

## O NOVO IPEPÊ – MAIS UM CANAL DE COMUNICAÇÃO NO IPPMG

# PALAVRA DO DIRETOR

Novembro indo embora, Dezembro chegando. Ano encerrando, é o momento de reavaliar 2016. Muitos pontos positivos e outros tantos negativos. Um ano conturbado e agitado nos cenários político e econômico e o IPPMG não ficou imune aos efeitos, mas com muito trabalho, toda a comunidade soube driblar essas dificuldades e de forma grandiosa manter o padrão IPPMG, fazendo valer a nossa UFRJ. É hora de planejar 2017, estabelecer prioridades, dentro de perspectivas sombrias, porém otimistas sempre.

Reforço a participação de todos no dia 14/12, no evento de confraternização do fechamento do ano de 2016, resgatando o evento tradicional "show prata da casa", além de outras surpresas. Não deixem de participar. Aproveito também para agradecer a parceria do SINTUFRJ, para que o jornal "O IPEPÊ" volte a circular, melhorando a comunicação interna do nosso Instituto.

Boa leitura para todos!



## Atendimento psicológico gratuito a estudantes da UFRJ é ampliado

Nos últimos anos, a demanda dos estudantes da UFRJ por atendimento psicológico tem aumentado. Respondendo a essa tendência, a oferta de psicoterapia regular será ampliada a partir de agora para mais 32 estudantes que estavam na fila de espera do serviço, oferecido em conjunto pela Divisão de Psicologia Aplicada (DPA) do Instituto de Psicologia e pela Divisão de Saúde do Estudante (Disae) da Superest.

Ana Maria de Mendonça, diretora da Disae, explica que essa ampliação foi possível porque o número de terapeutas bolsistas engajados no projeto subiu de 12 para 19. "Essas bolsas extras, que vêm do Programa de Bolsas em Projetos de Desenvolvimento Institucional (PBPD) da Pró-Reitoria de Graduação, são importantes não apenas para a expansão do atendimento aos alunos, mas também para a troca entre bolsistas, psicólogos e professores envolvidos no projeto", afirma Ana Maria.

Alunos interessados em receber atendimento psicoterápico devem entrar em contato pelo e-mail [disae@superest.ufrj.br](mailto:disae@superest.ufrj.br). Em casos emergenciais, nos quais não seja possível aguardar na fila de espera, os estudantes serão entrevistados pela equipe do projeto, que buscará encaminhá-los a clínicas sociais de outras universidades.

Por Carol Barreto – Superest - Fonte: [www.ufrj.br](http://www.ufrj.br)



## FOTOS ANTIGAS

Objetivando um resgate histórico, com exposição na festa de confraternização, solicitamos a todos que tragam suas fotos antigas no instituto para lembrarmos os grandes momentos destes 63 anos de IPPMG.

Data Limite para entrega: 30/11

Local: Assessoria de comunicação - Gabinete da Direção



**Esta história é sua, é de todos nós!**

## PRATAS DA CASA

Estão abertas, até o dia 30 de Novembro, na sala da DAAAS, as inscrições para a prata da casa 2016. Sua participação é muito importante!

**Data do evento: 14 de Dezembro de 2016**

**Início: 09:00h**

**Término: 13:00h**

Pratas da casa, homenagens e muitas surpresas!

## NOVEMBRO AZUL



Depois de o mês de outubro ser marcado pela campanha de mobilização para prevenção do câncer de mama, conhecida como Outubro Rosa, agora é a vez dos homens. O mês de novembro é internacionalmente dedicado às ações relacionadas ao câncer de próstata e à saúde do homem. O mês foi escolhido, pois o dia 17 é o Dia Mundial de Combate ao Câncer de Próstata.

O câncer de próstata é o sexto tipo mais comum no mundo e o de maior incidência nos homens. As taxas da manifestação da doença são cerca de seis vezes maiores nos países desenvolvidos.

Cerca de três quartos dos casos no mundo ocorrem em homens com mais de 65 anos. Quando diagnosticado e tratado no início, tem os riscos de mortalidade reduzidos.

No Brasil, é a quarta causa

de morte por câncer e corresponde a 6% do total de óbitos por este grupo.

Uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais e com menos gordura, principalmente as de origem animal, ajuda a diminuir o risco do câncer. Especialistas recomendam pelo menos 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, diminuir o consumo de álcool e não fumar.

Homens a partir dos 50 anos devem procurar um posto de saúde para realizar exames de rotina. Os sintomas mais comuns do tumor são a dificuldade de urinar, frequência urinária alterada ou diminuição da força do jato da urina, dentre outros. Quem tem histórico familiar da doença deve avisar ao médico, que indicará os exames necessários.

## 9ª Semana de Valorização da Primeira Infância

Estão abertas as inscrições para o seminário que o Senado promoverá, de 22 a 24 de novembro, durante a 9ª Semana de Valorização da Primeira Infância. O encontro, aberto ao público, reunirá especialistas e estudiosos para discutir “A primeira infância e os desafios do milênio”.

A programação inclui debates sobre novas constituições familiares; presença maciça de tecnologia no cotidiano infantil; importância da educação na transmissão de costumes e ideias entre gerações; e consequências da separação dos pais.

Entre os palestrantes estarão o psicanalista francês Alain Ducouso-Lacaze, professor de Psicopatologia Clínica na Universidade de Poitiers; o médico Antônio Márcio Lisboa, membro da Sociedade Brasileira de Pediatria e professor titular de pediatria da Universidade de Brasília (UnB); Dafne Herrero, doutoranda em Ciências da Saúde pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (USP) e com atuação nas áreas de fisioterapia neonatal e pediátrica, desenvolvimento infantil e inclusão escolar; e a psicóloga Drina Candilis, ex-professora das Universidades de Amiens e de Denis-Diderot (Paris VII), na França.

O debate é organizado pela Comissão de Valorização da Primeira Infância e Cultura da Paz do Senado, que completará dez anos de ações com mais essa edição da Semana. A série de palestras tem como público-alvo representantes dos Poderes Legislativo, Executivo e Judiciário, além de pedagogos, educadores, profissionais da saúde e outras pessoas interessadas no tema.

Inscrições em:

<http://www12.senado.leg.br/institucional/programas/primeira-infancia/listasemanas?campanha=ix-semana>

Fonte: Agência Senado



---

# RESUMO DE REUNIÃO

## CONSELHO DIRETOR

### DO INSTITUTO DE PUERICULTURA E PEDIATRIA MARTAGÃO GESTEIRA

Data: 09 de Novembro 2016

Local: Anfiteatro do Ambulatório

#### Informes:

- A Direção informou que possui a intenção de implementar prontuários digitais. Apesar de ainda não ser prontuário eletrônico, é um primeiro passo.
- As atuais interrupções do serviço de internet devem-se a problemas externos. O sistema MV apresenta melhoras significativas desde a mudança de sistema.
- A Direção informou que, sobre os sequestros relâmpago no Campus, já solicitou ajuda da prefeitura do mesmo e pretende colocar o assunto em destaque nas mídias.
- A Diretoria pretende levar, na próxima reunião do Conselho Diretor, cópias de todos os bens adquiridos com as emendas parlamentares. O IPPMG já garantiu algumas emendas para 2017.
- Assim como os resultados de ultrassom, os exames realizados no setor de radiologia (térreo) poderão ter seus resultados visualizados no MV (PAGU).
- A festa de confraternização de final de ano do IPPMG (Pratas da casa) será no dia 14 de Dezembro.
- Devido ao feriado do dia 15 de Novembro (Terça-Feira), funcionaremos com rotina 30% no dia 14 de Novembro (Segunda-Feira).

---

## COMBATE AO ESTRESSE

O Brasil é o segundo país do mundo com o maior nível de estresse. De cada dez trabalhadores, pelo menos três sofrem da chamada síndrome de Burn Out, que consiste no esgotamento mental intenso causado por pressões no ambiente profissional. Cerca de 70% da população economicamente ativa do país sofre com os males causados pelo excesso de stress. Os sintomas podem se manifestar em pessoas de todas as idades, inclusive em crianças e adolescentes quando são submetidos a problemas como bullying na escola e separação dos pais.

O estresse pode contribuir para dores musculares, dores de cabeça ou intestinais, queda de cabelo, azia, irritação na pele, gastrite, diarreia, náuseas, alteração do ciclo menstrual, aumento da tensão muscular, da adrenalina e a diminuição de endorfinas, que ajudam a relaxar.

A dica é evitar a causa do estresse e saber lidar com este conflito. Procure um psicólogo quando o nível de estresse for muito alto ou passar a ser mais frequente, para que ele ensine algumas técnicas que ajudam a lidar com o problema. Fique bem, cuide-se bem!

*Dr Edimilson Migowski*



---

## ANIVERSARIANTES DO MÊS

É um prazer muito grande ter uma pessoa como você aqui no IPPMG. Somos família! Seja feliz!

**Parabéns!**



Manoel de Souza Barbosa  
Tania Maria dos Santos Silva  
Valeria Cristina da Silva Amaral  
Carla Soares Moutinho  
Leandro Salvador  
Marcia Cristina Pereira de Oliveira Bomfim  
Jose Carlos Dias Cunha  
Marines Vitoriano da Cruz de Souza  
Marinete dos Santos de Castro  
Rozana Gasparello de Almeida  
Vilma Baptista da Costa  
Raquel Belmiro de Souza  
Daniella Paes  
Vagner de Jesus Silva  
Antonio Carlos Soares  
Camila Lima da Silva  
Mariana Tschoepke Aires  
Rodrigo Manfroi Gutsche  
Márcia Martins dos Santos  
Débora Câmara de Campos  
Antonio Pereira dos Santos  
Katia Oliveira Machado  
Thaís Santos Pacheco  
Elislene Dantas Monteiro  
Ana Carolina de Carvalho Ferreira Andrade  
Marcia Faria da Cunha

Claudia Renata Paio Rezende Penna  
Claudio Tavares dos Santos  
Luciana Ribeiro Lindolfo  
Roberto Soares Ramalho  
Janaina Martins da Silva  
Mariana do Carmo Mendes  
Nadia Maria dos Santos Marques  
Ademar Rodrigues da Silva  
Paulo Fernando da Silva  
Valeria Medrado da Silva Souza  
Cintia da Rocha Arruda  
Maria Helena de Oliveira Dias  
Atenildo Braga da Silva  
Veronica Pinheiro Viana  
Ricardo Fernandes de Amorim  
Cleusa Ramires  
Paula Pimenta de Souza  
Adriana Rodrigues Fonseca  
Mario Jose Ventura Marques  
Fernanda Sobral de Abreu  
Katia Bianca da Silva Amaral  
Maria Elisabeth Frossard Rodrigues  
Fabiana Marques Fernandes  
Rosimar da Silva Sampaio  
Leonardo Machado Coelho Monteiro  
Jorge Luiz Ribeiro Tranqueira

---

## APOSENTADOS - 2011 A 2016

Muito obrigado por todos os anos de dedicação ao IPPMG!  
Saibam que seus nomes estarão para sempre na história do Instituto!

Dirce Maria Marques, Edna Guedes Gabriel Firmino, Sueli Elias Cardoso, Lúcia da Conceição Gregório, Luci Machado Viegas, Denise Marcelino Baptista, Marilene Ramos da Silva, Maria da Conceição Dantas Ribeiro, Simone Natalina Xavier, Sílvia Reis dos Santos, Cecília Elizabeth Lannes de Almeida, Francelino Vicente Alves Filho, Dalva Albina Domingues, Regina Rodrigues Guimarães, Renata Glória de Almeida Santana, Maria Isabel Cruz da Rocha, Carmem Arlete Rodrigues Nunes, Ivens Baker Meio, Maria de Fátima Quintas, José Carlos da Silva, Marinete Machado Pereira, Newton Neto Cordeiro, Glória Regina de Souza Farias, Ademilsa Motel Moraes, Sonia Regina Pereira de Aguiar, Sylvia Regina de Souza Moraes, José Maria dos Reis, Laís de Carvalho Pires, José Carlos da Silva, Eduarda Marinez Mota Ribeiro, Rosângela Ragaglia, Elza Maria Anacleto Guimarães, Sônia Steinhauser Motta, Cosme Cardoso Pereira, Maria das Graças Torres Quitete, Ana Maria Gomes Lima, Márcia Ferreira Aprígio, Ana Lúcia Ferreira, Domingos Tomás Gomes Bica, Rita Helena Gomes Lima, Fátima Araújo da Silva, Edna Catarina de Sales Silva, Conceição Maria Prazeres de Oliveira, Flávia Gomes da Conceição, Márcia Regina Vasconcelos Brandão, Miguel Francisco dos Santos, Marcus Frederico Bernhoeft, Alexandre Bessa de Oliveira, Maria da Penha Leite dos Santos, Vera Lúcia Queiroz de Souza, Nilson dos Santos Couto, Eliane dos Santos Cruz, Ana Maria Dias Ferreira Santos, Alcilene Moreira de Brito, Maura Gomes Ribeiro, José da Silva Rodrigues, Maria Regina Barreto Távora, Maria Cristina Gonçalves de Jesus, Josefa Inácio Ferreira, Selma Vilaça Perri, José Freire, Josefina Andrade Feliciano, Concelita Viana dos Santos, Valdimiro Ferreira de Moraes, Claudia Fernanda Galvão Fonseca, Rosângela Ferreira Soares, Ilda Regis da Silva Oliveira, Sílvia Regina de Souza Moraes, Maria Alice Oliveira dos Santos, Maria de Fatima Goulart Coutinho, Diva Silva Brito, Joice Aragão de Jesus, Maria Madalena de Souza Carlota, Maria de Lourdes de Moura Cardoso, Sidnei Brasileiro de Moraes, Ana Lúcia de Oliveira Cavalcanti Alves, Mônica de Carvalho Canevello, Sandra Lima do Amaral, Sueli Maria dos Santos da Rocha, Deneide Fraga Vargas de Resende, Maria Evangelina Vieira Pinto, Rozane Souza de Magalhães, Leny Maria Nascimento, Sônia Maria Calixto Freitas, Maria do Carmo Soares Alves Cunha, Laís de Carvalho Pires, José Carlos da Silva, Eduarda Marinez Mota Ribeiro e Rosângela Ragaglia.