo do território, seja numa relação de oposição, seja de complementaridade, sem, contudo, anular a interseção de usos que configuram uma norma nacional distinta da do português europeu. Ao focalizar essa questão, que opõe não só as normas do português de Portugal às normas do português brasileiro, mas também as chamadas normas cultas locais às populares ou vernáculas, deve-se insistir na ideia de que essas normas se consolidaram em diferentes momentos da nossa história e que só a partir do século XVIII se pode começar a pensar na bifurcação das variantes continentais, ora em consequência de mudanças ocorridas no Brasil, ora em Portugal, ora, ainda, em ambos os territórios.

CALLOU, D. Gramática, variação e normas. In: VIEIRA, S. R.; BRANDÃO, S. (orgs). *Ensino de gramática: descrição e uso*. São Paulo: Contexto, 2007 (adaptado).

O português do Brasil não é uma língua uniforme. A variação linguística é um fenômeno natural, ao qual todas as línguas estão sujeitas. Ao considerar as variedades linguísticas, o texto mostra que as normas podem ser aprovadas ou condenadas socialmente, chamando a atenção do leitor para a

- desconsideração da existência das normas populares pelos falantes da norma culta.
- difusão do português de Portugal em todas as regiões do Brasil só a partir do século XVIII.
- existência de usos da língua que caracterizam uma norma nacional do Brasil, distinta da de Portugal.
- inexistência de normas cultas locais e populares ou vernáculas em um determinado país.
- necessidade de se rejeitar a ideia de que os usos frequentes de uma língua devem ser aceitos.

QUESTÃO 09



VERISSIMO, L. F. As cobras em: *Se Deus existe que eu seja atingido por um raio*. Porto Alegre: L&PM, 1997.

O humor da tira decorre da reação de uma das cobras com relação ao uso de pronome pessoal reto, em vez de pronome oblíquo. De acordo com a norma padrão da língua, esse uso é inadequado, pois

- contraria o uso previsto para o registro oral da língua.
- contraria a marcação das funções sintáticas de sujeito e objeto.
- gera inadequação na concordância com o verbo.
- gera ambiguidade na leitura do texto.
- apresenta dupla marcação de sujeito.

QUESTÃO 10

MANDIOCA – mais um presente da Amazônia

Aipim, castelinha, macaxeira, maniva, maniveira. As designações da *Manihot utilissima* podem variar de região, no Brasil, mas uma delas deve ser levada em conta em todo o território nacional: *pão-de-pobre* – e por motivos óbvios.

Rica em fécula, a mandioca — uma planta rústica e nativa da Amazônia disseminada no mundo inteiro, especialmente pelos colonizadores portugueses — é a base de sustento de muitos brasileiros e o único alimento disponível para mais de 600 milhões de pessoas em vários pontos do planeta, e em particular em algumas regiões da África.

O melhor do Globo Rural. Fev. 2005 (fragmento).

De acordo com o texto, há no Brasil uma variedade de nomes para a *Manihot utilissima*, nome científico da mandioca. Esse fenômeno revela que

- existem variedades regionais para nomear uma mesma espécie de planta.
- mandioca é nome específico para a espécie existente na região amazônica.
- "pão-de-pobre" é designação específica para a planta da região amazônica.
- os nomes designam espécies diferentes da planta, conforme a região.
- a planta é nomeada conforme as particularidades que apresenta.





Imagem para as questões 11 e 12



Disponível em: <http://www.wordinfo.info>. Acesso em: 27 abr. 2010.

QUESTÃO 11

O homem evoluiu. Independentemente de teoria, essa evolução ocorreu de várias formas. No que concerne à evolução digital, o homem percorreu longo trajeto da pedra lascada ao mundo virtual. Tal fato culminou em um problema físico habitual, ilustrado na imagem, que propicia uma piora na qualidade de vida do usuário, uma vez que

- A a evolução ocorreu e com ela evoluíram as dores de cabeça, o estresse e a falta de atenção à família.
- B a vida sem o computador tornou-se quase inviável, mas se tem diminuído problemas de visão cansada.
- C a utilização demasiada do computador tem proporcionado o surgimento de cientistas que apresentam lesão por esforço repetitivo.
- D o homem criou o computador, que evoluiu, e hoje opera várias ações antes feitas pelas pessoas, tornando-as sedentárias ou obesas.
- E o uso contínuo do computador de forma inadequada tem ocasionado má postura corporal.

QUESTÃO 12

O argumento presente na charge consiste em uma metáfora relativa à teoria evolucionista e ao desenvolvimento tecnológico. Considerando o contexto apresentado, verifica-se que o impacto tecnológico pode ocasionar

- A o surgimento de um homem dependente de um novo modelo tecnológico.
- B a mudança do homem em razão dos novos inventos que destroem sua realidade.
- C a problemática social de grande exclusão digital a partir da interferência da máquina.
- D a invenção de equipamentos que dificultam o trabalho do homem, em sua esfera social.
- E o retrocesso do desenvolvimento do homem em face da criação de ferramentas como lança, máquina e computador.

QUESTÃO 13

O que é possível dizer em 140 caracteres?

Sucesso do Twitter no Brasil é oportunidade única de compreender a importância da concisão nos gêneros de escrita

A máxima "menos é mais" nunca fez tanto sentido como no caso do *microblog* Twitter, cuja premissa é dizer algo — não importa o quê — em 140 caracteres. Desde que o serviço foi criado, em 2006, o número de usuários da ferramenta é cada vez maior, assim como a diversidade de usos que se faz dela. Do estilo "querido diário" à literatura concisa, passando por aforismos, citações, jornalismo, fofoca, humor etc., tudo ganha o espaço de um *tweet* ("pio" em inglês), e entender seu sucesso pode indicar um caminho para o aprimoramento de um recurso vital à escrita: a concisão.

Disponível em: <http://www.revistalingua.com.br>. Acesso em: 28 abr. 2010 (adaptado).

O Twitter se presta a diversas finalidades, entre elas, à comunicação concisa, por isso essa rede social

- A é um recurso elitizado, cujo público precisa dominar a língua padrão.
- B constitui recurso próprio para a aquisição da modalidade escrita da língua.
- C é restrita à divulgação de textos curtos e pouco significativos e, portanto, é pouco útil.
- D interfere negativamente no processo de escrita e acaba por revelar uma cultura pouco reflexiva.
- E estimula a produção de frases com clareza e objetividade, fatores que potencializam a comunicação interativa.



QUESTÃO 14/ENEM 2012

LAERTE. Disponível em: <http://blog.educacional.com.br>. Acesso em: 8 set. 2011.

Que estratégia argumentativa leva o personagem do terceiro quadrinho a persuadir sua interlocutora?

- A Prova concreta, ao expor o produto ao consumidor.
- B Consenso, ao sugerir que todo vendedor tem técnica.
- C Raciocínio lógico, ao relacionar uma fruta com um produto eletrônico.
- D Comparação, ao enfatizar que os produtos apresentados anteriormente são inferiores.
- E Indução, ao elaborar o discurso de acordo com os anseios do consumidor.

QUESTÃO 15/ENEM 2012



Extra, extra. Este macaco é humano.

Não somos tão especiais

Todas as características tidas como exclusivas dos humanos são compartilhadas por outros animais, ainda que em menor grau.

INTELIGÊNCIA

A ideia de que somos os únicos animais racionais tem sido destruída desde os anos 40. A maioria das aves e mamíferos tem algum tipo de raciocínio.

AMOR

O amor, tido como o mais elevado dos sentimentos, é parecido em várias espécies, como os corvos, que também criam laços duradouros, se preocupam com o ente querido e ficam de luto depois de sua morte.

CONSCIÊNCIA

Chimpanzés se reconhecem no espelho. Orangotangos observam e enganam humanos distraídos. Sinais de que sabem quem são e se distinguem dos outros. Ou seja, são conscientes.

CULTURA

O primatologista Frans de Waal juntou vários exemplos de cetáceos e primatas que são capazes de aprender novos hábitos e de transmiti-los para as gerações seguintes. O que é cultura se não isso?

BURGIERMAN, D. *Superinteressante*, n. 190, jul. 2003.

O título do texto traz o ponto de vista do autor sobre a suposta supremacia dos humanos em relação aos outros animais. As estratégias argumentativas utilizadas para sustentar esse ponto de vista são

- A definição e hierarquia.
- B exemplificação e comparação.
- C causa e consequência.
- D finalidade e meios.
- E autoridade e modelo.

GABARITO

1.[E];2.[D];3.[E];4.[D]; 5.[C];6.[E];7.[D];
8.[C];9.[B];10.[A] 11.[E] 12.[A]
13.[E] 14.[E]; 15.[B]



Cobertura Completa de seu Evento

...realizando seus sonhos
eternizando momentos...

Casamentos Aniversários 15 Anos

COBERTURA **FOTOGRAFICA**
E **VÍDEO**

a partir de

24x R\$ 99,99



Praça Baltazar da Silveira, 65
(21)2643-1008

Av Lucio Meira, 344
(21)2742-7994

www.photosantatereza.com.br



UNIP

FACULDADE À DISTÂNCIA

UNIVERSIDADE PAULISTA em Teresópolis.
Uma nova unidade para você estudar.

**Preços
compatíveis.**

**Descontos
para grupos.**

Cursos de
GRADUAÇÃO e
PÓS-GRADUAÇÃO.
Agora com
**VESTIBULAR
AGENDADO**



Sob direção de
Péricles Itamar.

INSCRIÇÕES ABERTAS

(21) 2743-1437

periclesitamar@uol.com.br

www.unip.br/ead



Edna Bueno

Por Andrea Viviana Taubman
Foto: arquivo pessoal de Andrea Taubman

SOBRE A OBRA

POIS É, LÁ VOU EU

AUTORA: EDNA BUENO

ILUSTRAÇÕES: BELELEÚ

EDITORA: GARAMOND/2012/64 PÁGINAS



A foto que você escolheu para a sua biografia no livro é de quando você tinha a idade da protagonista Tatiana. Sua entrada na adolescência foi difícil como a dela?

Em todos os livros da coleção as fotos das autoras são de quando tínhamos 12, 13 anos, fotos 3x4 para caderneta de escola. Foi uma ideia de uma das autoras, a Ana Leticia Leal, que a editora abraçou. Com 11 anos fui morar na fazenda onde passava férias, em Pedro do Rio. Estudava em Petrópolis. Com 13 anos eu comecei a me sentir fora do lugar, minha prima morava aqui no Rio e mandava notícias de festas e primeiros amores. O que foi difícil para mim foi essa questão de lugar, de querer me sentir parte de um lugar.

A colaboração do doutor Gustavo Teixeira (autor do Manual Antibullying, dentre outros títulos) foi importante na elaboração do texto?

Com certeza foi. Até então bullying, para mim, era só um modo novo de nomear implicâncias e discriminação, problemas tão antigos em uma escola, na sociedade, etc. A verdade é que eu me preocupava com algum exagero em torno da palavra.

Como foi ter participado com outras autoras deste projeto?

Na verdade, cada uma escreveu sobre uma situação de bullying na escola abordando um tema: deficiência física, obesidade, questão estética, questão étnica, homossexualismo. Interessante foi ver como os textos acabaram tendo pontos em comum e como aconteceram esses pontos em comum, como cada uma abordou o tema.

Em determinado momento da vida você também passou por uma mudança importante, trocando uma carreira na engenharia química pela carreira de escritora. Nessa trajetória, se sentiu deslocada em alguma situação?

Lugar é uma questão na minha vida. Foi assim quando voltei da fazenda para o Rio. Mudar da engenharia química para a literatura não foi planejado, foi acontecendo. A literatura é lugar da minha paixão, me dá sentido. A engenharia, como falo por aí, era um sapato apertado, desconfortável, eu fazia direitinho, como podia. Durante muito tempo me senti, sim, bem deslocada no mundo das letras. Daí cursei duas especializações, pós lato-sensu, na UFRJ – Literatura Infantil e Juvenil e Literaturas Portuguesa e Africanas. Hoje venho andando por esse caminho, cada vez me sentindo mais nele, deixando de fazer cerimônia.

Av. J. J. de Araújo Regadas, 37
Várzea | Teresópolis | RJ

2742-3329

**Só
Cartuchos**

COMPRAMOS CARTUCHOS
VAZIOS

RECARGAS DE JATO DE TINTA
E LASER

SÓ JESUS RESTAURA SUA VIDA!

ENTREVISTA

PRESIDENTE MARCO BARRETO

O que levou você a pleitear o cargo de presidente do clube?

O sonho. Aprendi a gostar desse clube. E quando a gente gosta de alguma coisa, a gente quer cuidar.

O que é mais importante no momento? Nesse momento acho que é a seriedade com que estamos levando essa nossa administração, e principalmente fazer com que o clube exerça sua responsabilidade social: criamos o projeto 'Comary Solidário' e também a 'Semana do Meio Ambiente'. E pela primeira vez, o clube faz parte de um conselho municipal antidrogas.

Quais são os seus planos para o clube? A gente não olha só o agora, pensa no clube para daqui há 10 ou 15 anos. É necessário um plano diretor, porque mesmo querendo fazer tudo ao mesmo tempo, a gente sabe que existem algumas limitações financeiras, o que é comum. E o nosso plano diretor já está quase pronto. Haverá mudanças? É claro que sim. Mas acho que existe aquela linha de conduta que não só eu, mas qualquer outro presidente que venha assumir o cargo, também deve seguir para um bem maior que é o nosso patrimônio.

Qual seria essa linha de conduta?

Quando falo em linha de conduta, penso na realização de obras planejadas, que sejam bem pensadas.

Falar em 'mudança' não assusta um pouco?

Concordo. Quando se fala em mudança, é normal que surja um receio. Até dentro da nossa própria casa, quando a gente decide fazer uma reforma, acaba produzindo uma enorme bagunça. A poeira sobe, e até assentar, quero dizer, tudo ficar limpo e bonito como a gente queria, isso demora e chegamos a ter dor de cabeça, não é? O mesmo acontece numa administração dentro

de um clube, até que tudo fique arrumado.

Ao longo desses 45 anos, o clube se tornou uma referência por conta das administrações. Como você observa esse fato e como projeta o futuro?

Observo da seguinte maneira: desde os 10 primeiros fundadores, que lançaram essa idéia, esse sonho de criar um clube dentro de uma área nobre, e com a preocupação de que este não fosse excludente, até a sequência de todos os presidentes que mantiveram também essa preocupação, digo que conseguimos crescer nesse e em muitos outros mais sentidos. Vejo que quem assumir a presidência daqui pra frente vai ter que pensar justamente nisso: num clube Comary inserido dentro de um contexto municipal, estadual e até nacional.

Você pensa trazer os sócios mirins para dentro de alguma diretoria do clube?

Isso também faz parte do plano diretor que abordei no início de nossa entrevista, ou seja, pensar nessas crianças que a gente já notou que adora esporte radical. E aquela reunião que fiz com eles lá no início de minha gestão (projeto pista de skate), eu não esquei. Aquelas propostas apresentadas por eles eu as guardei com carinho. Só que tudo tem que ser muito bem planejado e realizado no seu tempo. Penso em fazer a pista de skate como eles pediram, e trazer algumas dessas crianças para dentro do clube, criando uma diretoria infantil, onde possam começar a se preparar para daqui alguns anos assumirem esse patrimônio, que um dia vai ser deles. Estão sendo criados nesse espaço, adoram o clube, e nós adultos não podemos fechar os olhos para essa realidade.

E quanto ao financeiro?

O clube tem andado no azul, com uma inadimplência em torno de 12%, sempre sobra alguma coisa para investimentos, onde



são feitas as obras, inclusive as de emergência, como a do muro de contenção. O importante é sempre ter uma reserva porque a gente não sabe o dia de amanhã.

Qual a percepção do projeto 'Calçadão'? Será iniciado ainda este ano?

Sim. Já temos a planta, o desenho em 3D, e a maquete já está sendo feita para ser apresentada aos sócios. Nesse momento, a gente vai colocar uma caixinha de sugestões, bem ao lado do projeto, para que todo associado possa deixar ali a sua opinião, o que ele acha ser necessário em termos de alteração do projeto. Após isso, estaremos nos reunindo com nosso diretor técnico, para analisarmos a viabilidade de cada uma dessas sugestões. Aproveito para deixar aqui um pedido: que todos participem da construção desse sonho, que levantem esse projeto conosco.

Resuma: o que é ser presidente?

Num primeiro momento é gostoso, depois causa uma dor de cabeça, e então a gente pára e pensa: valeu à pena porque eu dei a minha contribuição. É também reconhecer que somos limitados, porque a maior dificuldade não está na moralização do patrimônio do clube, mas na moralização das relações humanas.

1966

Dez homens deram vida, ao que um dia seria, o maior e melhor clube de Teresópolis!



FOTOS: DAVID RODRIGUES/ARQUIVO PESSOAL DARCY LOPES (REPRODUZIDAS)

"Em 1966, contratados por Carlos Guinle, proprietário da Granja Comary, Mario Roca Freire e Darcy Lopes firmaram um contrato para parcelamento da mesma. A propriedade era uma extensão natural para expansão do perímetro urbano da cidade. Para dar continuidade ao contrato firmado, uma empresa foi criada, a Urbanizadora Comary Ltda, tendo como terceiro sócio Rubens Santos Rocha, administradora da propriedade da família Guinle. Na nossa visão, tinha que ser um clube diferente. Não deveria ser exclusivo para proprietários de terrenos, mas também para compradores de títulos. Qual deveria ser então o clube ideal? Concluímos que o clube deveria ser de inclusão social e não de exclusão. Queríamos um clube onde turista e moradores da cidade vivessem em harmonia. Onde a diversidade social tivesse em mente a unidade de propósitos. Dar vida ao que um dia seria, na nossa visão, o maior e melhor clube de Teresópolis."

Darcy Lopes, Sócio Fundador nº 05/ Foto: David Rodrigues (Dr Magazine)

2013

Cerca de 1.300 sócios festejam 45 anos do maior e melhor clube de Teresópolis!



Presidente Marco Barreto e o diretor de Ouidoria, Antonio Fusco, comemoraram o sucesso do baile de 45 anos do Clube Comary. A festa reuniu cerca de 1.300 sócios e seus familiares.



O presidente Marco Barreto dá as boas-vindas ao grupo Salamandra, na camarim do Clube, minutos antes da banda de grande sucesso entrar no palco. Ao seu lado, as pequenas sócias, Carol e Lívia, felizes por conhecerem o grupo.



Salamandra faz 5 anos do Clube Comary em meio a lotada!



Sócios do Clube Comary confraternizam com a presidente Marco Barreto, ao sam da banda Salamandra.

FOTOS: DAVID RODRIGUES/DR MAGAZINE

DIRETORIA EXECUTIVA

Presidente: Marco Antonio de Azevedo Barreto; Vice Presidente: Oseias Moreira Rios; Diretor Secretário: Raphael Marquetti Faria; Diretor Financeiro: Silvio Maia de Freitas; Diretor Ouvidoria: Antonio José Fusco de Souza; Diretor Social: Fabio Fonseca da Costa Velho; Comissão de Eventos Sociais: Paulo Henrique Teixeira Nogueira, Michelle Vasques G. Vargas, Andrea Marcia Alves Huber Mendes, Ana Paula Santos de Pinho Sequeira; Diretor Jurídico: Giorgio Alessandro F. da Cunha; Diretor Técnico: Luiz Claudio dos Santos Moraes; Diretor Patrimônio: Marco Antonio Sanches de Brito; Diretor Médico: Paulo Cesar de Oliveira; Diretor Comunicação Social: Marcelo Aragão Rocha; Diretor Rio das Ostras: Marcos Antonio R. Marques; Diretora Melhor Idade: Therezinha de Castro Lobo; Diretora Academia: Valdeia de F. Coutinho; Diretor Sinuca: Gilmar Palm; Diretor adjunto Sinuca: Alonzo Alves Ferreira; Diretor Bolche: Sandro da Camara Espindola; Diretor adjunto Bolche: Leonardo Cordeiro Vasques; Diretor Basquete: Rui Alberto Haringer de Oliveira; Diretor Vôlei: André Pereira Melo; Diretor adjunto Vôlei: Cláudia Verissimo de Moraes; Diretor Tênis: Elías Esteves de Souza; Diretor Futsal: Azanias Bastos Guimarães; Diretor Futebol de Campo: Marco Antonio P. Pinto; Diretor adjunto Futebol de Campo: Claudio Silva Muniz; Comissão de Futebol Campo: João Luiz Shigueo Tokuda, Everton de Farias Soares; Diretor Futebol Feminino: Simone Rosa da Costa; Diretor Squash: Fabio Corrêa Garbelini; Diretor Xadrez: Heleon de Souza Stuti.

CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente: Carlos Alberto Braz; Vice Presidente: Flavio Mandarano Pereira; Secretário: Luiz da Silva Varella; Conselheiros: Adevaldo de Freitas Silva, Alexandre Soares M. Filho, Andre Luis P. de Azevedo, Anselmo Eduardo R. Gonçalves, Carlos Augusto de S. Vargas, Claudio Francisco Mendes, Daniel Camões Machado, Décio José Xavier, Denis Luis Marques, Francisco Gímenes Barreto, José Carlos da Rocha Branco, José Carlos P. de Queiroz, José Ribeiro A. Neto, Julio Cesar V. de Castro, Leandro de O. Braga, Luiz Artur de M. Turi, Marcelo M. da Silva, Marcos Vinicius da C. Guarilha, Mauricio P. D. Pereira, Olavo R. Féo, Pedro Guilherme A. dos Santos, Pedro Paulo M. F. Junior, Ronaldo M. de Lima, Silvio Chu Shiu Fei.

CONSELHO FISCAL

Presidente: Alexandre de C. Rodrigues; Vice Presidente: Antonio Claudio C. da Silva; 1º Secretário: Marcos B. Soares; 2º Secretário: Adriano R. Granito; Conselheiros: Andreia R. Féo, Carlos A. C. da Fonseca, Célio P. de Almeida Filho, Fernando M. Junior, José Luiz V. Baddini, Rodrigo de O. Medeiros.

COMISSÃO DE SINDICANCIA

Presidente: Rogério L. de Carvalho; Vice Presidente: Frank A. Afonso; 1º Secretário: Rogério L. de Carvalho; 2º Secretário: Tania Maria X. Luna; Membros: Ricardo G. da Fonte, Bruno C. Cunha, Cristiano D. de Oliveira, Daryl M. de Oliveira, Eloi A. Teixeira, Miriam L. Ferreira.



Expediente

Edição 05 - Ano 01 - agosto
PRESIDENTE: MARCO BARRETO
VICE-PRESIDENTE: OSEIAS RIOS

Informe Clube Comary é uma publicação dirigida aos associados e seus dependentes.

Direção Geral
Marco Barreto

Direção de Comunicação
Marcelo Rocha

Produção, redação e edição
Marcia Rodrigues

Fotos
David Rodrigues e Diretoria de Comunicação e Publicidade

Projeto Gráfico
Revista Dr Magazine
Tel.: (21) 3958-0994
www.dr-magazine.com.br

Sugestões
president@clubecomary.com.br

O Informe Clube Comary é um suplemento mensal da revista Dr Magazine, enviado aos associados para o endereço do sócio titular a cada edição da revista.

Palavra Presidente

A VERDADE TEM VOZ



MARCO BARRETO
PRESIDENTE

Hoje venho para confirmar o que já tinha afirmado há algum tempo: a busca da verdade! Não me dobro para mentiras e intrigas. Mantenho a tranquilidade e a certeza de que estamos no rumo certo: "A verdade tem voz".

O Clube Comary, nossa casa, passa por um momento como há muito tempo não se via: rigor no cumprimento do Estatuto Social, obras de natureza de manutenção preventiva e corretiva e, também, obras necessárias para dar maior conforto a você associado.

Trouxemos esportes que antes não faziam parte da grade do Clube. Estamos colocando vidros temperados para que seja diminuído o barulho no boliche - no espaço entre a pista e o restaurante. A nossa piscina aquecida também irá passar por modificações, para que o vento não mais incomode os nadadores.

Lançamos o projeto de nossa praça de alimentação, onde estamos ouvindo sugestões para que possamos analisá-las, e modificar, ou não, dentro da viabilidade técnica.

Enfim, caro amigo(a) sócio (a), o trabalho continua e irá continuar para que o Clube Comary esteja à sua altura.

Muito mais está por vir! E queremos contar com você para que esse trabalho continue. Estamos entrando num momento crítico: a campanha eleitoral para escolha do candidato a presidente do Clube ao próximo biênio. Acusações de toda natureza e mentiras; tudo o que criticamos na política municipal, estadual e federal não podemos aceitar dentro de nossa casa, o Clube Comary! Estejamos atentos a todos os fatos, procurando, antes de tudo, nos informar sobre a veracidade dos mesmos.

Como já disse no início desse texto, "A verdade tem voz", e você, associado(a) do Clube Comary, é a nossa prioridade!

Um ótimo mês para todos vocês.

Marco Barreto, presidente

CONHEÇA A FUTURA PRAÇA DE ALIMENTAÇÃO

01

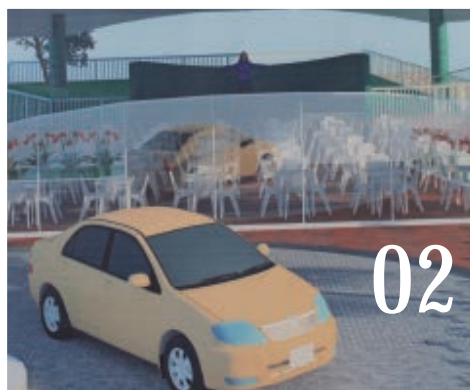
COBERTURA METÁLICA EM FORMA DE ELIPSE, APOIADA EM APENAS SEIS PILARES, PALCO EMBUTIDO, ACABAMENTO EXTERNO DAS VIGAS EM ACM E CAPTAÇÃO DE ÁGUAS PLUVIAIS.

02

O PÁTIO DO CALÇADÃO E A PROJEÇÃO DA COBERTURA SERÃO EM PISO INTERTRAVADO.



O PROJETO DA FUTURA PRAÇA DE ALIMENTAÇÃO JÁ FOI LANÇADO. "CONVIDO TODO SÓCIO A PARTICIPAR DA CONSTRUÇÃO DESSE SONHO, PARA QUE JUNTOS POSSAMOS LEVANTAR ESSE PROJETO", CONVIDA MARCO BARRETO.



Projetado pelos arquitetos Max Gruzman e João Vicente Mello, a futura praça de alimentação terá capacidade para cerca de 250 pessoas sentadas.

Fotos: David Rodrigues
Revista Dr Magazine



Foto: David Rodrigues

ESPORTE

COMARY ABERTO DE TÊNIS 2013

SEGUNDA ETAPA

21/07/2013

Prof. Carlos Puigdevall

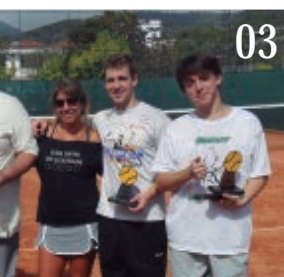
Fotos: Carlos Puigdevall; Dreamstime



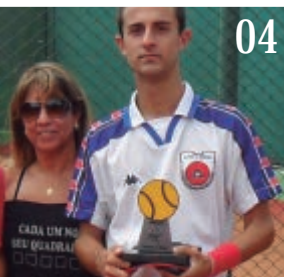
01



02



03



04

A segunda etapa do Comary Aberto de Tênis 2013, que aconteceu no final do mês de julho, trouxe para as quadras do Clube Comary cerca de 70 atletas, entre sócios e não sócios. De acordo com o professor Carlos Puigdevall, para esta etapa se inscreveram tenistas de 14 a 60 anos de idade. "O bacana do aberto de tênis é que as partidas motivam os jogadores a frequentar mais o clube. É mais uma socialização, onde pai joga com filho e muitos amigos se encontram nesses dias de campeonato", comemora o professor. Carlos avisa que a terceira etapa do Comary Aberto de Tênis 2013 está prevista para acontecer em outubro ou novembro deste ano, e aproveita para agradecer a presença dos participantes, aos patrocinadores e ao Clube Comary, "que sempre disponibiliza toda a estrutura para o que o torneio acontece", conclui. Confira o resultado:

Foto 1 - Categoria Simples C:

Conrado e Willians Silva (campeões)

Antônio Fusco (vice-campeão)

Foto 2 - Categoria Simples B:

Conrado e Paulo Ribeiro (campeões)

Eliezer Martins (vice-campeão)

Foto 3 - Categoria Duplas B:

André Felipe/André Vieira (campeões)

Mery e Arthur Valor/François Guss (vice-campeões)

Foto 4 - Categoria Simples A:

Vitor Monteiro (campeão)

Mery e Ramon Pagio (vice-campeões)



Prazer em sentir-se útil socialmente. Talvez essa seja a melhor definição para explicar o trabalho voluntário das 62 pessoas que fazem parte do 'Anjos da Serra', um grupo que se formou há pouco mais de quatro anos, e que hoje resulta

num trabalho de assistência social para mais de 10 instituições carentes de Teresópolis (RJ).

Toda primeira segunda-feira do mês, esse grupo de senhoras de 50 a 80 anos de idade, se encontra para recolher a quantia contribuída mensalmente por cada uma delas – de R\$25,00. O valor arrecadado é destinado para a compra de mantimentos, principalmente alimentos, que são entregues nas instituições carentes. "Um dia depois da nossa reunião, a gente vai até o supermercado Multimarket e faz toda a compra. Quero inclusive aproveitar o momento para agradecer ao gerente deste estabelecimento, que todo mês nos concede 10% de desconto. Outra



LIVRE-SE DO PELO ENCRAVADO

LARYSSA COELHO AMARAL

Acadêmica 11º período/Departamento Médico

O uso da lâmina de barbear, como muitos pensam, não leva ao aumento de pelos encravados. A depilação é sim, a grande causadora do folículo inflamado. Como o fio demora mais tempo para crescer, no momento em que tenta sair pelos poros, encontra nova barreira queratinizada que impede sua eclosão. Uma boa opção para evitar esses indesejáveis pelos encravados é a esfoliação. Veja aqui uma receita caseira bem fácil de fazer:

2 COLHERES DE SAL GROSSO

1 COLHER DE MEL

10 GOTAS DE ÓLEO ESSENCIAL DE ALECRIM

Misture os ingredientes até formar uma pasta homogênea. Passe a mistura no local afetado, massageando com o auxílio de uma bucha vegetal. Os movimentos devem ser circulares e suaves.



FOTO: (C) ARTEMFURMAN | DREAMSTIME

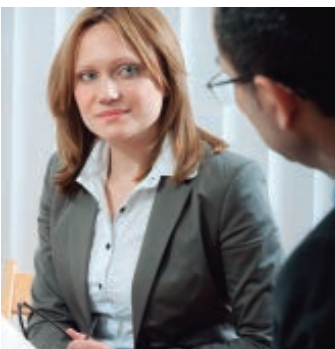
SOCIAL

VERDADEIROS ANJOS DA SERRA

grande amiga e parceira, é a Neydi Fonseca, que por estar hoje morando no Rio, não pode sempre comparecer as reuniões", agradece Margô Lima, co-fundadora do 'Anjos da Serra'. Para dar continuidade ao projeto, elas encontram o apoio da loja maçônica de Teresópolis e do Clube Comary, que oferecem seus espaços para que as reuniões sejam realizadas. Essa multiplicação de empresas parceiras certamente que é muito bem-vinda, e faz toda uma diferença diante de um Brasil que ainda encontra fome e miséria. O 'Anjos da Serra' é um exemplo típico de que ações como essa não tem preço.

PREPARE-SE PARA A ENTREVISTA

VOCÊ ENVIOU SEU CURRÍCULO PARA AQUELE EMPREGO DESEJADO E FOI CHAMADO PARA UMA ENTREVISTA. E AGORA? PREPARE-SE USANDO ESTE ROTEIRO SIMPLES DE QUATRO PASSOS.



TEXTO: LUIZ CARLOS CASSANO JUNIOR
FOTOS: Dreamstime

1º PASSO: reformule seu problema. A questão não é conseguir a vaga, mas mostrar o seu melhor ao entrevistador. Você pode influenciar a decisão do empregador, mas não pode controlar o resultado. Demonstrar sua capacidade de atender ao que a empresa deseja, por outro lado, só depende de como você vai se comportar na entrevista.

2º PASSO: aceite que a ansiedade numa situação de avaliação é normal e esperada. Tensão não é sinal de fraqueza ou de insegurança, nem é prenúncio de fracasso. A melhor maneira de lidar com o nervosismo na entrevista é aceitá-lo com naturalidade. Tentar disfarçar só vai criar mais um grau de tensão desnecessário. Por exemplo, você pode começar a entrevista dizendo: "Estou um pouco nervoso, porque essa entrevista é muito importante para mim. Espero que isso não interfira na sua avaliação". É comum que, depois de falar para si mesmo e para o avaliador sobre como você se sente, a tensão diminua.

3º PASSO: quando o entrevistador tocar num assunto que lhe traz muita insegurança, assuma seus limites com tranquilidade. Caso você não tenha a experiência necessária ou lhe falte algum conhecimento desejado, não tente negar ou se justificar demais. Responda exatamente o que está sendo perguntado, sem tentar adivinhar o que o entrevistador está pensando. Por exemplo, se o entrevistador comenta "vejo que você não tem muita experiência com computadores" e você responde: "pois é, eu não consegui ficar muito tempo nesse emprego, era muito chato, por isso sai logo", está falando algo que não foi perguntado e que talvez exagere sua dificuldade. O empregador quer saber se você vai solucionar dificuldades na empresa usando um computador.



Se você diz "tem razão, tive apenas uma experiência profissional de curta duração com computadores, porém, como usuário, tenho uma boa prática em vários programas"; ou então: "tenho certeza de que posso aprender rápido e espero adquirir uma boa experiência aqui", estará sendo claro na sua experiência real e transmitindo confiança na sua capacidade.

4º PASSO: imagine as perguntas que um entrevistador bem difícil poderia lhe fazer, especialmente aquelas que vão mobilizar ansiedade por apontarem para seus pontos fracos. Pense nas suas repostas com antecedência. Peça a um amigo para ensaiar o diálogo com você. Seguindo esses passos, suas chances serão maiores e você estará apresentando o seu melhor. Conseguindo a vaga ou não, você ficará em paz com você mesmo.

LUIZ CASSANO, psicólogo, formado pela UFRJ, com mestrado em Comunicação e Cultura. Atua como psicólogo da Justiça Federal do Rio de Janeiro, na área de desenvolvimento & treinamento.



Que tipo de Educação você quer para seu filho?

- * Matemática
- * Português
- * Inglês

Alunos com alta habilidade de cálculo, leitura e interpretação, com sucesso dentro e fora da escola - é para formá-los que o Kumon vem atuando no mundo há mais de 50 anos.

Teresopolis - Alto
☎ 2642-0670
www.kumon.com.br

KUMON

Educação que surpreende



Quem educa? Educador ou Educando?

Nos dias atuais esse questionamento se dá em função da legislação vigente, que na ânsia de reparar equívocos, ofereceu ao educando uma espécie de amparo legal para evitar os exageros de antigamente. Contudo, essa preocupação protegeu aqueles que sofriam, e que hoje se deparam com o fato de que as posições foram invertidas, tomando-se um tema muito discutido quando se aborda as relações educacionais, causando inclusive certa revolta.

Se em sala de aula as relações estão nesse nível, como este educando irá atuar no mercado de trabalho? Será que os "vícios" amparados pela legislação irão continuar? Neste momento, a família fará toda a diferença, desde que lá atrás os erros tenham sido corrigidos. Observo que a educação está mais para o Educador do que para o Educando.

Ultrapassar a barreira do início da adolescência para o final desta, iniciando a juventude com suas transformações naturais e

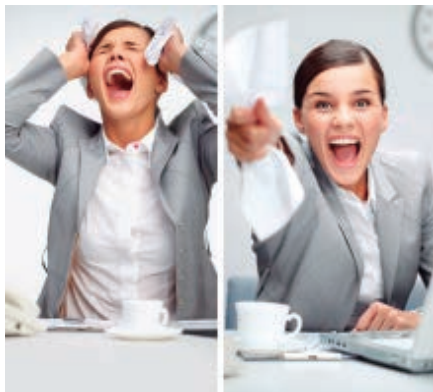


Foto: (c) Pressmaster | Dreamstime.

psicológicas, e assim verificar o quanto foi evasivo e irresponsável com aqueles que tanto quiseram "passar" um conhecimento mais amplo, e que por vezes não o fizeram com tanta competência, digamos de passagem. O fato é que esse mesmo jovem irá aprender com outro tipo de educador, ou seja, será exigido resultado desse adolescente

que estará ganhando para tal, porque o interessante nesse momento são os dividendos da empresa. Dessa forma, não lhe serão dadas as regalias em função da criação, benevolência, ou facilidades do passado. Então valerá a máxima que Confúcio escreveu e que tão bem se aplica a essa situação: "Contaram-me e esqueci. Vi e entendi. Fiz e aprendi". Percebe-se que o mercado de trabalho irá reconstruir com muita dor esse jovem que no passado não deu valor as pessoas que se empenharam para prepará-lo como um vencedor. Tudo que passou não se recupera, nem para o educador, nem para o educando. Mas deixo aqui a mensagem de nosso saudoso Chico Xavier, que numa única frase sintetizou bem essa ideia: "Embora ninguém possa voltar atrás e fazer um novo começo, qualquer um pode começar agora e fazer um novo fim".

PÉRICLES ITAMAR é colunista Dr Magazine.

Dedo de Deus

Corretora de Seguros

Há 27 anos cuidando de pessoas e patrimônios.



Os melhores preços em seguros para VOCÊ, seu CARRO, sua CASA e sua FAMÍLIA.

**GARANTA SUA
TRANQUILIDADE
A QUALQUER
TEMPO**



(21) 2742-9742
falcaoedu@terra.com.br

Rua Dr. Francisco Sá, 61 - Sala 305 - Centro - Teresópolis - RJ

4 NOVAS FAIXAS



Fotos: David Rodrigues/Dr Magazine



TITÃS

SHOW FUTURAS INSTALAÇÕES

Sexta-feira, 26 de julho - o show 'Futuras Instalações', do Titãs, trouxe antigos sucessos e quatro novas faixas da preparação do

novo CD: 'Fala aí, Renata', "Morto Vivo", "Tradição" e "Duas Torres". O álbum será lançado em comemoração ao aniversário de 30 anos da banda, uma gigante do rock brasileiro.

40 MIL PESSOAS EM 15 DIAS



Foto: David Rodrigues/Dr Magazine

Festival Sesc Rio de Inverno

FOI BOM DEMAIS!

Foto: David Rodrigues Filho

30 ANOS DE SUCESSO

OS PARALAMAS DO SUCESSO
SHOW 30 ANOS DA BANDA

Domingo, 28 de julho - fechando a programação musical do Festival, a apresentação do Os Paralamas do Sucesso reuniu cerca de 10 mil pessoas. Emocionado, o vocalista da banda, Herbert Vianna, agradeceu inúmeras vezes a presença contagiante do público, que junto cantou canções como 'Óculos', 'Vital e sua Moto', 'Meu Erro', 'Alagados' e 'Lanterna dos Afogados'.



Fotos: David Rodrigues/Dr Magazine



Com os termômetros da cidade marcando temperaturas que fizeram jus ao nome, o Festival Sesc Rio de Inverno chegou ao fim no último domingo do mês de julho, dia 28, em Teresópolis (RJ). Quem fechou o evento foi os Paralamas do Sucesso, em show emocionante assistido por cerca de 10 mil pessoas, que tomaram a Praça Olímpica. Somando quem participou das demais atividades

culturais promovidas pelo Sesc Teresópolis desde 13 de julho, o público totalizou cerca de 40 mil pessoas. Além dos Paralamas, passaram pelo palco montado na praça Zé Ramalho, Titãs e Diogo Nogueira, que juntos sacudiram um público de quase 30 mil somente nos quatro últimos dias do Festival. As demais atividades e atrações que envolveram música, teatro, dança, artes visuais, cinema, literatura, além de debates, oficinas e

palestras, atraíram mais de oito mil pessoas.

Para o gerente do Sesc Rio, Eugênio Nascimento, o evento foi um sucesso, tanto em aspectos quantitativos como qualitativos. "O Festival Sesc Rio de Inverno superou as expectativas, atraindo um grande público em todas as suas atividades", concluiu. Também se apresentaram Lenine, Erasmo Carlos e Roberta Sá.



Manifestações & Mitologias



Foto: Henrique Araújo

1. No momento em que escrevo, muitas são as interpretações sobre o que pode ter motivado as manifestações que ocorreram no Brasil nos meses de junho e julho de 2013. Sabe-se que "não são só os vinte centavos" ou que, talvez sim (???) sejam os vinte centavos, assim me pareceu, pela forma como agiu o Movimento Passe Livre (MPL) de São Paulo;

2. Fiquei perplexo durante um bom tempo lendo tudo o que saía na imprensa, vendo todos os programas de TV, ouvindo o rádio com comentaristas de todo o tipo: jornalistas, sociólogos, antropólogos, cientistas políticos, NINJA's (acrônimo de Narrativas Independentes, Jornalismo e Ação), motoristas de táxi, cartomantes, astrólogos, pipoqueiros. Todo tipo de opinião, todo tipo de oráculo – o fim está próximo;

3. Cada vez que alguém diz compreender o que está acontecendo, fico ressabiado. Prefiro aqueles que percebem que as motivações são difusas, as lideranças são indeterminadas e que estamos em uma baita confusão, testando o tecido da democracia representativa e a paciência de todos os outros que queiram ir do ponto A ao

ponto B;

4. Como não encontrei nenhuma explicação convincente, decidi inventar a minha, baseada em alguns filmes que, acredito, povoam o imaginário dos líderes (que não existem) do movimento revolucionário (que também não existe). São eles: Matrix, V de Vingança e Watchmen;

5. De Matrix (1999 - dirigido pelos irmãos Wachowski), a principal referência é a Alegoria da Caverna, de Platão. Tenho a sensação de que somente a pílula vermelha nos levará ao mundo real. A propósito, vale a pena ler "A Pílula Vermelha" (editado pela Publifolha e organizado por Glenn Jeffeth). Lá você encontrará toda a verdade;

6. De V de VINGANÇA (2005 – dirigido por James McTeigue e produzido pelos irmãos Wachowski), a máscara de Guy Fawkes, que muitos compram na Saara, no centro do Rio, foi inflacionada de seis para dez reais. Oferta e demanda, né? Os quadrinhos de Allan Moore e David Lloyd possuem uma versão atual em português, de cuja adaptação originou o filme. Das manifestações para cá tanto o filme quanto os

quadrinhos tiveram suas vendas muito aumentadas;

7. Watchmen (2009 – dirigido por Zack Snyder e baseado nos quadrinhos de Dave Gibbons e Alan Moore). Na estória, ex super-heróis mascarados são assassinados em série. Os super-heróis haviam sido proibidos, depois de uma greve de policiais. Além do filme, em DVD, você pode encontrar um DVD duplo, tipo "motion comic" – um desenho baseado nos quadrinhos, muito bem feito. Existe agora uma "edição definitiva" dos quadrinhos, com a reunião dos doze quadrinhos originais. São muitas as mensagens, mas a principal e oportuna é "quem vigia os vigilantes?" (Who watches the watchmen) ou na citação latina "quis custodiet ipsos custodes" (Juvenal, Sátira VI, 347). Ou numa versão adaptada para o momento atual: quem policia os nossos policiais?

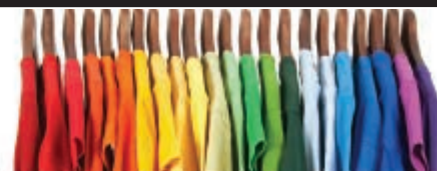
SULAIMAN é colunista Dr Magazine.

ERRATA: na coluna de junho de 2013, a grafia correta é "Deus ex machina" e não "Deus ExMachina".

LAREDO

LAREDO FOR MEN

Nova COLEÇÃO 2013.



AO LADO DA
FEIRINHA DO ALTO



LAREDO FOR MEN
LOJA 117
2642-0987

LAREDO
LOJA 105
2642-0778

Praça Higino da Silveira, 161 - Alto - Teresópolis - RJ



Deus é brasileiro... e atleticano!

SÃO VICTOR O goleiro atleticano Victor Leandro Bagy defendeu vários pênaltis decisivos nos jogos da Copa Libertadores da América. Nesta foto, Victor treina na sede da CBF, em Teresópolis (RJ), pela seleção brasileira. Foto: David Rodrigues/revista Dr Magazine.

Muitas agências de notícias exploraram o mesmo tema. A BBC de Londres, por exemplo, deu no dia 20 de março deste ano, que a presidente Dilma Rousseff "reagiu com bom humor" a uma pergunta de um jornalista argentino, quando ele questionara a opinião dela sobre o fato do novo papa ter nascido em Buenos Aires. "Vocês, argentinos, têm muita sorte. O papa é argentino, mas Deus é brasileiro", assim argumentou a presidente em visita oficial ao Vaticano.

Outras notícias vindas mais recentemente de Belo Horizonte vão além. Deus não é apenas brasileiro: Deus é atleticano. Na pequena paróquia de Nossa Senhora da Piedade, da comunidade de Piedade do Paraopeba, pertencente ao município de Brumadinho, o carismático e generoso padre Paulo Eustáquio Cerceau Ibrahim incorporou uma trilha sonora bem especial aos ritos sagrados da Festa do Divino: o hino do Galo! Sim, aquele mesmo, "Nós somos do Clube Atlético Mineiro/ Jogamos com muita raça e amor/ Vibramos com alegria nas vitórias/ Clube Atlético Mineiro/ Galo Forte Vingador".

Bem, convenhamos, aquele é um hino muito especial. Segundo o site oficial do clube belorizontino (www.atletico.com.br), o primeiro hino da associação vigorou entre os anos de 1928 e 1968, mas em 1969 a diretoria atleticana encomendou ao compositor Vicente Motta o "Hino ao Clube Atlético Mineiro". Segundo a mesma fonte de informação, este hino é idolatrado pela torcida de tal modo que se tornou o "mais cantado em estádios no Brasil". Ainda de acordo com aquele portal, em 1976, em Nápolis, na Itália, houve um concurso mundial de hinos de clubes de futebol, e o do Galo foi o vencedor. Passou a ser considerado o mais belo entre todos os hinos de clubes de futebol do mundo.

Não sei se padre Paulo tem paixão especial pelo Hino do Galo, ou mesmo se outras vezes já pediu que a banda da paróquia o tocasse em pleno rito religioso. O fato é que, João Batista Vaz Xavier, um grande amigo meu, estava presente à procissão. Filmou o "fenômeno religioso-esportivo" e postou o vídeo na maior



rede social eletrônica do planeta, o Facebook. É também curioso que naquele mesmo domingo da Festa do Divino algo muito importante aconteceria no estádio do Mineirão, logo após a procissão: a partida decisiva a consagrar o campeão do estado de Minas Gerais de 2013. Antes, um verdadeiro banquete popular - com arroz, feijão, frango assado, e muito mais - foi servido aos fiéis. Conforme explica Batista, o padre é uma espécie de Robin Hood por conseguir doações junto aos ricos e oferecer comida e outras dádivas materiais aos pobres daquela região montanhosa de Minas. Após a comilança, todos regressaram à igreja e assistiram à missa que, coincidentemente, ocorreu enquanto jogavam Atlético e Cruzeiro em Belo Horizonte. Acabada a missa, disse-me Batista, o padre, ainda do púlpito, se despedia dos fiéis quando recebeu um sinal do sacristão: um gesto muito conhecido, o polegar dizendo, "positivo"! Então padre Paulo não se acanhou: "Meus caros, por último uma notícia que acabo de receber: a taça é nossa!"

Esse "causo" mineiro eu ouvi, via Skype, na quarta-feira, dia 22 de maio, véspera de uma palestra que eu daria no Dartmouth College, uma bela e rica faculdade aqui nos Estados Unidos (do mesmo grupo da Harvard, a chamada ivy league). O "causo" me levou a pensar nas teorias do famoso antropólogo carioca Roberto DaMatta. Acabei iniciando minha comunicação naquela escola aludindo ao tal "fenômeno" de mistura entre religião e futebol. Todos nós rimos muito. O professor paulistano Rofolfo Franconi, presente a minha palestra, me perguntou: "e os cruzeirenses, como se sentiram na procissão, e ainda 'pior', na igreja?"

Nos seus trabalhos acadêmicos DaMatta

ênfata vários aspectos que apontam para as particularidades do povo brasileiro. Como explica o antropólogo no seu livro *O que faz o Brasil, Brasil?*, o brasileiro vive em um mundo de misturas de todo tipo, inclusive a mescla daquilo que é individual com o institucional, religião com esporte, o público com o privado, o sério com o cômico. A dúvida do meu colega tem fundamento. As estatísticas poderiam confirmar, mas é muito provável que muitos dos fãs do padre Paulo não torcessem para o Alvinegro. Eram fãs do Cruzeiro e, outros, do América. A ética profissional - ou clerical, como queiram - foi para onde, nesse caso? Esse "sutil" desrespeito à diferença, às margens do mundo atleticano, teria alguma importância? Seria outra pitada de humor, como a da presidente no Vaticano? Seria apenas uma pequena e inefável loucura de um padre fanático? Ou seria um exemplo da enorme tolerância de quem não foi incluído na reza - aliás, daqueles contra quem se fez a reza oficial?

Pois, assim, a paixão individual do padre de Piedade do Paraopeba não se separou do seu poder eclesialístico. Ela se incorporou no rito institucional que ele administrava, com fé e formalidade, e se fez valer, a revelia da anti-paixão de cruzeirenses e americanos. De modo semelhante, a presidente do Brasil fez galhofa da superioridade do povo brasileiro sobre o argentino. Afinal de contas, em termos de poder, a figura do papa está bem abaixo daquela de um Deus, mesmo que brasileiro. Principalmente quando um papa já disse que pecou muitas vezes e que os ateus também podem ascender aos céus.

Como vimos, para o deleite de muitos mineiros, tal Deus também é atleticano de carteirinha. Será que foi com ajuda divina que o goleiro atleticano Victor Leandro Bagy defendeu vários pênaltis decisivos nos jogos da Copa Libertadores da América? Confirmando a tendência do brasileiro a mesclar o divino com o prosaico - mundos da mesma moeda que, segundo DaMatta, "se relacionam de modo complexo e simultâneo". "Muito obrigado, São Victor". Amém!

DARIO BORIM JR. é colunista Dr Magazine.

FIOS E COURO CABELUDO TRATADOS

Aprenda a fazer a massagem japonesa que mantém os cabelos saudáveis e bonitos

Fotos: (c) Newphotoservice | Dreamstime/walter zerla.



POR SILVANIA LEAL, TERAPEUTA CORPORAL

O shiatsu é um tipo de trabalho corporal de massagem japonesa milenar que pode ser aplicada no rosto, colo, pescoço, nuca e na cabeça em geral, inclusive no couro cabeludo. A massagem também é capaz de aliviar problemas como bruxismo e enxaqueca, além de prevenir sequelas e paralisia facial. A técnica no rosto, trabalha na prevenção e no tratamento de rugas e linhas de expressão, e ainda estimula a produção de colágeno e elastina, o que melhora a aparência da pele. Quando feita no couro cabeludo, a massagem relaxa e garante fios muito mais saudáveis. Aqui, com essas quatro dicas da técnica do shiatsu capilar, você manterá fios e couro cabeludo saudáveis e bonitos.

1 Massageie ombros e pescoço para relaxar. Depois, com a ponta dos dedos, ative a circulação de sangue pressionando a cabeça, desde a nuca até a testa, na altura das sobrancelhas. Faça o caminho inverso.



2

Segure algumas mechas com os dedos, bem juntinho do couro cabeludo e dê leves puxões por toda a cabeça, este passo serve para estimular a circulação sanguínea do couro cabeludo. Por consequência você também irá sentir-se muito mais relaxada.



4

Finalize com uma massagem no rosto. Com as pontas dos dedos, pressione levemente do queixo até as têmporas, que é a região das laterais do rosto, bem na altura dos olhos, e permaneça por mais tempo nessa região.



3

Apoie as mãos sobre a cabeça e faça movimentos circulares, sempre pressionando o couro cabeludo como se estivesse querendo soltá-lo do crânio, isto é necessário para a sensação de relaxamento. Repita isso por toda a cabeça.

Espaço Equilíbrio

- * escova
- * relaxamento
- * hidratação
- * colorimetria
- * corte
- * manicure e pedicure
- * tratamento facial
- * depilação
- * drenagem linfática
- * massagem relaxante

Silvania Leal
(Terapeuta Corporal)

De 3ª à Sábado
2642-9951
Atendimento Domiciliar:
9974-2065
silvshiatsu@yahoo.com.br

A ERA BIÔNICA

CELLTOCELL® É O PRINCIPAL ATIVO DA FORMULAÇÃO DO "CREME BIÔNICO", UMA TECNOLOGIA INOVADORA DE RECOLOCAÇÃO BIÔNICA CAPAZ DE AUMENTAR EM 115% A PRODUÇÃO DE COLÁGENO E DE 25% A DE ELASTINA

Prestige

Conceitos futurísticos da Ciência e da Cosmetologia já são realidade. A Pharma Nostra lançou o ativo "CellToCell®" durante o 8º Congresso Internacional Consulfarma, que aconteceu no passado mês em São Paulo. O novo produto chega para revolucionar o tratamento anti-idade por meio de fórmulas personalizadas com potentes e eficazes substâncias de última geração, numa proposta denominada de "Crema Biônico". A Pharma Nostra, distribuidoras de matérias-primas dermocosméticas, nutracêuticas e farmacêutica, detém a exclusividade de distribuição da substância no Brasil.

O ativo tem origem 100% vegetal, extraído da planta *Crocus Chrysanthus* (açafrão). Pelos diversos estudos realizados, ele é considerado

COMO FUNCIONA

CONFORME ENVELHECEMOS, A COMUNICAÇÃO ENTRE OS QUERATINÓCITOS (CÉLULAS DA EPIDERME) E OS FIBROBLASTOS (CÉLULAS DA DERME) SE TORNA CADA VEZ MAIS DEFICIENTE, O QUE PREJUDICA A PRODUÇÃO DAS PROTEÍNAS ESSENCIAIS PARA A ESTRUTURA E JUVENTUDE DA PELE COMO O COLÁGENO, A ELASTINA, E AS DEMAIS DERMOPROTEÍNAS ESTRUTURAIS. A ESTRATÉGIA DE "RECOLOCAÇÃO BIÔNICA" DO NOVO PRODUTO CONSISTE EM RECUPERAR O SISTEMA DE COMUNICAÇÃO CÉLULA A CÉLULA E É INTEIRAMENTE BASEADO EM INGREDIENTES BIOTECNOLÓGICAMENTE DESENVOLVIDOS A PARTIR DA *CROCUS CHRYSANTHUS*, ORIGINAL DO SUL DA EUROPA E DESENVOLVIDO ATRAVÉS DE PESQUISAS DE ÚLTIMA GERAÇÃO REALIZADAS PELO LABORATÓRIO SUIÇO DA CORPORAÇÃO MIBELLE BIOCHEMISTRY.

um potente firmador e rejuvenescedor para a pele, capaz de estimular a comunicação natural intrínseca entre as células da epiderme e derme. Esta comunicação intercelular ativada aumenta a liberação de fatores naturais de crescimento (TGFB), diretamente envolvidos na síntese da matriz extracelular, melhorando as propriedades

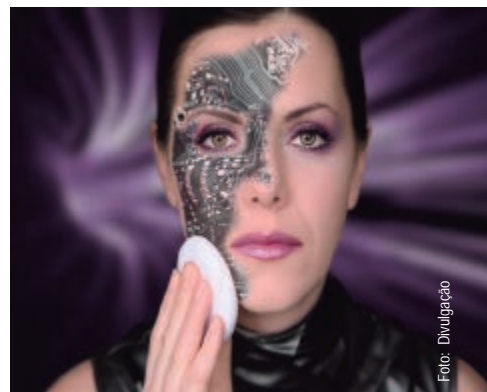
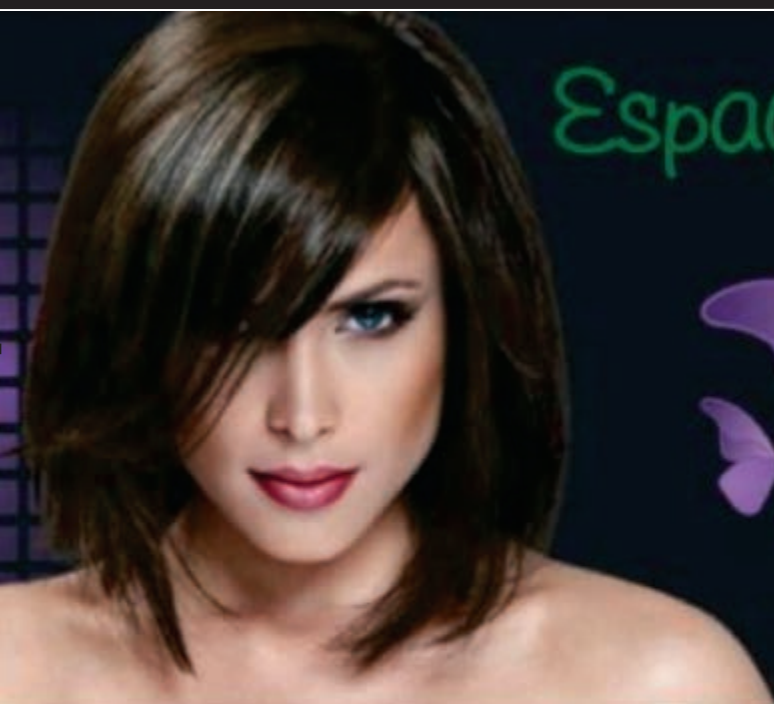


Foto: Divulgação

biomecânicas da pele e restabelecendo o ritmo de produção de colágeno e elastina, que decaem com o passar dos anos.

O "Crema Biônico" foi desenvolvido em parceria com a equipe de Pesquisa e Desenvolvimento Técnico da Consulfarma, e traz o CellToCell® como principal ativo de sua base. "Estudos clínicos relataram resultados promissores com CellToCell®, mostrando que este poderoso ativo pode rejuvenescer a pele, estimular a síntese de fatores de crescimento naturais da matriz cutânea, e assim preservar e melhorar as propriedades biomecânicas da pele, bem como o viço e maciez", completa Dra. Valéria Campos, Dermatologista membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica e da Sociedade Brasileira de Dermatologia.



Espaço Consuelo



Beleza em movimento

Manicure e pedicure - Cabelos feminino e masculino - Micropigmentação (olhos, sobrancelhas e boca)
Designer de sobrancelhas - Depilação - Maquiagem

Massagem relaxante - Tratamento corporal e facial: limpeza profunda da pele - rejuvenescimento
peeling de diamante (clareamento de manchas e rejuvenescimento) - lifting - drenagem facial
endermo - vacuoterapia - bambuterapia - shiatsu - radiofrequência

Av. Oliveira Botelho, 947 - Alto - Teresópolis - RJ

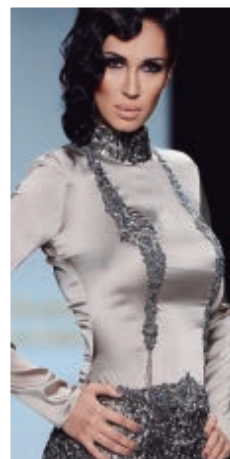
Tel.: (21) 2642-3089 Cel.: (21) 9303-0399



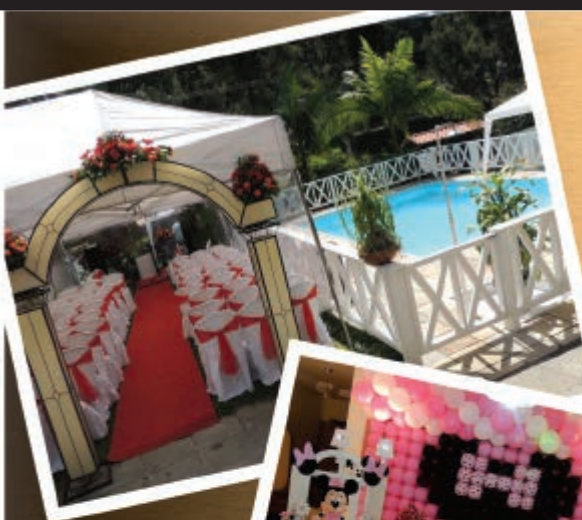
vitrine

TENDÊNCIAS DO MÊS

BORDADOS APLICADOS, TONS FORTES, "OVERSIZED", ESTAMPAS E METALIZADO. É ESSE ESTILO MESMO!



O luxo deste mês são os requintes dos bordados manuais em pedrarias com superfícies cintilantes aplicadas sobre as peças. Se o assunto é inverno, arrase com combinações fortes, ou seja, o que chama a atenção. Abuse das cores verde-esmeralda, azul-petróleo, ouro, prata, magenta, bordô, preto, branco, bege, amarelo forte e azul-noturno. A estampa barroca fica incrível em vestido, blazer ou na blusa. Uma grande aposta nas passarelas é o "oversized", que vem na forma ampla de casaco que combina com vestidos justos ou calça comprida. A alfaiataria com diversas modelagens, principalmente as coloridas e estampadas, permitem inúmeras combinações de look. O metalizado continua em alta nas cores prata, chumbo, azul.



FOCUS
Festas & Eventos
Fabricando Sonhos!



www.focuscasadefestas.com.br
(21) 2742-7770 - (21) 9490-3503
renata_paonessa@hotmail.com

**NAS SUAS VIAGENS
INTERNACIONAIS
LEVE SEU DINHEIRO
COM SEGURANÇA.**

Correspondente Cambial



CORRETORA

Cred. Bacen Nº 1552/1388

TEL.: (21) **2643-1543**



CARTÃO DE DÉBITO INTERNACIONAL

ESTE CARTÃO TRAZ COMODIDADE PARA VOCÊ PAGAR SUAS COMPRAS EM MAIS DE
30 MILHÕES DE ESTABELECIMENTOS NO MUNDO,
E REALIZAR SAQUES DA MOEDA LOCAL (DÓLAR, EURO, ETC.) EM MAIS DE 170 PAÍSES!

CONSULTE NOSSOS SERVIÇOS

- PASSAGENS AÉREAS E EXCURSÕES (nacionais e internacionais) • RESERVA DE HOTÉIS • RECEPTIVO
- SHOWS E TEATROS • PASSAPORTES E VISTOS • CONGRESSOS E CONVENÇÕES • VIAGENS PARA LUA DE MEL
- EXCURSÕES PEDAGÓGICAS • FORMATURAS • EVENTOS • CONSULTORIA DE VIAGEM • CÂMBIO
- ATENDIMENTO CORPORATIVO E PERSONALIZADO (Exclusive)

WWW.VILANOVATURISMO.COM.BR

(21) 2742-5320 (Turismo) / (21) 2643-1543 (Câmbio)

Rua Francisco Sá, 179 - loja 32 A - Galeria Teresópolis - Teresópolis - RJ

@ atendimento@vilanovaturismo.com.br
falecomdiretor@vilanovaturismo.com.br

f /VilanovaCambioeTurismo

RECEBA OS AMIGOS EM CASA

COM ESSAS CINCO
RECEITAS ESPECIAIS

BOLINHO DE
BACALHAU COM
TAPENADE

COSTELINHA DE
PORCO AO MOLHO
BARBECUE

CHILLI

STROGONOFFINHO
DE CHOCOLATE

CRUMBLE DE
FRUTAS AMARELAS



**BOLINHO DE BACALHAU
COM TAPENADE****INGREDIENTES****Massa:**

meia colher (sopa) de azeite
1 cebola ralada
500 g de bacalhau dessalgado e
desfiado
500 g de batata cozida e
espremida
2 sachês de MAGGI® Tempero e
Sabor para Massas, Batatas e
Arroz
3 gemas de ovos
3 colheres (sopa) de salsa picada

Tapenade:

150 g de azeitonas pretas sem
caroço
2 colheres (sopa) de azeite
1 copo de Requeijão Cremoso
NESTLÉ®

MODO DE PREPARO**Massa:**

Em uma panela, aqueça o azeite,
acrescente a cebola e o
bacalhau. Refogue por cerca de 2
minutos. Desligue o fogo e
coloque em um recipiente.
Adicione as batatas espremidas,
o MAGGI Tempero e Sabor, as
gemas e a salsa. Misture bem até
que fique uma massa
homogênea. Com auxílio de duas
colheres (sopa), modele os
bolinhos e coloque em assadeira
grande (22 x 35cm) e leve ao
forno médio-alto (200°C),
preaquecido, por cerca de 30
minutos ou até dourar.

Tapenade:

Em um liquidificador, bata os
ingredientes. Leve à geladeira por
cerca de 30 minutos. Sirva o
bolinho de bacalhau com o molho
de azeitonas.

Rendimento: 60 unidades

**COSTELINHA DE PORCO
AO MOLHO BARBECUE****INGREDIENTES****Molho:**

meia cebola ralada
meia xícara (chá) de vinagre
meia colher (chá) de pimenta
calabresa
2 xícaras (chá) de catchup
3 colheres (chá) de açúcar
mascavo
6 colheres (sopa) de Caldo
Líquido MAGGI® Picanha

Costelinhas:

2 quilos de costelinha de porco
aferventadas

MODO DE PREPARO**Molho:**

Em um recipiente, misture os
ingredientes e reserve.

Costelinhas:

Besunte as costelinhas com o
molho reservado, coloque-as em
uma assadeira grande (40 cm x
29 cm) e cubra com o molho
restante. Cubra com papel-
alumínio e leve ao forno médio
(180°C), preaquecido, por cerca
de 1 hora, virando na metade do
tempo. Retire o papel-alumínio e
deixe por mais 30 minutos ou até
dourar. Sirva.

Rendimento: 8 porções

CHILLI**INGREDIENTES**

2 xícaras (chá) de feijão carioca
2 colheres (sopa) de azeite
2 cebolas picadas
2 dentes de alho amassados
meio quilo de carne moída
meio pimentão verde picado
3 tabletes de MAGGI® Caldo de
Carne
1 caixa de polpa de tomate

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, deixe o feijão
de molho em água por cerca de 2
horas. Escorra a água. Em uma
panela de pressão, aqueça o
azeite e doure a cebola e o alho.
Junte a carne moída e o
pimentão e refogue até a carne
ficar dourada. Acrescente cinco
xícaras (chá) de água fervente, o
feijão, o Caldo MAGGI e a polpa
de tomate e misture bem. Tampe
a panela e cozinhe por cerca de
30 minutos, após iniciar fervura,
em fogo alto. Desligue e espere
sair a pressão. Sirva com tortilhas
de milho.

Rendimento: 20 porções

**STROGONOFFINHO DE
CHOCOLATE****INGREDIENTES**

2 e meia xícaras (chá) de Leite
Líquido NINHO® Integral
2 colheres (sopa) de amido de
milho
4 colheres (sopa) de Chocolate
em Pó DOIS FRADES®
meia xícara (chá) de açúcar
1 tablete de NESTLÉ CLASSIC®
Meio Amargo picado
meia xícara (chá) de nozes (cerca
de 55 g) picadas
1 Creme de Leite NESTLÉ®
Caixinha

MODO DE PREPARO

Em uma panela, junte o Leite
NINHO com o amido de milho, o
Chocolate em Pó DOIS FRADES
e o açúcar. Leve ao fogo baixo e
cozinhe, mexendo sempre, por
cerca de 2 minutos, após iniciar
fervura. Desligue o fogo e deixe
amornar. Misture o Chocolate
NESTLÉ CLASSIC, as nozes e o
Creme de Leite NESTLÉ.
Coloque em pequenas taças e
leve à geladeira por cerca de 2
horas. Sirva com frutas picadas

de sua preferência, espetadas em
miniespetos.

Rendimento: 20 porções

**CRUMBLE DE FRUTAS
AMARELAS****INGREDIENTES**

1 xícara (chá) de NESTLÉ
NESFIT® triturado grosso
2 colheres (sopa) de açúcar
mascavo
3 colheres (sopa) de margarina
light
1 pitada de canela em pó
1 manga grande descascada e
picada
3 pêssegos frescos descascados
e picados

MODO DE PREPARO

Em uma tigela, misture o NESFIT,
o açúcar, a margarina e a canela
em pó até obter uma farofa.
Coloque as frutas em um
recipiente refratário untado com
margarina e cubra-as com a
mistura de NESFIT. Leve ao forno
médio (180°C), preaquecido, por
cerca de 15 minutos. Retire do
forno e sirva.

DICA:

Substitua os pêssegos frescos
por pêssegos em calda.

Rendimento: 4 porções

Receitas: Cozinha Nestlé

Fotos: Sheila Oliveira





COMO MONTAR SUA ADEGA



Foto: Dreamstime.

Montar uma adega em casa ficou bem mais fácil e acessível – financeiramente falando. O mercado dispõe de duas linhas principais: as adegas climatizadas, com preço variando entre R\$320 (capacidade para seis garrafas), a partir de R\$ 3 mil (40 ou 50 frascos) e até R\$ 15 mil (150 a 200 garrafas), e as não refrigeradas, que em geral são projetadas por empresas que trabalham com móveis sob medida, ou com o uso do serviço de um marceneiro. Para o modelo armário um metro de largura com altura do pé direito, e com capacidade para 130 rótulos, por exemplo, o custo pode chegar a R\$18 mil. Agora, se você deseja ainda decorar o ambiente com mesa, cadeiras, taças e utensílios para uso durante a degustação, o custo total da adega gira em torno de R\$30 a R\$45 mil.

Criar um ambiente diferente e charmoso para receber os amigos, aproveitando um cantinho da residência que estava morto e integrá-lo com outros ambientes da casa, isso é sensacional na visão de muitos arquitetos e decoradores. Então vamos ao que interessa. Para montar sua adega, comece primeiro definindo o espaço que será reservado para esse cantinho acolhedor, e o material que será usado para o acabamento. Esse pode ser de madeira [a mais tradicional], em inox, vidro, aço ou em MDF. O importante é que o armário combine com a decoração que você pretende dar ao ambiente. Tenha o cuidado de observar se o local fica longe do sol e de fontes de calor. É possível degustar bons vinhos numa área de até um metro quadrado. Também você deve levar em conta o número de garrafas que deseja armazenar nesse ambiente.



Foto: Dreamstime.

Depois de ter esses detalhes definidos, agora você poderá escolher os vinhos de acordo com seu gosto. Atualmente, o mercado oferece inúmeros rótulos diferentes. Escolha aquele que mais combina com o tipo de alimento que você consome ou com a ocasião que você deseja

desfrutar. Guarde-os em sua nova adega seguindo algumas regras básicas: a garrafa deve ser armazenada na posição horizontal para que a rolha esteja sempre molhada, evitando assim o ressecamento e a entrada de oxigênio. O ideal é manter as adegas entre 13 a 15 graus célsius. Isso porque, se você observar a tabela de temperatura desta página, os vinhos leves, jovens e frisantes devem ser consumidos de 12 a 14 graus célsius. Assim, você consegue manter o ambiente dentro de uma temperatura ideal. Já os vinhos brancos, os espumantes e os roses, devem ser colocados num balde com gelo até que alcancem a temperatura indicada.

Outra dica importante é ter em mãos taças adequadas para degustar os diferentes rótulos de vinhos. Elas têm total influência quando falamos em temperatura e volatilização dos aromas e buquês. Escolher a melhor taça pode parecer tão ou mais complicado como comprar um vinho. Então, qual taça devo escolher? – você deve estar perguntando. A regra básica é a taça ISO (International Standards Organization), que serve para todo tipo de vinho. Por conta de suas características físicas: seu bojo é maior e mais fechada na parte de cima, ajusta o aroma da bebida. Para aqueles que desejam uma maior variedade de taças no seu acervo, sugiro uma taça para os rótulos brancos (de corpo e aba menor), duas para os tintos (Bordeaux e Borgonha) e uma para os espumantes (conhecidas de flûte ou flauta, taça fina). Agora, é só montar sua adega e boa degustação!

ROBSON MATIAS é colunista Dr Magazine.

O SAF oferece o que você procura.



ASSISTENCIAL

www.planosaf.com.br

Agora com mais novidades!



Procure-nos e surpreenda-se com os benefícios que o SAF pode trazer!

Agora com uma nova opção em sepultamento. Informe-se sobre as vantagens da cremação.

SAF FAMILIAR - Oferece ao associado e sua família (dependentes diretos e indiretos), as melhores parcerias, descontos e a tranquilidade nos momentos mais difíceis. Todas as vantagens para facilitar o seu dia-a-dia.

SAF EMPRESARIAL - Criado especialmente para o empresário que deseja garantir a tranquilidade do maior patrimônio da sua empresa: o seu colaborador. O plano possibilita ao empresário, incluir seus colaboradores (plano empresarial individual) ou seus colaboradores e dependentes diretos e indiretos (plano empresarial familiar).

NOVA FRIBURGO

Rua Oliveira Botelho, 64
Centro - Tel.: (22) 2523-2854

TERESÓPOLIS

Av. Feliciano Sodré, 800
Várzea - Tel.: (21) 2643-1463

SÃO JOSÉ DO VALE DO RIO PRETO

Rua Paulo Franco Werneck, 653
Centro - Tel.: (24) 2224-1342

GUAPIMIRIM

Av. Dedo de Deus, 240
Centro - Tel.: (21) 2632-7200



Ensino Superior com Qualidade de Vida!

Administração
Ciência da Computação
Ciências Biológicas
Ciências Contábeis
Direito
Enfermagem
Engenharia Ambiental e Sanitária
Engenharia de Produção
Farmácia
Fisioterapia
Medicina
Medicina Veterinária
Odontologia
Pedagogia

www.unifeso.edu.br

O UNIFESO participa do **FIES** e do **ProUni**

Informe-se: (21) 2641-7006 e vestibular@unifeso.edu.br

