

A um ano das Olimpíadas, falta de locais para treinar prejudica atletas

O Rio perdeu atletas olímpicos pela falta de locais apropriados para treinar. Essa é a avaliação de entidades esportivas fluminenses, a um ano para as Olimpíadas Rio 2016

Elas criticam as autoridades por não terem investido em equipamentos para atletas no estado. Somente na capital, três locais de competição e treinamento foram demolidos, desde que a cidade foi anunciada sede do evento.

Construído para os Jogos Panamericanos de 2007 por R\$ 14 milhões na época, o Velódromo Municipal, na Barra da Tijuca, foi demolido em 2012, por estar fora das normas internacionais. Um mês depois, o vizinho Autódromo, que também servia como local de treinamento de atletas olímpicos, foi derrubado para a criação do Parque Olímpico. O Parque Aquático Júlio Delamare e o Estádio de Atletismo Célio de Barros, anexos ao Maracanã, foram interditados em 2013 pelo governo estadual. O Célio de Barros acabou demolido e hoje serve de estacionamento para os dias de jogos no Maracanã. A previsão é que seja reconstruído depois dos Jogos Olímpicos.



Dos mais de 4 mil atletas do atletismo que virão competir na capital fluminense, metade não terá local para treinar.

Segundo a coordenadora técnica de atletismo do Vasco, Solange Chagas do Valle: “Estamos sem local para treinar e competir. A situação é caótica. Nossos atletas estão em desvantagem em relação aos atletas de outros estados e países. Sempre fomos um celeiro de atletas, sobretudo de velocidade. Os melhores já migraram, alguns até abandonaram o esporte”, lamentou ela. “Em qualquer

Olimpíada, constroem-se pistas para atender delegações estrangeiras, aqui não temos nem para a nacional”.

O presidente da Federação de Atletismo do Rio de Janeiro, Carlos Alberto Lancetta, informou que, dos mais de 4 mil atletas do atletismo que virão competir na capital fluminense, metade não terá local para treinar. “Algumas seleções estrangeiras vão se hospedar

em outros estados. Em Minas Gerais, vão ficar pelo menos três seleções de atletismo. A seleção americana, que é a melhor do mundo, vai ficar em Miami e só virá ao Rio dois dias antes da competição, pois não encontraram aqui local que atendesse às suas necessidades”.

O Rio de Janeiro terá menos de 8% da estrutura esportiva de Londres. “A necessidade é que se tenha pelo menos seis pistas de atletismo na cidade sede dos jogos. Nas Olimpíadas passadas, havia pelo menos dez pistas no entorno de Londres. A seleção do Brasil tinha uma pista excepcional lá”, lembrou. “O treinamento é sempre interrompido. Nos foi cedido o Engenheiro, por conta da interdição do Célio de Barros, de repente, tivemos de parar de treinar no Engenheiro. Estamos cada vez mais sufocados com a possibilidade de soluções”, disse Lancetta, que lamentou ainda que todas as 21 Vilas Olímpicas Municipais estejam com as pistas em estado precário (ABR).

Mais belo idoso será eleito hoje

O mais belo idoso de São Paulo será conhecido hoje (6), na final do concurso de valorização da terceira idade realizado pela Secretaria de Estado da Saúde. A partir das 13h00, os 25 finalistas da décima segunda edição do evento disputarão o título na passarela instalada no salão de convivência do Instituto Paulista de Geriatria, também conhecido como Centro de Referência do Idoso da Zona Leste. A idade dos participantes varia de 62 a 94 anos.

Atualmente, todos residem na capital, mas suas cidades de origem abrangem os estados de Minas Gerais, Bahia, Ceará, Paraíba, Pernambuco, Rio Grande do Norte e São Paulo. Apenas nove são paulistas, sendo quatro da capital e os demais de Taquaritinga, Presidente Prudente, São Caetano do Sul, Cabrália Paulista e Biritiba Mirim. Além de eleger o mais belo idoso da capital, o concurso premia os concorrentes em outras cinco categorias: Mister Beleza, Mister Elegância, Mister Simpatia, Mister Sorriso e Mister Timidez.

Na próxima sexta-feira (7), o baile de comemoração ao Dia dos Pais, realizado anualmente, também contará com a presença dos participantes do concurso. A festa se inicia às 14h30, com encerramento às 18h30, na Praça Aleixo Monteiro Mafra, 34, São Miguel Paulista. “Queremos proporcionar momentos de lazer e descontração por meio desses eventos que visam a valorização a autoestima e a beleza da terceira idade”, ressalta o diretor de convivência do Instituto, Nilton Guedes (SES).

Patologistas reivindicam carreira pública para diagnósticos de qualidade

Os patologistas brasileiros comemoraram ontem (5) o dia nacional da categoria, alertando que a população não tem acesso a diagnósticos de qualidade com agilidade, devido, em grande parte, à falta de uma carreira pública para a especialidade. A diretora da Sociedade Brasileira de Patologia, Luciana Salomé, disse que esse é um dos grandes problemas que a patologia enfrenta no país. Segundo ela, o papel fundamental do patologista no tratamento de uma doença é o de fornecer o diagnóstico correto ao clínico ou ao cirurgião que vai tratar o paciente.

“É o que a gente vê, cada vez mais, é uma dificuldade de a população ter acesso a um bom diagnóstico”. Médicos de todas as outras especialidades fazem concursos para preencher vagas nos serviços públicos de saúde, mas no caso dos patologistas, eles são enquadrados pelo governo na categoria de patologistas clínicos, esclarece Luciana, ao afirmar que o diagnóstico é artesanal. “Depende da



O diagnóstico é artesanal, depende da boa formação e do olho do patologista.

boa formação e do olho do patologista. Ele precisa de fato examinar aquele material. Não há uma máquina que substitua o trabalho”. O problema é que o credenciamento pelo serviço público hoje é feito da mesma maneira que os laboratórios de patologia clínica, ou seja, o único critério para o credenciamento é o menor preço, assegurou Luciana.

A especialista disse ainda que a tendência de extinção dos departamentos de Patologia nos hospitais públicos não só

torna pior o aprendizado dos médicos residentes, mas também impede que o patologista discuta com o cirurgião ou o clínico o diagnóstico do paciente, pondo em risco, inclusive, as chances de tratamento e cura para casos de câncer, por exemplo. A reivindicação da SBP é que haja uma formação de qualidade dos médicos, que sejam feitos concursos públicos para patologistas e que esses departamentos sejam considerados essenciais dentro dos hospitais.

Pesquisa mostra melhorias em aeroportos para as Olimpíadas



Ao todo, 48 índices de satisfação são medidos trimestralmente pela Secretaria de Aviação Civil.

Passageiros estão mais satisfeitos com sete dos oito aeroportos que vão servir aos Jogos Olímpicos Rio 2016, segundo pesquisa divulgada pela Secretaria de Aviação Civil. O levantamento mostra que o índice de aprovação geral dos terminais de Brasília, Confins, Congonhas, Galeão, Guarulhos, Manaus e Santos Dumont está acima de 4 (em uma escala de 1 a 5). A exceção foi Salvador, que obteve média 3,66.

Entre os serviços mais bem avaliados, quatro estão ligados à área de segurança: tempo de fila da inspeção, rigor da inspeção, cordialidade dos funcionários da segurança e sensação de proteção e segurança. Nesse último quesito, apenas Guarulhos obteve nota abaixo de 4, totalizando média 3,87. Quando consultados sobre o serviço de check-in, a satisfação dos passageiros nos oito aeroportos avaliados também supera a nota

4. O tempo de fila nos guichês, o autoatendimento para check-in e a eficiência e cordialidade dos funcionários dessa área posicionaram o serviço entre os de melhor desempenho, segundo a pesquisa.

O levantamento destacou ainda que o terminal de Brasília obteve nota 4,62 no critério painéis de informação e 4,11 em qualidade da rede wi-fi. A capital tem também o melhor tempo de fila na inspeção de segurança e é o segundo aeroporto na categoria velocidade de restituição de bagagem. “Alcançamos um patamar não conhecido em serviço público brasileiro”, disse o ministro da Secretaria de Aviação Civil, Eliseu Padilha. “Não temos dúvida nenhuma de que estamos caminhando bem. Gostaria que todas as áreas do governo pudessem ser avaliadas dessa mesma forma e ter esse mesmo desempenho”, completou (ABR).

OPINIÃO

Fuja do estresse e tenha uma vida com mais qualidade

Christian Barbosa (*)

Estresse todo mundo tem, é uma reação natural do corpo a alguma ameaça externa. Desde o tempo das cavernas o estresse atua em nosso benefício

Quando o homem precisava caçar, o estresse preparava o seu corpo, deixando-o em estado de atenção, aumentando o foco e aguçando os sentidos e os reflexos. O estresse nos momentos certos é positivo. O grande problema é que hoje tudo provoca esse estado e com tamanha frequência que acaba sobrecarregando o organismo e prejudicando a saúde. Os fatores que geram o estresse já são bem conhecidos por muitos, os mais comuns são: as preocupações, a falta de tempo ou problemas familiares.

Já os efeitos que eles causam no organismo são bem variados, pode ser uma dor de cabeça, tensão ou dor muscular, fadiga, distúrbios de sono, raiva, ansiedade, falta de motivação, falta de foco, irritabilidade etc. Eu vivi um quadro extremo de estresse que acabou com a minha saúde, porém foi isso que fez ser quem eu sou hoje. E, assim como eu, muitas pessoas esperam o organismo dar “defeito” para perceber que ninguém é de ferro. Isso porque a coisa mais difícil do mundo é enxergar o óbvio. Geralmente, conseguimos ver o complexo, mas o óbvio é muito mais complicado.

Sempre digo que hoje pode ser apenas um estresse bem leve, mas que, se acumulado e sem intervenção, pode acabar com a sua saúde. É uma preocupação aqui, outra ali, dificuldades na carreira, problemas financeiros ou de relacionamentos que fazem com que o problema se agrave. Por isso, selecionei algumas ações que podem ajudar a minimizar o problema:

- 1 - Aceite o problema** - Ter estresse não é o fim do mundo, qualquer pessoa está sujeita a momentos de estresse na vida. Portanto, é fundamental que você aceite isso e previna-se. Deixar para mudar só depois que está doente pode ser tarde demais. Admitir o problema ajuda a tomar a atitude de mudar, negar só vai te prejudicar.
- 2 - Agende checkups** - Você deve fazer um checkup ao menos uma vez por ano. Isso significa ir ao clínico geral, cardiologista, oftalmologista, urologista, ginecologista, dentista etc. É impressionante a quantidade de executivos que passam anos sem ir ao médico e só vão quando sentem alguma dor. Se você não tem o hábito de ir ao médico para ver como está a sua saúde, inclua essa tarefa na sua agenda agora mesmo.
- 3 - Seja mais produtivo** - Quanto mais tempo você tiver para aquilo que você realmente gosta de fazer, menos estresse você terá. Com tempo disponível você consegue ir ao médico, praticar esportes, sair com os amigos, se dedicar mais a família e aos sonhos. É outra vida!

4 - Invista nos seus hobbies ou na sua fé - Você precisa ter uma válvula de escape, algo que te ajude a se sentir melhor ao investir o seu tempo. Pode ser um hobby, um esporte, uma prática religiosa, meditação ou qualquer outra coisa que o deixe mais concentrado. Só você pode descobrir o que fazer, portanto não espere isso cair do céu. Saia do lugar e tente encontrar o melhor “remédio natural” para você.

5 - Faça diferente - De nada adianta saber que está estressado e continuar insistindo naquilo que está minando sua resistência. É necessário fazer alguma mudança, pode ser na alimentação, no seu estilo de vida ou no trabalho. A regra é óbvia, se você fizer as coisas do mesmo jeito, seu estresse permanecerá. Defina as suas áreas de mudança e comece algo novo.

6 - Procure ajuda - Não tente enfrentar estresse sozinho. Cercado de pessoas que gostam de você, fica mais fácil resolver o problema. Converse com o seu chefe, familiares ou amigos. Peça ajuda para marcar médicos, para acompanhá-lo nos exames, para fazer algo diferente, para ir com você à academia ou simplesmente para aproveitar mais sua vida.

7 - Com ou sem você a vida continua - Pode parecer dura, mas é verdade: se você “der defeito” por conta do estresse, sua falta será sentida, as pessoas ficarão tristes, mas as coisas vão acabar se ajustando, será apenas questão de tempo. Lembranças, valores e histórias são para sempre, mas não pessoas. A vida vai acabar para todos nós. Cabe a você prolongá-la ou sair de cena; a escolha é sua. Não deixe o estresse determinar o seu destino: lute, mude e faça acontecer.

8 - Nem tudo é tão grave quanto parece - Que muita gente faz tempestade em copo de água é inegável. Quantas tarefas urgentes não são tão urgentes assim? Quantas situações que até então eram pouco complicadas tomaram proporções gigantes de repente? A próxima vez que surgir um problema, analise-o com objetividade, não o alimente. Um pouco de leveza ajuda muito a reduzir o estresse e focar os pensamentos em atitudes mais relaxantes.

Não espere chegar ao mais elevado nível de estresse para começar a pensar em qualidade de vida. Crie um plano de ação na sua agenda e estipule tarefas para melhorar o seu dia a dia. Não fique apenas na intenção, priorize o seu bem-estar!

(*) - Especialista em administração de tempo e produtividade, é CEO da consultoria Triad PS. Ministra treinamentos e palestras para as maiores empresas do país e da Fortune 100. Autor dos livros: A Triade do Tempo; Você, Dona do Seu Tempo; e Estou em Reunião. Sua mais nova obra: 60 estratégias práticas para ganhar mais tempo (www.triadps.com.br).

Empresas & Negócios	
Diretor Responsável: José Hamilton Mancuso DRT/SP 48679 mancuso@netjen.com.br	
Diretora Administrativa-Financeira Laurinda M. Lobato DRT/SP 48681 laurinda@netjen.com.br	Webmaster e TI: Villa Dantes
Editora Laura R. M. Lobato De Baptisti DRT/SP 46219	Editoração Eletrônica Marizete Souza Ricardo Souza Walter de Almeida
Marketing J. L. Lobato lobato@netjen.com.br	Impressão LTJ- Gráfica Ltda
Diretor Comercial José Hamilton Mancuso mancuso@netjen.com.br	
Colaboradores José Rubens D'Elia Dr. Lair Ribeiro Leslie Amendolara Luiz Flávio Borges D'Urso Ralph Peter Rosângela Demetrio Sandra Falcone Sergio Monte Alegre Sergio Valezin	
Jornal Empresas & Negócios Ltda CNPJ: 05.687.343/0001-90 - Registro na JUCESP sob NIRE 35218211731 em 06/06 de 2003 e matriculado no 3º Registro Civil da Pessoa Jurídica sob nº 103 Administração, Publicidade e Redação: Rua Boa Vista, 84 - 9º Andar - Conj. 909 Cep: 01014-000 - Tel: 3106-4171 - FAX: 3107-2570 - e-mail: netjen@netjen.com.br - site: www.netjen.com.br	
Auditoria de tiragem: Cokinós Auditores e Consultores	
Serviço informativo editorial fornecido pela Agência Estado e Agência Brasil. Artigos e colunas assinados são de inteira responsabilidade de seus autores, que não recebem remuneração direta do jornal.	