

Empresas incentivam esportes

■ Grandes companhias brasileiras seguem tendência mundial de investir na saúde dos empregados, incentivando a ginástica regular

Nestes tempos em que os cortes de benefícios trabalhistas estão na ordem do dia, empresas tradicionais como Amil, Ipiranga e Shell estão apostando numa área até então encarada como supérflua: elas querem que seus empregados passem a frequentar academias de ginástica com regularidade.

Mas por que gastar dinheiro em convênios ou na construção de academias dentro das instalações da empresa? As companhias estão seguindo uma tendência mundial, que busca implantar entre os empregados o conceito de *wellness* (bem-estar). "Este movimento está sendo mais forte nas multinacionais, que seguem um pouco a cultura da matriz", explica Jeffrey Hanson, assessor de marketing da academia Fisilabor, que tem convênios com empresas como a IBM. "No exterior, algumas academias estão adotando o conceito de *wellness* no lugar do de *Fitness* (boa forma), muito por influência das empresas", diz o médico Carlos Heitor Bergalo, da Fisilabor.

Carlos explica que o *wellness* é um conceito mais amplo, que inclui relaxamento e vida saudável. Por isso, a Fisilabor passou a oferecer também massagens, shiatsu, serviço de laserpuntura para ajudar a parar de fumar e até um tipo de meditação eletrônica, feito com a ajuda de aparelhos e de um colchão d'água. "A idéia é sentir-se bem por dentro e por fora", diz Carlos.

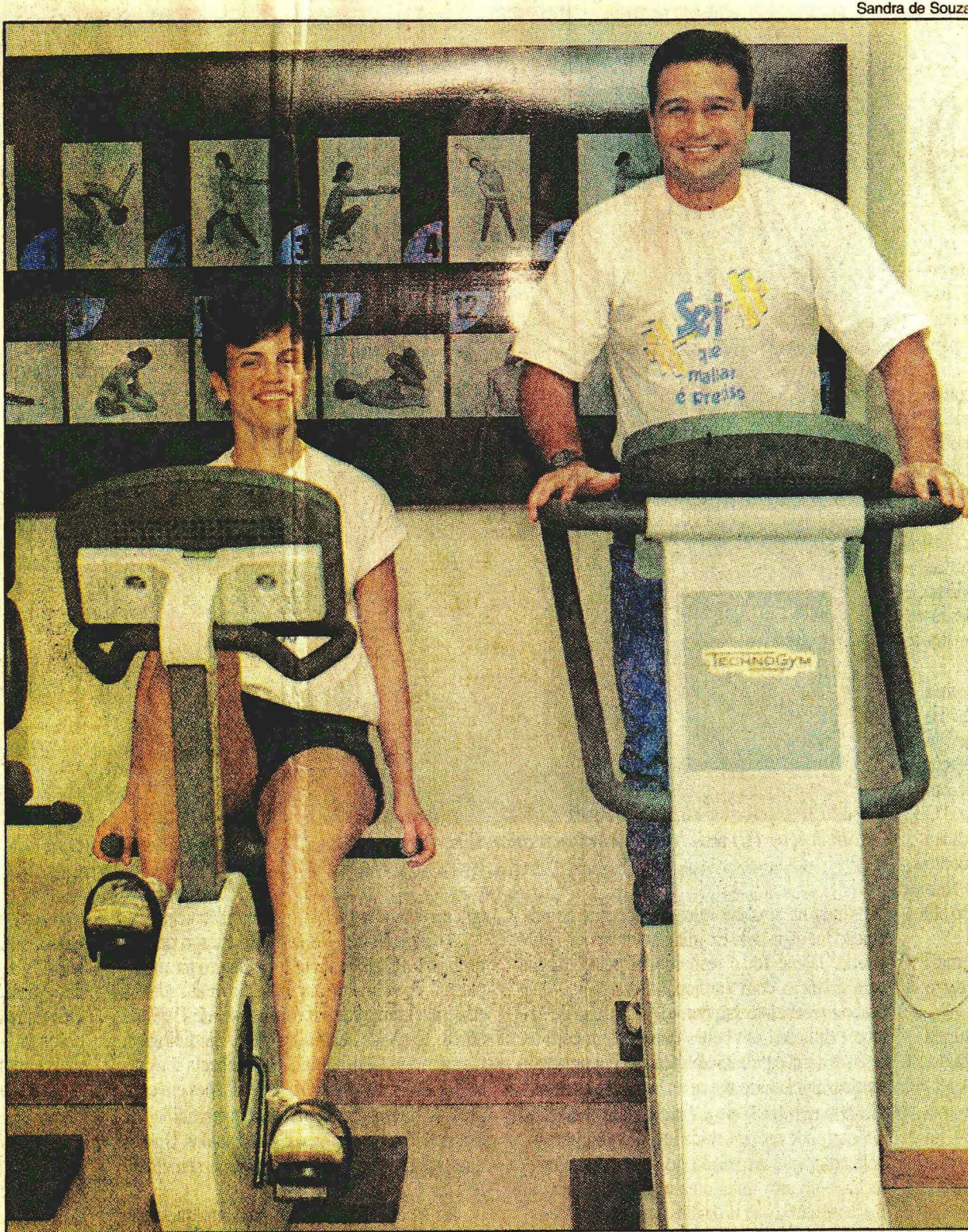
Gastos — O *wellness* foi a saída encontrada pelos empresários dos Estados Unidos e da Europa para lidar com dois problemas: a necessidade de ter uma mão-de-obra cada vez mais competitiva e a elevação dos gastos de saúde. Só nos Estados Unidos, as despesas com saúde passaram de US\$ 247 bilhões em 1973 para US\$ 1 trilhão em 1993, o equivalente a 14% do PIB. Deste US\$ 1 trilhão, 40% são gastos das empre-

sas com a saúde de seus funcionários. Na França e na Suíça, os gastos já correspondem a 10% do PIB.

Dois anos atrás, o Surgeon General, órgão equivalente ao Ministério da Saúde americano, anunciou publicamente que, assim como o fumo, o sedentarismo faz mal à saúde. Pelo relatório divulgado, 70% de todas as doenças estão ligadas ao "estilo de vida" de cada um. Quem pratica atividades físicas com regularidade está menos exposto a problemas de coração, colesterol, obesidade, diabetes e hipertensão.

Faltas — O trabalho também continha uma avaliação de absenteísmo. Os dados mostraram que um trabalhador com atividade física regular chegava a passar todo um ano sem faltas, enquanto os sedentários passavam no mínimo quatro dias em casa, por problemas de saúde. Foi a deixa para que as grandes companhias começassem a implantar programas para conscientizar diretores e funcionários de que seu estado físico influencia na saúde financeira da empresa. A Johnson e Johnson reduziu a taxa de absenteísmo em 15% e cortou os gastos com saúde em 34%. Já a Travellers Insurance Company calculou sua economia em US\$ 145 milhões. "Os empresários verificaram que era possível obter um retorno de três a 10 dólares para cada dólar investido na boa forma física do funcionário", diz Cristina Pose, chefe de Comunicação de Recursos Humanos da Shell.

A Shell já começou a investir em *wellness* no Brasil. Há 18 meses funciona na sede da companhia, na Praia de Botafogo, o "Espaço Movimento". Para instalar a academia, a empresa utilizou o sistema de concorrência. O primeiro ano de *malhação* foi gratuito. Agora, a mensalidade custa R\$ 25, preço bastante inferior ao do mercado. "Achamos que pa-



João Marcelo e Flavia Padilha, da Ipiranga, lembram que funcionários preparados sofrem menos lesões

gando os funcionários dão mais valor", diz Cristina. Cada um dos 100 usuários da academia segue um programa personalizado de exercícios. E houve até um grupo de funcionários que esnobou o Espaço Movimento e preferiu estabelecer um convênio com uma academia particular.

Instalar uma bem-equipada academia de ginástica também foi a saída escolhida pela Ipiranga. A empresa já tinha uma área dedicada aos exercícios, mas resolveu triplicar o tamanho e importar os equipamentos — entre eles aparelhos de musculação, esteiras, step e bicicleta — da Itália. A inauguração foi na quarta-feira passada, com a presença do médico americano Kenneth Cooper.

Lesões — "Os funcionários em geral são sedentários e não têm tempo nem dinheiro para ir a uma academia", diz Flavia Padilha, 23 anos, estagiária de educação física contratada para trabalhar na sala de musculação, que vai funcionar das 6h às 20h. "Agora, eles vão ficar mais satisfeitos, render mais e até criar laços sociais." Seu colega João Marcelo Aguiar de Souza, 24 anos, concorda: "É bom para todo mundo. Melhora a qualidade de vida dos funcionários, que trabalham melhor." Mais bem preparados, estão menos sujeitos a lesões no trabalho, o que beneficia a empresa.

Já a Amil optou por oferecer a seus executivos uma atividade comum. Por iniciativa do presidente da empresa, o tênis passou a ser o esporte favorito para descarregar as tensões do dia-a-dia e promover a integração, tomando o lugar da tradicional pelada. A aceitação foi tão grande que as partidas não são organizadas pelo departamento médico ou de RH, mas pelos próprios funcionários, tendo à frente o gerente comercial José Luiz Carvalho Júnior. Graças ao tempo que passa na quadra, José Luiz ganha disposição para enfrentar jornadas que começam às 7h e podem se estender até às 22h.



HOSPITAL ADVENTISTA SILVESTRE

Tradição e modernidade

Quando os novos trabalhos estiverem sendo apresentados no XIII Congresso de Cardiologia, no

Riocentro, o, um método ao mesmo tempo simples e engenhoso deve chamar a atenção dos especialistas. Inspirando-se na circulação do sangue dos fetos, o cardiologista brasileiro Domingos Junqueira de Moraes, chefe do Setor de Cirurgias Cardíacas do Hospital Adventista Silvestre, desenvolveu uma técnica capaz de reduzir os prejuízos que um excesso de oxigenação no sangue durante uma cirurgia pode trazer ao paciente. Uma modificação na aparelhagem faz com que apenas uma parte do sangue passe pela membrana do equipamento de circulação artificial — a outra parte retorna ao organismo tal como saiu. Com isso, a oxigenação do sangue do paciente se mantém mais próxima do normal. O que evita que quantidades de oxigênio acima do normal — como é comum ocorrer durante o processo de circulação extracorpórea utilizado nas cirurgias de coração — possam prejudicar os tecidos e células do sangue, provocando, por exemplo, uma reação inflamatória.

Não é a primeira vez, no entanto, que o Hospital Adventista Silvestre vê nascer novas técnicas cardíacas entre suas salas cirúrgicas. Como uma das unidades que integram a rede de hospitais pertencentes à Igreja Adventista do Sétimo Dia, ele tem atrás de si uma história de cinquenta anos de pioneirismo. Construído no alto do bairro de Santa Teresa, de frente para a estátua do Cristo Redentor, um dos cartões-postais da cidade do Rio de Janeiro, o Adventista Silvestre vem mantendo desde sua fundação a preocupação em oferecer atendimento comparável ao de países do Primeiro Mundo. Particularmente quando a especialidade é o coração.



Os setores de Hemodinâmica e CTI oferecem equipamentos de última geração

Sempre acompanhando os progressos da área médica (o hospital) começou a proceder as cirurgias cardíacas quase na mesma época em que a prática passou a ser adotada no Rio de Janeiro. Em 1958, o então chefe do Setor de Cirurgia, Dr. José Hilário de Oliveira, corrigia uma estenose pulmonar, realizando a primeira operação de coração a céu aberto com a técnica de hipotermia profunda. Mais tarde, estas e outras cirurgias foram facilitadas pelo uso de uma aparelhagem de circulação artificial, o que permitiu que se ampliasse o leque de procedimentos cirúrgicos e abriu caminho para que, tempos mais tarde, os transplantes de órgãos se tornassem uma realidade. O equipamento foi logo incorporado ao arsenal terapêutico do Hospital Adventista Silvestre.

Percebendo que as operações de

coração se tornavam cada dia mais rotineiras, o Dr. José Hilário de Oliveira não tardou a convidar um cardiologista de idéias criativas a juntar-se à equipe. Em 1964, o Dr. Domingos Junqueira de Moraes e o Dr. José Feldman passaram a fazer parte do hospital, trazendo com eles dois procedimentos importantes, que ali foram aperfeiçoados: um deles, a hemodiluição, processo que substituiu as transfusões de sangue necessárias à realização de cada operação — e

exigiam um mínimo de dez doadores — por soro. Com isso, eliminavam-se os problemas da própria transfusão e o risco de contaminação do paciente, numa época em que os testes para verificar a qualidade do sangue eram poucos e imprecisos.

O segundo foi a troca dos oxigenadores até então utilizados por outros descartáveis, a partir de 1972. Isso simplificava o processo de circulação extracorpórea, permitia que se realizassem operações em hospitais menos aparelhados e deixava para trás o perigo da contaminação. Estes oxigenadores, também idealizados pelo Dr. Domingos Junqueira, começaram a ser produzidos artesanalmente nas próprias oficinas do Hospital Adventista Silvestre. Mais tarde adotados pelos Drs. Zerbin e Adib Jatene,

em São Paulo, eles foram reconhecidos internacionalmente como um dos maiores avanços da cirurgia cardíaca. "Assistindo a uma operação na Clínica Mayo, em 1962, nos Estados Unidos, ao lado do Dr. Barnard, fiquei surpreso ao ver que, no Brasil, estávamos mais adiantados do que os americanos", surpreendia-se o Dr. Domingos.

Um ano mais tarde, o Dr. Nahiel Rodrigues, chefe do Setor de Cardiologia, realizava pela primeira vez um procedimento que se tornaria corriqueiro como método de diagnóstico cardíaco: em vez da dissecação da artéria braquial, ele procedia a uma punção da artéria femoral, introduzindo um cateter na prega inguinal. Menos agressivo, o método foi inovador. Os pacientes com obstrução de artérias internados no Hospital Adventista Silvestre também foram os primeiros felizardos a receber os benefícios da angioplastia e da colocação de stents.

"Entre 1964 e 1970, este era o único hospital a realizar cirurgias cardíacas no Rio de Janeiro", orgulha-se o Dr. Nahiel Rodrigues. Ali, jovens médicos que se tornariam os responsáveis pelos serviços de cardiologia nos hospitais universitários, e mais tarde nos hospitais públicos da cidade, desenvolveram boa parte de sua especialização no Hospital Adventista Silvestre.

"O Hospital Adventista Silvestre resume a história da cirurgia cardíaca", garante o chefe de uma das equipes de Cirurgia Cardíaca, Dr. Nelson Bärge. Ele explica que foi a partir de uma preocupação do Dr. Domingos Junqueira de Moraes e do Dr. José Feldman que começaram a surgir os serviços de cuidados intensivos para atender pacientes cardíacos na fase delicada do pós-operatório. "Até que se criasse uma unidade específica de atendimento e uma equipe própria — o que não existia nem nos Estados Unidos —, eles eram levados para o quarto e o médico praticamente fazia plantão a seu lado", explica o Dr. Bärge. Foi assim que em 1965 surgiu o CTI, medida que logo seria também adotada pelos demais hospitais da cidade. Seguindo o mesmo pensamento, foi criado há dois anos uma unidade chamada UPA — Unidade Pós-Angioplastia — especial para pacientes submetidos à angioplastia e colocação de stents.



Os Drs. Nelson Bärge, Domingos Junqueira de Moraes e Nahiel Rodrigues

Hoje, o hospital continua mantendo atendimento de Primeiro Mundo. O intercâmbio de seus especialistas com os profissionais dos países onde a Igreja Adventista tem hospitais é intenso e proveitoso. Este ano, por exemplo, a Universidade de Loma Linda, na Califórnia, centro de referência mundial para transplantes cardíacos em recém-nascidos, terá das autoridades médicas americanas a liberação para efetuar o implante de corações de macaco em bebês que sofram da síndrome de hipoplasia do ventrículo esquerdo. Atualmente, estas crianças morrem por falta de doadores adequados. Como terapêutica complementar, os pesquisadores

da universidade já desenvolveram métodos de anti-rejeição ao transplante, para que a criança operada tenha uma sobrevivência longa o suficiente para que cresça e possa aguardar um novo possível doador para uma cirurgia definitiva. A idéia é que a técnica seja trazida para o Brasil.

Igualmente importante é o fato de que, em breve, o Adventista Silvestre será um dos quatro hospitais brasileiros a contar com um aparelho de revascularização do miocárdio a laser. Isto possibilitará que pacientes sem condições de passar por um implante de ponte de safena recorram a um novíssimo recurso de tratamento: pequenos canais abertos a laser no músculo cardíaco possibilitarão que ele possa ser

alimentado pelo sangue que tem dificuldade em bombear. O que mostra, mais uma vez, que o Adventista Silvestre continua inovando e acompanhando os progressos da área médica em geral, e da cardiologia, em particular.

Ladeira dos Guararapes, 263
Santa Teresa
Tel.: (021) 556-0212
Rio de Janeiro

