

A Arte de não Adoecer

Se não quiser adoecer - "Fale de seus sentimentos". Emoções que são escondidos, reprimidos, acabam em doenças como: gastrite, úlcera, dores lombares, dor na coluna. Com o tempo a repressão dos sentimentos degenera até em câncer. Então vamos desabafar, confidenciar, partilhar nossa intimidade, nossos segredos, nossos pecados. O diálogo, a fala, a palavra, é um poderoso remédio e excelente terapia.

Se não quiser adoecer - "Tome decisão". A pessoa indecisa permanece na dúvida, na ansiedade, na angústia. A indecisão acumula problemas, preocupações, agressões. A história humana é feita de decisões. Para decidir é preciso saber renunciar, saber perder vantagem e valores para ganhar outros. As pessoas indecisas são vítimas de doenças nervosas, gástricas e problemas de pele.

Se não quiser adoecer - "Busque soluções". Pessoas negativas não enxergam soluções e aumentam os problemas. Preferem a lamentação, a murmuração, o pessimismo. Melhor é acender o fósforo que lamentar a escuridão. Pequena é a abelha, mas produz o que de mais doce existe. Somos o que pensamos. O pensamento negativo gera energia negativa que se transforma em doença.

Se não quiser adoecer - "Não viva de aparências". Quem esconde a realidade finge, faz pose, quer sempre dar a impressão que bem, quer mostrar-lhe perfeito, bonzinho,

etc., está acumulando toneladas de peso... uma estátua de bronze, mas com pés de barro. Nada pior para a saúde que viver de aparências e fachadas. São pessoas com muito verniz e pouca raiz. Seu destino é a farmácia, o hospital, a dor.

Se não quiser adoecer - "Aceite-se". A rejeição de si próprio, a ausência de auto-estima, faz com que sejamos algozes de nós mesmos. Se eu mesmo é o núcleo de uma vida saudável. Os que não se aceitam são invejosos, ciumentos, imitadores, competitivos, destruidores. Aceitar-se, aceitar ser aceito, aceitar as críticas, é sabedoria, bom senso e terapia.

Se não quiser adoecer - "Confie". Quem não confia, não se comunica, não se abre, não se relaciona, não cria liames profundos, não sabe fazer amizades verdadeiras. Sem confiança, não há relacionamento. A desconfiança é falta de fé em si, nos outros e em Deus.

Se não quiser adoecer - "Não viva sempre triste". O bom humor, a risada, o lazer, a alegria, recuperam a saúde e trazem vida longa. A pessoa alegre tem o dom de alegrar o ambiente em que vive. "O bom humor nos salva das mãos do doutor". A alegria é saúde e terapia.

Texto do dr. Drauzio Varela, apresentado pela dra. Magda Gazzi Scudeler Psicoterapeuta e Sexóloga durante a SIPAT - Semana Interna de Prevenção aos Acidentes de Trabalho, realizada no GPACI, no período de 11 a 15 de junho de 2007.

A Noite do Queijo e Vinho

O GPACI e o Rotary Club Sorocaba Esplanada vão realizar no próximo dia 11 de agosto, nos salões do Shopping M, mais uma noite do Queijo e Vinho.

O evento está previsto para as 21 horas e será animado pela Banda Silvestrini. O Buffet, a cargo do Bom Petisco é composto por tábuas e peças de frios, salgados, coquetéis e bebidas à vontade. E na saída, café, tortas e petits-four. Os convites custam 50 reais e toda a renda será revertida ao GPACI. Para maiores informações ligue (15) 2101.6596 / 21016592 com Douglas ou Kátia.



GRÁFICA + FOTOLITO



McDia Feliz 2007

Foi realizado no último dia 6 de julho o lançamento da Campanha McDia Feliz 2007, nas dependências do GPACI.

Como acontece todos os anos, a renda obtida com a venda do lanche BIGMAC será revertida ao GPACI, descontados apenas os impostos de praxe. A festa do McDia Feliz 2007 acontece no dia 25 de agosto nos restaurantes do McDonald's de Sorocaba, Itu e Itapetininga.



Quero Cuidar de Crianças

Luciana Akemi Dersília Goya é uma linda e feliz sansei, filha de mãe brasileira Adriana Aparecida Dersília e pai japonês, Marco Antônio Massanobo Goya. Em janeiro de 2005, aos dez anos de idade, Akemi foi acometida por uma leucemia linfóide aguda. A mãe encaminhou a menina à Santa Casa de Sorocaba e depois ao GPACI.

"Foi horrível, uma sensação de perda e angústia. Ficamos muito abalados", diz a avó materna Iolanda Toledo Dersília, companheira indispensável da menina. "Minha mãe nunca perdeu a fé, afirma Akemi, além de me manter atualizada sobre a doença, jamais me escondeu nada e sempre dizia que não iria perder a filha de jeito nenhum".

Akemi conversa com otimismo e fala que foi muito bem

atendida por toda a equipe do GPACI, principalmente pelo dr. Reinaldo, a quem demonstra um carinho especial, bem como a todos os outros médicos.

"Todos foram muito amáveis comigo. Sofremos muito com a doença, desabafa a avó, principalmente quando ela entrou em coma. Mas graças a Deus ao GPACI e ao tratamento aqui oferecido hoje temos a Akemi de volta e com saúde", conclui emocionada a avó.

Segundo palavras de Luciana a maior tristeza da menina foi a perda dos cabelos, hoje totalmente recuperados. Ela estuda na 7ª série do Ensino Fundamental e não apresenta nenhum problema com os estudos, sendo inclusive, uma ótima aluna.



Faça a sua parte ajudando o Hospital do Câncer Infantil

Para mais informações consulte o site: www.gpaci.org.br ou telefone: (13) 3333-1111, em horário comercial.

Cada mês, você terá a oportunidade de contribuir com uma parcela mensal para a construção do Hospital do Câncer Infantil. O GPACI (Grupo de Pesquisa e Assistência ao Câncer Infantil - Hospital Sarina Rolim Caracante) recebe, em Fluxo Pago 0 Km

CONSÓRCIO Solidário

Mensais a partir de R\$ **243,12**

Venda exclusiva: **MEREGE'S SEGUROS**
DDG: 0600 121116

Consórcio Fiat **MF**

GPACI e SANTA CASA Realizam Parceria

Com o objetivo de dar início às reformas no Hospital Sarina Rolim Caracante (HSRC) o GPACI firmou uma parceria com a Santa Casa de Misericórdia Sorocaba, que vai acolher os pacientes do GPACI que necessitam de internação na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) e de procedimentos cirúrgicos.

A parceria entre o GPACI, a Santa Casa e a Secretaria da Saúde da Prefeitura Municipal de Sorocaba foi firmada no dia 12 de julho, na provedoria da Santa Casa, onde foram divulgados detalhes do projeto de ampliação e reforma do HSRC.

O presidente do GPACI Carlos Camargo Costa declarou que as obras começarão assim que se atingir 60% do valor total da obra, previsto para janeiro de 2008. "O mais importante é que o tratamento das crianças não sofrerá nenhum tipo de mudança e na Santa Casa a mesma equipe do GPACI vai estar à disposição dos pacientes" finalizou.

As reformas do HSRC serão realizadas com a finalidade de atender às normas da ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária.

GPACI IN CONCERT

Realizou-se no dia 04 de julho, nos salões do Shopping M, o primeiro "GPACI in Concert" com a participação da Orquestra Sinfônica do Conservatório Musical João Baptista Julião, sob a regência do maestro e violinista Eber Mateus dos Santos.

Realizou-se no dia 04 de julho, nos salões do Shopping M e da Gráfica do Objetivo.

O público lotou as dependências dos salões do Shopping M e aplaudiu a apresentação da Orquestra, que maravilhou a todos com um repertório eclético e de muito bom gosto, de Mozart ao jazz de Duke Ellington. Toda a renda do evento foi revertida ao GPACI.



GPACI Recebe Doações dos Empregados da SABESP de Itapetininga

Foi com grande alegria que no dia 11 de outubro de 2006, o GPACI - Grupo de Pesquisa e Assistência ao Câncer Infantil de Sorocaba (entidade filantrópica que atende a crianças carentes da Região) recebeu dos empregados da Sabesp de Itapetininga as doações de 702 litros de leite, brinquedos e mil reais adquiridos com a venda de rifa

beneficente.

Os representantes da entidade agradeceram novamente o apoio dos empregados da Sabesp e ressaltaram a importância de ações como essa para manter o hospital e atender com qualidade crianças de 0 a 18 anos.



GPACI Participa de Festas

Com o objetivo de oferecer às crianças do Hospital Sarina Rolim Caracante momentos de lazer e entretenimento, e angariar fundos para o Hospital os voluntários da equipe de festas e eventos realizaram e participaram de diversas festas juninas que aconteceram no GPACI, na Faculdade de Engenharia de Sorocaba (FACENS), no Condomínio Residencial Parque Ibiti, na SABESP de Itapetininga e a festa da multinacional Flextronics International realizada no Sesi de Votorantim/SP.



EXPEDIENTE

INFORMATIVO GPACI é uma publicação do GPACI - Grupo de Pesquisa e Assistência ao Câncer Infantil, mantenedor do Hospital Sarina Rolim Caracante, localizado na Rua Antonio Miguel Pereira, n. 45 - Jardim Faculdade

Presidente do Conselho Deliberativo: Lázaro Paulo Escanhoela Júnior

Presidente do Conselho Administrativo: Carlos Camargo Costa

Vice-presidente: Maria Lúcia Neiva de Lima

Diretora Financeira: Maria Cecília Affonso

Diretor de Administração: Cláudio Costa

Diretor Secretário: Pannagiotte Carvalho Toscas

Diretor Clínico: Dr. Fábio Bernardes de Oliveira

Administrador Hospitalar: Ricardo Diacov

Jornalista Responsável: Carlos Camargo Costa

MTPS - 10.126