



DESSAUDE ABRE NOVA TURMA DO PROGRAMA DE ACOLHIMENTO AO TABAGISTA

Iniciativa criada em 2010 ajuda servidores e contratados a abandonar o cigarro

“Parar de fumar é uma tarefa muito difícil, então ter o apoio de um grupo, para compartilhar histórias e ainda receber orientação profissional, ajudou muito.” O relato é do servidor Bruno Cantarino, que deixou o cigarro em 2015, depois de mais de 10 anos preso ao vício. Cantarino é um dos exemplos de sucesso do Programa de Acolhimento ao Tabagista do Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho (DESSAUDE). Criada em 2010, a iniciativa acaba de retomar as atividades e já está com inscrições abertas para a próxima turma, que começa em 3 de abril.

A médica Cristiane Tourinho, que coordena o programa, explica que os interessados passam por uma entrevista individual e, a partir daí, são encaminhadas para a terapia de grupo. “Eu gosto de deixar claro para as pessoas que elas não devem vir esperando um remédio milagroso. Vamos mostrar que a cura está dentro delas. Somos apenas facilitadores”, afirma.

Segundo a coordenadora, nos casos em que não é possível suprir a abstinência de imediato são indicados adesivos de nicotina. “Existe a dependência química, da droga, e a dependência psíquica, do hábito, do gestual. Por isso, em certos casos, é preciso usar o medicamento no início, para ajudar no processo comportamental”, esclarece.

Além da médica, o enfermeiro Marcelo Valice e a assistente social Adriane Freitas compõem a equipe. Nas turmas, a procura costuma ser variada – homens, mulheres, jovens e idosos se reúnem para dar seus depoimentos. O agora ex-fumante Bruno confirma os benefícios. “Voltei a fazer esporte, corro de 3 a 4 vezes por semana, consegui emagrecer 30 quilos. Hoje consigo fazer muitas coisas que não podia antes por causa das limitações impostas pelo cigarro”, concluiu.



QUER PARAR DE FUMAR?
Venha conhecer o Programa de Acolhimento ao Tabagista do DESSAUDE!

ABERTO A SERVIDORES E CONTRATADOS
INÍCIO DO PRÓXIMO GRUPO: 3 DE ABRIL

REUNIÕES
ÀS QUARTAS-FEIRAS,
DAS 9H ÀS 10H

Para participar, ligue para 2334-0187 e agende uma entrevista



Programa de Acolhimento ao Tabagista do Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho (DESSAUDE) retomou as atividades e as inscrições já estão abertas para a próxima turma

UERJ CELEBRA ANO INSTITUCIONAL CARMEN PORTINHO

Engenheira, urbanista e ativista feminista, ex-diretora da ESDI é a personalidade homenageada do ano pela Universidade

A UERJ lançou, na última terça-feira (12/03), o Ano Institucional Carmen Portinho. A cerimônia foi realizada no campus Maracanã e celebrou a história da engenheira e urbanista, além do centenário da criação da Liga para Emancipação Intelectual da Mulher no Brasil, da qual Carmen foi cofundadora. Além do descerramento dos painéis, o evento contou com a apresentação do Coral Altivoz e distribuição de rosas vermelhas.

A cada ano, a Universidade escolhe uma personalidade marcante para homenagear. Em 2019, a homenageada é a professora Carmen Portinho, que esteve à frente da Escola Superior de Desenho Industrial (ESDI) por mais de duas décadas. Ela foi a terceira engenheira civil no país e a primeira urbanista. Vanguardista, foi pioneira na introdução de vários conceitos arquitetônicos no Brasil, entre eles o de habitação popular.

A vice-reitora Maria Georgina Muniz Washington trabalhou com Carmen e ressaltou a escolha de uma mulher forte e inspiradora, destacando o pioneirismo da engenheira e seu ativismo social e político. “Nós vamos homenagear uma mulher comemorando os

cem anos da criação da Liga para Emancipação Intelectual da Mulher no Brasil. Carmen Portinho, mulher feminista, engenheira e, com muito orgulho, uma uerjiana”, destacou a vice-reitora.

Durante a cerimônia, a sub-reitora de Graduação, Tânia Maria de Castro Carvalho Netto, destacou a importância de mulheres preencherem os espaços que historicamente são ocupados por homens, assim como fez a urbanista. “É preciso que ocupemos nosso lugar na altura que nós todas temos. Em qualquer lugar, com qualquer instrução que tenhamos. Salve às mulheres como Carmen Portinho”, ressaltou.



Descerramento dos painéis em homenagem a professora Carmen Portinho

AGENDA SEMANAL 18 A 24 DE MARÇO

▪ SEGUNDA, DIA 18

▪ **CICLO DE PALESTRAS:** às 14h, no IESP, será realizada a palestra “Pensamento desenvolvimentista no Brasil”, ministrada pelo professor Ricardo Bielschowsky. O evento faz parte do Ciclo de Palestras do IESP, que vai até 7 de junho, na sala de aula do 2º andar do Instituto, localizado na Rua da Matriz, nº 82, em Botafogo. A entrada é gratuita e não é necessária inscrição prévia. Mais informações pelo telefone (21) 2266-8300 e pelo e-mail iesp@iesp.uerj.br.

▪ **CONFERÊNCIA ABERTA:** às 18h30, no Auditório 111, será realizada a conferência “Os fundamentos ontológicos e epistemológicos do pensamento meritocrático”. Aberta ao público em geral, o encontro será conduzido pelo professor Gaudêncio Frigotto, e faz parte do curso “Temas sobre o Brasil Contemporâneo”, oferecido pelo Laboratório de Políticas Públicas (LPP). O Auditório 111 fica no 11º andar do Pavilhão João Lyra Filho, campus Maracanã.

▪ QUINTA, DIA 21

▪ **ENCONTRO DE MULHERES:** tem início, às 8h, o 2º Encontro de Mulheres da Faculdade de Formação de Professores (FFP). O evento reúne mesas e debates e tem como objetivo provocar reflexões voltadas para a garantia dos direitos das mulheres na sociedade. No dia 22, serão realizadas intervenções como música e poesia. As inscrições vão até o dia 20. A FFP fica na Rua Francisco Portela, nº 1470, em São Gonçalo. Informações e programação completa pelo link: bit.ly/2CjzVG0.

IESP.UERJ
Instituto de Estudos Sociais e Políticos

Ciclo de Palestras 2019.1

18.mar
Ricardo Bielschowsky
IESP
Pensamento desenvolvimentista no Brasil de 1930 até o período recente

22.mar
Laura Moutinho
USP
Além do "tempo morto":
a gestão da miscigenação através do controle do gênero e da sexualidade



Reitor: Ruy Garcia Marques Vice-reitora: Maria Georgina Muniz Washington

Comuns | Diretoria de Comunicação Social — Edição: Marcella Vieira Redação: Andréia Rêgo, Flávia Astorga, Flávia Ribeiro, Marcella Vieira Estagiários: Felipe Petrucci, Giovanna Grillo, Joanna Dark, José Atalide, Laura Rafaella Revisão: Júlia Apolinário Direção de arte e Design: Paula Caetano Diagramação: Paula Caetano, Ramon Trindade e Wesley Lopes • Contato para divulgação de cursos e eventos: uerj.comunica@gmail.com

Os dados sobre cursos e eventos são de responsabilidade dos respectivos organizadores.