

REVISTA DA

Dezembro de 2017
Edição nº 136

APM

REGIONAL PIRACICABA



Um conto de
Natal: "O Natal do
velho médico"

Mensagem Natalina da
APM Piracicaba: "Em
tempo de Natal..."

A condição
do trabalho
médico!

Nova chapa eleita,
propostas e novos
objetivos para APM
Piracicaba

Feliz Natal
Viva 2018!

*A APM Piracicaba deseja
um excelente final de ano!*

*Nova Diretoria é empossada na APM
Piracicaba, acompanhe a festa no
"ACONTECE"!*



Urgências e Emergências
podem ocorrer dentro do
seu consultório ou clínica.

**Nestas horas,
contar com a Helpmóvel
faz toda a diferença!**

**Planos Exclusivos para
Consultórios e Clínicas.**
Emergência e Urgência
Médica 24 horas!

 **Helpmóvel**
Socorro Médico

www.helpmovel.com.br

Ha mais de
18 anos
Salvando Vidas.

Solicite uma visita sem compromisso.

19 3417 1170 / 3417 1171

Responsável Técnico

César Vanderlei Carmona
CRM: 33028

Plano Coletivo Empresarial | Área Protegida | Cobertura de Eventos | Ambulatório | Plano Familiar

REVISTA DA

APM

REGIONAL PIRACICABA

**EXPEDIENTE****Diretor Executivo da Revista**

Dr. Ricardo Tedeschi Matos

Jornalista e Editora Responsável

Michele Telise (Mtb 56675)

Diagramadora

Juliana Angeli Bosqueiro

Impressão

Gráfica Riopedrense

APM Regional Piracicaba

Av. Centenário, 546 - São Dimas

Piracicaba SP CEP 13416-000

www.apmpiracicaba.com.br

Os artigos, publicidade e conteúdo científico da revista são de responsabilidade de seus autores.

Distribuição Gratuita.

**Presidente:** Ricardo Tedeschi Matos**Vice-presidente:** Maria Inês Onuchic Schultz**Secretário:** Pedro Leandro Zilli Bertolini**Tesoureira:** Marcelo Octavio Fernandes da Silva**Diretor Defesa Profissional:** Ricardo Manzoni**Diretor Cultural e Científico:** Luis Kanhiti Oharomari**Diretor Social:** Ana Lucia Stipp Paterniani**DELEGADOS:**

Osmar Antonio Gaiotto Junior

Antonio Ananias Filho

CONSELHO FISCAL - TITULAR:

Segirson de Freitas Junior

Graziela Roberta Caproni

Evandro Adriani Pessotti

CONSELHO FISCAL SUPLENTE:

Rafael Angelo Tineli

Lydia Helena Fagundes Guimarães

Gobbato

Ary de Camargo Pedroso Junior

Um pedido de final de ano: Vamos participar e fortalecer a APM

Aproveito o período de final de ano para fazer uma provocação a todos os médicos de Piracicaba e região: não perguntem o que a APM pode fazer por vocês, mas sim, o que vocês podem fazer pela APM?

Parafrazeando John F. Kennedy, lendário presidente norte-americano, tal pergunta é pertinente não somente na nossa associação, como também no contexto atual de nossa sociedade, ao substituirmos por exemplo a sigla APM por Brasil!

O comportamento de nossa sociedade beira ao individualismo, até certo ponto ao egoísmo. Algumas pessoas só pensam em participar de instituições, da vida associativa, se forem evidentes as vantagens pessoais ou financeiras que possam conseguir. A escassez de valores faz com que cada vez mais as pessoas olhem apenas para o próprio umbigo.

Não que inexistam vantagens em ser um médico associado da APM. Mas estas ocorrem no contexto geral e não apenas no individual. Uma entidade possui objetivos bem definidos em prol de um grupo ou classe de indivíduos, neste caso, a classe médica!

Ao assumir a liderança desta entidade defini como missão enaltecer e resgatar valores éticos e humanísticos da classe, que devido às múltiplas dificuldades enfrentadas no dia-a-dia, passam despercebidos ou são até mesmo esquecidos.

Ao contribuirmos e participar efetivamente da APM, emitindo opiniões, críticas e comparecendo aos eventos e assembleias, as “vantagens” gradativamente aparecem. Entre elas posso citar o despertar de um senso crítico mais aguçado, o espírito de solidariedade, cooperativismo, sem falar nas qualidades de liderança e criatividade, que podem nos trazer o resgate dos ideais e valores que nos levaram a escolher este sacerdócio.

Ademais, posso citar algumas vantagens econômicas presentes, como os descontos em serviços conveniados (despachantes, escolas, agência de turismo e recentemente seguradoras e assessoria previdenciária, entre outros), os múltiplos eventos científicos, o clube de campo na capital, o clube de benefícios ofertado pela nossa estadual. E, o mais importante: o cultivo dos ideais de união e fortalecimento da classe médica da cidade e região.

Um desafio para todos nós associados seria tentar arregimentar novos sócios ou repatriar aqueles que se desligaram para, assim, aumentar o nosso efetivo de associados da “Casa do Médico”, fortalecendo ainda mais a APM e sua representatividade.

Esta Casa necessita desta participação. Seus eventos podem ter maior adesão, especialmente se ganharem o respaldo do associado, que pode nos ajudar definindo temas, sugerindo atividades, opinando e criticando.

Entendi que este período do ano, quando fazemos balanços e avaliações, seria o ideal para tal reflexão. Espero, do fundo do coração, que ela encontre eco e que as palavras não fiquem guardadas em uma gaveta, mas sejam ouvidas, compreendidas, consideradas.

Por fim quero agradecer por mais um ano ao nosso lado.

Desejo um Natal abençoado, de muita fraternidade e amor em nossos lares. E que o ano vindouro possa ser repleto de realizações, sucesso, metas definidas e, de forma especial, de uma APM ainda mais forte!!

Um grande abraço a todos! Feliz 2018!

Dr. Ricardo Tedeschi Matos
CRM-SP: 91681
Presidente da APM Regional Piracicaba
Delegado Regional do CREMESP
Especialista em Endoscopia Digestiva,
Cirurgia Geral e Médico Legista



Foto Arquivo Pessoal

Natal

A APM Piracicaba deseja um excelente final de ano

Feliz 2018

Cheiro de assado, um delicioso panetone na mesa, árvore de natal com bolas e piscas, as crianças ansiosas para abrir os presentes, enfim chegou mais um natal e para os cristãos é tempo de nascimento, de repensar tudo o que foi feito e começar o ano com a confiança de que tudo vai ficar bem.

Terminamos mais um ano, com muito trabalho junto a APM Piracicaba e temos que agradecer a todos nossos entrevistados do ano de 2017, todo o trabalho da equipe da Revista da APM Piracicaba, Edina, Diógenes, Adriana e demais funcionários da APM, agradecemos também nossa diagramadora Juliana que vem desempenhando um trabalho excelente e competente. Agrademos ao ex-presidente da APM Piracicaba, nosso ex-diretor da revista, Dr. Osmar Gaiotto Jr., por toda a confiança depositada em nós durante todos esses anos frente a revista e já nos antecipamos e agradecemos ao novo Presidente da APM Piracicaba e nosso atual diretor, Dr. Ricardo Tedeschi Matos, por todo empenho que vem demonstrando desde outubro, deste ano, frente a revista. Agradecemos a todos os diretores da antiga chapa da APM Piracicaba pelos trabalhos junto a revista e convidamos aos novos para que sejam ainda mais presentes em textos e sugestões de pautas.

Agradecemos também você, QUERIDO LEITOR, e Associado, que nos deposita total credibilidade e nos acompanhou e acompanha durante esses longos anos, mensalmente em nossa revista da APM Piracicaba, nosso muito obrigado! Convidamos todos vocês, mais uma vez para acompanhar nosso conteúdo sobre saúde, na revista que tem total credibilidade em Piracicaba e região.

Acompanhe nessa edição, o artigo do Dra. Ana Paterniani sobre uma reflexão do Natal. Veja o artigo do Dr. Renato Franço, sobre as condições de trabalho dos médicos, em nosso Movimento Médico. O Dr. Cássio Camilo Almeida de Negri, nos enviou um conto com a história do “velho médico”, não deixe de conferir. A Associação Viva a Vida, nos enviou um release sobre o evento promovido em apoio ao Outubro Rosa, que teve a participação de médicos associados da APM Piracicaba. Na página Medicina em Evidência trouxemos 2 artigos, confira o texto da Profa. Celia Gevartoski sobre empoderamento, tema pertinente e muito comentado nos dias atuais e o artigo da Profa. Sonia Cassano, que aborda sobre a importância de treinar a mente. O Dr. Pedro Leandro Zilli Bertolini, estreia uma nova página em nossa revista, com um texto direto da diretoria da APM Piracicaba trazendo as últimas informações da Associação. Na página informativos, que também estreia na revista, acompanhe o texto da Santa Casa sobre o I Encontro de Prematuros e Familiares.

Finalizo esse editorial desejando a você querido leitor e associado um abençoado natal e um maravilhoso 2018, cheio de paz e transformações, muita saúde e harmonia. Agradecemos aos participantes que nos enviaram textos ou participaram

como entrevistados. Confira todos esses temas e muito mais na revista que é sempre sua! Fique com a gente, você é nosso convidado! Boa leitura! Um brinde PAZ E BEM para 2018!

Foto Arquivo Pessoal



Michele Telise
MTB 56675
jornalmichele@gmail.com
Jornalista e Editora Responsável

Sumário

- 05** | Movimento médico
- 06** | Emporamento
- 09** | Nova chapa eleita, propostas e novos objetivos para APM Piracicaba
- 10** | Em tempo de Natal
- 12** | Mente treinada, competência dobrada
- 14** | APM PIRACICABA apoia 10ª Campanha Anual de Prevenção ao Câncer de Mama
- 16** | O Natal do velho médico
- 18** | Santa Casa promoveu I Encontro de Prematuros e Familiares
- 20** | Acontece
- 22** | Agenda
- 22** | Aniversariantes



A condição do trabalho médico

Há 60 anos, o presidente da república, médico, Juscelino Kubistchek da Fonseca, editava o decreto lei 3268/57 que criava os conselhos de medicina. Desde então, esta autarquia federal tem escrito sua história pautada na defesa da qualidade da assistência médica prestada à população brasileira, em todos os níveis.

Como um dos requisitos básicos, há que se exigir que os médicos também tenham condições adequadas de trabalho, acesso as informações atualizadas, possibilidade de reciclagem a custo baixo, disponibilidade de exames subsidiários em tempo adequado, remuneração justa. Quando nos referimos as condições adequadas, estamos a dizer que não é possível os médicos aceitarem trabalhar em ambientes inóspitos, sem higiene, sem um mínimo de conforto, expostos a toda sorte de violência e agressividade, inclusive física, sem que os gestores dos aparelhos públicos tomem qualquer providência.

Ouvimos destes, por inúmeras vezes, que os médicos não se envolvem com a assistência pública, fazem de seus empregos nos postos de saúde e prontos atendimentos, apenas um emprego, sem vínculo, sem comprometimento. Não cumprem suas escalas de plantão, se ausentam durante seu horário de trabalho. Este “choramingo” encontra razão de ser apenas nas exceções.

A maioria esmagadora dos médicos não se comporta desta maneira. São comprometidos com sua profissão, trabalham com dedicação e amor, com eficiência, superando todos os entraves e adversidades, muito embora não sejam valorizados pelos gestores e até mesmo pela população, que projeta nos médicos e profissionais da saúde lotados na linha de frente, todas as mazelas e carências do sistema público. No sistema privado,

onde há o domínio dos planos de saúde, o médico padece praticamente da mesma doença, tendo que trabalhar diuturnamente para conseguir amealhar algum recurso para fazer frente ao sustento próprio e de sua família. Enquanto isso os planos de saúde se locupletam, enchem suas burras com o suor do trabalho médico precarizado. Utilizam até mesmo do expediente de obrigar os médicos a tornarem-se pessoa jurídica para eximirem-se das custas trabalhistas implicadas nas relações de trabalho. Interferem de todas as formas na autonomia dos médicos impondo-lhes restrições de varias montas a melhor prática médica.

Não bastasse tudo isto, temos que conviver com a invasão desmesurada de outros profissionais que se julgam no direito de executar atos privativos dos médicos. Esquecem que para poder exercer a medicina, os médicos se obrigaram a frequentar mais de oito mil horas de faculdade, estudando em horário integral, sem contar a residência médica, degrau necessário para a formação dos especialistas, por mais quatro ou cinco anos.

Assim, cada vez mais se torna necessário que os conselhos de medicina atuem com muita disposição na regulamentação e fiscalização da atividade médica, especialmente no nosso estado, onde já somos cento e quarenta mil profissionais, praticamente um terço dos quatrocentos e quarenta mil médicos brasileiros. Penso que os conselhos devem estar a serviço da medicina brasileira, o

que equivale dizer, a serviço dos médicos deste país, promovendo a luta de toda a sociedade por uma saúde pública e privada de qualidade, praticada por profissionais reconhecidos e motivados. Entendo que os conselhos não podem abrir mão de sua função judicante. Mas para poder julgar com justiça, é necessário garantir aos médicos a mais ampla condição de trabalho. E esta é uma responsabilidade que, mais do que nunca, nestes sessenta anos de vida, os conselhos de medicina têm para si.



Foto Arquivo Pessoal

Dr. Renato França Filho
CRM 35125
Cirurgião geral e do aparelho digestivo
Vice Presidente do Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo

EMPODERAMENTO

Termo este, tão utilizado atualmente. Mas, que se refere à “Autoestima” tão usada por nós da área da Psicanálise, da Psicologia. Empoderamento é a ação social coletiva de participar de debates que visam potencializar a conscientização civil sobre os direitos civis e sociais. Esta consciência possibilita a aquisição da emancipação individual e também da consciência coletiva necessária para a superação da dependência social e dominação política. Empoderar é um verbo que se refere ao ato de dar ou conceder poder para si próprio ou para outrem. A partir do seu sentido figurado, Empoderar representa a ação de atribuir domínio ou poder sobre determinada situação, condição ou característica. O Ato de Empoderar é considerado uma atitude social que consiste na conscientização dos variados grupos social, principalmente as minorias, sobre a importância do seu posicionamento e visibilidade como meio para lutar por seus direitos. Um dos Atos de Empoderar mais conhecido é o Empoderamento Feminino, ou seja, quando há a conscientização das mulheres de reivindicarem socialmente por igualdades de direito entre os diferentes gêneros humanos. Para se chegar ao Empoderamento, precisamos ter uma Auto Estima alta, muito elevada, muito trabalhada.

Em Psicologia, Autoestima inclui uma avaliação subjetiva que uma pessoa faz de si mesma como sendo intrinsecamente positiva ou negativa em algum grau. A Autoestima envolve tanto crenças autos significante (por exemplo: “eu sou competente ou incompetente”, “eu sou benquisto ou malquisto”) e emoções autos significantes associadas (por exemplo: triunfo e desespero; orgulho e vergonha). Também encontra expressão no Comportamento (por exemplo: assertividade e temeridade; confiança e cautela).

Define-se, segundo William James (1892), o “Si Mesmo” como o conheci-

mento que o indivíduo tem de si próprio, pode-se dividir esse conhecimento em dois componentes distintos: um Descritivo, chamado Autoimagem, e outro Valorativo, que se designa Autoestima. Outros dois termos são muitas vezes usados como sinônimos de Autoestima: Autoconfiança e Autoaceitação. Uma análise mais aprofundada desses termos indica, no entanto, uma sutil diferença de uso: Autoconfiança refere-se quase sempre à competência pessoal e é definida por Potreck-Rose e Jacob (2006) como a convicção que uma pessoa tem de ser capaz de fazer ou realizar alguma coisa, enquanto Autoestima é um termo mais amplo, incluindo, por exemplo, conceitos sobre as próprias qualidades, etc.. Autoaceitação, por outro lado, é um termo ligado ao conceito de “Aceitação Incondicional” da Abordagem Centrada na Pessoa de Carl Rogers e indica uma “Aceitação profunda de si mesmo, das próprias fraquezas e erros”. A Autoestima, a Autoconfiança e a Autoaceitação tendem a estar intimamente ligadas e se influenciam mutuamente.

Na Psicoterapia para Baixa Autoestima, segundo F. Potreck-Rose e G. Jacob (2006) propõem-se uma abordagem baseada no que elas chamam de “Os Quatro Pilares da Autoestima”: 1. Autoaceitação: uma Postura Positiva com Relação a Si Mesmo como Pessoa. Inclui elementos como estar satisfeito e de acordo consigo mesmo, respeito a si próprio, ser “um consigo mesmo” e se sentir em casa no próprio corpo; 2. Autoconfiança: uma Postura Positiva com Relação às Próprias Capacidades e Desempenho. Inclui as convicções de saber e conseguir fazer alguma coisa, de fazê-lo bem, de conseguir alcançar alguma coisa, de suportar as dificuldades e de poder prescindir de algo; 3. Competência Social: é a Experiência de Ser Capaz de Fazer Contatos. Inclui saber lidar com outras pessoas, sentir-se capaz de lidar com situações

difíceis, ter reações flexíveis, conseguir sentir a ressonância social dos próprios atos, saber regular a distância-proximidade com outras pessoas; 4. Rede Social: estar Ligado a uma Rede de Relacionamentos Positivos. Inclui uma Relação Satisfatória com o parceiro e com a família, ter amigos, poder contar com eles e estar à disposição deles, ser importante para outras pessoas. Os dois primeiros pilares representam a Dimensão Intrapessoal da Autoestima, os dois outros, sua própria dimensão interpessoal. O tratamento consiste em diferentes exercícios que têm por fim capacitar a pessoa a realizar cada um desses passos dos diferentes pilares. Mas antes de se começar o trabalho no primeiro pilar, há um trabalho preparatório dedicado à formação do amor-próprio ou cuidado consigo mesmo, em alemão Selbstzuwendung; que se desenvolve em três passos: a) Tornarem-se Atento e Consciente das Próprias Emoções, Sentimentos, Sensações, Necessidades Corporais e Psíquicas; b) Relacionar-se Respeitosa e Amorosamente Consigo Mesmo; c) Cuidar-se de Si. Os Exercícios incluem Técnicas de Relaxamento, Técnicas para lidar com o Crítico Interno e de se Tornar Consciente das Partes Positivas de Si Próprio, e muitas Técnicas de Reestruturação Cognitiva e de Autorreforço, típicas da Terapia Cognitivo-Comportamental.

A ideia de Autoestima varia em função do Paradigma Psicológico que o aborde. Desde o ponto de vista da Psicanálise, a Autoestima está intimamente relacionada com o Desenvolvimento do Ego. Sigmund Freud utilizava a palavra alemã Selbstgefühl, especificando que tem dois significados: Consciência de uma pessoa a Respeito de Si Mesma (sentimento de si), e Vivência do Próprio Valor respeito de um Sistema de Ideais (sentimento de estima de si). Este “sentimento de estima de si” é que Freud descreve como a Autoestima: a) Uma parte

do Sentimento de Si é primária, o resíduo do Narcisismo Infantil; b) Outra parte brota da Onipotência Corroborada pela Experiência (o cumprimento do ideal do eu); c) Uma terça parte da Satisfação da Libido do Objeto. Então: Tudo o que uma Pessoa possui ou atingiu, a cada resto do primitivo sentimento de onipotência corroborado pela experiência, contribui a incrementar o sentimento de si.

Carl Rogers, fundador da Psicologia Humanista, expôs que a raiz dos problemas de muitas pessoas é que se desprezam e se consideram seres sem valor e indignos de ser amados. Na Escola Humanista da Psicologia, desde Rogers, o conceito de Autoestima resume-se no seguinte axioma: “Todo ser humano, sem exceção, pelo mero fato do ser, é digno do respeito incondicional dos demais e de si mesmo; merece estimar-se a si mesmo e que se lhe estime”. Rogers explica que nossa sociedade também nos reconduz com suas condições de valia. À medida que crescemos nossos pais, mestres, familiares e demais só nos dão o que precisamos quando demonstramos que o “merecemos”, mais que porque o preci-

semos. Podemos beber só após encerrar a classe; podemos comer um caramelo só quando termine nosso prato de comida e, o mais importante nos quererá apenas se nos portamos bem. O conseguir de um cuidado positivo sobre “uma condição” é ao que Rogers chama Recompensa Positiva condicionada. Dado que todos nós precisamos de fato esta recompensa, estes condicionantes são muito poderosos e terminamos sendo sujeitos muito determinados não por nossos valores orgânicos ou por nossa tendência atualizante, senão por uma sociedade que não necessariamente toma em conta nossos interesses reais. Um “bom garoto” ou uma “boa garota” não necessariamente é um garoto ou uma garota feliz. À medida que passa o tempo, este condicionamento conduz-nos a sua vez a ter uma Autovalia Positiva Condicionada. Começamos a querer-nos se cumprimos com os padrões que outros nos aplicam, mais que se seguimos nossa atualização dos potenciais individuais. E dado que estes padrões não foram criados tomando em consideração as necessidades individuais, resulta a cada vez mais frequente

o que não possamos com prazer essas exigências e, por tanto, não podemos conseguir um bom nível de Autoestima.

Martin Ross, desenvolve sua concepção da Autoestima, a partir de dois elementos: “as façanhas” e suas “antifaçanhas”. As façanhas são aquelas poses, circunstâncias, méritos, virtudes que lhe dão a oportunidade à pessoa de se sentir orgulhosa de si mesma, e que lhe fornecem prestígio social. A maneira de detectar uma façanha na vida cotidiana é ver se provoca “orgulho” ou desejo de fazer alarde, ou de presumir. Se há alguma situação, alguma parte de tua vida, alguma virtude que te dão vontades de ostentá-la, a exibir, mostrar a teus amigos, então é, sem dúvida, uma “façanha”. As antifaçanhas ao contrário, são aquelas outras situações que provocam que o indivíduo se envergonhe se autodespreze, se sintam menos valiosos, e que lhe tiram também seu prestígio social. Aquelas derrotas, situações, circunstâncias, defeitos, que a uma pessoa lhe provocam desonra, lhe diminuem o ego, e lhe diminuem o respeito de seus pares e sua honra social são “antifaçanhas”. Todo



teria, então, um “Mapa” mental que nos assinala quais são as façanhas e quais são as antifaçanhas e, sobre toda as coisas, onde estamos localizados dentro dali, que Ross chama “O Mapa da Autoestima”. É que diferentes pessoas se encontram em diferentes posições, há circunstâncias que movem a posição neste Mapa da Autoestima.

Abraham Maslow, em sua hierarquia das necessidades humanas, descreve a necessidade de aprecio, que se divide em dois aspetos, o aprecio que se tem um mesmo amor próprio, confiança, perícia, suficiência, etc., e o respeito e estimativa que se recebe de outras pessoas como reconhecimento, aceitação, etc.. A expressão de apreço mais sã, segundo Maslow, é a que se manifesta “no respeito que lhe merecemos a outros, mais que o renome, a celebridade e a adulação”.

Rosenberg, por sua vez, entende à Autoestima como um fenômeno atitudinal criado por forças sociais e culturais. A Autoestima cria-se em um processo de comparação que envolve valores e discrepâncias. O Nível da Autoestima das pessoas relaciona-se com a percepção do sim mesmo em comparação com os valores pessoais. Estes valores fundamentais foram desenvolvidos através do processo de socialização. Na medida em que a distância entre o se mesmo ideal e o se mesmo real é pequena, a Autoestima é maior. Pelo contrário, quanto maior é a distância, menor será a Autoestima, ainda que a pessoa seja vista positivamente por outros.

Nathaniel Branden descreve que todas as pessoas são capazes de desenvolver a Autoestima positiva, ao mesmo tempo em que ninguém apresenta uma Autoestima totalmente sem desenvolver. Quanto mais flexível é a pessoa, tanto melhor resiste todo aquilo que, de outra forma, o faria cair na derrota ou o desespero. De acordo a Branden, a Autoestima tem dois componentes: a) um sentimento de concorrência pessoal; b) um sentimento de valor pessoal. Que refletem tanto seu julgamento implícito de sua capacidade para sobre elevar os reptos da vida bem

como sua crença de que seus interesses, direitos e necessidades são importantes.

Um antecedente ao conceito de Autoestima na Psicologia, o podemos também encontrar no texto de Alfred Adler, quando se refere aos Sentimentos de Inferioridade e Superioridade. Adler afirma que depois de uma pessoa que se sente como se fosse superior, podemos suspeitar que se escondesse um sentimento de inferioridade, que precisa grandes esforços para se ocultar. Os sentimentos de inferioridade podem ser expressos de muitas maneiras, e são comuns a todos, dado que nos achamos em situações que desejamos melhorar. Podemos definir o Complexo de Inferioridade como aquele que aparece em frente a um problema ante o qual o indivíduo não se acha convenientemente preparado, e expresso sua convicção de que é incapaz do resolver. Como os Sentimentos de Inferioridade sempre produzem tensão terá um movimento de compensação para os Sentimentos de Superioridade, mas não estará encaminhado à resolução do problema.

Alguns resultados de estudos recentes focam que Bullying, Violência e Autoestima estão interligadas. Costumava-se presumir que os bullies agiam violentamente em relação aos outros porque sofriam de baixa autoestima (embora nenhum estudo controlado fosse oferecido para dar suporte a esta posição). Estas teorias sugerem que a Teoria da Baixa Autoestima está errada. Mas nenhuma envolve o que os Psicólogos Sociais consideram como a forma mais convincente de evidência: experimentos de laboratório controlados. Em contraste com velhas crenças, pesquisas recentes indicam que os bullies agem do jeito que agem porque sofrem de uma injustificada autoestima “elevada”. Criminosos violentos, frequentemente, se descrevem como superiores aos outros - em especial, como pessoas de elite, que merecem tratamento preferencial. Muitos assassinatos e ataques são cometidos em resposta a golpes contra a autoestima, tais como insultos e humilhação. Para ser mais preciso, muitos perpetradores vivem em

ambientes onde insultos são muito mais ameaçadores do que a opinião que têm de si mesmos. Estima e respeito está ligado ao Status na Hierarquia Social. A mesma conclusão emergiu dos estudos de outra categoria de pessoas violentas. É relatado que membros de Gangues de rua possuem opiniões favoráveis sobre si mesmos e recorrem à violência quando estas avaliações são contestadas. Bullies de playground consideram-se superiores às outras crianças; baixa autoestima é encontrada entre as vítimas dos bullies, não entre os próprios bullies. Grupos violentos têm um sistema de crenças público, que enfatiza sua superioridade sobre os demais.

Portanto, toda teoria sobre autoestima, deve ser utilizada para o

EMPODERAMENTO.



Foto Arquivo Pessoal

Prof. Dra. Celia Gevartoski
CPN 502004. SP
Psicanalista Clínica
Analista Didata
Cognitivista/Comportamenta
Diretora do Núcleo de Formação
da Associação Brasileira de
Psicanálise Contemporânea ABPC.
Coordenadora do Curso de
Formação em Psicanálise;
Comendadora e Doutora,
Premiada pela BRASLIDER em
Excelência & Qualidade, na
Categoria: Profissional do Ano

Nova chapa eleita, propostas e novos objetivos para APM Piracicaba

Nosso trabalho dentro da APM, como na lavoura, não basta ter um solo e uma semente, é necessário muito suor e dedicação para que haja produção e quase nunca é valorizado esse serviço, mas na hora da refeição todos querem seus pratos cheios sem saber como foi produzido todo aquele alimento.

Há muitos anos atrás, alguém resolveu adquirir um pedacinho de terra a qual chamaram de Associação Paulista de Medicina (APM) e nela a cada tijolo assentado era como uma nova semente lançada.

O terreno foi limpo, arado, gradeado e semeado, muitos foram os agricultores durante todos estes anos, cada um que assumia uma participação na diretoria, era um trabalhador que mesmo sabendo que o resultado não aparece de imediato, foram cuidando e regando a cada ano esse solo chamado de CASA DO MÉDICO.

Como o exemplo é a agricultura, então deve ser considerado que a natureza hora é seca de mais, hora chove em excesso, hora faz frio de lascas como fala o piracicabano, quando não faz um calor causticante e quase matando tudo o que foi plantado.

Mas o cuidado de cada diretoria ao seu modo, sempre venceram as intempéries do tempo e mesmo com períodos de maiores colheitas e outras a menor, ainda assim sempre conseguiram manter os campos verdejantes.

A nova diretoria que agora assume, tem o dever não só de proteger o que tão bem foi adubado e irrigado pela diretoria que se despede, mas acompanhando

do a evolução dos tempos, trazer novas tecnologias e novos métodos de trabalho que possam aumentar ainda mais esse patrimônio tão sagrado para os médicos de Piracicaba e também para a própria comunidade já que é uma casa sempre aberta ao nosso povo querido.

Desafios não faltam e é dever mostrar que a confiança depositada no grupo médico que assume o comando da APM para o próximo mandato não será desconsiderada.

Nada será antecipado dos trabalhos que estão para serem apresentados, pois é entendido que cada nova conquista será como um presente para os associados e não tem coisa pior do que ter que desembulhar um pacote já sabendo o que tem em seu interior.

As mangas já estão sendo arregaçadas, mas todo bom trabalho só é corado de êxito quando toda a nossa comunidade trabalha junto e não deixa o peso somente em cima de alguns ombros.

Esta diretoria convida vocês sócios e não sócios que venham trabalhar e acreditar em nossos sonhos e capacidade de produzir, pois podemos fazer a diferença. A CASA do MÉDICO é a nossa APM!



Foto Arquivo Pessoal

**Dr. Pedro Leandro Zilli
Bertolini**
CRMSP 54465
Medicina Legal e Perícias
médicas e Médico do Trabalho
Secretário na APM Piracicaba

EM TEMPO DE NATAL...

“Deixai vir a mim as criancinhas e não as impeçais, porque o reino de Deus é daqueles que se parecem com elas”. (Lucas 18, 16-17)

Natal, para mim, lembra criança... E quando criança esperava pela festa e por toda a magia, que ela trazia! Os presentes, à espera do Papai Noel, o almoço especial, a árvore, o presépio!

Pensei, imprimir o resgate dos meus sonhos bons de criança, ao escrever essa mensagem!

Identifiquei em meus colegas desejos de busca de alguns sonhos da juventude e também do início da carreira médica. Quais sonhos foram realizados? Quais sonhos ainda não foram conquistados, mas anseiam encontrar razões para seu retorno?

A atual diretoria da Casa do Médico tem também alguns desejos e sonhos – levar para nosso espaço, mais colegas e familiares! Os companheiros, os filhos, as crianças para nosso convívio!

Para concretizar esses desejos, sonhamos transformar, esse recinto, em um ambiente de acolhimento – eventos, cursos, excursões, palestras, campanhas assistenciais – atrativos, com o propósito de aumentar a frequência na associação. E que ela seja usufruída não só por nós, os médicos, mas também por toda a comunidade! Identificar os temas de interesse e importância geral para focar as nossas palestras. Promover campanhas de vacinação, campanhas antitabagismo, por exemplo, que possam ser esclarecedoras para a população!

Jesus, o protagonista da festa do Natal, nasceu numa estrebaria e recebeu a visita de amigos, acompanhados de animais. Que lição podemos aprender com essa história?

Encontro, na descrição do nascimento e da vida de Jesus o ensino de virtudes, tão necessárias ao exercício pacífico nos relacionamentos. E nessa, especificamente, Jesus e os grandes mestres nos ensinam sobre a simplicidade! Lição aprendida também com as crianças e com nossos irmãos, os animais. Isso, torna a nossa vida, muito mais gostosa, descomplicada e fácil de viver.

Nessa direção de buscas por valores internos e não por presentes materiais, acredito, para essa celebração de Natal, que a meta central poderia nortear o seguinte propósito: o alcance pela “maturidade espiritual”! Em que consiste essa busca? Na paciente tarefa de aprimoramento como ser humano. Tarefa para construção diária! Tarefa essa, que requisa o aprendizado de muitas habilidades a seguir:

. Aprender a aceitar as incertezas da vida. Dessa forma, os medos convertem-se em aventuras;

. Aprender a identificar o bem nos outros. A partir daí a inveja transforma-se em inspiração;

. Aprender a reconhecer o que não temos controle. Dessa maneira a raiva transmuta-se em tolerância;

. Aprender a aceitar as pessoas como elas são. Com essa apropriação o ódio transforma-se em amor;

. Deixar de ter como meta a mudança dos outros e concentrar-se em mudar a si mesmo;

. Entender que todos estão certos em sua própria perspectiva. Com isso aprender a deixar ir o que já acabou;

. Aprender a não ter expectativas num relacionamento e doar-se pelo bem de se doar;

. Aprender a buscar a paz...

. Parar de querer reconhecimento de sua inteligência e esperar pela aprovação dos outros;

. Deixar de fazer comparação e aceitar-se como é;

. Ser capaz de distinguir entre querer e precisar e deixar ir o querer;

. Parar de anexar felicidade em coisas materiais...



Esse é o grande jogo da vida! Decidi que esse é o presente de Natal que quero! E assim, aprender a jogar esse jogo, na vida de forma a exercitar a busca pela “maturidade espiritual”. Trata-se de um jogo contínuo, que solicita a cada momento cuidado, delicadeza e sensibilidade.

Provavelmente, nunca conseguimos atingir essa maturidade, objetivo final deste jogo! No entanto, a vida nos traz a cada dia, oportunidades para esse crescimento. Essa é a razão de nossa jornada, nesse planeta.

Peço então, como presente de Natal de 2017, a graça de ter um coração puro e simples como o das crianças. São elas, sábias mestras nas lições da alegria e da brincadeira; lições tão essenciais no jogo do viver com maior leveza.

Finalizo, minha mensagem natalina, com a música “Bola de meia, bola de gude”, traduz a sabedoria de buscar os valores necessários para nosso tempo...

“Há um menino, há um moleque morando sempre no meu coração

Toda vez que o adulto balança ele vem pra me dar a mão

... e me fala de coisas bonitas que eu acredito que não deixarão de existir

Amizade, palavra, respeito, caráter, bondade, alegria e amor

Pois não posso, não devo, não quero viver como toda essa gente insiste em viver

E não posso aceitar sossegado qualquer sacanagem ser coisa normal

Bola de meia, bola de gude, o solidão não quer solidão

Toda vez que a tristeza me alcança o menino me dá a mão”.

(Fernando Brant e Milton Nascimento)

FELIZ NATAL A TODOS! COM O MENINO JESUS NO CORAÇÃO!



Foto Arquivo Pessoal

Dra. Ana Lúcia Stipp Paterniani
CRM 60412
Psiquiatra



BOAS FESTAS!

Feliz Natal para você e sua família!
Que 2018 seja próspero e cheio de alegria!

www.intermedici.com.br

INTERMEDICI
PLANOS DIFERENCIADOS DE SAÚDE

Mente treinada, competência dobrada

Certamente você já ouviu falar que a terceira é a melhor idade. Acredita? Além de já fazer parte deste grupo e começar a sentir “o peso dos anos” (em maio de 2018 estarei completando 70 anos), acompanhei pai, mãe, avós, tios, amigos, vizinhos, a lista é grande...

Vivenciei e continuo a vivenciar, bem de perto, as agruras daquilo que se convencionou chamar de “melhor idade”. No dizer de um conhecido, grande intelectual, a “velhice é inexorável”, isto é, implacável, insensível. Eu diria que é avassaladora. Em muitos casos a pessoa deixa de ser o que é, física e mentalmente. É o ônus que pagamos pela longevidade que tanto desejamos... Mas, tudo na vida tem o outro lado da moeda. Vivenciei e continuo a vivenciar, bem de perto, as alegrias e as delícias de viver intensamente a vida e a idade que temos, a partir das pequenas coisas.

É, na terceira idade, este aprendizado se torna mais profícuo e intenso! A escola da vida nos ensina o que diz a canção “amar a beleza da vida e cantar por se ter liberdade... Isto é a felicidade... sem ter amor nesta vida não se é feliz de verdade”.

Amor... Alegria... Valorização... “Ame os outros como você ama a si mesmo”. (Mc12,31)

Você, que faz parte da “Terceira Idade” e está lendo esta revista, certamente faz parte do grupo considerado “idoso independente”. Desta forma você “ainda” é responsável pelas escolhas que faz. Portanto, escolha ser feliz e saudável: VALORIZE-SE em todas as dimensões:

DIMENSÃO FÍSICA: Nosso corpo é um “equipamento” de primeira qualidade! Perfeição é o que não falta!

Foi programado para ter durabilidade. Durabilidade esta que depende de nossa colaboração: nosso corpo é uma máquina que precisa manter-se em movimento. Do contrário, enferruja. Valorize-se praticando atividade física, tendo uma alimentação saudável e ingerindo muita água (especialmente nós da “melhor idade”).

CONSCIENTIZE-SE: todo bem que você fizer ao seu corpo só complementará e fortalecerá seus objetivos mentais, emocionais e espirituais. Lembre-se: seu corpo é obra e templo do criador. É seu instrumento de trabalho e de relacionamento. Ele merece mais, muito mais e depende inteiramente de você! Exercite-se! Leve vigor ao corpo, a mente, ao espírito!

DIMENSÃO MENTAL: A capacidade mental, da mesma forma que a força e a flexibilidade física, pode e deve ser desenvolvida com exercícios. Assim como exercícios físicos ajudam a manter sua forma física, exercícios mentais ajudam a melhorar sua capacidade mental. Apesar de envelhecer, o cérebro continua a possuir capacidade de adaptar-se, desenvolver-se e manter as conexões cerebrais. Pratique neuróbica, movimento e desafie seu cérebro:

1. Complete as equações abaixo.
Exemplo: PB=TPM (Personal Brai-

ner =Treinamento Para a Mente)

7D = 1S

T de 4 F = BS

RJ = CM

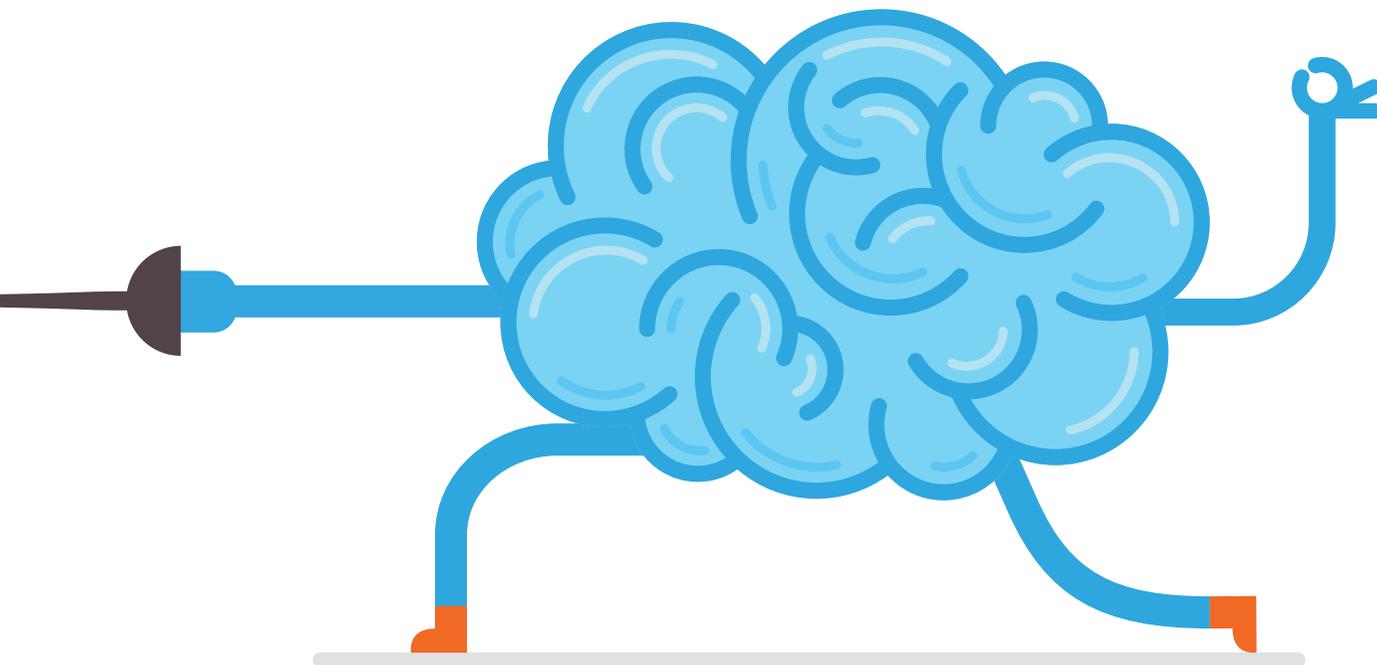
2. Trava Língua: (exercício para a memória/atenção)

“PIU, PIU, PASSARINHEIRO. PASSARINHOS, PIU, PIU. PIAM, PIAM, PASSARINHOS. PIU, PIU, PASSARINHEIRO. PASSARINHEIRO, PASSARINHOS, PASSARINHOS, PASSARINHEIRO.”

3. Diário da Alegria e Gratidão. Adquirir um caderno de caligrafia. Faça dele o seu diário. Registre, diariamente, ao menos uma frase sobre acontecimentos que deixaram você feliz e agradecido (a). Escreva, preferencialmente com a “outra” mão. Se for destro, use a mão esquerda e vice-versa. Sua mente vai lhe agradecer pelo estímulo!

CONSCIENTIZE-SE: você é o que sua mente é. Ela age de acordo com seus pensamentos. O seu inconsciente é como um espelho. Reflete qualquer imagem. Executa as ordens ao pé a letra. É semelhante a um fotocopadora. Responde conforme sua crença em si mesmo (a). Cuide dela. Estimule-a. Evite deixá-la entrar e permanecer na zona de conforto. Cérebro não estimulado, é cérebro desativado. Deteriora mais cedo! Siga o exemplo da Dona Zezé, minha saudosa





amiga, que aos noventa e tantos anos, tinha aulas de informática. Falava com os netos, que estavam no exterior, pelo skipe. Manuseava seu i-pad/tablet de maneira invejável..

DIMENSÃO ESPIRITUAL: O corpo, a mente, o espírito são aspectos inseparáveis de nossa existência. Treine e desenvolva os valores espirituais: paz, alegria, perdão, misericórdia, humildade, caridade, honestidade, bondade, paciência, fé, amor ...

CONSCIENTIZE-SE: Siga o “Manual de Instruções”, que nos foi deixado pelo Mestre dos mestres, que entre outros ensinamentos nos disse “eu vim para que tenham vida, e a tenham em abundância” (Jo 10,10). Vida em abundância significa estar fisicamente em forma, mentalmente alerta, emocionalmente equilibrado, espiritualmente em harmonia com o criador.

A vida é um dom precioso que devemos, em qualquer idade e dimensão,

apreciar e valorizar; cuidar e administrar; desenvolver e conservar. Imprevistos podem acontecer no decorrer da caminhada. No entanto, a nossa parte devemos fazer: nosso corpo, nossa mente e nosso espírito devem trabalhar harmonicamente a nosso favor e desta forma possamos ter vida em plenitude.

Para terminar, cito o professor Hermógenes: “uma casa habitada, na qual os ocupantes zelosamente vivem a fazer reparos, limpezas e pinturas, mantendo-a viva, levará muito tempo até virar ruínas...” Vamos cuidar da “nossa casa”! Lembre-se “mente treinada, competência dobrada”!

*Resultados dos exercícios para o cérebro:
Equações: 7 Dias = 1Semana; Trevo De Quatro Folhas = Boa Sorte; Rio de Janeiro = Cidade Maravilhosa
Teste de memória: no trava língua quantas vezes apareceu à palavra pas-sarinheiro?*



Galeria PHOTO

Prof. Sonia Cassano
Registro do MEC Nº 6236-SP1
Pedagoga
Pós-graduada em Recursos Humanos
Atividades atuais: Cursos e Palestras sobre Atendimento ao Cliente ; Bom Humor e Qualidade de Vida; Idealizadora do Programa “Personal Brainer”: treinamento/capacitação para manter o cérebro ativo e saudável, com muito bom humor

APM PIRACICABA apoia 10ª Campanha Anual de Prevenção ao Câncer de Mama

No ano de 1958, Wilma Godoy de Almeida iniciou em sua casa reuniões informais de um grupo de apoio para mulheres mastectomizadas, seguindo a sugestão de seu esposo para que contasse sua experiência de recuperação de uma cirurgia de câncer de mama nos anos 60, semente do que viria a ser a Associação Viva a Vida.



A Associação Viva a Vida atua desde 23 de maio de 1988 na cidade de Piracicaba como pessoa jurídica de direito privado, sem fins lucrativos, contando hoje com a colaboração de 40 voluntárias. Oferece às mulheres diagnosticadas com câncer de mama ajuda psicológica, reabilitação com fisioterapeutas, assistência jurídica, artesanato, próteses mamárias, cestas básicas, quando necessário, e medicamentos a baixo custo para os sintomas da quimioterapia. A Associação também fornece perucas, próteses de silicone, de chumbinho e de PET (próprias também para uso em piscina) e sutiãs para mulheres mastectomizadas.

O trabalho é feito em um prédio cedido em comodato pela Prefeitura de Piracicaba, na Rua José Pinto de Almeida, 824, Centro. O local estava abandonado e precisava de uma reforma quando, há cerca de 10 anos, a Viva a Vida se comprometeu em reformá-lo com a ajuda de doações e recebeu o direito de usá-lo por 20 anos.

Os recursos para manutenção da Associação são provenientes, principalmente, de um brechó próprio que recebe

doações da população. Outras fontes, além de doações, são bingos e bazares, onde os materiais produzidos durante a terapia ocupacional são vendidos.

Os objetivos são: proporcionar ao público alvo acolhimento, valorização, autoestima e humanização, minimizar o peso da problemática existente e as carências decorrentes de sua fragilidade e incentivar trabalhos em grupo, que ocupem o tempo da paciente de forma agradável, através da terapia ocupacional.

A divulgação da entidade é realizada através de palestras e folhetos distribuídos em creches, escolas, igrejas e grupos de mulheres. As atividades são realizadas visando a prevenção do câncer de mama, a importância de exames médicos periódicos e do autoexame. Além disso, depois da descoberta da doença, atua com orientações no pós-operatório, quanto aos exercícios, postura e direitos das pacientes. A Associação também fornece orientações aos familiares sobre a importância do apoio nesse momento delicado.

Anualmente, a partir de 2007, é realizada a Campanha anual de prevenção

do câncer de mama. Em 2017, a campanha está em sua 10ª edição e contou com exames clínicos e pedidos de mamografias e ultrassons. Foram atendidas 340 mulheres, em dois dias de campanha, por 10 médicos voluntários: Dra. Camila Prandini, Dra. Cristiane Angeli Fonseca, Dr. Francisco Komatsu, Dra. Graziela Caproni, Dr. Geraldo Felipe, Dra. Helena Biscalquin, Dra. Ludmila Aloisi, Dra. Poliana Cordeiro, Dra. Silvana Koren, Dra. Tania Navarro. Foram pedidos 238 mamografias e 66 ultrassons. Também apoiaram a campanha: Raizen, Avon, Secretaria de Saúde de Piracicaba, Associação Paulista de Medicina de Piracicaba, Centrus Poupatempo, Carmelina de Toledo Pizza - contadora de histórias, Odair Alves - reflexologista, Gazeta de Piracicaba e Jornal de Piracicaba.



Foto Arquivo Pessoal

Vera Cruz de Figueiredo dos Santos
Presidente da Associação Viva a Vida

Seguro de Renda por Incapacidade Temporária - SERIT e Seguro de Vida - Seguros Unimed.

A proteção que os profissionais liberais e autônomos precisam para trabalhar com tranquilidade.

Seu trabalho é a conquista diária da sua independência. Mas se, por conta de um acidente ou doença, você precisar se afastar, a Seguros Unimed garante uma indenização enquanto se recupera. O SERIT Modular é um seguro de renda desenvolvido para profissionais liberais e autônomos.



SERIT - Seguro de Renda

O Seguro de Renda por Incapacidade Temporária é destinado a profissionais liberais e autônomos. Em caso de interrupção de atividade profissional por acidente ou doença, o segurado recebe a quantia contratada depositada em conta enquanto se recupera por até 365 dias.



Indenização Especial por Morte Acidental

O Beneficiário conta com pagamento de 100% do capital em caso de morte acidental do titular



Invalidez Permanente Total ou Parcial por Acidente

Pagamento de indenização ao segurado em caso de acidente pessoal que ocasiona invalidez total ou parcial do segurado



Invalidez Permanente por Acidente Majorada

Pagamento de 100% do capital contratado ao segurado em caso de sua invalidez permanente (DEDO POLEGAR, INDICADOR, SURDEZ TOTAL OU UMA DAS VISÕES) conforme estipulado nas condições gerais.



Invalidez Funcional Permanente Total por Doença

Indenização de 100% da cobertura básica ao segurado, decorrente de sua invalidez funcional permanente e total, ocasionada por doença.



Americana: Rua Fortunato Basseto, 233 - Vila Medon
Fone: (19) 3407-6077 - (19) 3407-7340
Piracicaba: Rua Carlos de Campos, 283 - São Judas
Fone: (19) 3435-3392

 (19) 3371-6284

Av. Independência, 841
Bairro Alto - Piracicaba/SP.

Mais que um laboratório, somos seu aliado na saúde.

Presente em Piracicaba e em outras quatro cidades da região,
o Pasteur é referência em exames de análises clínicas.
Oferecemos qualidade, confiança, credibilidade e suporte
total aos nossos clientes.



www.labpasteur.com.br

Unidades em Americana,
Santa Bárbara D'Oeste, Nova Odessa,
Limeira e Piracicaba.

Dr. José Roberto Salvador - Responsável Técnico - CRF-SP 8443

Um valor especial
à sua saúde.



0 Natal do velho médico

Sentado na cadeira de balanço, quase já sem poder andar, estava o doutor aposentado há muito tempo, observando o borboletear de seus pensamentos.

Enquanto as convexidades dos pés da cadeira oscilavam num movimento pendular de vai e vem, ao ranger da madeira ressecada parecia contar o tempo decrescente a cada período completo do vem e vai.

Ali sozinho, no Lar dos Velhinhos, com sua mente clara, não contaminada pelo Alzheimer, estava só, com seus próprios pensamentos.

Quem é que observava seus próprios pensamentos?

Houve época em que ele acreditava ser a própria mente. Agora não mais, pois se sentia aquele que vigiava os pensamentos.

Ali, sozinho, fez a mente voltar ao passado o máximo que conseguiu, quando seu radinho tocou a melodia Noite Feliz, pois era Natal e as lojas faziam propagandas. Voltou aos três, quatro anos de idade, passando esta época feliz em companhia de seu pai, sua mãe e dos dois irmãos mais velhos.

Nesse tempo, lembrou que o mundo para ele se restringia à sua casa e quintal e as pessoas apenas aos quatro próximos e alguns tios, avós e primos.

Depois, maior, seu mundo se ampliou para sua rua e as pessoas ao seu redor, aumentaram para os amiguinhos de folguedos. Entrou para a escola e seu espaço cresceu, assim como cresceram o número de pessoas ao seu redor, na presença dos colegas e professores.

Aprendeu muitas coisas, pois sabia ler, fazer contas e a voz do silêncio dos livros começou a contar-lhe coisas maravilhosas e sua mente foi se enchendo de conhecimento.

Nessa época de criança, os anos passavam muito devagar, lembrou como demorava para chegar o Natal, que era a época do ano que mais gostava, porque ganhava presentes, mas tinha também um mistério de não sei o que, o qual o atraía muito além dos presentes.

Adorava armar o presépio e essa magia o deixava cheio de felicidade, mas passageira, porque logo após, quando via aquelas propagandas do ano velho que findava, na figura de um velhinho barbudo que dava adeus, e um bebê acenando, representando o ano novo, sentia-se triste e já pensava no próximo Natal.

Seus pensamentos avançaram mais no tempo congelado, guardado nas estantes de sua mente.

Foi para a prateleira da juventude quando começou a namorar, aumentando ainda mais as pessoas ao seu redor.

O vestibular, a entrada triunfante na faculdade de medicina, e mais pessoas e conhecimento foram sendo adicionados em sua vida.

Achava-se eterno, cheio de conhecimento e o conquistador do mundo. Casou-se, os filhos vieram, a formatura, os pacientes, quantas pessoas dele dependiam. Eram tantas que já nem tinha tempo para quase nada.

Agora o tempo andava rápido, corria, voava, os Natais passavam rapidamente, quase sem serem notados.

Um dia, ao olhar no espelho, percebeu que já não era mais aquele que havia sido. Os cabelos platinando, as rugas, e os Natais, passando rápido...

Lutou contra o relógio, tingiu os cabelos, nem sua esposa gostou, pois o arado do tempo continuou a abrir mais e mais sulcos em seu rosto.

Na estante de sua mente, os livros do conhecimento foram ficando ultrapassa-

dos, as folhas se perdendo, comidas pelas traças da evolução da ciência.

Adicionou novas páginas que logo já não serviam para nada.

Os filhos já adultos, voaram para longe do ninho, foi quando encontrou o verdadeiro entendimento do livro “O Profeta” de Gibran Khalil Gibran que lera na juventude, e dizia:- “...vossos filhos não são vossos filhos... vós sois apenas os arcos dos quais vossos filhos são arremessados como flechas...”.

Percebeu então, que ao seu redor, o número de pessoas diminuía, alguns queridos, por partirem para a eternidade (o que seria a eternidade?) outros apenas por não terem nele mais nenhum interesse.

Por uns anos, recebeu uma trégua, a vida como se revigorara quando ganhou netos, mas também, como as flechas dos filhos, estas foram arremessadas para diversos alvos longínquos.

Foi ficando só, apenas ele e sua cara metade, até que ela resolveu penetrar nas brumas do desconhecido.

Que saudades do dia em que as crianças derrubaram o seu relógio cuco de estimação e o fizeram em mil pedaços... ficou bravo naquele momento, mas hoje daria mil cucos para que aquele dia voltasse...

Paulo, o enfermeiro do lar dos velhinhos, veio lhe trazer um pedaço de panetone, e como logo saiu, pois tinha outros idosos para cuidar, não fechou a estante de sua mente e agora, seus pensamentos voavam alto com a segurança e placidez do voo da águia.

Encontrou o entendimento real do que já sabia desde jovem, das aulas de filosofia (naquela época se aprendia filosofia) quando leu Sócrates: - “ só sei que nada sei...”

Lembrou-se da sabedoria do ditado popular de sua época de jovem, quando existiam bondes: - “Tudo é passageiro, menos o cobrador e o motorista”.

Lembrou-se, embalado pela melodia Noite Feliz, que Natal significa nascimento, daí o termo médico pré-natal.

Ali, sentado na cadeira de balanço, sozinho, sem nenhum parente, convencido de que nada sabia, o corpo sem poder ser dominado, pois até usava fraldas, percebeu-se. Não era o corpo físico, nem

mesmo sua mente pensante, pois conseguia observar seus pensamentos e foi quando descobriu que havia encontrado aquele “não sei o que” sentido nas épocas do Natal: Ele mesmo, que estava escondido dentro do seu corpo físico e de sua mente!

E naquela sua noite de Natal, deixou o útero de seu corpo e de sua mente e nasceu para a Vida Real.

É Natal.



Foto Arquivo Pessoal

**Dr. Cássio Camilo Almeida
de Negri**
CRM 38069
Diagnóstico por Imagem

FALE SICOOB UNIMAIS: 0800 777 1136
sicoobunimais.com.br
f /sicoobunimais

POUPANÇA SICOOB

Sonhar, poupar, realizar.
Você pode começar agora.

Deposite seu dinheiro na Poupança Sicoob e dê um descanso para o seu porquinho. A Poupança Sicoob é o lugar certo para seu dinheiro ficar seguro e sempre rendendo para você.

#liberte seu porquinho

Faça parte.

SICOOB
UniMais

**POUPANÇA
PROGRAMADA**
Cuide do futuro
poupanando um
pouco todo mês.



Santa Casa promoveu I Encontro de Prematuros e Familiares

Encontro vai promover a integração entre equipe multiprofissional, familiares e crianças que passaram pela Unidade

Para reverenciar o Novembro Roxo, mês da prematuridade, a Santa Casa de Piracicaba promoveu o I Encontro de Prematuros e Familiares. O evento, organizado em parceria com a Sociedade de Pediatria de São Paulo - Regional Piracicaba, começou às 14 horas da quinta-feira de 16 de novembro e prosseguiu até dia 17, a partir das 19 horas no salão de convenções, no dia 18, aconteceu das 9 às 12 horas, na área de lazer do Hospital.

“Temos a confirmação de presença de 22 bebês que nasceram na Instituição e precisaram utilizar os recursos disponíveis na unidade para sobreviver”, disse a enfermeira Maiby Marocco Parazzi, coordenadora da Unidade. Ela ressaltou que a proposta do Encontro foi promover a integração entre equipe multiprofissional, familiares e crianças que passaram pela Unidade. “Os laços que nos unem são muito fortes e rever essas crianças saudáveis, dando continuidade à vida, nos dá força para continuarmos nos aperfeiçoando para garantir uma assistência cada vez mais moderna, resolutiva e humanizada”, disse.

Na programação, aconteceu a palestra com a médica especialista em Pediatria e Neonatologia, Suzana Jagle, que apresentou “Uma visão atual da UTI Neonatal no atendimento ao prematuro”; na sequência, “Apresentação do projeto polvo na UTI Neonatal da Santa Casa” pela enfermeira Maiby Parazzi. No dia 17 aconteceu, a “Evolução do prematuro após a alta hospitalar”, tema da palestra do médico neuropediatra, geneticista clínico e acupunturista, Caio Cesar Benetti Filho. No encerramento de sábado, foi oferecido o encontro de confraternização com pais e crianças que permaneceram na UTI Neonatal da Instituição.

O médico neonatologista responsável pela Unidade, Antonio Ananias Filho, revelou que a UTI Neonatal da Santa Casa foi implantada em fevereiro de 1995 com o objetivo de atender às necessidades de Piracicaba e região, que não dispunham de uma unidade de terapia intensiva para o atendimento de recém-nascidos prematuros e patológicos. “A unidade, que começou a funcionar com seis leitos, hoje tem 14 leitos e mobiliza uma equipe de

40 profissionais que se revezam na assistência a recém-nascidos que apresentam quadros clínicos de média e alta complexidades”, explica.

Segundo ele, todos os meses, a Unidade atende cerca de 20 recém-nascidos prematuros e patológicos que permanecem em média 13 dias internados, o que representa uma taxa de ocupação superior a 80%. “São crianças de zero a 28 dias de vida que podem apresentar prematuridade, extremo baixo peso, desconforto respiratório, síndrome de aspiração de mecônio, anóxia neonatal e hipoglicemia, entre outras complicações”, esclarece, lembrando que a internação hospitalar do bebê prematuro pode ser de até três meses ou mais.

Para isso, a Unidade dispõe de além de monitores de oximetria, ventiladores mecânicos, monitores cardíacos, incubadoras, berços aquecidos e bombas de infusão medicamentosa, entre outros diversos equipamentos necessários ao suporte de vida às crianças.

RECEBA O RESULTADO DE SEUS EXAMES IMUNOLÓGICOS E HORMONAIS NO MESMO DIA

HFC LAB, o laboratório do Hospital dos Fornecedores de Cana de Piracicaba.

MAIS UM SERVIÇO DE QUEM VOCÊ JÁ CONFIA!

Horário de Atendimento:
2ª à 6ª das 6:00 às 16:00 horas
Sábado: das 6:00 às 12:00 horas

Rua Rafael Aloisi, 51 • Vila Rezende • Piracicaba • SP
(19) 3403-2884 • laboratorio@hfc.com.br
www.hfc.com.br

Responsável Técnico: Veridiana Aparecida Andrioni Ricobello – CRBM n° 18.605

HFC LAB
Laboratório de Análises Clínicas
Hospital dos Fornecedores de Cana de Piracicaba

Seja um cliente Drogal Mais

Cadastre-se gratuitamente em uma de nossas filiais e aproveite todas as vantagens de ser um cliente Drogal Mais



Drogal mais

Para saber mais, converse com nossos atendentes ou acesse: drogal.com.br/drogalmis

Cerimônia de Posse da Nova Diretoria da APM Piracicaba





* Fotos por Michele Telise

Assembleia de Delegados da APM SP e Posse da nova Diretoria da APM SP.



Dr. Ricardo Tedeschi Matos (presidente da APM Piracicaba), Dr José Luiz Gomes do Amaral (presidente empossado da APM SP), Dr Antônio Ananias, Dr Osmar Antônio Gaiotto Jr (delegados eleitos da APM Piracicaba)

09/11 - Reunião de Diretoria APM - Gestão 2017 - 2020



APM PIRACICABA apoia 10ª Campanha Anual de Prevenção ao Câncer de Mama



AGENDA APM

PIRACICABA

Eventos
*científico / cultural / social

III Jornada de Piracicaba

02 – sábado – 08h00 Inscrições no local
Perícias – Dúvidas e Atuação Ética do Médico Perito

Curso Pos Graduação em Saúde Mental

02 – sábados 08h00
05 – terças – 18h30
CEFAS – Centro de Formação e Assistência à Saúde

Planejamento Familiar

04 – segunda – 17h30
UNIMED Piracicaba

Reunião Diretoria APM Piracicaba

14/12 – quinta – 20h00

PERÍODO DE RECESSO DA APM PIRACICABA – 20/12/2017 À 07/01/2018

**As programações estão sujeitas a alterações*

ANIVERSARIANTES DE DEZEMBRO

Dia 01

DR. MARCELO RODRIGUES VIANNA
DRA. GRAZIELA ROBERTA CAPRONI

Dia 02

DR. MARCELO REGINATO

Dia 06

DR. EDUARDO BALDASSARI REBEIS
DR. PAULO HUMBERTO REMONDI

Dia 07

DR. MANOEL GOMES TROIA
DR. ROBERTO DE CAMPOS

Dia 09

DR. RICARDO FONSECA RIBEIRO

Dia 11

DRA. CERES REGINA DOMINGUES FRANCO
DR. HELIO GOULART DOS SANTOS
DR. FERNANDO MEDINA DA CUNHA
DRA. SISSI ZILLI BERTOLINI

Dia 12

DRA. RITA DE CASSIA MIORI PITTA

ROSSINI

DRA. MARTA LUCIA BRANDI

Dia 13

DRA. LUZIA HELENA NIGRO PEDROSO

Dia 14

DR. GUSTAVO DE MENDONÇA BORGES

Dia 16

DR. SERGIO J. DIAS PACHECO
DR. RAUL JOSÉ PÁDUA SARTINI

Dia 17

DR. ÁLVARO MANOEL ANTUNES
DR. LUIS GUSTAVO ABDALLA

Dia 18

DRA. ANA PAULA C. TEIXEIRA AMALFI

Dia 19

DRA. ASTRID GIORGIA MARCHINI
ZANATTA

Dia 20

DR. EDUARDO ZUCCHI

Dia 23

DR. GERALDO JOSÉ FELIPE

DRA. KÁTIA CRISTINA FITAS LOUREIRO

Dia 25

DR. CARLOS CONSOLMAGNO
DRA. MARIA INÊS ONUCHIC SHULTZ

Dia 26

DRA. MARCIA G. C. DA C. E. D. PACHECO
DR. REGINALDO PARREIRA SOARES

Dia 27

DR. JOAQUIM FERNANDO ALMEIDA

Dia 29

DR. MATEUS AMALFI NETTO
DR. DAIR BICUDO PIAI
DR. JOSÉ RUBENS MACRUZ DA SILVA

Dia 30

DR. AMADEU CARVALHO JUNIOR
DR. JOSÉ RICARDO FERREIRA SCUDELER
DR. RUBEN FERNANDO MENACHO VARGAS

DRA. ANDRÉA ALVES PEREIRA

Dia 31

DR. ARRIGO NANI RINALDI FILHO



Prof. Dr. Angelo Stefano Secco Cro 538890
Dra. Cristiane Gomes de Oliveira Secco Cro 55040

Av. Saldanha
Marinho, 1071
Cidade Jardim,

Piracicaba

Fones:

3434 0444

3433 2474

WhatsApp:

997842255

Odontologia Pós-Graduada

CERÂMICAS VÍTREAS DE ALTA RESISTÊNCIA SUBSTITUEM O AMÁLGAMA

PROF. DR. ANGELO STEFANO SECCO

As cerâmicas de alta resistência, associadas às novas técnicas de adesão a estrutura dental tem permitido ao cirurgião dentista realizar a substituição dos amálgamas antigos por restaurações novas extremamente resistentes e estéticas.

O amálgama para restauração dental tem uma história de mais de 150 anos. Ele é uma liga de metais que contém mercúrio, um metal pesado, tóxico para o organismo, que pode comprometer os sistemas vitais.

A Associação Dentária Americana tem apoiado ações que limitam o uso do amálgama. O uso desta liga tem diminuído também devido à melhora da saúde bucal com a diminuição da cárie e ao desenvolvimento de materiais e técnicas que possibilitam restaurar os dentes posteriores atendendo as necessidades estéticas e funcional dos pacientes com excelentes resultados.



Restaurações em amálgama

O parlamento Europeu em 2007 estabeleceu uma comissão que recomendou a restrição do uso do amálgama dental com base em evidências científicas, análise de risco à saúde e ao meio-ambiente. Em 2011 publicou um documento que reforçou a posição da Europa em eliminar o uso do amálgama dental. O fabricante de uma das marcas de amálgama dental mais conhecida no mundo, deixou de produzir o produto a mais de 20 anos. No entanto, o amálgama ainda encontra-se presente em muitos países como uma alternativa socioeconômica.



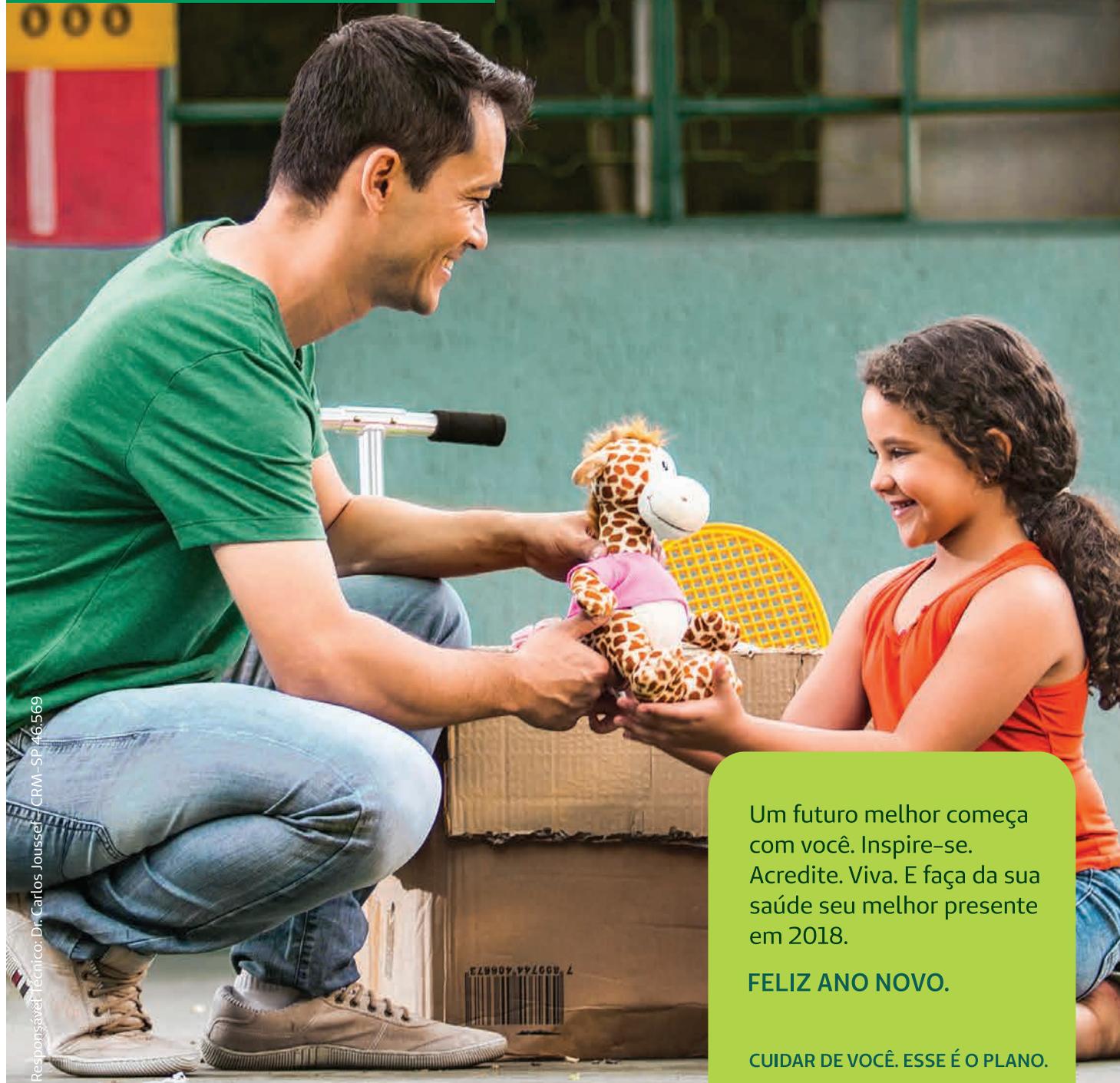
“Você nunca estará completamente vestida sem um sorriso perfeito”.

Harry Connick Jr.



Quem tem estes metais nos dentes agora pode eliminá-los com segurança .

Nesse ano novo,
vista-se de esperança.



Responsável Técnico: Dr. Carlos Joussef - CRM-SP 46.569

ANS - nº 31572-9

Um futuro melhor começa
com você. Inspire-se.
Acredite. Viva. E faça da sua
saúde seu melhor presente
em 2018.

FELIZ ANO NOVO.

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

Unimed 
Piracicaba