

# Virou Notícia

Ano 1 | Número 5  
Abril de 2016

Informativo dos servidores da Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais



## “Uma saudade profunda”

A história dos moradores da antiga vila instalada no que é hoje o prédio da Administração Central. | **PÁGINA 3**

**CONFIRA A NOVA  
SEÇÃO DO  
VIROU NOTÍCIA:  
CLASSIFICADOS!**



### CONTRA O MOSQUITO

Crianças nas creches da Fhemig aprendem como cobater focos do mosquito. | **PÁGINA 4**

### COMPARTILHANDO CARINHO E DEDICAÇÃO

A emoção em cuidar das crianças da Fhemig | **PÁGINA 6**

### ATITUDES POSITIVAS

A gentileza que torna mais leve o cotidiano  
**PÁGINA 7**

EXPEDIENTE

# Jornal da FHEMIG

**Presidente** Jorge Raimundo Nahas  
**Vice-presidente** Paulo Tarcísio Pinheiro da Silva  
**Chefe de Gabinete** Jane Pinto Gomes  
**Diretora Assistencial** Yara Cristina Neves M. B. Ribeiro  
**Diretora de Desenvolvimento Estratégico** Andreia A. D. Torres  
**Diretor de Planejamento, Gestão e Finanças** Fernando A. Brandão  
**Diretora de Gestão de Pessoas** Denise Antônia de Paulo  
**Procurador Chefe** João Viana da Costa  
**Auditor Seccional** Alexandre Gorgulho Cunningham  
**Assessor de Comunicação Social** Edson Fernandes Martins

## Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais

Administração Central  
 Alameda Vereador Alvaro Celso, 100. Santa Efigênia- Belo Horizonte - MG  
 Tel.: (31) 3239-9506 3239-9507 | Fax.: (31) 3239 9524  
 www.fhemig.mg.gov.br | acs.jornalismo@fhemig.mg.gov.br  
 twitter.com/redefhemig | facebook.com/comunicafhemig

## JORNAL DA FHEMIG

Editado pela Assessoria de Comunicação Social

## Conselho Editorial

Alexandra Marques  
 Aline de Castro  
 Anni Luise Sieglitz  
 Cristiane da Silva Esteves Pessoa  
 Cynthia Maria dos Anjos Fonseca  
 Edson Fernandes Martins  
 Fernanda Moreira Pinto  
 Ivani Gomes Rodrigues  
 Magda Pinheiro Franco  
 Samira Ziade

## Edição Edson Martins 1588/MG

**Fotografia** Assessoria de Comunicação Social da Fhemig  
**Redação** Alexandra Marques - MG 09047 JP; Aline de Castro - MG 11598; Anni Luise Sieglitz - MG 13940; Fernanda Moreira Pinto - MG 13980; Samira Ziade - MG 02862 JP  
**Editoração** Wagner Perche  
**Impressão** Global Print



# Aconteceu na Fhemig

## II Encontro do Calendário Clínico de Saúde Mental

Foi realizado no dia 8 de abril, no auditório do Cepai, o II Encontro do Calendário Clínico da Saúde Mental. O projeto tem o objetivo de fomentar o trabalho clínico em saúde mental através das experiências de cada unidade. Os encontros ocorrem mensalmente.

## Importância da Participação

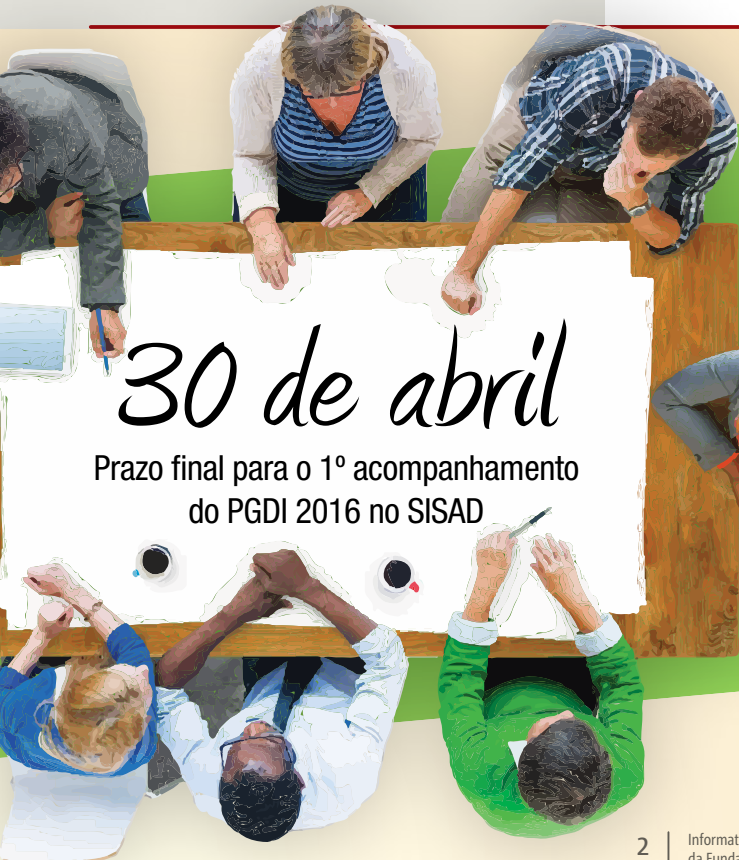
No dia 14 de abril, os Grupos de Pesquisa "Gestão Estratégica e Inovação em Saúde" e "Economia da Saúde", com o apoio da Coordenação de Educação Permanente - CEDEP, realizaram a ação educativa "Grupos de Pesquisa: Importância da Participação". O treinamento, que foi coordenado pelos líderes dos dois grupos, Flávio Capanema e Márcia Alemão, explorou temas como "metodologia de pesquisa no setor da saúde", "banco de dados para pesquisa" e "pesquisa em saúde na Fhemig".

## Simpósio do Hospital Infantil João Paulo II

No dia 15 de abril, no auditório do Departamento de Estradas e Rodagens (DER), foi realizado o I Simpósio sobre Transtorno do Espectro Autista (TEA) do Hospital Infantil João Paulo II. Durante o simpósio, os profissionais discutiram os aspectos clínicos, nutricionais e a abordagem multidisciplinar no transtorno, entre outros temas.

## Dia Mundial de Combate à Tuberculose

No dia 31 de março, a direção do Hospital Júlia Kubitschek (HJK), juntamente com o Comitê Mineiro para o Controle Social da Tuberculose, realizou evento em comemoração ao Dia Mundial de Combate à Tuberculose. As palestras aconteceram no auditório do NEP. Ao final do evento, pacientes do HJK que encerraram seu tratamento na unidade foram premiados.



# 30 de abril

Prazo final para o 1º acompanhamento do PGDI 2016 no SISAD

É O MOMENTO PARA SUGESTÕES OU MUDANÇAS NO SEU PGDI.

Converse sobre seu desempenho com seu gestor, faça sugestões sobre cursos e treinamentos que possam ajudar, motive os colegas a fazer o mesmo.

SUA PARTICIPAÇÃO E DE SEU GESTOR SÃO IMPRESCINDÍVEIS PARA A MELHORIA DO TRABALHO.

**Informações | (31)3239-9651**

Coordenação de Avaliação e Acompanhamento Funcional  
 GPD / DIGEPE / FHEMIG





# Vila memorável

“Tenho uma saudade muito profunda da Vila, havia uma simplicidade muito grande. Lá, eu fiz amigos como nunca mais fiz na vida. Havia um envolvimento muito grande entre as pessoas, éramos todos muito amigos, um ajudava o outro, era uma convivência de interior. Eu não gosto de ir à Administração Central porque hoje resta muito pouco daquela época e constatar isso é muito doloroso para mim”, revela o servidor aposentado, Rubens de Paula Ribeiro, que nasceu e viveu por 50 anos na Vila que existia no terreno onde hoje está instalada a Administração Central (ADC) da Fhemig.

A Vila era uma área residencial na qual moravam nove famílias de funcionários do Governo de Minas, entre os anos de 1929 (quando começou a ser estruturada) e 1982 (quando foi demolida), que trabalhavam nas instituições também situadas no terreno: Laboratório de Bromatologia (1927-1941), Departamento de Lepra e Dispensário Central (1946-1970), Feal (década de 1960) e Fhemig (1977-1982). As casas se estendiam do local onde atualmente está instalado o refeitório, até o muro que separava o Dispensário Central e o Departamento de Lepra do Campo do América (Garagem 2), onde agora funciona o Extra Supermercados.

A construção do conjunto de moradias foi motivada por razões estratégicas. O objetivo era manter os funcionários próximos do local de trabalho para facilitar o desenvolvimento das rotinas administrativas co-

tidianas, numa época em que os meios de transporte e comunicação eram precários e a cidade vivia sua primeira crise urbana (iniciada na década de 1930) devido ao crescimento desordenado.

## Primeiros moradores

Antônio Ribeiro e a esposa Maria, pais de Rubens (e de mais seis filhos), foram dois dos primeiros a residirem no local. Rubens conta que um de seus vizinhos e grande amigo se tornou famoso ao jogar no Cruzeiro Esporte Clube. O personagem ilustre era Roberto Monteiro (mais conhecido como Roberto Batata), morto em um acidente de automóvel em 1976, aos 27 anos de idade, no auge de sua carreira. O atleta e sua família moravam onde hoje está situado o poço artesiano da Fhemig.

## Vida simples

A Vila era quase um sítio. Havia grande diversidade de árvores frutíferas e, segundo Rubens, um enorme galinheiro, do qual provinham os melhores galos da região (e também os perus assados no Natal). Fã de brigas de galo, o pai de Rubens se dedicava à criação e venda dessas aves. Com a venda de um deles, Antônio Ribeiro comprou o primeiro fogão a gás da família (da marca Cosmopolita). Geladeiras também eram uma realidade distante para os moradores. O gelo usado nas casas era trazido do Departamento de Lepra. A primeira geladeira

dos Ribeiro chegou por volta de 1958, proveniente de outras fontes de renda que não o comércio dos campeões das rinhas.

A água utilizada pelos moradores era recolhida de uma torneira localizada no Campo do América e de outra situada na garagem do Dispensário Central, sendo transportada em latas que abasteciam os tambores onde ficava armazenada, pois não havia distribuição direta para as casas.

A mãe de Rubens, Maria, comprava os presentes de Natal e as roupas que os meninos usavam nas missas com o dinheiro arrecadado com a lavagem dos lençóis das ambulâncias que transportavam os portadores de hanseníase.

## Frequentadores famosos

O cantor Agnaldo Timóteo, que na época residia no bairro Santa Efigênia, era um frequentador assíduo da Vila. Conhecido com “Caratinga” (por ter nascido naquela cidade), ele costumava parar na porta da casa dos pais do Roberto Batata e dar início ao seu canto, muito apreciado pelos vizinhos do jogador.

O músico, compositor e multi-instrumentista, Célio Balona, era outra figura do meio musical sempre presente na Vila e costumava presentear os moradores com as músicas que saíam do seu acordeon.



# Crianças contra a dengue, zika e chickungunya



Com a epidemia de dengue, zika vírus e febre chikungunya atingindo todo o país, combater o mosquito *Aedes Aegypti*, transmissor das doenças, vira uma missão para toda a população - inclusive para os pequenos. As crianças, ao contrário do que muitos imaginam, são uma peça fundamental nesta força-tarefa, já que para elas o aprendizado e a execução das ações pode ser algo divertido e, consequentemente, eficaz.

Por esse motivo, o Centro Psíquico da Adolescência e da Infância (Cepai) e algumas creches da Fhemig têm realizado atividades de conscientização com as crianças, que envolvem jogos teatrais, músicas, passeatas e outras brincadeiras. No Cepai, as ações acontecem com os pacientes do acolhimento, sob a coordenação da psicopedagoga e freira Mercês Osório. A servidora ensina canções educativas para os pequenos que aguardam sua consulta, entrega folhetos - um deles, sobre alimentação adequada para vítima

de dengue, contou com a colaboração da cozinha da unidade - e faz demonstrações com diferentes tipos de recipientes onde se pode acumular água parada. "Todos acrescentam com algo, alguma informação ou experiência. As crianças são aquelas que podem mudar. Elas cobram do adulto, que muitas vezes não tem tempo para se dedicar à limpeza dos terrenos e de suas casas", avalia Mercês.

Segundo Mercês, as informações passadas às crianças são rapidamente absorvidas e, muitas vezes, retransmitidas para as pessoas de seu convívio quando elas saem da instituição. "Outro dia, uma menina me disse que iria tirar nota máxima na escola com o que ela aprendeu aqui sobre o combate ao mosquito", conta a psicopedagoga do Cepai. Os pais também aproveitam as pequenas palestras para se inteirarem sobre o assunto. Como muitos deles vêm da zona rural, onde diferentes plantas, árvores, e maquinários podem acumular água, muitos deles voltam às suas cidades sabendo de coisas que nem imaginavam. Para a mãe de paciente do Cepai, Imaculada Conceição da Cruz, que aproveitou o momento para dar dicas e ajudar na entrega do material, a atividade com as crianças é bem eficiente. "A palestra é rápida e vai direto ao ponto. Elas pegam tudo muito rápido e, em casa, vemos o resultado", explica.



## Trabalho nas creches

Em algumas creches da Fhemig, também foi feito um trabalho direcionado para as crianças. Na creche Cantinho Feliz, localizada no Instituto Raul Soares, as servidoras organizaram uma passeata com os alunos, que ajudaram a desenvolver todo o material utilizado, como faixas e cartazes. Na ocasião, foi simulada a eliminação dos focos do mosquito, e as crianças foram fantasiadas de mosquitinho *Aedes Aegypti*. Segundo a coordenadora da creche, Eugênia Moreira, esporadicamente, uma pessoa que teve dengue vai até o local conversar com as crianças sobre prevenção e sintomas. Para ela, a curiosidade e comprometimento das crianças fazem com que elas tenham papel fundamental na adoção de medidas preventivas contra o mosquito. "É importante trabalhar temas da atualidade, como este, com os pequenos, pois estas doenças são um grave problema de saúde pública e ensinar como combatê-las faz com que as crianças se sintam parte integrante da sociedade", explica a coordenadora.

## Você Sabia?

O Hospital Regional Antônio Dias (HRAD), em Patos de Minas, está oferecendo, durante o primeiro semestre de 2016, atendimento nutricional aos servidores da unidade que estejam acima ou abaixo do peso ou portadores

de doenças crônicas, como diabetes mellitus, hipertensão arterial sistêmica, dislipidemias, entre outras. Sob a supervisão do Serviço de Perícia Médica, Saúde e Segurança do Trabalhador (SPMSST), os atendimentos são realiza-

dos pelos estagiários da Universidade Federal de Viçosa (UFV), de segunda a quinta-feira, no período da tarde. O serviço teve início em março. O agendamento de consulta deve ser realizado pelos ramais 6026 ou 6097.



# CLASSIFICADOS!



## Você quer trocar de unidade? Divulgue suas informações pelo VIROU NOTÍCIA!

Agora você não precisa deixar seu “bilhetinho” nos quadros de aviso para trocar de Unidade. Ao iniciar seu processo de remoção pelo Setor de Gestão de Pessoas de sua unidade, autorize a publicação do seu anúncio no Classificados do VIROU NOTÍCIA, informando a Unidade pretendida, seu nome, telefone, cargo, função, turno e carga horária. Assim os interessados pela permuta poderão entrar em contato para a troca, além de esclarecer qualquer dúvida. Depois, cada servidor deverá procurar o SGP/Unidade para tomar as providências administrativas, formalizando seu pedido.

### PERMUTA

**Paola Kariny**, auxiliar administrativo (TOS 40h) do setor de Compras do Hospital Regional Barbacena Dr. José Américo, procura interessado por troca em qualquer unidade de Belo Horizonte. Contato: (32) 3339-1644, (32) 98413-3644 ou (32) 99120-8325. [paolakariny@yahoo.com.br](mailto:paolakariny@yahoo.com.br)

### PERMUTA

**Elaine Maciel Martins de Oliveira**, auxiliar administrativo (TOS 40h) da Administração Central, procura interessado por troca no Hospital Cristiano Machado. Contato: (31) 3239-9530.

Lembre-se, o anúncio no Virou Notícia não garante a remoção, que deve ser feita pelo Serviço de Gestão de Pessoas de sua unidade e pela Coordenação de Avaliação e Acompanhamento Funcional. Telefone: (31) 3319 9651

## 3 Perguntas

### COMBATE À TUBERCULOSE

Celebrado em março, o Dia Mundial de Combate à Tuberculose tem o objetivo de conscientizar sobre o impacto da doença no mundo, além de prevenção e controle. O pneumologista

Olavo Dias Júnior, do Hospital Júlia Kubitschek - referência no tratamento da tuberculose multirresistente (TBMR) em Minas Gerais - responde três perguntas sobre assunto.

*Virou Notícia: O*

*que é a tuberculose multirresistente? Sua incidência tem aumentado?*

**Olavo Dias Júnior:** A TBMR é uma forma de tuberculose em que se comprova resistência do bacilo causador da doença aos medicamentos de primeira linha mais poderosos para seu tratamento (Rifampicina e Isoniazida). Houve um aumento mais expressivo na incidência no Brasil no final da década passada (praticamente duplicou), talvez mais em função de melhoria nos sistemas de notificação deste agravo. Nos últimos cinco anos ela tem ficado estável (em torno de 700 casos novos/ano), mas é esperado que exista ainda expressiva subnotificação dos casos.

*V.N.: De que forma se dá a atuação do HJK como referência nesse tipo de atendimento?*

**Olavo:** O HJK tem um papel histórico no combate à tuberculose, sendo hoje a referência terciária de Minas Gerais em seu

tratamento, responsável por atender aos casos de multirresistência, tanto em regime ambulatorial quanto hospitalar.

*V.N.: Como alcançar a adesão ao tratamento pelo paciente para que a doença não se torne resistente?*

**Olavo:** Educação e orientação ao paciente e a seus familiares sobre a doença e seu tratamento (em especial, sobre potenciais efeitos colaterais), garantia de acesso aos serviços de saúde e aos medicamentos, estratégia de supervisão das tomadas (TDO - Tratamento Diretamente Observado) e abordagem multidisciplinar (especialmente a agravos associados como o alcoolismo, a drogadição e a coinfeção com HIV) são alguns exemplos de ações para evitar que o abandono ocorra e que as chances de adquirir resistência aumentem.

# Creche, um tempo feliz



“É um período mágico da vida e, quando me lembro, vêm à mente brincadeiras, as pessoas que cuidavam de nós e os coleguinhas. Mas o momento mais emocionante foi ao fazer a inscrição da Clara, minha filha, na creche que frequentei. Foi muito bom ver o local funcionando e lembrar quando eu e meu irmão chegamos lá, encontrar algumas pessoas que ainda trabalham no local e, ao falar meu nome e de quem eu era filho, ver emoção nos olhos delas também”.

O depoimento é de Leandro Augusto Rodrigues de Braga, 35 anos, auxiliar administrativo na ADC, que frequentou a Creche Cantinho Feliz, um dos cinco centros educacionais da Fhemig. Hoje, passados 30 anos, sua filha Clara, 2 anos, está na mesma creche. A história de Leandro começou em 1985. A mãe, Maria de Fátima Rodrigues Braga, trabalhava no prédio da ADC, onde também funcionava a creche e onde Leandro ficava juntamente com seu irmão Bernardo.

Na opinião da auxiliar administrativo do serviço de faturamento do Hospital Regional João Penido, Roberta Perantoni, que tem filhos na Creche Pirulito Dourado, todos os funcionários da Fhemig que em algum momento usufruem dos centros educacionais da rede estão diante de uma experiência única: trabalhar próximo a seus filhos e saber que as crianças estão sendo bem cuidadas. Para Roberta, não há bem material que substitua o cuidado diário nas mínimas coisas, as palavras de incentivo e o colo amigo, dado não somente às crianças, mas a seus familiares.

Carinho e dedicação são sentimentos compartilhados por todos que têm filhos nas creches da Fhemig. “A estrutura é muito boa. Todo mundo com quem a gente conversa elogia o ambiente. Os funcionários são carinhosos com as mães e as crianças”, disse Nahra Borges, chefe do Serviço de Aposentadoria da Administração Central e mãe de Henrique, que completa 3 anos em maio e está na Creche Cantinho Feliz desde os 7 meses. “Eles passam por fases e a gente vê a evolução da turma como um todo. Eles têm afinidade com as famílias dos colegas, aprendendo a viver em comunidade”, disse Nahra, acrescentando: “meu filho já conhece as cores e as formas geométricas”.

Rafael, 3 anos, está na Creche Cantinho Feliz desde outubro de 2014 e é filho de Simone Vaz Carlos, que trabalha na Fhemig como auxiliar administrativo. “Adoro a creche. Meu filho se desenvolveu muito depois que entrou. Ficou mais comunicativo e independente. As recreadoras são carinhosas. Ele conta as atividades, canta as musiquinhas, já sabe diferenciar as cores. Se não fosse a creche não teria como trabalhar”, comentou Simone.

“Saber que minha filha está segura e bem cuidada durante a minha permanência na instituição dá tranquilidade na execução das minhas tarefas”, disse a fonoaudióloga Tatiane de Abreu Braga e Andrade, mãe de Júlia, 2 anos, da Creche Pirulito Dourado, do Hospital Regional João Penido. Tatiane destacou o carinho e envolvimento de todos os funcionários da creche com as crianças. “Diariamente recebo notícias sobre minha filha, de maneira atualizada e clara e, quando necessário, posso estar com ela”, disse

A Fhemig tem cinco creches, com mais de 100 profissionais, entre pedagogos, recreadores, auxiliares de enfermagem, pessoal administrativo e que funcionam de segunda a sábado, com horários flexíveis, de acordo com a necessidade do servidor. As creches acolhem crianças de seis meses a seis anos e são divididas em turmas de berçário, maternal e períodos.

“Tenho muito orgulho de ser parte desta família e saber que as conquistas dos meus filhos estão diretamente vinculadas a competência dos profissionais que compõem o Centro Educacional Pirulito Dourado.”

Roberta Perantoni



Gostei bastante do livro “Colombo - as quatro viagens” (Lawrence Bergreen, Editora Objetiva - 501 pgs.). É um retrato pormenorizado e desglamorizado das viagens de Colombo, no contexto geopolítico do fim do século XV e começo do século XVI. O autor nos apresenta com detalhes a genialidade e insanidade de Colombo e o seu papel na “fundação” da América espanhola. Expõe também com clareza as atrocidades cometidas contra as civilizações que prosperaram na região antes da chegada dos europeus. Uma boa oportunidade para conhecer melhor a formação da América Latina.



Roberto Marini Ladeira  
Coordenação de Residências em Saúde  
Gerência de Ensino e Pesquisa





# Atitudes positivas

A rotina diária de qualquer trabalhador pode ser, vez ou outra, cansativa e estressante. Por isso, nem sempre é fácil manter o sorriso no rosto e a motivação. Mas tem gente que consegue se destacar no dia a dia pela boa vontade, comunicação e, até mesmo, alegria no trabalho. Certamente, é o caso de Dagoberto, Mercês e João, servidores da Fhemig.

O coordenador de Avaliação, Controle e Certificações do Serviço de Contabilidade na Administração Central (ADC), Dagoberto Hannemann Wieloch, está há sete anos na Fhemig. Muito cordial e sempre disposto a ajudar os colegas, acredita que ser uma pessoa comunicativa e simpática é um diferencial no exercício de seu trabalho. “Gosto muito de conversar e fazer amizades. Percebo que essa minha habilidade no trato com as pessoas abre caminhos e possibilita que eu tenha mais facilidade de resolver certas demandas do que uma pessoa mais introvertida”, explica.

Os colegas de Dagoberto reforçam essa opinião. “A disponibilidade e a gentileza dele no dia a dia facilitam muito o nosso trabalho. De alguma forma, sabemos que podemos contar com o Dagoberto até mesmo para demandas que não sejam da alçada dele. Ele sempre está disposto a ajudar e nos ensinar”, afirma a auxiliar administrativa Dulce Mangini.

Dagoberto fica tímido em ser elogiado pelos colegas, mas agradece por ser lembrado de uma forma tão positiva. “Gosto de estar bem com todos. Prezo muito pela boa convivência, afinal, nossa passagem pela Terra é tão rápida”, acredita.

## Respeito pelo ser humano

A psicopedagoga e coordenadora do Lar Abrigado do Centro Psíquico da Adolescência e Infância (Cepai), Mercês Hatem Osório, é outro exemplo de dedicação e amor ao trabalho. A servidora atua intensamente pelo resgate da cidadania dos moradores do Lar - seus “meninos”, como costuma chamá-los.

Desde a fundação do Lar Abrigado, em 1998 - primeira residência terapêutica do país, criada para abrigar sete pacientes adultos, oriundos do antigo Hospital Colônia de Barbacena e da instituição Caminhos para Jesus - a atuação de Mercês e equipe se dá pela atenção especial às necessidades de cada morador, buscando promover a autonomia e estimular a interação social. Atividades como passeios na praça e em parques, lanches programados, ou mesmo permanecer na calçada no fim da tarde são exemplos de iniciativas com esse objetivo.

“A alegria faz parte da minha vida. Tenho paixão e respeito pelo ser humano. Ser feliz é uma escolha que a pessoa faz”, diz. E é com alegria que relembra do empenho dedicado em superar algumas dificuldades do início, como ensiná-los a se sentar em cadeiras, a se vestirem, usarem o vaso sanitário e comerem à mesa.

Mercês conta com a ajuda preciosa da auxiliar de Apoio da Saúde, Sueli Cristina Fernandes. “Eu sou a mãe e a Sueli é mãe de criação deles. Ela é uma grande entusiasta. Mesmo nos momentos difíceis, nunca desanimou”, afirma Mercês. “Tenho muito carinho pelos meninos. Passo mais tempo aqui do que na minha casa. Amo o que faço e busco fazer melhor a cada dia”, completa Sueli.

## Lidando com o fim

O enfermeiro do serviço de Cuidados Paliativos do Hospital Alberto Cavalcanti (HAC), João Samena Nanquida, lida rotineiramente com pacientes terminais de câncer. Desde 2011 integra a equipe multidisciplinar responsável pelas visitas domiciliares, que auxilia no controle da dor e demais desconfortos e sofrimentos gerados pelo avanço da doença nesses pacientes.

“Logo que entrei no HAC trabalhei alguns meses na Unidade de Emergência (UE), fazendo triagem. Era muito diferente do que faço hoje, pois não havia um envolvimento tão profundo com o paciente como há nos Cuidados Paliativos. É um trabalho que exige sensibilidade e não só conhecimento técnico. Você vai à casa do paciente, conhece suas condições sociais e dificuldades diárias. Esse trabalho me faz mais humano e me motiva a tratar o outro como eu gostaria de ser tratado”, afirma o enfermeiro.

Para Nanquida, lidar diariamente com o fim da vida não é necessariamente angustiante. “Quando você cuida bem do paciente, com carinho e dedicação, você passa segurança para que ele enfrente a doença. Às vezes, quando estamos terminando a visita, o paciente pega sua mão, querendo que você fique mais um pouco, começa a puxar papo, contar histórias pessoais. É impossível não criar um vínculo. Por isso, venho trabalhar alegre, brinco com tudo mundo e, principalmente, faço meu trabalho com amor”, explica.

A técnica de enfermagem Maria de Fátima Lopes - colega de Nanquida nos Cuidados Paliativos - reconhece a importância do enfermeiro para a equipe e também se diz realizada com o que faz. “É um trabalho muito gratificante. Quando você chega à casa do paciente, você não é só profissional, você é alguém que vai cuidar, abraçar e acolher. É um presente trabalhar com o João, aprendo muito com ele. Quando você trabalha com alegria e justiça, tudo flui de forma benéfica”, conclui.

# Multicampeã dos pedais



“O esporte não é meu lado B, é meu lado A!”, foi a primeira coisa que a pedagoga da Coordenação de Estágios da Digepe, Raquel Gontijo, disse quando foi convidada para ser personagem desta matéria. O primeiro contato com a *Mountain Bike* (MTB) aconteceu em 2004, quando sua professora de *spinning* a convidou para participar de uma trilha. “Minha vida mudou de um dia para o outro”, afirma. Raquel, 55 anos, decidiu correr profissionalmente aos 42, idade em que um atleta de alta categoria já se aposentou ou está pensando em fazê-lo.

Desde então, a servidora, que atua na Fhemig há mais de 20 anos e é mãe de três filhos e avô de dois netos, vem moldando a sua rotina com o intuito de se dedicar aos pedais: passou a trabalhar em apenas um local e parou de dar aulas nos fins de semana. Dessa forma, ela consegue treinar todos os dias cerca de 2 horas e meia antes de ir para a Administração Central, unidade em que trabalha - e para onde ela vai, é claro, de bicicleta -. Como resultado, já são várias as suas conquistas. Ela foi vice-campeã mundial em sua categoria em 2012, além de ter duas medalhas de prata e duas de bronze no Pan-Americano. Além disso, ela teve ativa participação na criação da Categoria Master de MTB no Brasil, para mulheres acima de 30 anos. “Esta foi uma grande vitória para as mulheres, e a partir daí pudemos começar a competir o campeonato brasileiro”, explica ela, que foi medalha de ouro no torneio em 2015 na modalidade maratona.

Mesmo com este avanço, segundo Raquel, ainda há muitas barreiras para serem derrubadas pelos praticantes de MTB no Brasil. “Estamos na luta para que haja uma divisão por faixa etária como existe no masculino. Hoje, tenho adversárias que são 25 anos mais novas que eu”, explica a pedagoga.

## Viajando pelo mundo

Como atleta, Raquel já viajou por diversos países atrás de novas aventuras. A pedagoga já pedalou pelos Pirineus, entre França e Espanha, atravessou as Cordilheiras dos Andes, entre Chile e Argentina, já

competiu na África do Sul, correu em desertos e em meio a vulcões.

“Em 13 anos de MTB, já fui a lugares que nunca imaginava que eu poderia ir”, avalia a servidora.

No Brasil, também já enfrentou competições bem radicais - a prova “Brasil Ride”, que acontecia na Chapada Diamantina e dura sete dias (em 2016 será realizada no sul da Bahia), e a “Brasil Ride 24 horas”, na qual pedalou durante 24 horas seguidas, no último mês de março, em Botocatu/SP. “Gosto do esforço extremo, de me sentir forte e capaz. Isto me renova”, confessa. Disposta a enfrentar novos desafios, Raquel pretende correr ainda neste ano o “Desafio Extremo”, da Estrada Real, e os “Caminhos do Rosa”, que inspiraram Guimarães Rosa a escrever suas obras.

## Renovação

Por onde passa, Raquel mostra com orgulho o esporte que pratica, principalmente a mulheres que, por algum motivo, como idade, família ou trabalho, pensam que não podem mais se dedicar a uma atividade esportiva. Como embaixadora da marca da bicicleta que a patrocina, é seu papel divulgar a MTB por aí. “É muito gostoso passar algo que aprendi a pessoas que nunca pedalarão”, diz.

A servidora encara o esporte como um renascimento - para ela, a bicicleta tem o poder de mudar a vida das pessoas. “Procuro sempre ter uma meta, um novo projeto, é isso que move a gente. Quando a prova passa, já acordo pensando na próxima”.



**FHEMIG**  
FUNDAÇÃO HOSPITALAR DO  
ESTADO DE MINAS GERAIS

**SUS** Sistema  
União  
de Saúde

**MINAS  
GERAIS**  
GOVERNO DE TODOS

**Mala Direta  
Básica**

9912266736/2010-DR/MG  
**FHEMIG**

 **Correios**