

MEGA NEWS

INFORMATIVO DA ITAIPU BINACIONAL

ANO IX - Nº 76

MAIO • 1995

1974-1995

Itaipu chega à maioria



Na foto acima, à esquerda, o piso dos geradores, na cota 108. À direita, a festa dos barrageiros, em 1982, no lançamento da última caçamba de concreto, para concluir a crista da Barragem Principal.

Embaixo, à esquerda, a chegada ao Canteiro de Obras da roda da turbina, em fevereiro de 1982. A peça, única e indivisível, pesava 300 toneladas e o conjunto transportador era formado por 32 eixos e 256 pneus. Na foto à direita, os trabalhadores observam, em 1977, o início da concretagem da Barragem Principal, que hoje tem altura equivalente a um prédio de 75 andares.

Itaipu Binacional - 21 anos. Maioridade?

A ITAIPU atinge 21 anos. Neste momento, cabe rever seu desenvolvimento, seu amadurecimento, sua maioridade. Uma reflexão sobre o que precisa ou deve ser, desde já e mais ainda no futuro. São os desafios que é necessário aceitar para que este empreendimento, de porte ímpar, se ajuste aos padrões internacionais de outros grandes empreendimentos similares, guardada a fidelidade à missão própria que é sua razão de ser.

Numa análise retrospectiva, observam-se, de um lado, as gigantescas realizações da IB: uma usina construída com qualidade, em prazo relativamente curto, com dimensões e problemas técnicos espetaculares, singularmente resolvidos. Operacionalmente, ela gera energia, sem interrupção, há onze anos com confiabilidade e elevado índice de disponibilidade, numa produção crescente, ano após ano, até constituir uma parcela impressionante do total anual da energia elétrica consumida nos dois países. Tudo é motivo de justificado orgulho, fazendo ser intrinsecamente motivador participar de seu quadro funcional.

De outro lado, num exercício de autocritica e demonstração de disposição para identificar aspectos a serem melhorados, é forçoso reconhecer que há muita lentidão, excesso de pessoal, complicação desnecessária dos processos de gestão e que nos falta, em geral, senso de obrigação com metas, resultados e prazos.

Por ser uma binacional, aparenta elevar ao quadrado os problemas e aflições das típicas empresas estatais latino-americanas. Apenas aparenta, pois hoje estamos convencidos de que todos os problemas da IB são de fácil solução. Mas demandam profissionalismo e franqueza.

O momento histórico contemporâneo, em que a Entidade atinge sua maioridade temporal, está marcado por traços acentuados de uma filosofia social liberal (*"Tanto mercado quanto possível, tanto governo quanto necessário."*), que - aliado ao cenário de situação caótica de grande parte das empresas estatais - sugere a inevitabilidade do processo de privatização.

Pelas características da IB, notadamente sua natureza jurídica especialíssima e sua importância em termos de mercado de geração de energia elétrica, cremos que estará por muito tempo na parcela do *"tanto governo quanto necessário"*.

Olhando para a frente, não podemos considerar cômoda ou privilegiada a mera situação de estar a Entidade excluída das cogitações de privatização. Trata-se, na ver-

dade, de formidável desafio. Aqui, é imperativo demonstrar que uma estatal, mesmo binacional, pode e deve ser eficaz. Eficácia de gestão, eficácia de resultados.

Para se evitar, na ITAIPU Binacional, a proliferação dos vírus que destruíram a típica estatal brasileira, há que se privilegiar a seriedade e a competência como únicos parâmetros para ascensão funcional, rejeitando qualquer forma de apadrinhamento. Esse vírus corrompe a Entidade duplamente: primeiro, porque tem preço, sempre cobrado, e tão inevitável quanto injustamente pago pelos cofres binacionais da Entidade; depois, porque desrespeita a todos, roubando até do apadrinhado o bem mais caro que se tem: o respeito dos colegas.

A maioridade da IB há que ser marcada pela consolidação do mais absoluto profissionalismo de seu quadro funcional. Profissionalismo, que - em nossa visão - envolve o mais alto grau de competência e responsabilidade, demonstrado desde a admissão de um empregado até o seu desempenho no dia-a-dia, com perspectiva assegurada de carreira. É o que esse profissionalismo não exclui uma remuneração de padrão internacional, sem voltar as costas aos níveis de mercado, próprios de nossos países.

Para atingir esse ponto próximo do ideal, deveremos enfrentar e resolver desafios. Privatização? Esse num futuro distante poderá ser um deles. Hoje, os desafios são mais simples: apenas os de uma gerência bem-intencionada.

Aprimorar a gestão técnico-operacional do empreendimento, aliviar e descomplicar o manejo administrativo, agir com profissionalismo competente e idôneo, lutar sem mesquinhas por uma autêntica redução de custos, tudo permeado por um sempre renovado compromisso de transparência total entre as partes - eis as atitudes desejáveis de uma maioridade.

Concretizadas, elas nos livrarão das mazelas das estatais e - se for o caso de nos mantermos com os traços de uma *"biestatal sui generis"* - nos farão conduzir a Entidade com a capacidade do Estado e a agilidade da empresa particular.

Então, a ITAIPU Binacional será uma empresa maior.

GERAÇÃO ITAIPU

SUPERINTENDÊNCIA DE OPERAÇÃO • DEPARTAMENTO DE OPERAÇÃO DO SISTEMA

DADOS DE GERAÇÕES DE ITAIPU			
PRODUÇÃO DE ENERGIA (MWh)	1995		1994 TOTAL NO ANO (MWh)
	NO MÊS DE ABRIL (MWh)	ACUMULADO ATÉ ABRIL/95 (MWh)	
GERADORES 50 Hz	3.108.845	12.424.500	38.461.085
GERADORES 60 Hz	3.020.852	10.762.881	30.932.973
TOTAL USINA	6.129.697	23.187.381	69.394.058
RECORDES DE GERAÇÃO			
GERADORES 50 Hz	6.610 MWh/h em 09/07/91		
GERADORES 60 Hz	5.575 MWh/h em 06/07/92		
TOTAL USINA	11.010 MWh/h em 28/11/94		

DADOS DO RIO PARANÁ - MÊS ABRIL/95				
NO MÊS ABRIL/95	VALORES HISTÓRICOS PARA O MÊS DE ABRIL (83/94)			
	MÁXIMO	MÍNIMO	MÉDIO	
AFLUÊNCIA AO RESERVATÓRIO (m³/s)	12.653	20.966	9.012	12.613
RECORDES VERIFICADOS				
VALORES MÉDIOS				
MENSAL		DIÁRIO		
AFLUÊNCIA AO RESERVATÓRIO (m³/s)	33.031 (jun/83)	39.790 (15/06/83)		

Publicação da ITAIPU BINACIONAL • TIRAGEM: 4.200 exemplares • ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO SOCIAL • CURITIBA - PARANÁ • Rua Comendador Araújo, 551 • Telefone (041) 321-4149 • Fax (041) 321-4142 • FOZ DO IGUAÇU - PARANÁ • Av. Tancredo Neves s/nº Km 0 • Telefone (045) 522-1212 • Ramais 5010/5075 • Fax (045) 522-1212 ramal 5248 • Superintendente de Comunicação Social RICARDO CANSIAN NETTO • Gerente da Divisão de Imprensa LUIZ G. FARIA DE SIQUEIRA • Jornalista responsável MARIA AUXILIADORA A. DOS SANTOS MTB 13.999 • Redação CLÁUDIO DALLA BENETTA e HELOISA COVOLAN • Editoração Eletrônica ITAMBÉ PROPAGANDA - Fone (041) 223-6550 • Fotolitos FOTOLASER • Impressão SÉPIA EDITORA & GRÁFICA Ltda.

No dia 17 de maio de 1974, Brasil e Paraguai criaram uma entidade binacional para gerenciar as obras e, posteriormente, comercializar a energia produzida pela usina construída em conjunto entre os dois países. Nascia então, oficialmente, Itaipu, vinculada às estatais elétricas dos dois países - Eletrobrás e ANDE - e responsável pela maior hidrelétrica em operação no planeta. Uma usina que é um justo motivo de orgulho para brasileiros e paraguaios. Uma obra sem paralelo no mundo, administrada serenamente por uma entidade que completa seu 21.º ano de existência.

Do alto e por dentro, Itaipu, a superlativa

Num texto saboroso, feito em 1991 para a "Revista Goodyear", o jornalista Raimundo Rodrigues Pereira conseguiu passar aos leitores uma visão abrangente do que é Itaipu, tanto do ponto de vista da engenharia, como da produção de energia e sua influência numa vasta região. O nome da reportagem diz tudo: "Itaipu, a superlativa". O jornalista iniciou seu contato com Itaipu num sobrevôo de helicóptero, antes de penetrar nas entranhas da maior usina do mundo. Acompanhemos Raimundo nesta viagem fantástica.

Ele começa descrevendo que, vista do alto, no sentido do Brasil para o Paraguai, Itaipu é um monumento de oito quilômetros de barragem de enrocamento, a muralha que ajuda a segurar parte das águas. A seguir, vê-se a represa de concreto, com pouco mais de um quilômetro de extensão, apresentando formações "que parecem postes brancos brotando de sua cumeeira a cada 50 metros e que marcam as 18 unidades de tomada de água e de produção de energia".

Tobogãs para o ladrão das águas

Uma barragem convexa em semicírculo conduz as águas para o vertedouro. São "três tobogãs de concreto por onde lâminas d'água de até três metros de espessura se despejam a 70 quilômetros por hora formando uma nuvem de espuma. O vertedouro é o ladrão das águas da represa. Por ele, através de 14 portas descomunais, de 20 por 30 metros, a usina controla o fluxo das águas, para respeitar o calendário das necessidades de energia", como descreve Raimundo.

Do alto, no sentido oposto, o que se vê agora é o teto da casa de força, 80 metros abaixo do topo da represa, onde ficam as 18 unidades de Itaipu. Mais ao longe, estão as oito linhas de transmissão. "Com suas estruturas enganchadas na terra e braços muito altos carregando feixes de fios, saem da usina em duas formações, uma pelo lado brasileiro, outra pelo lado paraguaio. As quatro linhas paraguaias voltam-se a seguir para o lado brasileiro". É fácil explicar o retorno: por enquanto, o Paraguai usa apenas uma pequena parcela da energia a que tem direito, por isso ela volta para o consumidor preferencial, o Brasil, conforme o acordo entre os dois países.

Um descomunal organismo vivo

Se vista do alto a Usina é um monumento, que para a História representará talvez o que as esfinges ou as pirâmides nos lembram da imponência do Antigo Egito, dentro da descomunal estrutura de concreto da barragem o que se tem é "um organismo vivo, nervoso", lembra Raimundo. "A impressão é de se estar atravessando uma extravagante catedral futurista, com paredes inexplicáveis que se erguem para os céus, ora permitindo divisar a luz do dia, no vazio lá em cima, ou se fechando

em si mesmas, como sarcófagos desmedidos, cinco vezes mais altos que os túmulos dos faraós egípcios".

Na sua construção, Itaipu foi a usina dos recordes, das maiores peças do mundo, dos caminhões de concreto que poderiam dar seis voltas no planeta. Hoje, ainda é um portento da engenharia, mas seu aspecto mais importante é o volume de energia que produz. Sozinha, abastece 30% do consumo brasileiro e 80% do mercado paraguaio. Sem Itaipu, o Brasil estaria enfrentando uma crise energética capaz de pôr em colapso o seu futuro.

Uma maravilha da integração

Itaipu é um monumento que atrai quase tantos turistas quanto as maravilhas das Cataratas do Iguaçu. Mas, ao contrário das Cataratas, que nos encantam como uma obra-prima da Natureza, Itaipu é fruto do trabalho do homem. Mais que isso: é resultado do esforço de dois países irmãos, unidos num empreendimento que até hoje espanta o visitante alemão, o japonês, o chinês, o americano, o francês. Boquiabertos, eles não conseguem entender como se conseguiu, ao Sul do Equador, uma proeza ímpar no planeta.

Eles têm 21 anos de Itaipu...

Pelo menos dois empregados de Itaipu, ainda na ativa, entraram na Entidade dias antes dela ser oficialmente formada: o advogado Élio de Mello Vianna, em 13 de maio de 1974, e o engenheiro Rogério Dornelles, no dia 18 de maio daquele ano. Outras 28 pessoas, no entanto, iniciaram suas atividades na Itaipu no mesmo ano em que ela foi criada. São elas:

Valério Gomes Barradas, Paulo César de Carvalho, Landes Paula de Macedo, João Alberto Correia Silva, Miguel Jorge Neto, Maria Helena M. Rodrigues, Sílvio Teixeira Álvares, Luiz Eduardo dos Santos Silveira, Isabel Cristina Pitaro, Renato Pardo Romero, José do Espírito Santo, Luiz Antonio da Costa, Ana Maria Paes de Andrade, Ivete Emilia Demarchi, Luiz Alberto Sottomaior, Ivan Lessa Barbosa, Ramiro Pereira Gaia.

E ainda: Ramona Alves Valadão, Manoel Antonio da Silva, Marley Stutz Gomes, Célia das Graças Medeiros, Fernando de Oliveira Borba, Mário Alberto Willrich Silva, Dirce Thereza Bubiak, Jarival de Almeida Secundino, Tabajara Acácio Pereira, Rita de Cássia Mendanha e Reinaldo Sérgio Kula.

A participação de Itaipu no XIII SNPTEE

Waldemar Krepke Duarte (*)

Em outubro deste ano, será realizado no Balneário de Camboriú (SC) o XIII SNPTEE - Seminário Nacional de Produção e Transmissão de Energia Elétrica. Iniciado em 1971, com frequência bienal, o SNPTEE tem sido um dos mais importantes eventos para troca de experiências entre profissionais das indústrias, universidades e empresas de energia elétrica e de engenharia consultiva, entre outras, trazendo valiosa contribuição para o desenvolvimento técnico-científico do setor.

Na organização do seminário, destacam-se quatro órgãos principais:

- A Comissão Técnica, responsável pela coordenação técnica do evento e pelo assessoramento à entidade coordenadora. É formada por dois membros permanentes, sendo um do Comitê Nacional da Cigré (Conférence Internationale des Grands Reseaux Electriques) e um da Eletrobrás, e por três membros temporários, representantes das entidades coordenadoras dos três últimos seminários.

- O Conselho Deliberativo, responsável pelas diretrizes e políticas do Seminário. É composto por sete membros, sendo um do Comitê Nacional da Cigré e um da Eletrobrás, ambos em caráter permanente, e cinco temporários, representados pelos coordenadores gerais dos quatro últimos seminários e pelo coordenador geral do seminário atual.

- A Entidade Coordenadora, empresa concessionária do setor elétrico, que

se responsabiliza pela realização do evento. Este ano, a entidade coordenadora é a Eletrosul - Centrais Elétricas do Sul do Brasil.

- Entidade promotora, constituída pelo Comitê Nacional da Cigré.

Colaboração

Para o XIII SNPTEE foram definidos 15 grupos de estudos, compreendendo: Produção Hidráulica (GPH), Produção Térmica e Fontes Não Convencionais (GPT), Linhas de Transmissão (GLT), Análise e Técnicas de Sistema de Potência (GAT), Proteção, Medição e Controle de Sistema de Potência (GPC), Aspectos Empresariais (GAE), Planejamento de Sistemas Elétricos (GPL), Subestações (GSU), Telecomunicações (GTL), Operação de Sistemas Elétricos (GOP), Sobreensões, Coordenação de Isolamento e Interferências (GSI), Máquinas Rotativas e Conversão de Energia (GMR), Equipamentos Elétricos e Materiais de Subestações (GEM), Impactos Ambientais (GIA) e Aspectos Técnicos e Gerenciais da Manutenção (GMA). Foram definidas, com ênfase especial, duas sessões técnicas abrangendo Educação em Engenharia (STE) e Conservação de Energia Elétrica (STC).

A demonstração do interesse e envolvimento do setor elétrico no XIII SNPTEE podem ser observados pela quantidade expressiva de informes técnicos recebidos e analisados pela Comissão Técnica. Foram 967 trabalhos,

dos quais 400 foram selecionados para apresentação no Seminário.

Participação de Itaipu

Pelo seu destaque no setor elétrico brasileiro e pela capacitação de sua equipe técnica, Itaipu vem prestando importante contribuição no desenvolvimento e realização desses eventos. No XIII SNPTEE, alguns profissionais da Área Técnica da Entidade comporão a Mesa Diretora do Grupo de Estudo de Equipamentos e Materiais de Subestações (GEM), através do engenheiro Fernando Maranhão de Faria (VEN.EO), apresentando trabalhos cujos resumos, aprovados pela Comissão Técnica, são:

1) Localização de faltas, via redes neurais (Grupo GOP), de autoria de Alfredo Humberto Fernandez Infran (OPU.EO) e outros.

Consta de um artigo que apresenta um programa computacional capaz de solucionar de maneira eficaz o problema da dificuldade de localização de defeitos em subestações elétricas, na ocorrência de um mau funcionamento dos dispositivos de proteção, em caso de fatores inesperados. Os testes realizados na Subestação de 500 kV Isolada a Gás da Itaipu serão apresentados como forma de validar a metodologia desenvolvida.

2) Sistemas inteligentes e sua aplicação na operação da Itaipu Binacional (Grupo GOP), de autoria de Marcos de Almeida Prado Lefèvre (OP.EO)

O autor descreve com detalhes a experiência da Operação de Itaipu com a utilização da Inteligência Artificial, isto é, com o uso de computadores, bem como caracteriza o atual estágio de desenvolvimento de sistemas especialistas para aplicações tais como a supervisão do sistema de 50 Hz, a análise de alarmes da Usina de Itaipu, a identificação de faltas na subestação isolada a gás, a previsão de níveis e vazões do Rio Paraná, além de avaliar outras áreas potencialmente interessantes, confirmando o consenso de que as técnicas de inteligência artificial são recursos poderosíssimos para aprimoramento e confiabilidade da operação.

3) Fenômeno de ovalização/deformação dos mancais-guia das unidades geradoras de Itaipu (Grupo GMR), de autoria de Flávio Chiesa (SMIN.MO) e outros.

Neste trabalho é apresentado o resumo dos resultados das medições feitas através de uma série de transdutores instalados na cruzeta superior, no estator e na estrutura civil da unidade geradora n.º 8, para monitorar as deformações mecânicas, temperaturas, intensidades de campo magnético, deslocamento do estator e comportamento da cruzeta, a fim de correlacioná-los com as possíveis causas da ovalização dos mancais.

4) Enrolamento estatístico refrigera-

do a água - dificuldades, soluções e experiência adquirida na realização de ensaios dielétricos (Grupo GMR), de autoria de Marcelo Fabiano Latini (SMIL.MO)

Consta de um informe técnico que tem a finalidade de complementar o trabalho realizado para o XI SNPTEE, apresentando o processo para medição do fator de perdas, as propostas para realização de ensaio de alta tensão em corrente contínua, os comentários e experiências com a medição de descargas parciais diante do vazamento de água desmineralizada, bem como os procedimentos e cuidados para localização das falhas de isolamento nos componentes do sistema de refrigeração de geradores com enrolamento refrigerado a água.

5) Detecção de descargas parciais em subestações isoladas a gás: consolidando o método mecânico (Grupo GEM), de autoria de Geraldo Carvalho Brito Júnior (SMIL.MO) e outros.

Compreende o desenvolvimento de um informe técnico cujo objetivo é complementar o trabalho apresentado no XII SNPTEE, abordando os aspectos teóricos do método mecânico para detecção de falhas em subestações isoladas a gás (SIG), embasado nas experiências adquiridas nos ensaios efetuados na SIG da UHE de Itaipu e em uma SIG experimental de 500 kV montada especialmente no Laboratório da Usina para investigação de descargas parciais.

6) O fator de potência como conservação de energia e eficiência energética (Grupo STC), de autoria de Marcel Miguel (ENEE.EO)

O informe técnico objetiva destacar a melhoria do fator de potência dentro do gerenciamento energético como a mais efetiva contribuição para a conservação de energia elétrica, abrangendo seus reflexos na geração, transmissão, distribuição e na carga, através de dados teóricos e resultados práticos consolidados de experiências no Brasil e no Exterior. Apresenta também, sob um prisma mais específico, os estudos de capacidade e seus efeitos nos geradores da Itaipu.

Mantendo a tradição dos seminários anteriores, o XIII SNPTEE contará também com uma exposição paralela, onde estarão disponíveis cerca de 45 estandes para empresas participantes, interessadas em divulgar seus produtos e serviços. Itaipu estará presente num dos estandes, demonstrando sua potencialidade e sua capacidade no desenvolvimento tecnológico mundial.

(*)Waldemar Krepke Duarte, engenheiro da Diretoria Técnica Executiva, é representante da Itaipu no XIII SNPTEE.

Americanos coletam dados sobre Itaipu

Um grupo de 11 especialistas do Bureau of Reclamation, órgão do governo dos Estados Unidos, esteve na Itaipu de 9 a 17 de maio. Os técnicos elaborarão um relatório que será encaminhado ao grupo de trabalho formado pela Entidade para desenvolver estudos visando o redimensionamento do quadro de pessoal. A atuação dos consultores norte-americanos faz parte do convênio de cooperação técnica firmado pela Itaipu e organismos estrangeiros que possuem grandes hidrelétricas. Além do Bureau, outras duas corporações internacionais de grande porte colaborarão com a Entidade na tarefa de redesenhar o perfil ideal do quadro de empregados: a Hydro-Québec International e a British Columbia Hydro International, ambas canadenses.



Técnicos do Bureau of Reclamation e representantes da Itaipu debateram o perfil ideal do quadro de empregados.

Intercâmbio para conservação de energia

Entre os dias 29 de abril e 2 de maio, estiveram em visita técnica a Itaipu os consultores internacionais Keith Nott e John Browne, da empresa canadense Ontario Hydro. A empresa está prestando consultoria na área de “eficiência energética” para a Cemig - Centrais Elétricas de Minas Gerais. Os consultores foram recebidos pelo engenheiro Marcelo Miguel, Coordenador da Comissão Interna de Conservação de Energia - CICE. A CICE é fruto da perfeita sintonia entre Itaipu e Eletrobrás. A comissão foi instituída no dia 12 de janeiro deste ano, através da RDE-008/95, para permitir uma efetiva participação da Entidade no Procel - Programa Nacional de Conservação de Energia, assim como para possibilitar o intercâmbio com os programas internacionais do gênero.

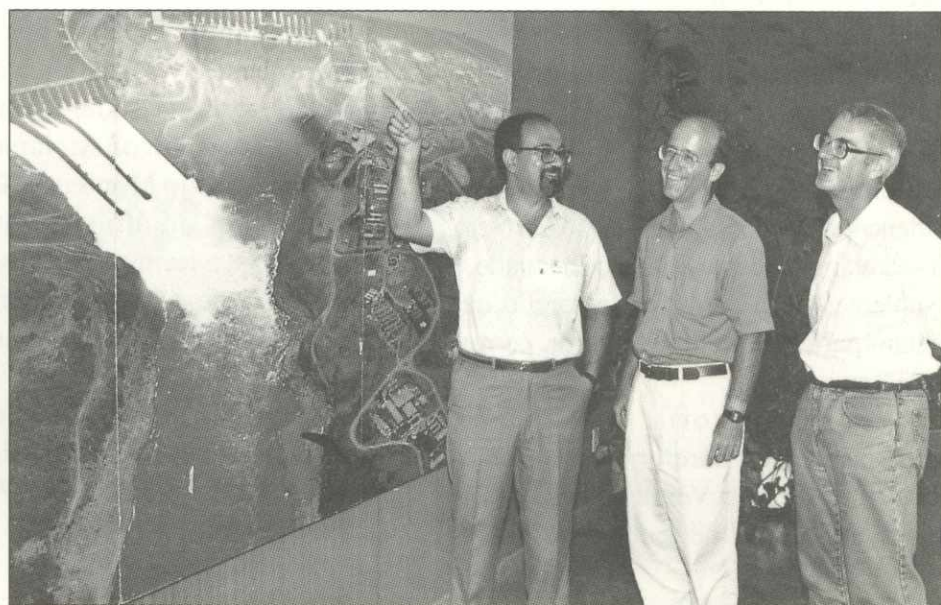
Os integrantes

Participam da Comissão Interna de Conservação de Energia os seguintes empregados: Marcelo Miguel e Miguel Angel Acosta, da Área Técnica (coordenadores); Marcelo de Araújo Brandão e Atílio Pereira, da Área Administrativa; e Maria Helena Paranhos e Matias Ramos, da Área de Coordenação.

No SNPTEE

O tema “Conservação de Energia” vem merecendo cada vez mais atenção no setor elétrico mundial. Este ano, por exemplo, o tema será apresentado pela primeira vez no SNPTEE (veja matéria nesta edição), em sessão técnica

especial, onde o engenheiro Marcelo Miguel exporá o tema “Fator de Potência na Conservação de Energia”.



(Da esq. para dir.): Marcelo Miguel mostra, no painel, detalhes da Usina aos consultores canadenses Keith Nott e John Browne.

SEGURANÇA PARA TODOS

O risco do raio

Não é sem razão que o homem teme as tempestades. Neste instante, por exemplo, estão ocorrendo entre 1.500 e duas mil tempestades elétricas na Terra. Elas provocam cerca de 600 relâmpagos por segundo. Num período de 24 horas, são 8 milhões de descargas atmosféricas espalhadas sobre o Planeta, que assustam, provocam mortes, incêndios, destruição e acidentes.

Antes de mostrarmos quais as regras básicas para evitar riscos maiores durante uma tempestade, vale uma explicação sobre o que é o raio e como se forma. O raio é produzido pela nuvem de tempestade, a chamada “cumulus-nimbus”. O trovão, por sua vez, é a onda sonora provocada pela rápida expansão do ar decorrente da passagem violenta de cargas elétricas entre a nuvem e o solo e vice-

versa, o que gera o aquecimento, que pode chegar a 30 mil graus centígrados.

O relâmpago é a luminosidade gerada por esse fenômeno, que geralmente se repete três a quatro vezes no mesmo raio. Como a velocidade da luz é de 300 mil quilômetros por segundo, podemos ver o relâmpago instantaneamente. Já o som se propaga a 340 metros por segundo, ou seja, quando ouvimos o trovão o perigo já passou. É comum se ouvir dizer que, pela intensidade do estrondo, o raio caiu perto. É bem o contrário: a descarga forte vem da terra e o estrondo grave indica que o raio caiu a uma distância considerável.

Cuidados pessoais:

Como enfrentar as tempestades

Estatisticamente, a possibilidade de uma pessoa ser atingida por um relâmpago e morrer é da ordem de uma



em um milhão. Isto é, para cada milhão de descargas atmosféricas em uma determinada região há uma vítima fatal. É mais fácil, teoricamente, morrer por cau-

sa de um relâmpago do que acertar sozinho a Super-sena. Bem mais fácil.

Por isso, veja como agir durante tempestades elétricas:

- Não procure abrigo em árvores altas. Quanto mais alta a árvore, maior o risco dela ser atingida por um raio, que procura o meio mais rápido de chegar ao seu objetivo, que é a carga oposta à que está nas nuvens. Também nunca esteja no ponto mais alto de qualquer local, seja ele um barco ou um topo de colina. Procure locais baixos.

- Afaste-se de andaimes de metal de construções e guinchos, porque são frequentemente as massas metálicas os pontos mais altos;
- Não fique dentro da água (rio, piscina ou praia) durante as tempestades, pois a água é boa condutora de eletricidade;

- Fique longe de animais, principalmente se estiverem molhados;

- A sensação de cabelos arrepiados ou de pele formigando, durante uma tempestade, pode significar que um relâmpago está para ocorrer nas proximidades. A primeira medida é se agachar, inclinando a cabeça para a frente e abraçando os joelhos. Não ajoelhe nem deite no chão.

- Se for possível, procure abrigo num edifício alto, numa casa ou automóvel. No caso do automóvel, não são os pneus que o tornam seguro, como se pensa, mas a sua massa metálica;

- Dentro de casa, o lugar mais seguro é o centro de um aposento qualquer, no térreo, longe de lareiras e chaminés. É prudente se afastar de portas, janelas, aquecedor e fogão;

- Não use o telefone, não abra torneiras e não utilize tomadas elétricas durante uma tempestade. Descargas diretas ou laterais também podem ser fatais.

Cipa de Curitiba tem nova diretoria

Tomou posse, no dia 19 de maio, a nova diretoria da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (Cipa) de Curitiba. Mário Gubert Filho e Paulo Hesketh Filho assumiram a presidência e vice-presidência, respectivamente, da gestão 95/96. Seus suplentes são Henrique Virmond L. Bittencourt e João Ramalho da Matta Neto. O secretário, Vicente Tarcísio Machado, e a suplente, Lúcia Cordeiro Mascarello, que faziam parte da diretoria anterior, permanecem nos cargos.

A nova diretoria da Cipa foi empossada pelo Diretor Administrativo, Luiz Eduardo Veiga Lopes, e pelo Superintendente de Recursos Hum-

nos, Edgar Carlos Eckelberg. Eles lembraram a responsabilidade do grupo quanto à segurança nos prédios da Itaipu em Curitiba nos próximos 12 meses e elogiaram a atuação da diretoria passada, presidida por Sílvio Schweidzon Melamed, e por seu vice, Sílvio Monteiro (Sasá). Segundo dados do último relatório da Eletrobrás, a Itaipu detém os menores índices de acidentes de trabalho dentre as geradoras brasileiras de energia.

Também foi empossado o novo chefe da Brigada de Incêndio. É Carlos Alberto Fernandes Pinto (Carlão).



Da esq. para dir.: Hesketh, Carlão, Mário Gubert, Sasá, Sílvio Melamed, Edgar Eckelberg, Veiga Lopes, João da Matta, Henrique Bittencourt, José Nunes e Bruno Túlio.

Itaipu tem dois conselheiros no Comitê de Grandes Barragens

O engenheiro Marcos Antônio Schwab, Chefe da Assessoria de Planejamento Empresarial e Assistente da Diretoria Geral Brasileira, foi reeleito Conselheiro do Comitê Brasileiro de Grandes Barragens. Na mesma Assembléia Geral do Comitê, realizada no dia 27 de abril, no Rio de Janeiro, foi eleito como Conselheiro outro representante de Itaipu - Gilberto Valente Canali, Superintendente de Meio Ambiente. O engenheiro Sérgio Abujamra Misael, por sua vez, foi eleito segundo suplente. Marcos Schwab passará a exercer seu terceiro mandato de conselheiro, enquanto Gilberto Canali ocupa o cargo pela primeira vez.

O Comitê Brasileiro de Grandes Barragens tem um Conselho Deliberativo composto por dezoito membros, eleitos para um mandato de três anos. O Conselho elege, por sua vez, cinco diretores, também para um mandato de três anos. O Comitê é uma sociedade civil, sem fins lucrativos, cuja principal finalidade é o desenvolvimento das técnicas ligadas ao planejamento, projeto, construção, operação e manutenção de barragens e de outras obras de aproveitamento de recursos hidráulicos e de manejo de rejeitos de mineração. A entidade faz parte da Comissão Internacional de Grandes Barragens.

Atribuições

Entre as principais atribuições do Comitê Brasileiro de Grandes Barragens, estão o estímulo a pesquisas técnicas e científicas no setor; colaborar com entidades que planejam, constroem ou utilizam barragens e obras conexas no sentido de aperfeiçoarem seus métodos de planejar, projetar, construir e observar o comportamento das mesmas; propugnar pela ética nos assuntos da engenharia de barragens; e, entre outras, colaborar com a Comissão Internacional de Grandes Barragens em tudo o que se tornar necessário ou conveniente.

Auditório da Área Técnica teve pleno uso em abril

O Auditório da Área Técnica tornou-se um espaço fundamental para a realização de eventos dentro da Usina, facilitando o intercâmbio e a integração das diversas áreas da Entidade. Ele é utilizado para reuniões, palestras, seminários e programas. Veja como foi a utilização do auditório em abril.

Usuário	Evento	N.º dias	Utilização
SMI.MO	Programa de utilização do som	9	52,95%
OP.ED	Reunião com Dir. Téc. Executivo	1	5,88%
RH.AB	Recursos Humanos	1	5,88%
SMM.MO ...	Reunião com gerentes Paraguai	1	5,88%
OPUD.EO ...	Palestra - proteção linhas 500 kW	2	11,77%
OP.EO	Palestra Dir. Téc. Exec. para estudantes da UFMG	1	5,88%
SMM.MO ...	Manutenção no Quadro CLF-15	1	5,88%
OPU.EO	Informação Seg. Relativo a Incêndio EC.	1	5,88%
Total do tempo utilizado		17	100%

Obs: Abril teve 17 dias úteis, daí a "utilização 100%" do auditório.

Utilização total de setembro 94/abril 95

Órgão	Utilização
OP	16,77%
SM	40,37%
EN	0,62%
SO	0%
PC	0%
Total Área Técnica	57,16%
DA	11,80%
Outros	0,62%
Soma do tempo utilizado	70,18%

Almoxarifado de Curitiba teve melhor desempenho

O Almoxarifado da Itaipu em Curitiba atingiu no ano passado um "percentual de divergência" zero. Isto é, a quantidade de materiais que entraram e saíram do setor foi exatamente igual ao que constava nos documentos de ingresso e saída. Este resultado é muito difícil de ser atingido, e por isso mesmo os empregados do setor receberam elogios da Superintendência e até da Diretoria. O desempenho foi o melhor entre os quatro almoxarifados existentes em Itaipu - o Central, na Usina, e os de Ciudad del Este e Assunção, no Paraguai. O Almoxarifado de Curitiba tem hoje quatro empregados: o chefe, João Darci Buss, Carlos Jack Rodrigues Magno, Éder Ruser Pereira e Mauro Oneveth. João assumiu o setor em 1992, sendo obrigado a trabalhar muito com sua equipe para pôr a casa em ordem. É que, em 91, o "percentual de divergência" atingia o absurdo índice de 49,8%. No ano seguinte, o índice baixou para 2,72%; em 93, para 0,63%; e no ano passado, para zero. O que bom resultado foi também a diminuição do número de itens, que ficou em cerca de 400. João Darci Buss trabalha no setor de Almoxarifado de Itaipu desde 1978, tendo permanecido no Central até 1992, quando assumiu o de Curitiba.

Comparação

O desempenho dos quatro almoxarifados de Itaipu melho-



Éder Pereira, Carlos Magno e João Buss: atentos às mudanças.

rou nos últimos anos. O de Assunção apresentava um índice de divergência de 31,8% em 91, que baixou para 2,16% em 92, 1,04% em 93 e 1% no ano passado. O de Ciudad del Este baixou de 37,06% em 91 para 32,5% em 92, caindo para 4,24% em 93 e fechando 94 com 1,77%. Já o Almoxarifado Central, na Usina, não estava em situação tão complicada como os ou-

tros. O índice de divergência era de 3,96% em 91, baixando um pouco em 92, para 3,1%, chegando a 2,2% em 93 e fechando o ano passado com 0,8%.

O segredo de se trabalhar num almoxarifado, além da atenção constante ao que entra e sai, via documentos e contínuo acompanhamento dos estoques, é também estar atento às mudanças e aos itens mais ou menos procurados. No caso de Curitiba, a partir do ano passado houve uma redução de uma série de itens necessários para o funcionamento das atividades da Entidade, por causa da redução de pessoal e da transferência de setores para Foz do Iguaçu.

Empregadas de Curitiba participam do "Projeto Mulher Mãe"



Neiva Melamed (à esq.) e Luiz Helena Thomaz de Aquino pouco antes das palestras.

Cerca de 70 mulheres - mais da metade das que trabalham nos escritórios da Itaipu em Curitiba - tiveram uma manhã diferente no dia 19 de maio. Elas participaram do "Projeto Mulher Mãe", promovido pela Superintendência de Recursos Humanos - Serviço Social e que apresentou duas palestras sobre o tema "Repassando a Vida".

Em pouco mais de uma hora e meia, a médica ginecologista Luiza Helena Thomaz de Aquino e a psicóloga Neiva Melamed pren-

deram a atenção das participantes com análises e informações valiosas sobre a mulher e seus diversos papéis no dia-a-dia, além de responder a muitas dúvidas sobre saúde feminina.

A aprovação ao evento - realizado no auditório do Instituto de Engenharia do Paraná - foi geral, revelando o interesse por outras atividades do gênero em Curitiba, também direcionadas a todos os empregados e seus familiares. Ponto para promotores e participantes.

"Mulher Mãe" em Foz



O Projeto Mulher Mãe reuniu mais de 500 mulheres das Vilas de Itaipu, dia 5 de maio, no Centro Comunitário da Vila A.



Houve ainda outras atividades, como a apresentação dos trabalhos da artista plástica Dória Luzia Kippel, aluna do Curso de Pintura em Tela.

Fundação Itaiguapy faz Semana de Enfermagem

Profissionais de enfermagem do Hospital Ministro Costa Cavalcanti e dos municípios limieiros ao reservatório de Itaipu participaram, de 22 a 26 de maio, no Colégio Anglo Americano, em Foz, da I Semana de Enfermagem do HMCC. O evento - promovido pela Fundação de Saúde Itaiguapy, que administra o estabelecimento de saúde - debateu as práticas de enfermagem mais empregadas em ortopedia, além de ressaltar a importância da enfermagem, promover a otimização do relacionamento dos enfermeiros com outros profissionais da área hospitalar e divulgar modernas técnicas, produtos e serviços de ortopedia.

Participaram da abertura do evento o Chefe da 9.ª Regional de Saúde, Alceu Bisetto Júnior; o Diretor-Superintendente da Fundação de Saúde Itaiguapy, Walmor Júlio Ferreira; e a Chefe do Departamento

de Enfermagem da Fundação, Hafisa Abdon Musser Hadi. Presentes também os Diretores da Fundação Itaiguapy, Tabajara Acácio Pereira (Administrativo), Ricardo Soley Foster (Financeiro) e André Lichakowski (Clínico).

A I Semana de Enfermagem do HMCC apresentou as seguintes palestras: "Assistência Especializada em Traumatologia", por Roberto Valiente Doldan, Enfermeiro-Supervisor do HMCC; "Assistência de Enfermagem ao Paciente com Traumatismo da Coluna Cervical", pela Enfermeira Rose Mirian R. P. Pimenta; "Assistência de Enfermagem ao Paciente com Fratura de Membros Inferiores", pela Enfermeira-Supervisora do HMCC, Silvana Beatriz Lenhany; e "Lesões Vasculares na Traumatologia", pelo médico e membro do Conselho de Curadores da Fundação Itaiguapy, José Francisco de Farias Filho.

Dr. Farias recebe homenagem



Dr. Farias é reconhecido por sua atuação humana e profissional.

O médico José Francisco de Farias, que durante cinco anos foi Diretor-Clínico do Hospital Ministro Costa Cavalcanti e atualmente compõe o Conselho de Curadores da Fundação de Saúde Itaiguapy, foi homenageado na abertura da I Semana de Enfermagem do HMCC por sua dedicação e relevantes serviços prestados à comunidade e à classe médica.

Formado pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Dr. Farias é um dos mais conceituados especialistas em ortopedia e traumatologia, medicina física e reabilitação da região de Foz do Iguaçu.

Pacientes e colegas de trabalho elogiam não só suas qualidades profissionais, como revelam que Dr. Farias costuma atender voluntariamente, duraste suas férias, os pacientes do Hospital Público do Rio de Janeiro.

Para o ex-Chefe de Enfermagem do HMCC, Rovilson da Silva Prado, Dr. Farias é criterioso e detalhista nos aspectos técnicos, sem deixar de se preocupar com todos. "É o melhor médico que já conheci", afirma. A ex-Supervisora do Pronto-Socorro, Sandra Palonekipgem, declara que "faltam palavras no (Dicionário do) Aurélio para expressar o que este grande médico significa para todos nós".

Royalties de Itaipu

Os municípios e Estados da área do reservatório receberam, no início de maio, o equivalente a US\$ 7,48 milhões em royalties - compensação financeira pelo aproveitamento hidráulico do Rio Paraná. No dia 4, a Itaipu repassou o montante ao Tesouro Nacional, que faz a distribuição dos recursos. O governo do Paraná foi o maior beneficiado, recebendo US\$ 2,8 milhões. O mesmo valor foi repartido entre os 15 municípios limieiros paranaenses. A maior parcela - US\$ 719 mil - foi para Santa Helena. Em seguida, os maiores valores foram para Foz do Iguaçu, US\$ 550 mil, e Itaipulândia, US\$ 490 mil. De acordo com o Decreto n.º 1, de 11 de janeiro de 1991, os recursos ainda devem ser distribuídos ao município de Mundo Novo, localizado no Mato Grosso do Sul e ao governo daquele Estado; ao Departamento Nacional de Águas e Energia Elétrica; Secretaria de Ciência e Tecnologia; e Estados e municípios a montante.

Data do pagamento 04.05.95	1993/ 1995*
Valores em US\$	Valores em US\$
Distribuição..... 7.485.600	164.379.800
DNAEE..... 598.800	13.150.400
SCT..... 149.700	3.287.600
Subtotal 1..... 748.600	16.438.000
Paraná..... 2.823.100	61.994.000
Mato Grosso do Sul..... 40.100	881.200
Subtotal 2..... 2.863.200	62.875.300
Foz do Iguaçu..... 550.600	12.091.500
Sta. Terezinha Itaipu..... 114.300	2.510.100
S. Miguel Iguaçu..... 248.000	6.208.500
Itaipulândia..... 490.300	10.004.400
Medianeira..... 3.200	
Missal..... 109.300	2.400.400
Santa Helena..... 719.600	15.801.000
Diamante do Oeste..... 15.300	336.700
S. José Palmeiras..... 5.300	116.200
Mal. Cândido Rondon..... 152.900	3.778.400
Mercedes..... 52.700	1.075.400
Pato Bragado..... 128.400	2.620.100
Entre Rios..... 89.800	1.831.300
Terra Roxa..... 4.300	94.700
Guaíra..... 139.200	3.055.800
Mundo Novo..... 40.100	881.200
Subtotal 3..... 2.863.200	62.875.300
Estados a Montante..... 505.300	11.095.600
Municípios a Montante..... 505.300	11.095.600
Subtotal 4..... 1.010.600	22.191.300
Total Geral..... 7.485.600	164.379.800

* Os valores incluem os pagamentos normais e os atrasados.
** Valores convertidos ao dólar Sisbacen.

A NOTÍCIA É VOCÊ

ANO 1 • Nº 10 • MAIO • 1995

MEGA NEWS

Memória 21 Anos

Mais de 500 mil participaram dos programas comunitários da Itaipu

Mais de 500 mil pessoas já participaram das atividades organizadas pelo setor de Promoção Social da Comunidade (antigo Serviço Social da Comunidade) desde que a Usina começou a ser construída, em 1974. As atividades - projetos, cursos e palestras - sempre tiveram o caráter de promover a integração entre os moradores das Vilas de Itaipu, envolvendo crianças, jovens e adultos.

Vinte e um anos depois de iniciado o trabalho, a equipe da Promoção Social lembra que muitos programas foram extintos com a entrada da Usina em operação e o fim das grandes obras. O maior saldo, contudo, é a grande participação da comunidade e a am-

pliação do trabalho para as vilas próximas de Itaipu, integrando cada vez mais a Entidade a Foz do Iguaçu e municípios lindeiros.

Dentre as inúmeras atividades, destacam-se as Hortas Comunitárias, cursos e oficinas de artesanato e eletricidade, Colônia de Férias, campeonatos esportivos nas mais diversas modalidades, passeios ciclísticos, festas juninas e das Nações, grupos de teatro, Festa do Folclore, Feira do Produtor, Show de Talentos (MPB e Sertanejo), Oficinas de Arte e Criatividade, gincanas, Semana da Comunidade, Criança Sempre Criança, Cine-Debates e Programa Reviver (aspectos preventivos) e muitos outros.



Os desfiles de moda eram tão importantes no início dos anos 80 que nem o gesso no pé impediu a pequena manequim de participar. Este foi realizado no Centro Comunitário da Vila A.



A versão 1987 do Show de Calouros, que até hoje revela valores artísticos.



Esposas de barrageiros expõem as roupas que confeccionaram durante o Curso de Corte e Costura, realizado no Centro Comunitário da Vila C, em 1987.



No programa de Hortas Comunitárias, iniciado em 1985, os filhos de barrageiros aprendiam a plantar. Eles levavam a produção para casa e podiam vender o excedente.



As Colônias de Férias sempre atraíram a criançada. Só da Vila C, participaram dessa edição, em 1983, mais de 500 meninos e meninas.



Filhos de empregados participam, em 1978, de Curso de Artesanato Infantil.



O Circo do Bolinha foi uma das atividades inovadoras desenvolvidas pelo então Serviço Social da Comunidade, em 1978, no Centro Comunitário da Vila A.



Com o projeto Criança Sempre Criança, a meninada "botou o bloco na rua", em 1991.

De palhaço e de poeta...



Jair Gonçalves. Na foto, cara fechada. Mas o bom humor é constante.

do da Unicon, em 1978. Foi carpinteiro e soldador e, desde 1988, assumiu a função de motorista. É casado e pai de três filhos. É também poeta nas horas vagas e um companheiro bem humorado. Aliás, humor que vem de longa data. No passado, Jair trabalhou no Circo Pimentel, um dos pioneiros de Foz do Iguaçu. Ele era o palhaço "Caroço", que fazia dupla com o palhaço "Casquinha".

Aos 41 anos, Jair escreve poesias desde os 18. Apesar da pouca instrução, seu sonho é ter um livro publicado. O "Alfabeto do Amor" é uma das suas produções preferidas:

O "A" quer dizer amando
Que por amar tenho sofrido.
Não tem hora e nem momento
que te tiro do sentido.
Me lembro do teu semblante
Que me faz chorar seguido.

O "B" quer dizer benzinho
que do teu peito me vem.
Quanto mais você me despreza
ainda te quero bem.
Mas quero que um dia tu sintas
O amor que sinto também.



Visitas à Usina

Do Japão



O Embaixador Extraordinário e Plenipotenciário do Japão, Hidetoshi Ukawa, visitou Itaipu no dia 6 de maio. Ele marcou sua presença plantando uma árvore no "Bosque dos Visitantes". Tanto o Embaixador como sua esposa, Yoshiko Ukawa, ficaram impressionados com o gigantismo da Usina e seu arrojo tecnológico.

Pato Bragado



Os vereadores de Pato Bragado estiveram em Itaipu no dia 27 de abril, juntamente com seus familiares.

miliares. A visita foi registrada pelo Presidente da Câmara, vereador Cláudio Pedro Schaefer, que plantou uma árvore no "Bosque dos Visitantes". Além dele, a comitiva incluiu os seguintes vereadores: Alberto Mareco, Arnaldo Pauli, Nivaldo Gomes de Souza, Antonio Franceschetto, Elio Laurindo Seibert e Celso Luiz Stulp.

ANIVERSARIANTES DE JULHO



Dia 1º

Crescêncio Geraldo Cocato, Jubrair Bissoqui, Ariosvaldo Ramalho Frade, Ramona Alves Valadão e Nelson Carlos Justus.

Dia 2

Alberto Cruz, Orlando Silva, Maria Aparecida Marques, José Vasconcelos da Silveira e Lucila Ramires Ferques.

Dia 3

Murilo Sérgio S. Santiago, Lurdes Isabel Kaupka, Sérgio Alves da Silva, Luiz Alberto Sottomaior, Gilmar Mousquer de Oliveira, Alceu Luiz Zanellato e Cristina Trevisan Resnauer.

Dia 4

Sérgio Adriano Costa, Manoel José da C. Barros, Normando Fiorentin, João Batista Francisco, Janete Czaikoswski, Divino Mendes da Silva, Carlos Roberto M. Coutinho e Ivandina Faria Lopes.

Dia 5

Eliana Acordi Bueno, Noemi Mensch, Benedito Dionísio da Silva, Luiz Eduardo Barata Ferreira, Arnaldo Selau, Wagner Alves e Waldemir Piccinin.

Dia 6

Gercino Rocha Junior, Henrique Rodrigues, José Rodrigues Pinto, José Barbosa da Silva, Roberto Silva Lima, José Borges de Castro, Ricardo Gonçalves Peres, Orlando

Gonçalves de Moraes e Lys Maria Soares Teixeira.

Dia 7

André Zacharow, Ademir Missias dos Santos, Rogério Giacomazzi, Sidney Antonio Barbosa, Darci Adolfo Roese, Jorge Tokumi, Oldenon Mendes de Oliveira, Vera Maria Ferreira, Cirilo da Silva e Gilberto Cirilo Nobili.

Dia 8

Ana Maria Garcia Rossi, Sérgio Dias Braga, Zilmara Vidal Farias, Luiz Fernando Lucas, Carlos Pedro Schultes Amaro, Joaquim Carlos Pinto, Marlene Hanisz, Paulo Sérgio da Silva, Luiz Carlos Binotto e Valério Gomes Barradas.

Dia 9

Luciano Migliore, Sandro Alves Heil, Inez Ferronato e Djalma Modos.

Dia 10

José Carlos Motta Wille, Teodorico Zeferino Donato, Mário Bernardo Tomporoski, William Figueiredo Muniz, Ivani Coutin de Oliveira, João Francisco V. de Mattos e Lenira Padilha Bortoli.

Dia 11

João Gilberto da R. Machado, José Landi de Souza Mello, Flávio José Pereira, Servulo Carvalho, Rogério Dorneles, Mariley Lourdes D. Custódio, Mário Gubert Filho e Jorge Luiz Amatuza.

Dia 12

José Roberto Borghetti, Altino Bencke, Brasil Ramos da Silva, Marli Peters, Luiz César Savi e Robson dos Santos.

Dia 13

Margaret Mussoi L. Groff, Sebastião Valteir G. Nogueira, Luís Alberto Hellwig, Luiz

Otávio de N. Cavalcante e Cristina M. T. Stock Leopoldino.

Dia 14

Osly Machado de Campos, Cleverson Fabrício Batista, Renê Diomar Fernandes, José Felício, Irlene Damiani Bolzon, José Cândido e Lillian de Oliveira N. Alves.

Dia 15

Adelar Segismundo Della Torre, José Vitor Pereira, Luiz Carlos Ojeda, Henrique de Mello Torrentes, Delvino Colpani e Aires Silva.

Dia 16

Sílvio Monteiro, Sílvio R. Rangel Silveira, Guimarino Ricardo da Silva, Jacinto Francisco Nogueira, Wilson do Carmo Moreira, Rogério Diniz Siqueira, João Adenilson da S. de Freitas, Marcos Antônio da Matta, Joaquim Mendes Ferreira, Lair Guaiato e Arlete Garbelotti Leite.

Dia 17

Moacir Colombelli, Alexandre M. Fernandes Filho, Idiney Ferreira Garcia, Mário Antonio da Silva, Maria da Glória M. Fatureto, Sadi Bee, Sérgio Leopoldo Kummer, Antonio Hélio Paschoalino, Alexandre Donida Osório, Ivaldina de F. C. Schiguematsu e Fátima Regina Mossini.

Dia 18

José Joaquim dos Reis, José Maurício de Almeida, Benedito de Arruda, Hildete Aparecida da Silva, Pedro Rabelo de Paula, César Aparecido Marcal, Regina Soeli de Assunção, Irineu Colombelli, Bruno Repelewicz e Alexandre Bechuate Tufaile.

Dia 19

Maria Gracina Melo Tortato, Paulo Roberto Vieira, Frans Sérgio Camponez Nunes, João Carlos Ferrer Garcia e Sérgio Leão Rosenberg.

Dia 20

Ari Pasinato, Érica Rosinke Antonio, Valdecir Maria, Sérgio Luiz Scherer, Euclides P. de Linhares Neto, Giancarlo Marzovilla, Néelson Leão, José Franklin R. T. Alves e Luiz Antônio Pereira Pinto.

Dia 21

Elmar Pessoa Silva, Valtemir Rocha dos Santos, José Alberto de Hasselman Rabello, Antônio Salm, Pedro Martins Moreno, Antônio Luiz Thomé, João Alves dos Santos, Pedro Carlos de Oliveira e Elisabete Medeiros.

Dia 22

Alexandre Carlos C. Andrade, Pedro Prybiczy, Malton Ferreira Moroz, Valdeci Gomes Ferreira, Felix Kammer, Osmar Garcia e Vilson de Almeida Garrett.

Dia 23

Valéria Cristina A. L. Jordão, Aparecido Garbuio, José Tavares de Oliveira, Tiago Roberto Bruxel e Eduardo Ferraz Costa.

Dia 24

Cláudio Glasenapp e Rovilson da Silva Prado.

Dia 25

Idário Paz da Silva, Antônio Machado Filho, Sílvio Alves da Silva, Ney Aminthas de Barros Braga, Antonio Rosa, Leo Alves de Oliveira e Edio Jacó Willmbrink.

Dia 26

Francisco de Assis C. Motta, Alceu Pedroso e Sebastião Frazão da Silva.

Dia 27

Carlos Augusto Attuy, Ronaldo Silva, Jair Jeremias, Marcos Antonio de Lima, Alfredo Alves de Lima, Manoel Antônio

da Silva, Adão Maciel e Osmar Augusto Friedrich.

Dia 28

Adilson Justus, Vilmar de Freitas, Sérgio Roberto Troian, Luiz Centini Borges, José Luís Viana Júnior e Neli Rosa Rover.

Dia 29

José Machiavelli, João Darci Buss, José Carlos do Nascimento, Erdson Adilson K. F. Martins, Maria Armeses da S. Monteiro e Edgar Carlos Eckelberg.

Dia 30

Ademar Luiz Lenzi, Renato O'Leary Costard, Aparício Caetano Formiga, Elias Benedito Pereira e Manoel Edir G. Fernandes.

Dia 31

Lúcia Cordeiro Mascarello, Temiam Almeida de Moraes, Darley S. Din Carneiro, José Carlos F. de Resende, Clersi Ferraz Iantas, Luiz A. Nolasco da Silva, Rolando de Conti, César Augusto Kneib, Mércia Regina Moreira Farias e Gilmar Vieira Alves.

Felicidades !!

Desculpas

Devido a problemas alheios à nossa vontade, deixamos de publicar na edição passada do suplemento "A Notícia é Você" muitos nomes de aniversariantes de Maio e Junho. Pedimos desculpas a eles e a todos os leitores.

Os editores

Assemib e Itaipu beneficiam as entidades assistenciais



Na cerimônia de inauguração, Padre Antônio, da Igreja São José Operário, abençoou as instalações.

Um convênio entre Itaipu e a Associação dos Empregados (Assemib) viabilizou a montagem de uma loja de lembranças no Centro de Recepção de Visitantes da Usina. A loja, inaugurada dia 9 de maio, oferece ao visitante uma série de souvenirs, como camisetas, bonés, chaveiros e outros objetos feitos especialmente para os turistas. Os recursos arrecadados pela loja serão aplicados em programas assistenciais desenvolvidos por entidades beneficiárias dos municípios lindeiros ao Lago de Itaipu.

Na solenidade de inauguração, o Diretor Administrativo, Luiz Eduardo Veiga Lopes, representando o Diretor-Geral Brasileiro, elogiou a iniciativa dos diretores da Assemib, lembrando que a loja permitirá

tanto um melhor atendimento aos turistas como beneficiará a comunidade lindeira.

O presidente da Assemib, Agnaldo José da Silveira, agradeceu à Diretoria da Itaipu a cessão do espaço físico, os serviços técnicos e o apoio para a instalação da loja. Ele lembrou que as vendas deverão ser muito boas, já que diariamente uma média de 1.500 turistas passam pelo Centro de Recepção de Visitantes.

Na cerimônia de inauguração, a loja foi abençoada por Padre Antônio, da igreja São José Operário.

Brevemente a Assemib estará cadastrando as entidades assistenciais, para futuramente receberem os benefícios gerados pelo lucro da venda de souvenirs.



O Diretor Administrativo e o Presidente da Assemib desenham a fita, marcando a inauguração da loja.



Sirlei Vieira Carlos (ao centro), que participou do Programa Bom Menino de Itaipu, atenderá os turistas na loja de souvenirs. A Assemib garantiu assim a ela a oportunidade para iniciar sua vida profissional.

Milene já sente saudade do Japão

Milene Poncio, filha de nosso colega em Itaipu Neri Mota Poncio (ele atua na Superintendência de Gestão Financeira, em Curitiba), fez parte do grupo de 24 estudantes brasileiros que participaram do programa "Unibanco - Teenage Ambassadors from Brasil". Do Paraná, além dela, foram outros quatro estudantes. Eles passaram duas semanas no Japão, como parte de um intercâmbio educacional entre os dois países.

No Japão, Milene passou três dias com uma família japonesa, visitou Tóquio, Kyoto e Niko. Foi lá que pela primeira vez em sua vida ela viu neve, uma lembrança que ficou guardada para sempre. Ela também ficou maravilhada ao andar no trem-bala (o Shinkansen), que alcança 270 km por hora.

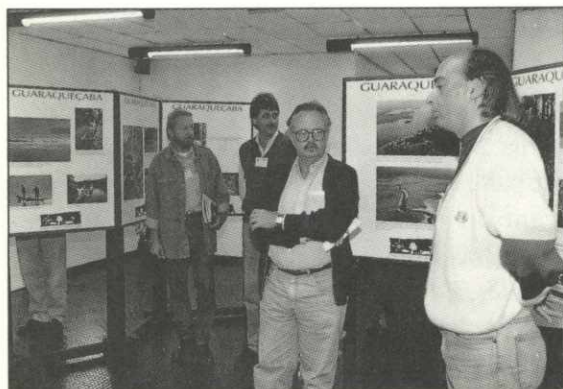
O grupo de "embaixadores" brasileiros foi notícia nos jornais editados em português no Japão, como o International Press e o Tudo Bem, e até em jornais dirigidos aos próprios japoneses. Milene Poncio teve um destaque especial: ela foi a escolhida do grupo para entregar um presente ao embaixador brasileiro em Tóquio, Paulo Pires do Rio, no coquetel em que a Embaixada recebeu a visita dos 24 jovens brasileiros.

Para Milene, a ida ao Japão mudou até seus planos de viagens. "Antigamente eu sonhava em conhecer a Europa e os Estados Unidos. Hoje, depois dessa viagem, espero um dia voltar e conhecer mais o Japão, onde deixei um pedaço do meu coração", diz ela. Milene passou no Japão do dia 31 de janeiro a 11 de fevereiro. Mesmo depois desse tempo em casa, ela não perdeu os laços com o Japão. Milene se corresponde assiduamente com a família japonesa que a recebeu, em Quioto.



Milene em frente ao templo Jinkakuji, em Kioto.

Fundação O Boticário expõe no Ecomuseu



O Superintendente de Meio Ambiente, Gilberto Valente Canali, além de chefes e gerentes da Área, estiveram presentes na abertura da exposição.

De 8 de maio a 10 de junho, o Ecomuseu de Itaipu sedia a exposição "Biodiversidade de Guaraqueçaba", da Fundação O Boticário de Proteção à Natureza. Toda a beleza da Floresta Atlântica, ainda completamente preservada na região de Guaraqueçaba, Litoral paranaense, é mostrada em painéis fotográficos, onde

predomina o intenso colorido da fauna e da flora da região.

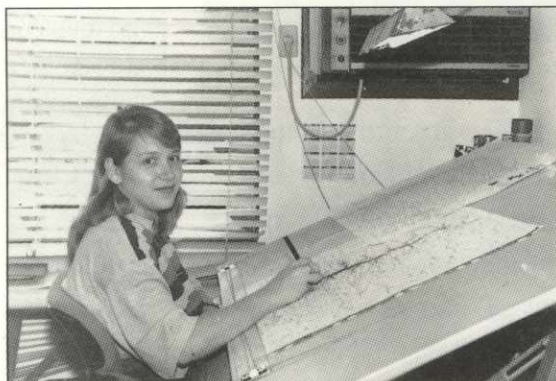
O Chefe da Divisão de Orientação Ambiental da Superintendência de Meio Ambiente de Itaipu, Luiz Antonio Alvarenga Cortes, diz que a exposição é fruto do trabalho da equipe de técnicos do Ecomuseu, que pretende ampliar o intercâmbio com outras entidades que atuam no setor. A Fundação O Boticário de Proteção à Natureza é uma entidade sem fins lucrativos, criada e mantida pelo grupo O Boticário para apoio, financiamento, incentivo, coordenação e execução de ações na área ambiental.

Luiz Antonio anunciou para este ano e o próximo mais três mostras da Fundação O Boticário: "Peixe Boi" (um levantamento da distribuição do peixe boi marinho); "Arvoredo" (divulgação da Reserva Biológica Marinha do Arvoredo, em Santa Catarina); e "Projeto Tamar" (proteção às tartarugas marinhas).

Cartaz do Programa Reviver é de Ignez

A desenhista projetista Maria Ignez Quevedo enviou dez desenhos para o concurso que escolheu o logotipo do "Programa Reviver", mas não foi premiada. Em compensação, um de seus cartazes acabou sendo escolhido para representar o programa nos eventos externos, como ocorreu recentemente no Congresso Brasileiro de Alcoolismo e Outras Dependências, realizado de 10 a 14 de maio, em Belo Horizonte. Maria Ignez, empregada da Centro e lotada na Superintendência de Meio Ambiente há nove anos, aderiu em maio ao plano de incentivo às demissões, porque pretende dedicar-se, na iniciativa privada, à área gráfica.

Talento não lhe falta. Responsável pelos desenhos em transparências, cartazes, mapas e projetos da Área de Meio Ambiente, a dese-



Maria Ignez Quevedo quer agora atuar na área gráfica.

nhista sempre procurou atender solicitações do setor de Recursos Humanos e da Promoção Social da Comunidade, fazendo cartazes e ilustrando cartilhas. Maria Ignez é casada com Ronaldo Matos Neves, da Segurança do Trabalho, e tem três filhos.

Reviver recebe Menção Honrosa

Implantado há menos de um ano, o Programa Reviver - Prevenção e Tratamento da Dependência Química começa a render frutos dentro e fora da Itaipu. Além de estar desenvolvendo diversas atividades de prevenção e encaminhamento de dependentes para tratamento, o programa foi reconhecido como exemplar no XI Congresso Brasileiro de Alcoolismo e Outras Dependências. O programa, que se destacou entre outros 140 apresentados, recebeu Menção Honrosa pelo trabalho de Prevenção e Ação Comunitária.



Este cartaz é o símbolo do programa em eventos externos.

Vila A: academia ao ar livre

Maria Hugue de Souza



Maria Hugue (de blusa listrada) caminha todos os dias, religiosamente.

Com esse lindo cenário... o verde vivo das grevilhas, o perfume dos eucaliptos, o realce da casca do angico e as flores amarelas do ipê, encontrei o meu novo jeito de caminhar.

O que era em princípio apenas uma atividade para satisfazer minha vaidade feminina, passou a ser também uma incorporação da natureza que o Gerente do universo construiu com qualidade total, e nunca será necessário fazer uma reengenharia, pois nesse projeto não existem falhas.

Caminhando... percebo que não estou só. Moradores da Vila A e da cidade também caminham, correm, pedalam bicicletas, deslizam em patins e skates. Outro dia, um adolescente andava naturalmente com as mãos, como se estivesse usando as pernas. O simpático "casal 20", o "seu" Diário, o senhor que trabalha no RX do hospital e vários empregados da SE.AB marcam presença diariamente.

A vendedora de doces altera seu ponto de venda em vários lugares da Vila, o meio-fio em alguns pontos já está estragado pelo tempo, mas a beleza das casas entre as árvores é peculiar, mesmo aquelas que já perderam sua originalidade.

O recanto dos papagaios, nos fundos do Colégio Anglo Americano, é uma festa. Se Mozart pudesse ouvir, com certeza comporia uma sinfonia.

Os cachorros, com muita personalidade, às vezes impedem minha passagem. Como prevenção, mudo o meu trajeto, deixando a rua só para eles.

Nesse êxtase, lembro-me do comentário de uma amiga, quando dizia que os homens querem possuir a mais perfeita televisão em cores, mas são incapazes de observar as lindas cores no abrir de uma janela.

Nas passarelas, a comissão de frente é a natureza, os destaques são os atletas que desfilam testemunhando o pôr do sol, onde o enredo é puxado pela alegria dos pássaros.

Na grande academia da Vila A, não existe horário fixo nem inscrição prévia e as vagas são ilimitadas.

Seja um acadêmico você também!!

(Maria Hugue de Souza
é da Divisão de Acompanhamento de Pessoal -
RHTA.AB - Departamento de Treinamento - RHT.AB)



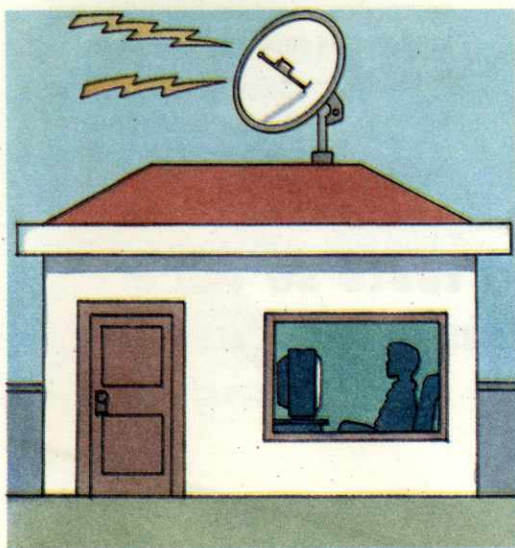
FAÇA PARTE DESSA EMPRESA CHAMADA **SOLIDARIEDADE**



Você conhece alguém com AIDS? Não fuja dele(a). Não lhe vire as costas. Cumprimente-o(a). Aperte sua mão. Sorria para ele(a). Ligue de vez em quando para saber como está. Você certamente se sentirá mais leve pois estará fazendo um bem enorme ao doente. Essas coisas não custam nada para você. Para o doente, elas representam muito.

Se você é amigo, parente ou parceiro de um doente de AIDS e está cuidando dele, procure se relacionar bem com o médico e a equipe de saúde que está tratando do paciente. Anote em um caderninho todos os sintomas (sinais) de mudança de comportamento ou aparecimento de machucados, a temperatura do doente etc. Passe essas informações ao médico de uma maneira rápida e objetiva. Guarde o resultado dos exames de forma organizada.

SÓ A INFORMAÇÃO PODE SALVAR SUA VIDA



No início dos anos 80, não havia muita informação disponível. Mas já se sabia, desde aquela época, que esta era a melhor forma de prevenção. A imprensa noticiava esporadicamente um ou outro caso. Os números foram crescendo. A AIDS foi se aproximando.

Hoje, muita gente conhece pessoas doentes. Um vizinho, um parente, um amigo. O número de doentes aumentou tanto que a doença está chegando cada vez mais perto de nós. A informação continua sendo a melhor arma para salvar sua vida. E também, nos dias atuais, para conviver com a AIDS. Não tenha medo. Informe-se. Entre nessa luta.

NESTA EDIÇÃO

AIDS, HIV, FORMAS DE INFECÇÃO E TRANSMISSÃO
PÁGS. 2 E 3

O APOIO AO DOENTE
PÁGS. 4 E 5

AS EMPRESAS E A AIDS
PÁG. 6

MUDANÇA DE COMPORTAMENTO
O USO DA CAMISINHA
PÁG. 7

CONHEÇA O SEU CORPO
PÁG. 8

DISQUE

AIDS

NESTES LOCAIS,
VOCÊ RECEBE TODAS
AS INFORMAÇÕES SOBRE
A DOENÇA

ACRE
(068) 224-7019

AMAPÁ
(096) 222-4477

BAHIA
(071) 245-8500

CEARÁ
(085) 133

MARANHÃO
(098) 222-0055

MATO GROSSO
(065) 321-6857

MATO GROSSO
DO SUL
Núcleo DST/AIDS
(067) 726-4079
(067) 726-4077 R.200

MINAS GERAIS
(031) 220-1414

PARÁ
(091) 1520

PARAÍBA
João Pessoa
(083) 222-4044
Campina Grande
(083) 322-7888

PARANÁ
(0432) 37-5922

PERNAMBUCO
(081) 231-1311

RIO DE JANEIRO
DISQUE-AIDS MULHER
(021) 290-5544
U.F.R.J.
(021) 293-2255
DISQUE AIDS
(021) 224-1656

RIO GRANDE DO SUL
Porto Alegre
(051) 197
Santa Maria
(051) 25-5207
(051) 28-6930

SÃO PAULO
Capital
(011) 280-0770
DISQUE-AIDS MULHER - GAPA
.. (011) 826-1231
Campinas
(0192) 32-3601/
34-5000/42-7599
Marília
(0144) 33-0245
Santos
(0132) 39-6060
São José do Rio Preto
(0172) 21-2288

A doença se aproxima

Desde que o primeiro caso de AIDS foi registrado, no final da década de 70, nos Estados Unidos, milhões de pessoas foram se contaminando em todo o mundo. Hoje, a AIDS é uma doença que chegou bem perto — e cada vez se aproxima mais — de todos nós. Por isso, a AIDS é um problema da família, da empresa e de toda a sociedade.

O que é AIDS

AIDS quer dizer Síndrome da Imunodeficiência Adquirida.

Síndrome é a associação de vários sinais (sintomas) que permitem identificar uma doença.

Imunodeficiência é um enfraquecimento importante do sistema imunológico. Significa que, fraca, a pessoa pode pegar muitas doenças.

Adquirida porque a pessoa não nasce com ela, mas a pega ao entrar em contato com o vírus da AIDS, o HIV.

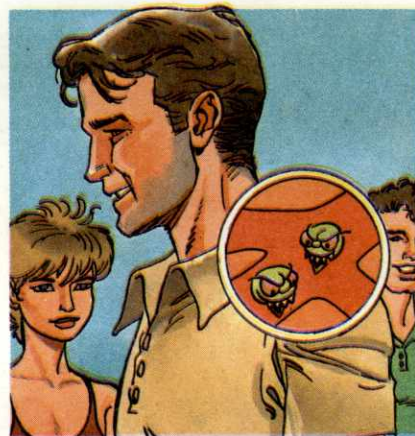
HIV — O Vírus

O HIV é o vírus que faz o corpo ficar fraco, possibilitando a ocorrência de diversas doenças oportunistas (que se aproveitam da situação de fraqueza da pessoa). Ele pode ficar muito tempo "dormindo", dentro de espécies de "casinhas" chamadas linfócitos T 4.



Quando "acorda", começa a se multiplicar até destruir a "casinha" (célula) e outra e outra e outra mais. O corpo fica sujeito a todo tipo de doenças, inclusive aquelas que não causariam grandes problemas em pessoas sem o HIV, como por exemplo, o sapinho na boca, a diarreia etc.

Estas são as fases de infecção pelo HIV:



1) Fase Soropositiva
Aparentemente, o indivíduo é saudável, mas está contaminado. Tem o vírus e não apresenta nenhum sintoma da doença. Mesmo assim, **pode transmitir** a AIDS para outras pessoas sadias.

2) Fase Intermediária
É quando aparecem e persistem os

sintomas como diarreia, emagrecimento muito rápido, gânglios (caroços) inchados no pescoço ou debaixo dos braços.

3) Fase da doença
É a fase mais grave, da AIDS propriamente dita. Aparecem doenças como pneumonia, meningite, tuberculose, herpes, que se aproveitam da fraqueza do corpo. São conhecidas, hoje, mais de 25 doenças oportunistas e alguns tipos de câncer, tumores. Exatamente porque o corpo está fraco, é difícil tratar, pois os remédios não fazem muito efeito.

É importante lembrar que as fases 2 (intermediária) e 3 (da doença) podem se juntar uma na outra. Mais importante ainda é saber que nas três fases a pessoa infectada **pode transmitir** o vírus.

A Transmissão

Quando está fora do corpo humano, o vírus da AIDS morre logo, não sobrevive por muito tempo. Ainda bem. Além disso, é preciso haver uma grande quantidade do vírus para

contaminar uma pessoa sadia. O que só acontece quando o HIV entra em contato direto com o sangue, esperma (líquido que sai do pênis do homem na hora do gozo — veja página 8) ou secreções vaginais (líquidos na vagina das mulheres — veja página 8).

**Exija o teste se você
precisar de alguma transfusão
de sangue**

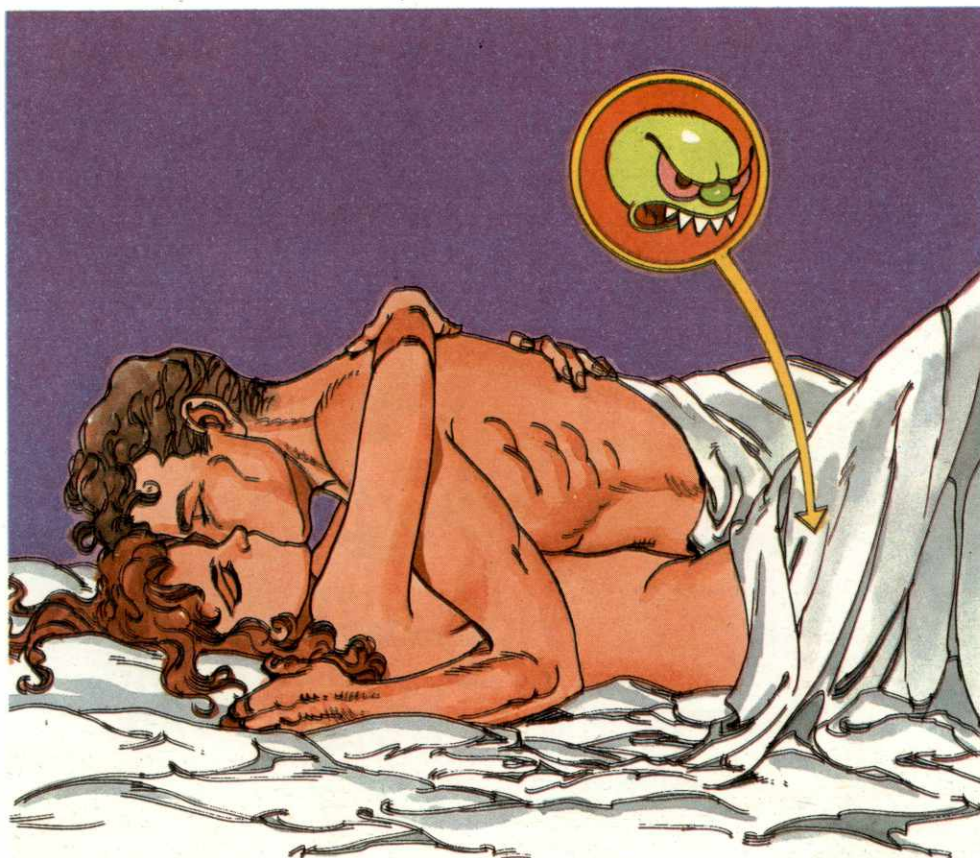
Não há motivo para pânico. Informe-se. Previna-se. Seja amigo de quem é doente.

A AIDS pode ser transmitida por:

1) Relação sexual com pessoas portadoras do HIV

Durante as relações sexuais ocorrem ferimentos muito pequenos, tão pequenos que não dá para ver a olho nu. É por aí que o vírus entra.

Todo contato com sangue, esperma e líquidos vaginais (veja página 8) contaminados é perigoso. O sexo anal (por trás) é ainda mais arriscado, pois o ânus (por onde saem as fezes — veja página 8) é o local ideal para o vírus se alojar. O sexo oral (a boca no pênis ou na vagina — veja página 8) também apresenta risco de contaminação, principalmente se houver ejaculação (gozo) na boca ou, no caso da mulher, quando estiver no período de menstruação (regra ou incômodo). Se um dos parceiros tiver algum tipo de ferimento na boca ou na gengiva, por exemplo, poderá haver a contaminação. Nesse caso, será novamente através do sangue, isto é, o vírus entrará direto na corrente sanguínea da pessoa.



A recepção do sangue com HIV pode acontecer também pelo uso de agulhas e seringas contaminadas. Os hospitais brasileiros **só usam seringas descartáveis**. Portanto, não há problema. O problema aparece entre os drogados que se utilizam de uma mesma agulha e seringa para passar a droga de um para outro. Se ficou uma gota de sangue ali, a contaminação é certa.

3) De mãe para filho

A transmissão da mãe para filho pode acontecer durante o parto, pela amamentação ou via vertical (da mãe para o feto), durante a gravidez.

No caso de mães portadoras do vírus da AIDS, a possibilidade de contaminação do feto é de mais ou menos 30 por cento, isto é, uma em cada três crianças é contaminada. Portanto, 70 por cento dos bebês podem nascer sem o HIV, segundo as pesquisas.

A criança pode ser contaminada também durante o parto. Os médicos recomendam que as mães com vírus não amamentem e não doem seu leite.

O vírus da AIDS já foi encontrado na saliva, nas lágrimas, no suor, na urina e nas fezes, mas em pequenas quantidades. O risco de pegar AIDS em contato com esses líquidos é muito pequeno.

Beijar é muito bom e não faz mal a ninguém. Só há possibilidade de pegar AIDS se o beijo for profundo e se houver sangramento nas gengivas. Até hoje, não houve **nenhum** caso de transmissão por beijo, cientificamente provado.



É praticamente impossível a transmissão por: mosquitos, pernilongos, animais domésticos, copos, alimentos, privadas, ônibus, talheres, dinheiro, maçanetas, piscinas, escolas, parques públicos ou pelo ar.

Endereços que você precisa conhecer

REGIÃO NORTE

ACRE
• Hospital de Base
Av. Getúlio Vargas, s/nº - Bosque
69900-150 - RIO BRANCO - AC
Fones: (068) 224-1585 e 224-3688

AMAPÁ
• Secretaria de Saúde e Ação Social
Rua Jovino D'Almeida, 1.385
68906-420 - MACAPÁ - AP
Fone: (096) 222-4997

AMAZONAS
• Secretaria de Saúde
Rua Dona Libânia, 215 - Centro
69010-250 - MANAUS - AM
Fones: (092) 234-9252 e 234-9853

PARÁ
• Secretaria de Saúde do Estado
Av. Presidente Pernambuco, 489
66015-200 - BELEM - PA
Fone: (091) 224-4973

RONDÔNIA
• Departamento de Epidemiologia
Esplanada das Secretarias, Av. Farquar, s/nº
78916-400 - PORTO VELHO - RO
Fone: (069) 221-0371

RORAIMA
• Secretaria de Saúde e Ação Social
Av. Capitão Ene Garcez, 1.636 - 3º andar
69304-000 - BOA VISTA - RR
Fones: (095) 224-7363 e 224-9050

REGIÃO NORDESTE

ALAGOAS
• Secretaria de Saúde do Serviço Social
Av. Duque de Caxias, 1.002 - Jaraguá
57301-000 - MACEIO - AL
Fone: (082) 221-6151 ramal 51

BAHIA
• Secretaria Estadual de Saúde
Centro Adm.-Plataforma 6-4º Av. - 2º andar
41750-300 - SALVADOR - BA
Fone: (071) 231-8944

CEARÁ
• Secretaria Estadual de Saúde
Rua Olavo Bilac, 1.200
60320-000 - FORTALEZA - CE
Fones: (085) 243-6944 e 247-7570

MARANHÃO
• Secretaria Estadual de Saúde
Rua São Pantaleão, 1.175 - Centro
65026-200 - SÃO LUIS - MA
Fone: (098) 232-3440

PARAÍBA
• Secretaria Estadual de Saúde
Av. D. Pedro II, 1.826 - Torres
58040-440 - JOÃO PESSOA - PB
Fone: (083) 222-3222 ramal 42

PERNAMBUCO
• Hospital Pedro II
Rua dos Coelhos, s/nº - Bairro Coelhos
50070-550 - RECIFE - PE
Fone: (081) 222-4783

PIAUÍ
• Secretaria Estadual de Saúde
Caixa Postal 835
64018-200 - TERESINA - PI
Fone: (086) 222-1932

RIO GRANDE DO NORTE
• Secretaria Estadual de Saúde Pública
Av. Junqueira Aires, 488 - Cidade Alta
59025-280 - NATAL - RN
Fone: (084) 222-9529

SERGIPE
• Secretaria Estadual de Saúde
Palácio Sergipe - Praça General Valadão, 32
49010-520 - ARACAJU - SE
Fone: (079) 222-0179 ramal 137

REGIÃO CENTRO-OESTE
DISTRITO FEDERAL
• Departamento de Saúde Pública
SMHN - Q.501 - Mód. B - Prédio do COMP
70710-904 - BRASÍLIA - DF
Fones: (061) 226-2806

GOIÁS
• Divisão de Dermatologia Sanitária
Av. Anhanguera nº 5.195 - B. Campinas
74043-011 - GOIÂNIA - GO
Fones: (062) 232-0425 e 233-1807

MATO GROSSO
• Centro Político Administrativo, s/nº
78070-000 - CUIABÁ - MT
Fone: (065) 313-2284

MATO GROSSO DO SUL
• Secretaria Estadual de Saúde
Parque dos Poderes, Bl. 7
79031-902 - CAMPO GRANDE - MS
Fones: (067) 624-4141

TOCANTINS
• Secretaria de Saúde
Rua Goiás, 480 - Setor Flamboyant
77560-000 - MIRACEMA - TO
Fone: (062) 866-1441

REGIÃO SUDESTE
ESPIRITO SANTO
• Secretaria Estadual de Saúde
Av. Mal. Mascarenhas de Moraes, 2.025
29052-121 - VITÓRIA - ES
Fone: (027) 227-4111 ramal 211

MINAS GERAIS
• Secretaria de Saúde
Av. Amazonas, 266 - 10º andar - sala 1.027
30410-000 - BELO HORIZONTE - MG
Fones: (031) 212-5000 ramais 140 e 142

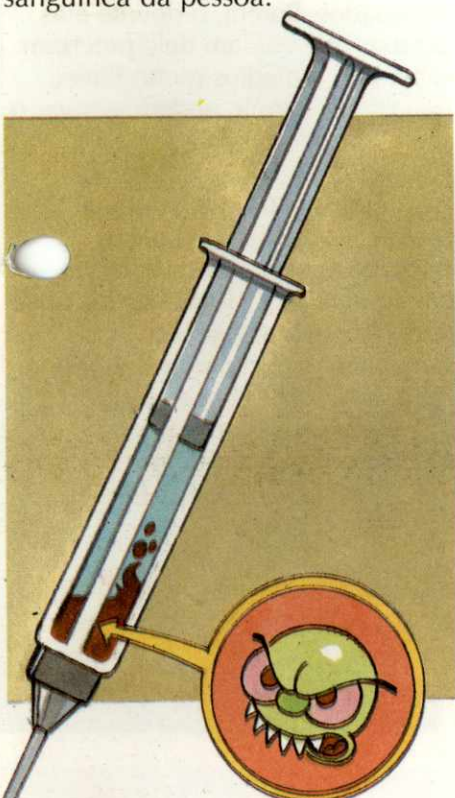
RIO DE JANEIRO
• Secretaria Estadual de Saúde e Higiene
Rua México, 28, 8º andar - sala 806
20031-145 - RIO DE JANEIRO - RJ
Fone: (021) 240-2771

SÃO PAULO
Av. Dr. Arnaldo, 351 - 5º andar
01246-000 - SÃO PAULO - SP
Fones: (011) 853-0217, 853-8488 e 280-3822 ramal 238

REGIÃO SUL
PARANÁ
• Centro de Epidemiologia
Rua Engenheiro Rebouças, 1.607
80230-040 - CURITIBA - PR
Fone: (041) 225-7575 ramais 471 e 394

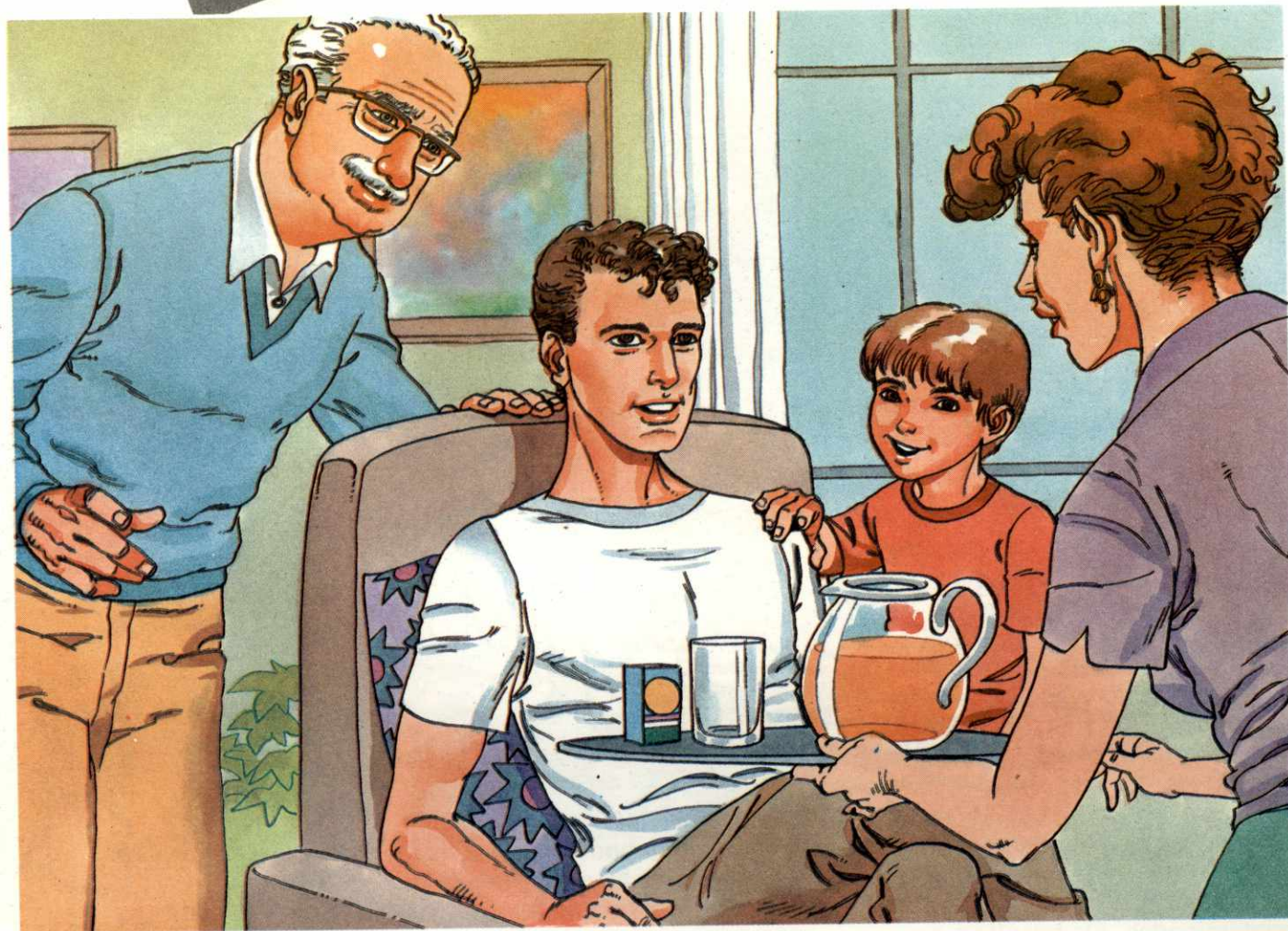
RIO GRANDE DO SUL
• Secretaria de Saúde e do Meio Ambiente
Rua Luiz Afonso, 234 - Cidade Baixa
90050-310 - PORTO ALEGRE - RS
Fone: (0512) 25-5207

SANTA CATARINA
• Depto. Autônomo de Saúde Pública
Rua Esteves Júnior, 22 - Ed. Halley, 11º
88015-530 - FLORIANÓPOLIS - SC
Fone: (048) 223-2027



2) Transfusão ou recepção de sangue

A rede hospitalar no Brasil está consciente do perigo da transmissão da AIDS através de transfusões de sangue. Por isso, um número cada vez maior de hospitais está fazendo teste para descobrir possíveis doadores contaminados.



Os doentes precisam de apoio

Não existe um tempo determinado para que um portador do vírus da AIDS comece a apresentar os sintomas da doença. Em média, 50 por cento deles manifestam os primeiros sinais entre nove e dez anos após a contaminação. A vida da pessoa, depois que aparecem os primeiros sintomas, tem durado em média, no Brasil, 12 meses. Esse tempo é muito variável, pois depende das condições financeiras do doente, dos tratamentos e medicamentos, do seu estado psicológico, do apoio da família, do seu nível de informação e da facilidade ou dificuldade que ele tiver para internações em hospitais. Atualmente, os médicos — e mesmo os doentes — preferem que o tratamento seja feito em casa, só acontecendo internações em casos de extrema necessidade. Desta forma, os doentes podem contar com o apoio da família, dos amigos e dos parentes. Nessas

horas, o carinho é tão ou mais importante do que os remédios.

Leve o doente para casa

Até quando a doença permitir, a pessoa com o vírus da AIDS deve continuar trabalhando. Quando

não der mais, leve-a para casa e escolha um quarto em conjunto com todas as pessoas envolvidas. Pode ser um quarto pequeno, dividido com os outros, mas que tenha a luz do sol e que seja ventilado. O doente precisa participar da vida da família. Parentes e amigos podem ajudar nas tarefas de casa, fazendo comida para aqueles que estão cuidando do doente, lavando roupas ou fazendo companhia a ele.

O que o doente sente

É muito comum que os doentes AIDS sintam **dores agudas** na cabeça, no peito, mãos e pés. Feridas na boca ou nas partes baixas (em volta do pênis, da vagina ou do ânus — veja página 8) também podem ser muito dolorosas. Antes que a dor se torne aguda, é preciso dar algum remédio mais forte do que a aspirina. O médico pode receitar os remédios adequados. Porém, o doente e as pessoas que cuidam dele precisam saber que remédios muito fortes, que fazem dormir, podem agravar o seu estado de saúde.

Para aliviar a dor, coloque um pano limpo e úmido sobre as feridas, a cabeça ou o peito, derrame água limpa e depois enxugue bem. O local da dor pode também ser massageado suavemente com óleo ou vaselina. Peça ao doente para respirar profunda e regularmente, para relaxar. Existem também remédios que podem melhorar as feridas. Fale com o médico.

A **diarréia** pode ser um problema grave, com fezes aguadas, cheiro muito ruim e pus. O doente, às vezes, se recusa a comer e a beber,

Um beijo no rosto faz um bem imenso ao doente e não faz mal nenhum a você.

Um carinho, um cafuné na cabeça fazem muito bem ao doente. Não fazem mal nenhum a você.

com medo de piorar a diarreia. Ele se sente triste e deprimido. Quem estiver cuidando dele precisa encorajá-lo a comer alimentos leves e nutritivos, como sopão, água de arroz, suco de frutas, chá fraco. A desidratação será combatida assim.

Se o doente vomitar, dê a ele de pouco em pouco tempo uma pequena quantidade de líquido. Alimentos e líquidos contendo muito açúcar podem piorar a diarreia.

Use um plástico para proteger o colchão e os cobertores. Troque a roupa de cama sempre que necessário, ainda que seja duas ou mais vezes por dia. O doente deve ficar sempre limpo, seco e confortável. Tenha uma comadre sempre à mão. A diarreia e os suores deixam um cheiro muito ruim no ambiente. Por isso, use um ventilador ou desodorantes de ambientes tipo bom-ar (se disponíveis).

As doenças relacionadas à AIDS podem causar **confusão mental** no

doente. Ele começa a não falar coisa com coisa, não percebe o que está acontecendo ao seu redor, esquece, não se movimenta direito. Tem horas em que ele conversa normalmente. Em outras, não. Isso é muito perturbador para quem está cuidando dele.

Quando está confuso, o doente tem necessidade de toda a atenção e apoio. Ele fica muito agitado e agressivo. Às vezes, é preciso duas pessoas segurando-o para que não se machuque. Por isso, tire os objetos perigosos do quarto. Um calmante pode ajudar, mas é preciso estar consciente de que a sonolência poderá piorar as condições gerais do doente.

Cuidar de um doente assim é muito cansativo e causa muita angústia. Por esses motivos, quem está cuidando dele deve descansar bastante, e fazer revezamento com outras pessoas.

O doente não controla seu comportamento. Ele não é agressivo porque quer. É porque o vírus da AIDS está em seu cérebro.

As **feridas** (abscessos ou úlceras) na **pele** podem infeccionar, ficar com pus. A pessoa pode ter febre, pressão baixa e o coração bater mais rápido. Tudo isso provoca dor e desconforto no doente.

As feridas precisam ser limpas regularmente, com uma solução salina (uma colher de chá de sal para um copo de água) ou um antisséptico (se disponível), para evitar o mau cheiro.

A febre pode ser abaixada tirando as cobertas, refrescando a pele do doente com panos úmidos e abanando-o. Para evitar maiores problemas na pele, depois de retirar o pano úmido, enxugue bem o local.

Se o doente estiver na cama, sem conseguir se levantar, movimente suas pernas e braços com cuidado várias vezes ao dia. Mude a posição de seu corpo a cada 2 ou 3 horas.



O **medo da morte** é uma reação normal. As pessoas que cuidam do doente devem conversar com ele sobre seus medos, sem lhe dar falsas esperanças. O medo pode tornar o doente revoltado com sua situação e agressivo com quem está cuidando dele. Explicar a ele o que pode acontecer, às vezes ajuda. Por exemplo: pode haver dificuldade para respirar ou para se manter consciente.

Os sonhos, as dívidas, as responsabilidades do doente provocam nele sentimentos de **culpa, tristeza e mágoa**. Ele pode sentir-se responsável por expor seus parceiros à infecção ou culpado porque acha que envergonhou a família e os amigos. O doente pode querer ser perdoado ou discutir maneiras de resolver os seus problemas.

O doente sente **solidão e depressão** (tristeza), porque muitos amigos e parentes se afastam, deixam de visitá-lo. Ou, quando visitam, parecem estranhos. Demonstre amizade. Isso não custa nada. Não tenha medo. Ele está sofrendo e só quer a sua companhia. Seja solidário. A AIDS mata. Um carinho não.

Conviver com a AIDS

Conviver e cuidar de um parente, amigo ou parceiro doente de AIDS é muito cansativo, física e emocionalmente. O peso das tarefas de casa — lavar, passar, fazer comida —, aumenta muitíssimo. Por isso, além de precisar de ajuda física para fazer os serviços, a família precisa de apoio emocional, muitas vezes até mais que o doente. Isto

porque a família — ou quem está convivendo com a AIDS, tem dificuldades para aceitar o que está acontecendo.

Se você tem um conhecido, amigo ou parente com AIDS, ajude-o. Seja solidário. Sua força é importante para que ele aceite com mais naturalidade a doença.

Empresas: educar para prevenir

Locais de Atendimento nos Estado de São Paulo

CAPITAL

• Ambulatório do Hospital Emílio Ribas
Av. Dr. Arnaldo, 165
01246-000 - SÃO PAULO - SP
Fone: (011) 881-2433

• Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo
Rua Dr. Enéas Carvalho de Aguiar, s/nº
05403-000 - SÃO PAULO - SP
Fones: (011) 282-2811 ramal 413 e 282-7394

• Hospital Heliópolis
Rua Cônego Xavier, 276 - Sacomã
04231-030 - SÃO PAULO - SP
Fone: (011) 274-7600

• Hospital São Paulo
Rua Napoleão de Barros, 715 - Vila Clementino
04024-002 - SÃO PAULO - SP
Fones: (011) 273-3389, 273-5089, 549-0344 e 274-7600

GRANDE SÃO PAULO E INTERIOR

• Centro de Saúde I
Rua Afonso Pena, 1.537
16015-040 - ARACATUBA - SP
Fone: (0186) 23-7010

• Serviço Especial de Saúde
Rua Itália, 1.617
14801-350 - ARARAQUARA - SP
Fone: (0162) 22-2146

• Centro de Saúde I
Rua Quintino Bocaiuva, 5
17015-100 - BAURURU - SP
Fone: (0142) 23-1155

• Hospital das Clínicas da UNICAMP
Cidade Universitária - Distrito de Barão Geraldo
13081-970 - CAMPINAS - SP
Fone: (0192) 39-1301

• Centro de Saúde I
Rua Pará, 3
15800-000 - CATANDUVA - SP
Fone: (0175) 22-1112

• Centro de Saúde I
Rua Ouvidor Freire, 2.109
14400-630 - FRANCA - SP
Fone: (0167) 72-2333

• Centro de Saúde I
Rua Ipiranga, 970
13400-485 - PIRACICABA - SP
Fone: (0194) 22-2019

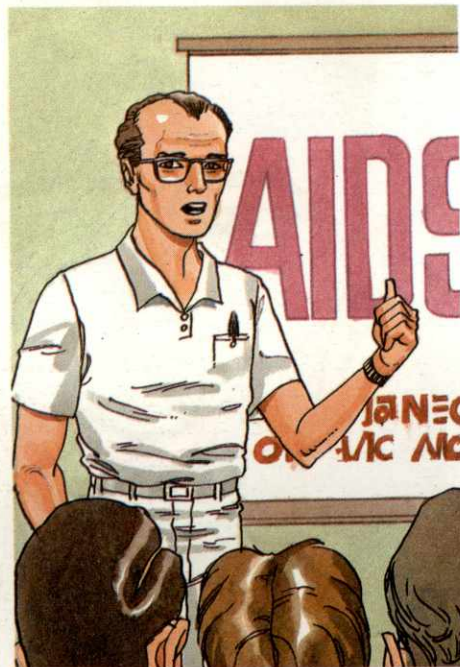
• Hospital das Clínicas
Campus Universitário Monte Alegre
14048-000 - RIBEIRÃO PRETO - SP
Fone: (016) 633-1000

• Hospital Guilherme Álvaro
Rua Oswaldo Cruz, 90
11045-100 - SANTOS - SP
Fone: (0132) 33-2323

• Centro de Saúde I
Av. Francisco José Longo, 925
12245-001 - SÃO JOSÉ DOS CAMPOS - SP
Fone: (0123) 22-7211

• Hospital de Base da Faculdade de Medicina
Av. Brigadeiro Faria Lima, 5.416
15090-000 - SÃO JOSÉ DO RIO PRETO - SP
Fone: (0172) 32-2755

• Conjunto Hospitalar Faculdade de Medicina
Rua Cláudio Manoel da Costa, 251
18030-210 - SOROCABA - SP
Fone: (0152) 31-7700



A **informação** continua sendo o melhor remédio para a prevenção da doença. A princípio, havia os então chamados "grupos de risco". Isso não existe mais. Hoje, temos o **comportamento de risco**, isto é, qualquer pessoa pode pegar o vírus da Aids, não importando o sexo, idade, raça, classe social, preferência sexual ou profissão.

Por isso, é muito importante que as empresas tenham programas internos de combate à AIDS. Além do aspecto humano de assistência médica e psicológica ao doente, a Aids tem custos muito elevados.

Um doente custa, diretamente, no Brasil, cerca de 50 dólares por dia. É um valor considerável. Mas, o custo indireto, para as empresas, é muito maior. Ela investiu no seu funcionário, oferecendo

treinamento, benefícios, plano de carreira etc. Provavelmente, este funcionário está no auge de sua profissão, entre os 25 e 40 anos de idade.

Como abordar a questão da AIDS

A problemática da AIDS dentro da empresa — e na sociedade como um todo — envolve grandes fatores: tabus como sexo, drogas, discriminações sociais, entre outros. Tudo isso causa desconforto. Nos dois ambientes, trabalho e família, os infectados têm medo de procurar ajuda, pois temem repreensões.

Definir uma política e implementar ações de prevenção da AIDS é, sem dúvida, uma obrigação da empresa. Mesmo porque, custa menos prevenir do que tratar.



A AIDS é uma doença cara (veja box ao lado). Pelo custo elevado do tratamento, a sociedade como um todo precisa investir na prevenção. Segundo estimativa do Ministério da Saúde, o Brasil tem hoje cerca de 500 mil contaminados. Até o final de 1995, o país deverá ter 90 mil doentes (esse número é acumulado, ou seja, representa a somatória de todos os casos registrados desde o aparecimento da doença no Brasil). Como o custo direto de um doente de AIDS, aqui, é de pelo menos 12 mil dólares em um ano, até o final de 1995 o país estará pagando uma conta no valor de mais de um bilhão de dólares.

Os números da AIDS

A Organização Mundial de Saúde (OMS) estima que, até o ano 2.000, portanto, daqui a pouco tempo, haverá de **30 a 40 milhões** de pessoas contaminadas pelo HIV, o vírus da AIDS, em todo o Mundo.

O Brasil tem hoje cerca de **500 mil** contaminados, segundo estimativa do Ministério da Saúde. Até o final de 1995, o país deverá ter **90 mil** doentes (número acumulado, apresentado no Congresso Internacional da AIDS em 1995).

O custo direto de um doente no Brasil é de pelo menos **12 mil dólares** em um ano.

O custo indireto da AIDS, ou seja, a perda da capacidade produtiva de uma pessoa por morte precoce, é de **6 a 8 vezes** maior do que o custo direto (estimativa norte-americana).

Uma diária hospitalar no Brasil, em um hospital público, custa **dólares** por doente de AIDS, sem incluir remédios importados.

A cada **15 minutos**, uma pessoa morre de AIDS nos Estados Unidos, de acordo com estimativa da OMS.

A cada **45 minutos** o Ministério da Saúde recebe a notificação de um caso de AIDS no Brasil.

O primeiro caso identificado no país aconteceu no início da década de **80**, em São Paulo.

Não existe perspectiva de cura ou vacina nos próximos anos. A **informação** continua sendo a melhor forma de prevenção.

A AIDS é um problema da família, da empresa, de todos nós.

Mudar já!

Ou aumentar o risco de vida

Herbert de Souza — o Betinho — em seu livro "A cura da AIDS" escreveu: "Viver sob o signo da morte não é viver. Se a morte é irreversível, o importante é saber viver e, para isso, é fundamental que possamos reduzir o contágio com o vírus HIV. É um desafio que temos de vencer".

Sem dúvida, esse é um desafio muito difícil de vencer. O primeiro passo é uma mudança total do comportamento das pessoas. O perigo do contágio ronda todos nós. Por isso, precisamos nos conscientizar de que somente com **proteção** é que podemos evitar a AIDS.

O descuido pode ser fatal

"Nunca pensei que isso fosse acontecer comigo". Essa frase é muito ouvida diariamente por médicos em todo o Brasil. São pessoas como você, que precisam entender — de uma forma ou de outra — que a AIDS está aí, visível, sem escolher suas vítimas. Por isso, é chegado o momento de todo mundo parar para pensar e mudar. A primeira atitude que devemos assumir é o uso da camisinha. Ela é a **única** forma conhecida de prevenção da AIDS. Aquele velho papo de "não vou chupar bala com papel" tem de ser esquecido. Ou se faz sexo com camisinha, ou o risco de contrair o vírus da AIDS é imenso.

Ainda sobre o uso da camisinha: muitas pessoas não usam com medo de magoar ou chatear o parceiro. Isso porque, nas relações entre parceiros, é muito difícil acreditar que o outro possa estar contaminado. Mas, será que existe total sinceridade entre todos, a ponto de haver a garantia da não contaminação? Em caso de dúvida, consulte um médico.

As pesquisas têm mostrado que o número de mulheres infectadas cresce de modo assustador. Isso

significa que conforme aumenta o número de mulheres doentes, diminui muito o nascimento de crianças no país. Assim, os parceiros precisam conversar abertamente sobre o uso da camisinha, que é a única forma de fazer sexo seguro.

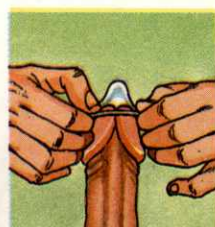
O outro ponto importante diz respeito às drogas aplicadas diretamente na veia. De um modo

geral, os médicos especialistas em AIDS afirmam que "a maioria daqueles que usam drogas na veia um dia vai se contaminar". Portanto, não há outra saída: o uso de drogas na veia tem de acabar. Mas, no caso disso ser impossível para alguém, que haja pelo menos o cuidado de utilizar seringas individuais e nunca participar de sessões coletivas de uso de droga.

Como usar a camisinha



1- Retire a camisinha do envelope.



2- Coloque a camisinha com o pênis duro, antes do ato.



3- Antes de desenrolar a camisinha, aperte a ponta para retirar o ar.



4- Sem deixar o ar entrar, vá desenrolando a camisinha até que o pênis fique todo coberto.



5- Depois do orgasmo (gozo), retire a camisinha enquanto o pênis estiver duro, para evitar que o líquido esorra.



6- Dê um nó na camisinha.



7- Embrulhe a camisinha em papel higiênico e jogue no lixo.

**Use sempre a camisinha.
Use uma por vez. Prefira as
lubrificadas.**

Locais de Atendimento no Estado do Rio de Janeiro

Capital
• Hospital Evandro Chagas - FIOCRUZ
Instituto Oswaldo Cruz - Manguinhos - Av. Brasil, 4.365
20940-070 - RIO DE JANEIRO - RJ
Fones: (021) 230-1840 e 280-1589

• Hospital Geral de Jacarepaguá
Av. Menezes Cortes, 3.245 - Jacarepaguá
20715-191 - RIO DE JANEIRO - RJ
Fone: (021) 392-1205

• Hospital da Lagoa
Rua Jardim Botânico, 501
22461-000 - RIO DE JANEIRO - RJ
Fone: (021) 294-5582, ramal 264

• Hospital Universitário Antonio Pedro
Rua Marquês de Paraná, 303
22230-030 - NITERÓI - RJ
Fone: (021) 719-2828

• Hospital Universitário Gaffrée e Guinle
Rua Mariz e Barros, 775 - Tijuca
20270-004 - RIO DE JANEIRO - RJ
Fone: (021) 228-9221

• Hospital Universitário Pedro Ernesto
Av. 28 de Setembro, 87 - Vila Isabel
20551-030 - RIO DE JANEIRO - RJ
Fone: (021) 264-6222, ramais 323 e 538

Grande Rio e Interior
• Hospital Estadual Ferreira Machado
Rua Rocha Leão, 2
28100-000 - CAMPOS - RJ
Fone: (0247) 22-5158

• Hospital Municipal Antonio Cardoso
Fontes
Rua Paulino Afonso, 455
25680-000 - PETRÓPOLIS - RJ
Fone: (0242) 42-4062

• Posto de Saúde (PAM)
Rua Valério Vilas Boas, 17 - Centro
25520-090 - SÃO JOÃO DO MERITI - RJ
Fone: (021) 756-2821

• Hospital das Clínicas
Av. Delfim Moreira, 211
25953-181 - TERESÓPOLIS - RJ
Fone: (021) 742-4152 ramal DIP

• Hospital Escola Jarbas Passarinho
Rua Vicente Celestino, 201 - Madrugá
27700-000 - VASSOURAS - RJ
Fones: (0244) 71-1499 ramal 209 e 71-1595 ramal 206

• Hospital Municipal São João Batista
Rua Nossa Senhora das Graças, 235 - Colina
27253-610 - VOLTA REDONDA - RJ
Fone: (0243) 42-3161

Este é o seu corpo. Cuide bem dele.

Saliva

O vírus da AIDS foi encontrado na saliva de portadores e doentes, porém em quantidade muito pequenas. Um beijo leve, mesmo que na boca de uma pessoa doente, não representa perigo de contágio. Um beijo profundo pode apresentar perigo **se houver algum sangramento de gengiva**. Aí a transmissão será através do sangue e não pela saliva.

Axilas

O suor do corpo, principalmente aqui, debaixo do braço, contém pequenas quantidades de vírus da AIDS. Também não representa nenhum perigo de contaminação.

Pênis

É o órgão sexual do homem. Durante a ejaculação (gozo), solta o esperma, o líquido branco que sai do pênis. Num homem contaminado, o esperma contém uma quantidade muito grande de vírus HIV. Na vagina, no ânus ou na boca, o esperma transmite AIDS.

Urina

A água que não serve ao corpo é filtrada pelos rins. Sai pelo pênis (no homem) e pela uretra (canal que fica perto da vagina da mulher). Não há perigo de pegar AIDS em contato com a urina.

Lágrimas

As lágrimas saem constantemente para lavar os olhos. Não há perigo de pegar AIDS em contato com esse líquido.

Seios

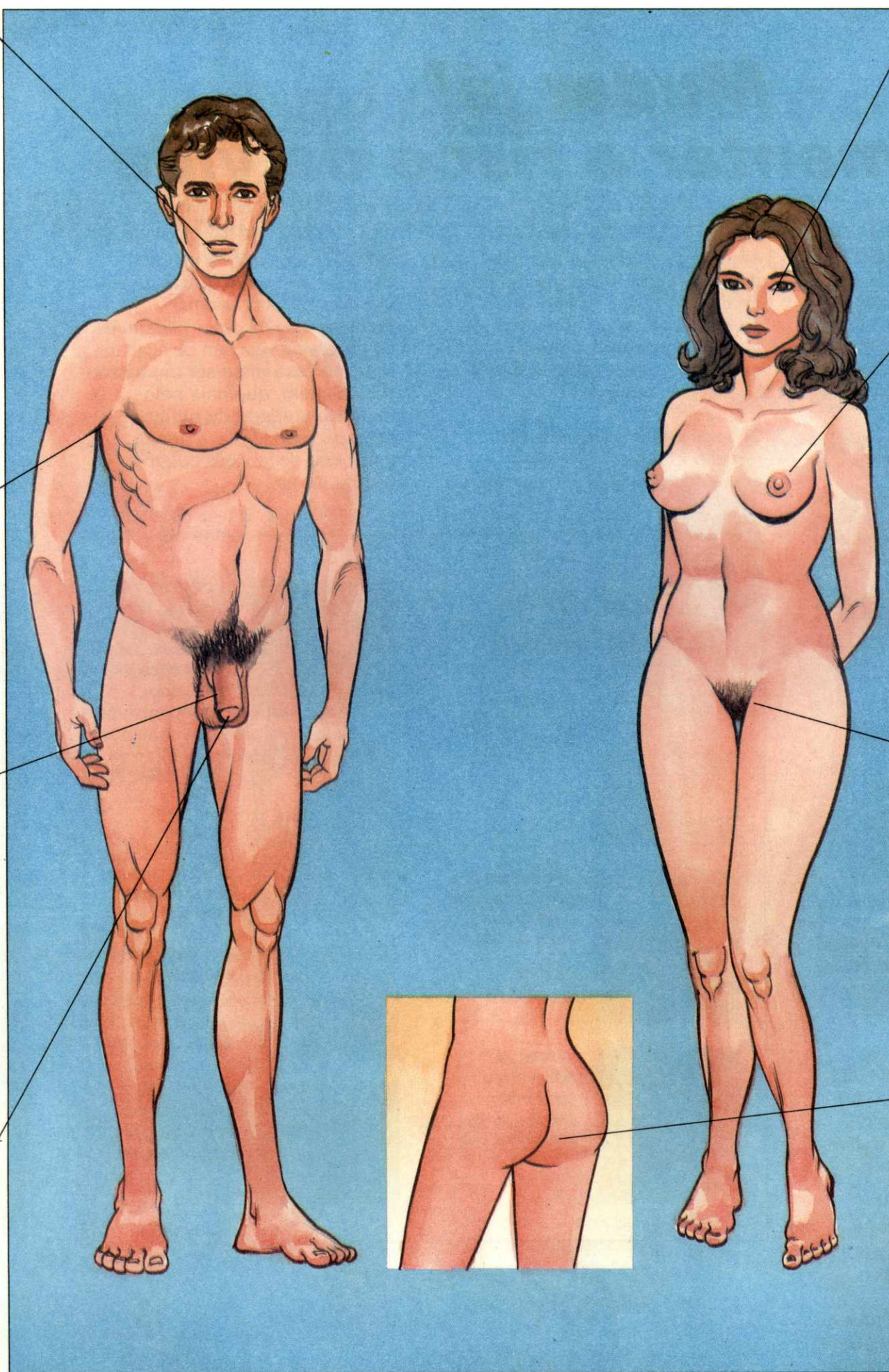
Também conhecidos por mamas ou peitos, os seios produzem o leite, principal alimento para recém-nascidos. Os médicos recomendam que mães portadoras do vírus da AIDS **não amamentem seus filhos e nem doem leite**, porque o leite contaminado pode transmitir a AIDS.

Vagina

É o órgão sexual da mulher. Ela produz secreções que aumentam na hora da relação sexual. Numa mulher contaminada, **essas secreções podem transmitir a AIDS**.

Ânus

Local por onde saem as fezes. Normalmente cheio de bactérias, o ânus é ideal para a transmissão da AIDS. **Em qualquer relação sexual pelo ânus, com pessoa contaminada e sem a proteção de uma ou mais camisinhas, a transmissão da AIDS é praticamente certa.**



EXPEDIENTE

Publicação da Centralprint Editora & Publicidade
Rua Cel. Irlandino Sandoval, 266 - São Paulo - S.P.
Telefax.: (011) 814-6377
Diretor-Superintendente:
Túlio Dasambiágio
Diretor Administrativo-Financeiro:
Antonio Carlos Urbano Andari
Diretor de Operações:
Sérgio Luiz D'Aléssio Santos

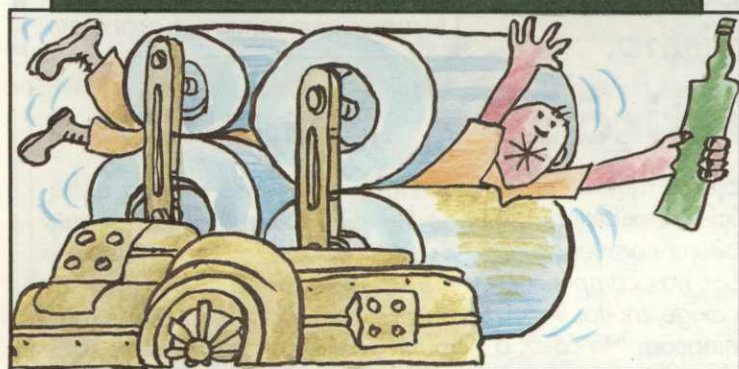
Atendimento ao Cliente:
Avany A. da Costa, José Nunes de Souza, Marcia R. Beserra, Marinês dos S. Belau, Soray Charanek
Ushiana, Vera L. de Almeida, Zuleica A. de Mello, Yara Bastos.
Consultoria Jurídica:
Otto Urbano Andari
Consultoria de Marketing:
Marcio Valente
Coordenação e Consultoria Médica:
Dr. Eduardo Cortes, Professor

Pesquisador de AIDS/Retrovírus da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio de Janeiro.
Editora e Jornalista Responsável:
Izolda Cremonine
Projeto Visual e Gráfico:
C&M Comunicações
Impressão:
Centralprint
Edição: 3º - 40.000 exs

EXTRA ÁLCOOL

A VIOLÊNCIA CONTRA SI MESMO

O alcoolismo é causa de 40% dos acidentes de trabalho e 60% dos acidentes de trânsito.



A bebida é a arma da autodestruição

A estatística é cruel: o alcoolismo mata e inutiliza pessoas mais do que todas as gangues de São Paulo juntas. Conseqüentemente, o álcool é uma arma mais poderosa - e eficaz porque é disfarçada - que todo o arsenal dos criminosos paulistanos. Mais perigosa porque a pessoa a usa muito contra si mesma. E muito melindrosa, porque é o tipo de arma da qual a pessoa tem muita dificuldade de se desarmar. É preciso força de vontade. Mas, mais do que isso, é preciso entender a situação, com seus aspectos trágicos e sofridos (além dos cômicos), e, sobretudo, acabar com os desejos inconscientes de autodestruição. Para sair dessa, tudo é válido. A primeira coisa é reconhecer, sem qualquer vergonha ou desmerecimento, porque isso é comum, que se é alcoólatra. Depois procurar ajuda: a auto-ajuda, a ajuda de amigos, de clínicas especializadas, de grupos de pessoas que se dedicam a cuidar de alcoólatras

De todos os acidentes de trabalho que ocorrem no País, 40% são causados pelo álcool. No caso do trânsito, as conseqüências são ainda mais graves: de todos os desastres, 60% são provocados por motoristas alcoolizados. O Hospital Sara Kubitschek, de Brasília, tido como um dos melhores do mundo na área de tratamento fisioterapêutico, não tem muito espaço para cuidar de pessoas com doenças físicas congênitas porque vive lotado com pessoas que se tornaram deficientes físicas por causa de algum problema no trabalho ou no trânsito gerado pela bebida. Eles sempre acabam descobrindo que o alcoolismo é um desastre.

Os grandes prejudicados pelo alcoolismo são os trabalhadores. O álcool é uma ameaça permanente, que se apresenta como amigo das horas difíceis, mas que destrói a vida do trabalhador, pois acaba tirando o seu emprego. Sob os efeitos do álcool, o trabalhador perde rendimento, reduz a sua atenção e fica sem controle da situação. Cai a sua produtividade e, eventualmente, passa a faltar ao trabalho. Seguem-se acidentes, suspensões ou mesmo demissões.

O motorista alcoolizado é uma ameaça permanente à própria vida e à vida dos outros, incluindo as pessoas a quem ele mais ama. O álcool provoca sonolência e acaba com todos os reflexos das pessoas quando ingerido em doses maiores do que se considera uma quantidade mínima.



Os fatores do alcoolismo
Página 2

Os estragos do álcool
Página 3

As vítimas do álcool
Páginas 4 e 5

Como prevenir
Página 6

Tratamentos de recuperação
Página 7

Onde se tratar
Página 8

Fatores que levam ao alcoolismo

Existem fatores pessoais e sociais - ou os dois ao mesmo tempo. Decepções afetivas ou amorosas, frustrações no trabalho ou na vida financeira, conflitos pessoais ou nos relacionamentos, más condições de vida, são coisas difíceis de se entender e de se enfrentar. Por isso se busca, muitas vezes, alívio ou compensação no álcool, com a velha desculpa de "beber para esquecer". Mas não funciona!

Fatores orgânicos

Há o tipo "não bebo porque não gosto" - a pessoa que se sente mal logo nos primeiros copos não será alcoólatra, com certeza. O próprio organismo dela se encarrega de rejeitar o álcool. Bom para ela, porque isso não acontece com todo mundo. Existem pessoas cujo organismo não rejeitam o álcool nem mesmo depois de muitos copos - e se tornam candidatos a alcoólatras. Mas existem casos um pouco mais graves: há pessoas com tendências biológicas para o alcoolismo - é como se o corpo pedisse álcool. Pode se tratar de doença congênita. É necessário tratamento clínico.



Fatores compulsivos

Há o tipo "eu preciso tomar uma" - pessoas que sentem uma necessidade, de repente, de ingerir uma bebida alcoólica por qualquer motivo: um cansaço, um desânimo que bate, uma contrariedade, a gastrite que dói, qualquer coisa chata - um problema que a pessoa procura, automaticamente, resolver com algumas doses de bebida alcoólica. Uma coisa é certa: o problema pode sumir na cabeça, porque ela é anestesiada. Mas a anestesia passa e o problema continua lá - agora agravado por um sentimento de incompetência. No caso, ou a pessoa enfrenta os problemas ou enfrenta o alcoolismo.

Fatores psicológicos

Há o tipo "com a bebida fico mais alegre". No começo é assim: o álcool ajuda a pessoa a se soltar, falar, brincar, desfrutar da companhia dos amigos. Ele tem esse efeito óbvio: afoga a timidez, a tristeza, os problemas pessoais - vem a euforia. Libera sentimentos e emoções. O problema é que o álcool não sabe distinguir as coisas e afoga a pessoa

toda. O que acontece? Acaba-se ficando dependente do álcool para liberar as emoções e sentimentos. E isso vai virando uma doença, que passa a pedir doses sempre mais altas de álcool para se obter o mesmo resultado. Existem outras maneiras mais saudáveis - algumas delas bem agradáveis - para se aprender a liberar sentimentos e emoções.

Fatores sociais:

Os desajustes sociais e o ambiente que a pessoa vive contribuem para criar um clima propício ao alcoolismo.

Pobreza

Condições de vida ruins, miséria, desemprego são coisas que favorecem o alcoolismo. As pessoas podem se entregar à bebida até por desespero - ou para anestesiarem o sofrimento ou para criar coragem e partir para a violência e para a criminalidade como forma de responder aos maus tratos da sociedade ou da vida. Obviamente só encontram mais problemas e nenhuma solução. Crianças de rua às vezes usam álcool ou cola de sapateiro para se dopar e, com isso, "enganar" a fome. Isso também não é solução para elas. O governo, as instituições e as comunidades devem colaborar.

Competição

Há o tipo "hoje eu quero beber todas" - uma espécie de exibicionismo da pessoa que busca compensação para seus fracassos nas competições da vida. Competir exige, muitas vezes, coragem e determinação. No caso, a bebida pode servir como estimulante. Mas é um remédio perigoso: acaba com a inibição dos sentimentos, mas traz descontrole emocional, o que faz as pessoas parecerem mais corajosas. Na verdade, o medo se torna maior do que nunca. E gera dependência. Assim, em vez de masculinidade, o álcool pode acentuar a falta dela, pois pode provocar impotência sexual.

Socialmente

Há o tipo fagueiro do "eu só bebo socialmente" - está certo: há ocasiões em que é impossível evitar: festas, comemorações, Carnaval, Natal, Ano Novo, aniversários, casamentos, churrasco, jantar com os amigos, começo da greve, fim da greve, o time foi campeão - oba!, uma relação enorme, que não cabe num engradado. Saber o limite e ser mais forte que a bebida é a chave. O alcoólatra jamais bebe apenas uma ou duas doses "socialmente". Qualquer desastre depois, não se pode culpar a "fatalidade". Foi cachaça, mesmo.

Mau exemplo

Pais, parentes e amigos podem colaborar para a criação de um alcoólatra, mesmo sem querer - até por falta de uma noção mais clara do que estão realmente fazendo: basta deixar que as crianças ou os jovens tomem com alguma frequência os "restinhos" de bebida dos copos - ou se deixam levar na conversa do "só um golinho", para que os organismos e, o pior, a cabeça dos pequenos, passem a se viciar no álcool. A bebida, para adultos, pode ser ou não uma coisa grave. Para crianças e adolescentes sempre é muito grave.

Fatores existenciais

Há o tipo desconsolado do "oh dia, oh vida, oh azar!" - que, aliás, é uma figura comum em tempos de crise. A realidade lhe parece muito dura, difícil encontrar um caminho a seguir, saber o que fazer da vida. Faltam objetivos, sobram confusões mentais. As vezes, acumulam-se problemas sentimentais e, então, o céu fica mais cinzento do que nunca. A saída pelo boteco da esquina - ou pelo gargalo de uma garrafa, mais uma vez, é uma grande armadilha. Parece atraente mas, como sempre, é problema.

Na onda

Há o tipo "todo mundo bebe, uai!" - pessoas que acompanham as atitudes dos outros. Nada de mais nisso. Mas há algumas coisas a observar: a primeira é que todo mundo bebe, mas muita gente sabe a hora de parar. Sabe sair fora na hora certa. A segunda é que é sempre uma boa idéia tentar se nivelar por cima com todo mundo - e não por baixo.



Os estragos do álcool



O álcool é um elemento químico tóxico que circula no sangue durante várias horas após ser bebido e permanece no organismo durante pelo menos 7 horas. Provoca lesões do coração e das artérias, do tubo digestivo (gastrites crônicas com feridas e hemorragia), do fígado e do sistema nervoso. Os testículos param de funcionar e podem aparecer o câncer de boca e do esôfago. O número de mortes por alcoolismo e cirrose do fígado não param de aumentar.

Os efeitos psicológicos do álcool

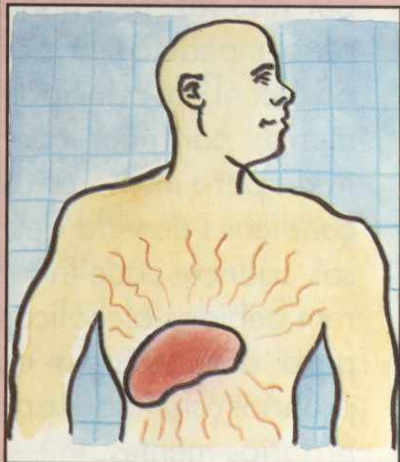
O álcool normalmente provoca sérias perturbações psíquicas (a pessoa fica ruim da cabeça). Altera a capacidade de percepção (dificuldade de perceber as coisas), a capacidade intelectual (dificuldade de aprender). Prejudica a memória, muda o caráter, estraga a vida afetiva e pode arruinar a personalidade definitivamente.

O alcoólatra é irritado, des-

confiado e só pensa em si mesmo. Perde o senso de responsabilidade e não cumpre compromissos e deveres. As pessoas que convivem com o alcoólatra passam a considerá-lo um fraco - um problema. Alguns o protegem. Outros o desprezam. Isso aumenta o sentimento de culpa do alcoólatra ou o torna mais agressivo. E, principalmente, agrava sua baixa auto-estima.

Intoxicação aguda

O álcool afeta a digestão, quando ingerido em quantidade. Ataca a mucosa gástrica do estômago e provoca gastrite, com queimações, dores, náuseas e vômitos. Bebidas com baixa qualidade são piores: provocam intoxicação. Nesse caso, a pessoa pode ficar inconsciente e correr sério risco: vomitar e aspirar o que vomitou. A intoxicação também ataca os nervos da pessoa e os neurônios do cérebro. Então, o álcool pode parecer uma droga estimulante, mas é veneno.



Alcoolismo crônico



O consumo de bebidas alcoólicas por longo tempo torna-se um caso de alcoolismo crônico, que resulta em perturbações mentais e uma reação doentia chamada de "delirium tremens" - a pessoa tem tremores constantes, agitações, alucinações, suar muito e sofre com dores na área do coração. O alcoolismo crônico também provoca problemas de visão, esclerose, delírios e demência. E tem mais: pode resultar em hepatite ou cirrose, que matam.

Bebê alcoólatra

Acontece: bebês nascem dependentes de álcool. É o resultado do consumo exagerado de bebidas alcoólicas por mulheres grávidas. O álcool passa da circulação sanguínea da mãe para a circulação da criança, ainda um feto. Depois que nasce, o bebê se torna nervoso e agitado, pois sente falta do álcool. Tem até um nome médico para isso: síndrome de abstinência. Mas, pode ser ainda mais grave: o bebê pode nascer com problemas mentais e má-formação orgânica.



Mistura explosiva



A mistura de bebidas alcoólicas com qualquer tipo de droga muitas vezes é fatal. Muita gente famosa já morreu por causa disso. Há quem use cocaína como estimulante, para compensar o efeito depressivo das bebidas alcoólicas que ingeriu. A quem combine remédios, como o "Válium", com álcool. Aliás, qualquer tranqüilizante ou sedativo, combinado com álcool, pode resultar em uma "viagem" sem volta. A mistura explode, de uma vez, com a vida.

O álcool arruína a vida

Pesquisas recentes do IBGE indicam que 11% dos brasileiros têm problemas. Mulheres que se tornam dependentes de álcool tem aumentado muito no Brasil. Mas, o problema de maior proporção está entre as crianças.

O vício invade o domínio dos adolescentes e faz um estrago: 14% aderiram ao álcool

O consumo de bebidas alcoólicas tem se popularizado entre os adolescentes, segundo pesquisa do IBGE: 14% dos jovens entre 11 e 18 anos bebem com frequência. O crescimento do consumo pode ser atribuído a vários fatores, entre eles o baixo preço das bebidas (comparado com os preços das drogas), displicência de pais ou responsáveis, influência de amigos, vontade de aparecer, mas também a simplificação da publicidade de bebidas alcoólicas e facilidade de compra.

Nos países mais desenvolvidos, a venda de bebidas alcoólicas sofreu muitas restrições oficiais. Nos Estados Unidos, por exemplo, a lei proíbe a venda de bebidas alcoólicas a

menores de 18 anos, tanto em bares e restaurantes como em supermercados. Garçons e caixas exigem a apresentação de carteira de identidade, quando suspeitam que o freguês é menor de idade. Se vender, vai para a cadeia – a fiança é estipulada em 5 mil dólares.

As propagandas de bebidas alcoólicas também são proibidas em meios de comunicação, como televisão, rádio e jornais. Em alguns países da Europa,

elas são definitivamente proibidas.

Alerta!

A proliferação de bares atraindo jovens, adolescentes, para a vida noturna regada a álcool, leva-nos a uma estatística estarrecedora.

Confira nos jornais de fim de semana as notícias dos acidentes de automóveis nas madrugadas do sábado.

Um grave problema social

A informação trazida pela pesquisa do IBGE, de que 20% das crianças de ruas consomem bebidas alcoólicas regularmente, dá a dimensão da gravidade do problema social que é o abandono das crianças carentes. As autoridades públicas, as instituições e a sociedade de uma maneira geral têm deixado correr frouxo o que equivale a um extermínio de menores, de forma lenta e gradual, por não fazerem nada para impedir o uso fácil do álcool - e, principalmente, por não fazer nada para melhorar as condições de vida dessas crianças, que ingerem bebidas alcoólicas para anestesiarem os próprios estômagos e as próprias mentes.



de 11% dos brasileiros

mas de alcoolismo. O vício é maior entre os homens, mas o número de últimos anos. Adolescentes também têm sofrido dessa doença, de forma análoga: 20% dos meninos de rua consomem bebidas alcoólicas.

A sensibilidade feminina

Uma das grandes qualidades das mulheres, que sempre superam os homens na questão da sensibilidade, passa a ser um problema em casos de alcoolismo: a saúde delas se complica mais rápido.



O organismo feminino é mais sensível que o do homem aos efeitos nocivos do álcool. Há explicações, como a de que existe menor quantidade de água no corpo da mulher, em relação ao peso dela – isso leva à maior concentração alcoólica no sangue. Existem também questões hormonais, que reduzem a resistência do organismo feminino ao álcool.

De qualquer forma, as mulheres que consomem bebidas alcoólicas tendem a apresentar complicações clí-

nicas mais cedo.

Há um dado estatístico a favor das mulheres: elas sempre começam a beber mais tarde que os homens. Isso retarda o processo de degeneração dos órgãos vitais e a perda das faculdades mentais. De uma maneira geral, as mulheres são mais fortes que os homens quando se trata de resistir a qualquer espécie de tendência que lhe seja nociva, como alcoolismo, dependência de drogas, violência, criminalidade, além de ter maior resistência a dores físicas.

Sinal de alerta no caminho do alcoolismo

Antes que a pessoa comece a confundir sinal de trânsito com postes de iluminação pública, ao perambular bêbada pelas ruas, ela pode interromper mais facilmente o processo de sua transformação em alcoólatra, se cortar alguns hábitos pela raiz. Para identificar esses hábitos, basta prestar atenção - enquanto não confunde tudo - nestes sinais.

- um desejo de beber menos, que fica incomodando a cabeça, mas não é forte o suficiente para se concretizar;
- uma tendência de vencer a competição de quem bebe mais, mesmo que ninguém tenha proposto a disputa;
- uma tendência de bater os próprios recordes - beber sempre mais um pouquinho que da vez anterior;
- um sentimento de culpa, que incomoda a cabeça, mas não serve para tomar a decisão de parar de beber;
- uma mania de tomar um ou dois tragos logo pela manhã, com a desculpa de que é "para regular" ou acabar com a ressaca;
- um costume de avaliar as pessoas pela quantidade que bebem, considerando que quem bebe pouco não é de nada;
- uma mania de achar que os filhos, cônjuge ou amigos ficam "torrando a paciência" só por causa de uns tragos;
- uma tendência de achar que as pessoas aborrecem, quando começam a falar da bebidinha dos outros.

Cada um desses sinais no dia-a-dia de uma pessoa indica que ela está indo na direção do alcoolismo. No começo, é sempre mais fácil mudar de curso e levar a própria vida para alguma direção mais conveniente.

A prevenção do alcoolismo

Apesar de todos os fatores, razões e explicações que se possa dar, a origem do alcoolismo pode, quase sempre, ser encontrada em duas razões principais: problema orgânico e baixa auto-estima. Veja algumas coisas que podem ser feitas para se prevenir contra estes e outros problemas.



Procurar um médico – há uma tese muito forte de que o problema do alcoolismo é congênito – o organismo pede álcool, como pede comida. Nesse caso, a melhor coisa a fazer é um tratamento médico, antes que o vício fique mais forte que a vontade. Se o problema for patológico, ele poderá indicar um psiquiatra.



Procurar um psicólogo – essa também é uma teoria muito forte: a baixa auto-estima favorece o alcoolismo – a pessoa se acha um fraco, incapaz de enfrentar a vida e os problemas, vê-se como um desajustado, sente-se um rejeitado. Esses sentimentos errados não podem prosperar, porque são um campo fértil para o alcoolismo.



Parar pra pensar – qualquer pessoa que parar um pouco, analisar a situação, verificar os próprios interesses, pensar nos filhos, mulher ou marido, botar o próprio emprego na balança, passar o próprio futuro na peneira, avaliar os efeitos do álcool na saúde física e mental, vai tomar um "drink" para comemorar a vida e é só.



Identificar as armadilhas – é preciso detectar as "tendências" e as "influências". Entrar em um "embalo" é uma armadilha, quando não se sabe sair. Tentar vencer a inibição, o medo, a depressão com álcool, ou qualquer coisa do tipo, também é uma bela armadilha, que prende e não solta. Mas, uma vez identificadas, só não sai fora quem não quer.



Buscar informações – o simples fato de a pessoa saber as causas do alcoolismo e seus efeitos devastadores no corpo e na mente podem fazê-la desistir da bebida, enquanto é tempo. Informações apropriadas podem ser encontradas em vários tipos de publicações (inclusive as de auto-ajuda) e em conversas com outras pessoas.

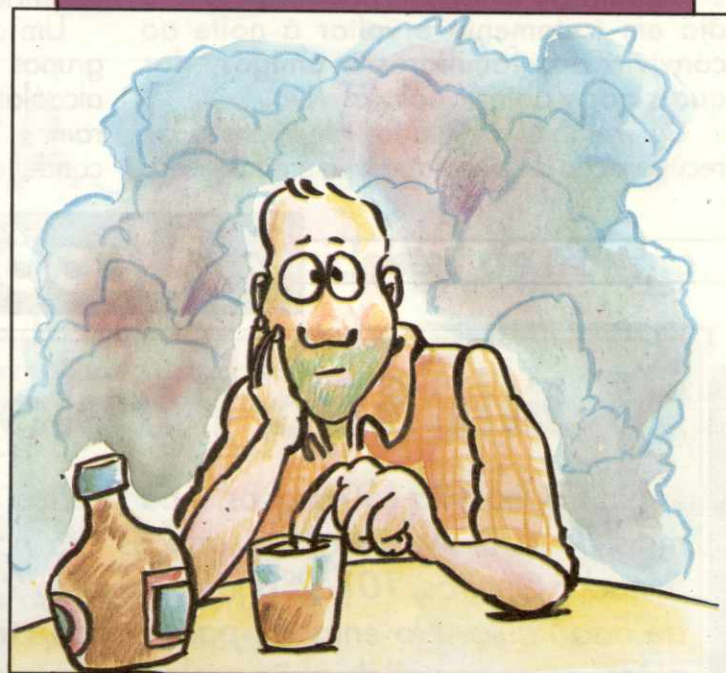


Procurar ajuda espiritual – dependendo da pessoa, este tipo de ajuda poderá dar mais resultados do que a de um médico ou psicólogo. Vencer a bebida pode ser uma questão de vencer os próprios medos e inibições, superar a baixa auto-estima, alimentar a própria força de vontade. Religiões ou grupos espiritualistas podem resolver isso.

A recuperação do alcoólatra

Existem várias opções de tratamento de recuperação do alcoólatra. Mas três coisas precisam ser conseguidas, antes de mais nada:

- 1** A pessoa deve reconhecer que tem o problema de alcoolismo. Isso normalmente não é fácil, porque o alcoólatra tende a receber essa classificação como uma acusação, uma vez que a doença sempre foi vista como uma sem-vergonhice no passado – e até hoje é vista assim por pessoas ainda não esclarecidas. Se ele não reconhecer isso, os passos seguintes não são possíveis.
- 2** O alcoólatra tem que sentir vontade de se curar. Só se ele estiver disposto a colaborar qualquer tratamento tem chance de dar certo. Do contrário, todas as tentativas deverão ser inúteis. Talvez, por isso, internações em hospitais psiquiátricos impeçam a pessoa de beber, mas não a recuperam.
- 3** De comum acordo com o alcoólatra – e prevalecendo a sua opinião e sua vontade – deve ser escolhido um dos possíveis tratamentos. Ou uma combinação deles. As opções não são muito diferentes das usadas para prevenção. O sistema (ou método) de tratamento é: analise as opções abaixo.



FORMAS DE TRATAMENTO

MÉDICO-PSIQUIÁTRICO

É o mais tradicional culturalmente e indicado quando a origem do alcoolismo é congênita. Isto é, trata-se de um problema do organismo da pessoa. É uma doença física. Existem clínicas e hospitais especializados, como existem médicos e psiquiatras que se dedicam a esse campo de trabalho.

Remédios – existem alguns remédios que se destinam a criar, no organismo do paciente, uma rejeição ao álcool. Às vezes são até recomendados e usados popularmente. Mas isso é um perigo por causa dos efeitos colaterais: rubor facial intenso, tonturas, vômitos, queda da pressão arterial, aumento da frequência cardíaca. Casos de morte já foram registrados. São drogas de risco e só podem ser ministradas por um médico, que também deve fazer o acompanhamento do uso.

ESPIRITUAIS

Indicados para as pessoas sensíveis às mensagens e ensinamentos religiosos ou espiritualistas. As religiões, cada uma a seu modo, normalmente se dedicam a processos de cura de pessoas, além de ter a capacidade de aumentar a força de vontade das pessoas – que é indispensável no processo de cura do alcoolismo.

Existem grupos espirituais – ou espiritualistas – que não têm vínculo com qualquer religião. Abrigam as pessoas que querem ter acesso a conhecimentos espirituais, sem se envolver com religiões, e também são indicados para as pessoas que buscam uma compreensão de si mesmas e do mundo em que vivem, como forma de se libertar de doenças de todos os tipos – inclusive a do alcoolismo.



SOCIALIZAÇÃO

Os grupos mais expressivos são os que pertencem às Associações dos Alcoólatras Anônimos. O que eles fazem, em resumo, é dar “apoio moral” ou a “força” que os alcoólatras precisam para se recuperar. E fazem isso de uma forma admirável, porque começam por obter o respeito dos alcoólatras ao não condená-los por serem alcoólatras – até porque boa parte dos membros das AAA são ex-alcoólatras ou alcoólatras em recuperação.

PSICOLÓGICO

Está ganhando espaço e é indicado quando a origem da doença se encontra na mente da pessoa. Problemas como baixa auto-estima (da pessoa que tem pouca consideração por si mesma, por diversas razões), de medo (incluindo inibição) e qualquer tipo de desajuste (mental ou de inserção no meio social) podem ser equacionados com a ajuda de um psicólogo.

ALTERNATIVOS

Existem técnicas, como sonoterapia e musicoterapia, que podem ajudar o alcoólatra a sair de estados depressivos e a alcançar um estado de espírito que o leve a perceber novas perspectivas em sua vida. A ergoterapia, que significa a terapia através de trabalhos manuais simples, também pode ajudar a pessoa a se descontraír. Nutricionistas podem ajudar no reequilíbrio alimentar do paciente, para melhorar sua disposição geral. Na linha esotérica, existem várias opções para ajudar a pessoa a encontrar mais energia – e também razões – para viver.

As fontes de tratamento

A mais recente iniciativa para o tratamento do alcoolismo, na área clínica, surgiu em São Paulo: a cidade inaugurou o primeiro hospital-dia para alcoólatras. Nesse hospital, que foi construído como prédio anexo do Hospital Psiquiátrico da Barra Funda, os dependentes do álcool – e também de drogas – podem passar o dia em tratamento e voltar à noite ao convívio dos familiares e amigos, dos quais pode obter apoio afetivo.

Os melhores resultados em matéria de recuperação de alcoólatras, no entanto, con-

tinuam vindo das Associações dos Alcoólicos (AA), que estão espalhadas por São Paulo e por todo o Brasil. Essas organizações são formadas por grupos de voluntários que, normalmente, já foram alcoólatras ou estão em processo de recuperação. Eles têm experiência no assunto e sabem o que estão fazendo.

Um dos pontos fortes do trabalho desses grupos é o de que eles se apresentam ao alcoólatra como pessoas que estão – ou estiveram – no mesmo barco: não julgam nem condenam as pessoas que estão passando por

sua fase “alcoólica” e, portanto, são mais aceitos pelos alcoólatras como fontes de ajuda. E têm mais autoridade para apresentar novos caminhos a eles (compreendendo que o alcoolismo é um desvio de comportamento), porque estão dando o próprio testemunho.

Com isso, os grupos da AA ajudam o alcoólatra a deixar a bebida e se reintegrar à sociedade e à vida normal. Oferecem-lhes fraternidade e solidariedade, para que não se sintam sozinhos, como sempre se sentiram, na sua luta pessoal contra o álcool. Veja onde encontrá-los:

Alcoólicos Anônimos

Em São Paulo

Na Capital são 150 grupos, e na Grande São Paulo mais de 400. A central de serviços fica na Avenida Senador Queirós, 101, 2º andar, conjunto 216, centro de São Paulo. No entanto, para participar das reuniões, os pacientes deverão procurar os grupos espalhados por toda a cidade. Alguns endereços:

Grupo Belém – Rua Cajuru, 877,
de 2ª à sábado, às 20:00 horas.

Grupo Brooklin – Av. Santo Amaro, 3848,
de 2ª à sexta, às 20:00 horas.

Grupo São Paulo – Rua Santa Efigênia, 30,
1º andar, 2ª, 4ª, 6ª e domingo,
às 18:00 horas.

Grupo Consolação – Rua da Consolação, 585,
de 2ª a domingo,
às 20:00 horas.

Grupo Guaianazes Rua Salvador Gianetti, 762,
– de 2ª à sexta, às 20:00 horas.

No Brasil

Acre – Rio Branco, Rua Cel. José Galdino,
289, fone: (068) 224-1888.

Alagoas – Maceió, Rua Agerson Dantas, 46,
fone: (082) 221-2611.

Amazonas – Manaus, Av. 7 de Setembro, 740,
8º andar, sala 811,
fone: (092) 232-1717.

Bahia – Salvador, Av. Sete de Setembro,
576, fone: (071) 241-2963.

Ceará – Fortaleza, Rua Pedro Borges, 33,
fone: (085) 231-2437.

Espírito Santo – Vitória, Rua Cel. Monjardim, 275,
fone: (027) 223-7268.

Distrito Federal – Brasília, SDS, Conj. D., nº 60,
Edifício Eldorado,
fone: (061) 226-0091.

Maranhão – São Luís, Av. Getúlio Vargas, 2342,
fone: (098) 222-4050.

Minas Gerais – Belo Horizonte, Rua Arão Reis, 538,
fone: (031) 224-7744.

Rio de Janeiro – Rio de Janeiro, Av. Rio Branco, 57,
fone: (021) 253-9965.

Rio Grande do Sul – Porto Alegre, Avenida
Independência, 993,
fone: (051) 224-0104.

Santa Catarina – Florianópolis, Rua Felipe
Schmitt, 836,
fone: (0482) 24-6713



Outros telefones úteis

Hospital das Clínicas/GREA (011) 64-4973

Escola Paulista de Medicina (011) 572-5470

Clinica Vila Serena (011) 520-2430 e
(021) 285-0696

Recanto Maria Tereza (011) 493-4022

EXTRA ALCOOL

É uma publicação da Centralprint Editora & Publicidade.
R. Cel. Irlandino Sandoval 266 - Pinheiros
Tel.: (011) 814-6377 - Fax: (011) 814-6377

Diretor Superintendente: Tulio Dasambiágio. **Diretor**
Adm. Financeiro: Antônio Carlos Urbano Andari
Consultoria Jurídica: Otto Urbano Andari
Atendimento ao cliente: Avarny A. da Costa, José
Nunes, de Souza, Marcia R. Beserra, Marinês dos S.
Belau, Vera L. de Almeida, Zuleica A. de Mello.

Diretor de Operações:
Sergio Luiz D' Alessio Santos.

Consultoria de Marketing:
Marcio Valente

Fotolitos
Cergraf

Impressão
Centralprint

Supervisão e Consultoria Editorial
Pró-Texto Comunicação e Editora
R. Cons. Furtado, 96 - 6º andar - conj. 61
Tel/Fax (011) 34-1641

Pró-Texto
COMUNICAÇÃO E EDITORA

Diretor Executivo
Fernando Salgado

Revisão
Edson Batista

Ilustrações
Da Costa

Editor
João Ozório de Melo

Diagramação e editoração eletrônica
Rodney Simões