

QUERER É PODER

Firme no propósito de ficar bem longe do cigarro, Renata Sorrah acredita que nada é capaz de superar quem tem força de vontade e, principalmente, desejo de deixar o vício. Tempos atrás, a atriz percebeu que estava rouca para interpretar o papel de Medéia, em uma peça de teatro, e decidiu não fumar mais. E conseguiu. Ficou um ano e meio – exatamente a temporada da peça – distante do cigarro. “Mas, na última apresentação da peça, pedi um cigarro à camareira e acabei voltando a fumar. Por isso, para se manter longe do vício, tem que ser vigilante o tempo todo”, recomenda a atriz.

“Vencer o cigarro é ter mais auto-estima, gostar mais de mim e fazer uma aposta na saúde!”

Se Renata já viveu tantos personagens, capazes de dar a volta por cima na ficção, como a vida imita a arte, mais uma vez, decidiu tentar apagar a idéia do cigarro. “Um dia me dei conta de que fumar não combina comigo. Eu gosto de natureza, de coisas boas para o organismo. Aí, decidi, então, procurar tratamento profissional”, revela. Renata passou a se tratar com uma pneumologista e com uma psiquiatra, para que pudesse contar com apoio emocional em sua decisão. E não se arrependeu.

No tratamento que faz, a atriz conta que não usa adesivos ou outros métodos para deixar de fumar. Contou e conta com muito apoio psicológico. “Conversei muito para largar o cigarro. A psiquiatra, às vezes, lança mão de remédios para controlar a minha ansiedade. Mas tudo é melhor do que voltar a fumar”, afirma.

Entusiasmada em ver sua pele ganhar tom mais saudável e seu fôlego aumentar nas caminhadas diárias no Jardim Botânico do Rio, bairro onde mora, Renata se fortalece para eliminar o cigarro. “Logo que a gente pára de fumar, sente que ganha em saúde, e isso é motivador. O mais difícil mesmo são os primeiros dias, mas também é possível superar isso, quando estamos determinados”, conta.

Depois de sua mais recente novela, *Duas Caras*, exibida na Rede Globo, em que interpretou Célia Mara, a atriz estuda a possibilidade de encenar uma peça, um drama, ainda este ano. Certeza mesmo só uma: a de que tudo é melhor sem o cigarro. “Não fumo mais, mas encaro que estou sempre em uma batalha. Vencer o cigarro é ter mais auto-estima, gostar mais de mim e fazer uma aposta na saúde!”, finaliza. |



internas

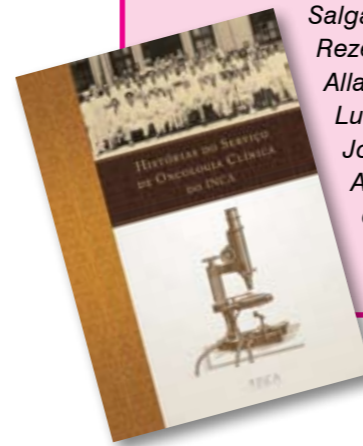
TABAGISMO PASSIVO CUSTA CARO

O cigarro faz mal até para a saúde financeira do país. É o que comprovam os dados do trabalho *Impacto do Custo de Doenças Relacionadas com o Tabagismo Passivo no Brasil*, divulgados pelo Instituto Nacional de Câncer (INCA) durante o Seminário Rede Ibero-Americana de Controle do Tabagismo (RIACT), em outubro, no Rio de Janeiro. O Sistema Único de Saúde (SUS) gasta anualmente, pelo menos, R\$ 19,15 milhões com o tratamento dos 2.655 não-fumantes que morrem por ano no Brasil em consequência de doenças provocadas pelo tabagismo passivo. O estudo foi encomendado à Coordenação de Programas de Pós-Graduação de Engenharia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (Coppe/UFRJ) e financiado pelo Projeto Iniciativa Bloomberg Brasil. Foram avaliados os gastos com as três principais causas de adoecimento em decorrência do tabagismo passivo em pessoas acima de 35 anos: doenças isquêmicas do coração, acidente vascular cerebral e câncer de pulmão. “Cerca de 64% dos gastos são com diagnóstico, tratamento e remédios para as vítimas de infarto do miocárdio e angina”, revelou o professor Alberto José de Araújo, responsável pelo estudo. O impacto dessas mortes evitáveis no pagamento de pensões ou benefícios pelo Instituto Nacional de Previdência Social é de R\$ 18 milhões.



MEMÓRIA DA ONCOLOGIA CLÍNICA

O livro *Histórias do Serviço de Oncologia Clínica do INCA*, que resgata a história desse serviço no INCA, foi lançado na sede do Instituto, em setembro, com a presença do secretário municipal de Saúde e ex-diretor-geral do Instituto, Jacob Kligerman. O trabalho, coordenado pelo médico Roberto Gil, foi concluído depois de quatro meses de gravações de depoimentos com médicos que passaram pela instituição, como Lena Bulcão, José Carlos do Valle, Gilberto Salgado, Magda Rezende, Sérgio Allan, Plínio Lucena e Carlos José Coelho de Andrade, além do próprio Roberto Gil.



PELA QUALIDADE DA MAMOGRAFIA

Os resultados do Projeto Piloto de Garantia de Qualidade em Mamografia foram anunciados pelo Instituto Nacional de Câncer (INCA), no dia 24 de novembro. O trabalho, realizado pelo INCA em parceria com o Colégio Brasileiro de Radiologia (CBR) e a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), teve apoio financeiro do Instituto Avon. Foram avaliados 53 serviços de mamografia em quatro estados – Rio Grande do Sul, Minas Gerais, Goiás e Paraíba. De acordo com os resultados, aspectos da infra-estrutura, dosagem de irradiação e qualidade da imagem ainda precisam ser aprimorados em muitos serviços para alcançar um padrão de excelência em qualidade no serviço de mamografia. Representantes das vigilâncias sanitárias dos estados que integraram o programa receberam um kit de equipamentos de avaliação da qualidade das várias etapas que compõem a realização do exame.



ATENDIMENTO HUMANIZADO



O Hospital do Câncer II (HC II) ganhou, em outubro, um ambulatório em conformidade com o conceito de humanização. Possui agora mais 12 consultórios, totalizando 22, além de espaços para atendimento de

fisioterapia e psicologia, vestiários e banheiros. Nos novos ambientes, os destaques são a cor verde, considerada calmante, presente em paredes, portas e cortinas, e a iluminação mais suave. As novas instalações foram inauguradas com a presença do ministro da Saúde, José Gomes Temporão; do diretor-geral do INCA, Luiz Antonio Santini; da assessora da direção para o Projeto de Humanização, Liliâne Penello; e do diretor do HC II, Reinaldo Rondinelli. De acordo com Santini, além de aumentar a capacidade ambulatorial, os novos ambientes do prédio principal, de sete andares, proporcionam conforto e privacidade para pacientes e profissionais de saúde. O Hospital do Câncer II realiza por ano, em média, 2.500 internações e 36 mil consultas médicas.

BRASIL SAI NA FRENTE EM INQUÉRITO GLOBAL

O Instituto Nacional de Câncer recebeu, no dia 13 de novembro, uma missão internacional responsável pela coordenação do Inquérito Global de Tabagismo em Adultos, do qual o Brasil faz parte. Estiveram presentes membros da Organização Mundial da Saúde, do Centro de Prevenção e Controle de Doenças dos Estados Unidos e da Iniciativa Bloomberg Global para Redução do Uso do Tabaco. Os técnicos acompanharam o andamento da realização da pesquisa no Brasil, que foi o primeiro país a aplicar os questionários na população. O inquérito está sendo realizado junto com o suplemento de Saúde da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios, PNAD, do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, IBGE.

Além do Brasil, a pesquisa também será aplicada em Bangladesh, China, Egito, Índia, Indonésia, México, Paquistão, Filipinas, Polônia, Rússia, Tailândia, Turquia, Ucrânia, Uruguai e Vietnã. O Brasil foi ainda o primeiro país a incluir esse inquérito dentro de um sistema regular de vigilância e deverá realizá-lo a cada cinco anos para avaliar a evolução do tabagismo no país. Neste ano, Iniciativa Bloomberg Global para Redução do Uso do Tabaco contribuiu com R\$ 2,7 milhões para realização da pesquisa e o Ministério da Saúde arcou com R\$ 2,1 milhões.



ENCONTRO DEBATE AÇÕES PARA SAÚDE DA MULHER



Com o objetivo de avaliar as ações de controle do câncer da mama e do colo do útero e construir um plano de trabalho conjunto para 2009, o Instituto Nacional de Câncer, INCA, realizou um encontro com representantes do Ministério da Saúde, das Secretarias Estaduais de Saúde e da sociedade civil. O evento aconteceu no Rio de Janeiro, de 2 a 5 de dezembro. O controle desses dois tipos de câncer, mais frequentes entre as mulheres, é prioridade do Pacto pela Vida, compromisso assumido pelas três esferas de governo em 2006. O encontro abordou temas estratégicos na organização do rastreamento dos cânceres do colo do útero e da mama, como o planejamento dos serviços de saúde e a qualidade dos métodos de diagnóstico. Os sistemas de informação utilizados pelos gestores e o monitoramento dos indicadores de controle também foram temas de discussão. Por ano, são diagnosticados aproximadamente 50 mil novos casos de câncer de mama e 19 mil de colo do útero. Esses são os tipos de câncer mais frequentes entre as mulheres brasileiras, excetuando-se o câncer de pele não-melanoma.



Quem contribui para o controle do câncer pode fazer o mesmo com a dengue.

Mobilize-se. Esta luta é de todos nós.

A dengue, assim como o câncer, é um dos grandes desafios que o Brasil enfrenta na área de saúde. Mas com o trabalho conjunto entre os governos federal, estaduais e municipais é possível controlar a dengue. E você também pode ajudar. Organize mutirões e converse com a sua família, amigos e vizinhos. A mobilização social é determinante para o sucesso no combate à dengue.

www.combatadengue.com.br