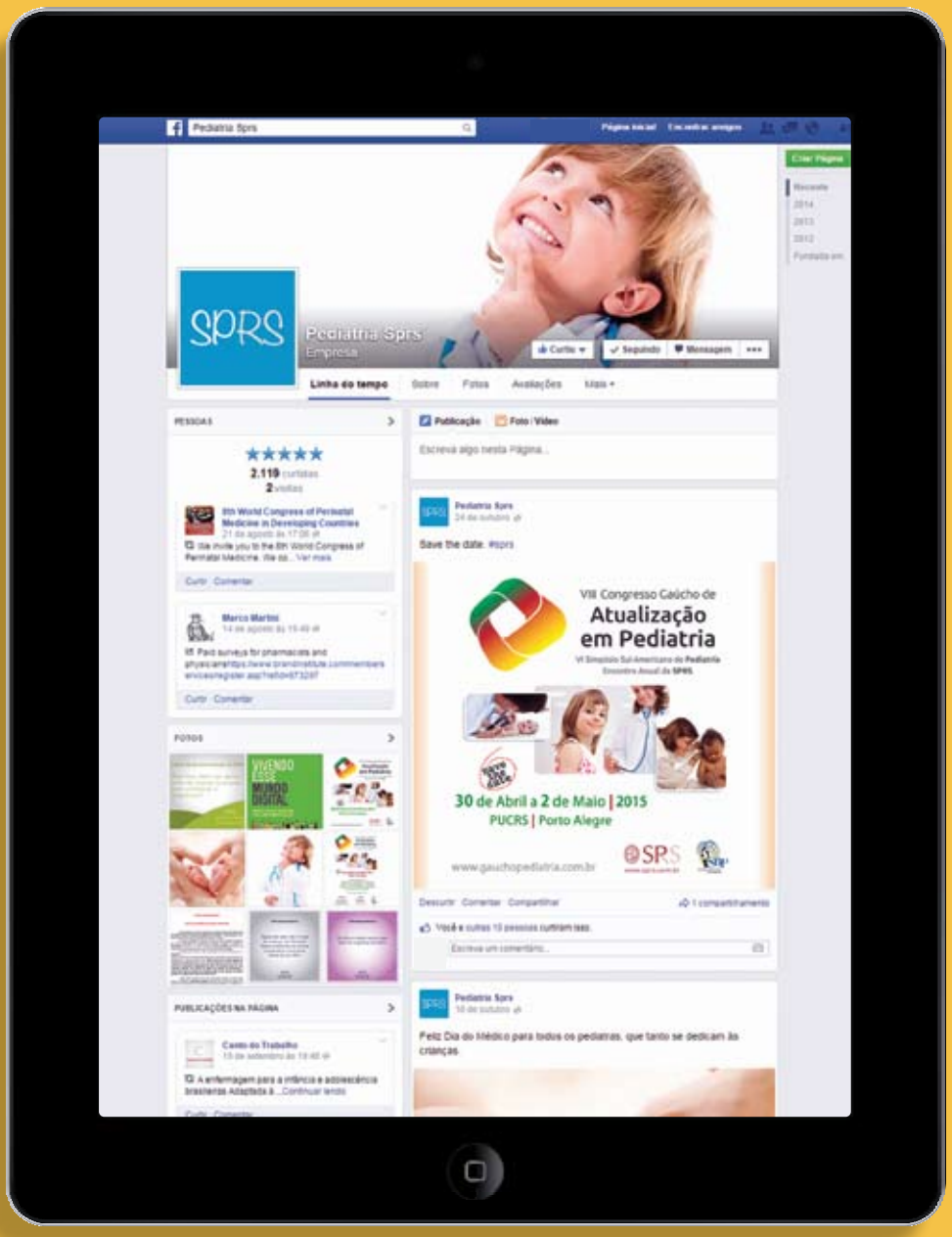
jornal SPRS
ano 17 | nov 2014 | # 73



Jornada Sul-Rio-Grandense de Neonatologia Pág. 4
Jornada Integrada de Pediatria de Pelotas Pág. 5
A nova página da SPRS no Facebook Pág. 7

EDITORIAL

Patrícia Lago, Presidente da SPRS

Prezados colegas,

Tem sido um desafio para a nossa gestão à frente da SPRS construir uma aproximação de fato com os colegas de todo o estado. Acreditamos que essa aproximação deva se dar com ações concretas de interiorização, que permitam um diálogo franco e continuado do associado com a nossa diretoria, promovendo ações que contribuam para o aprimoramento profissional e científico, e que garanta a todo Pediatra uma valorização justa e adequada.

Os dois eventos realizados neste último período, a XIX Jornada Sul-Rio-Grandense de Neonatologia e III Encontro Sul-Rio-Grandense de Enfermagem Neonatal, em Santa Cruz do Sul, e o encontro "A SPRS vai até você", aproveitando a realização da Jornada Integrada de Pediatria em Pelotas, são dois exemplos desta proposta de levar a SPRS para o contato direto com seus sócios.

Nestes dois eventos tivemos a oportunidade de discutir com nosso associado propostas para que a SPRS continue sendo a porta voz dos pediatras em todas demandas de nossa especialidade. Foram levantadas propostas de um maior número de atividades científicas fora de Porto Alegre, e uma maior e melhor intermediação da SPRS junto às operadoras de saúde.

Além disso, estamos trabalhando na melhoria da comunicação do associado com a SPRS através das redes sociais. O Facebook, por exemplo, está merecendo a nossa atenção. Estamos investindo na reestruturação da página da SPRS, colocando novos conteúdos e deixando-a mais ágil e atraente para que funcione como um veículo de informação e de comunicação eficaz para os pediatras gaúchos e também para sociedade não médica.

Acreditamos que estas ações contribuem com o desenvolvimento profissional e principalmente com o fortalecimento da nossa entidade de classe. Convidamos a todos a participarem dos nossos eventos, a acessarem nossa nova página, e a contribuírem com ideias para que a SPRS seja cada vez mais forte e reconhecida.

A SPRS VAI ATÉ VOCÊ

A presença da Diretoria em um encontro com pediatras no interior do Estado valoriza a todos os profissionais que labutam pela causa da criança, muitas vezes em condições que não são as desejáveis, tais como a baixa remuneração em consultas por parte de convênios, a ausência de pagamento a retornos necessários em consultas de puericultura, a falta de profissionais especializados na área pediátrica para escalas de plantão em serviços de urgência/emergência ou mesmo em unidades intensivas, a falta de docentes e preceptores para o ensino da Pediatria em nossos cursos médicos, entre outras. Surpreende quando ficamos a saber em tais encontros, que esta problemática não é exclusiva nossa, que ela também existe, ou existiu, em outras localidades do Estado e mesmo na capital, e que foram vencidas com a união e o trabalho consciente e participativo dos pediatras envolvidos. A visita da Diretoria proporciona esta vivência, este compartilhamento de experiências, o relato de como fazer e o que fazer para encontrar a melhor solução, donde a sua importância. A Diretoria reafirma sua presença e nos diz "vocês não estão sozinhos; estamos na capital, mas com os olhos voltados para todos, interessados em ajudá-los, contem conosco". Mesmo com todas as facilidades tecnológicas de comunicação presentes no nosso dia-a-dia, nada como um tête-à-tête para marcar posições. É a oportunidade dos pediatras conhecerem pessoalmente os membros da Diretoria, saberem em viva voz dos projetos em andamento, dos futuros encontros científicos programados, das metas já cumpridas, e daquelas que ainda necessitam do apoio e da participação mais ampla dos associados para serem realizadas, dentro do plano de gestão estratégica traçado pelo grupo diretor. Com este tipo de projeto, os pediatras do interior do Estado sentem-se, efetivamente, membros da Sociedade de Pediatria. A nós cumpre agradecer a visita a Pelotas, durante a realização da III Jornada Integrada de Pediatria UCPel/UFPel, e o cuidado demonstrado com um número expressivo de componentes da Diretoria presentes. Tal fato valorizou o encontro e o diálogo, sedimentando as bases de uma especialidade forte, em uma região com três cursos médicos em um raio de 60 km, com três programas de residência médica em Pediatria, com influências marcantes na Região Sul do Estado, que observam e constatam a necessidade de um trabalho constante para que o interesse pela especialidade se mantenha crescente.

Dra. Luiza Helena V. Siqueira Novaes
Coordenadora do curso de Medicina/UCPel
Coordenação dos Escritórios Regionais da SPRS

EAD SPRS

Acompanhe as novas aulas
acessando a área exclusiva no site **www.sprs.com.br**

Pré-**TEP 2014** | Pré-**TEN 2014**

Campanha da nova UTI do Hospital da Criança Santo Antônio ganha impulso

Pediatras, médicos e senhoras da sociedade gaúcha estão sendo mobilizados pela campanha de arrecadação de fundos para a construção de uma nova UTI pediátrica com 10 leitos, no Hospital da Criança Santo Antônio.

O HCSA é especializado em alta complexidade e foi o primeiro hospital pediátrico do Brasil acreditado pela Joint Commission International. Ele já conta com uma UTI modelar, com 30 leitos, mas que está no limite de sua capacidade.

Considerando somente a ala cardiológica, a equipe do Dr. Luchese, da Santa Casa de Porto Alegre, realiza de 23 a 25 cirurgias de cardiopatias congênitas por mês no Santo Antônio, e estas crianças serão beneficiadas com a nova UTI.

Banco de Imagens/Santa Casa

A Diretora Médica do HCSA e assessora da presidência da SPRS, Dra. Themis Reverbel da Silveira, explica que o custo total da nova UTI é de R$ 3,5 milhões de reais. As dificuldades de financiamento levaram à criação da campanha para a construção do Centro Especializado de Tratamento Intensivo do HCSA.

A campanha de arrecadação contou com o apoio das "Voluntárias pela Vida" – um grupo de dez senhoras da sociedade gaúcha, que organizou um jantar beneficente onde foram arrecadados 1,5 milhão de reais.

Dra. Themis R. da Silveira: "A campanha de arrecadação de fundos para a nova UTI do Santo Antônio é uma iniciativa de grande alcance social. Agradecemos às 'Voluntárias pela Vida' pelo apoio tão significativo, e também a todos os que estão se mobilizando por esta causa que é nobre e tão urgente."

Para a Dra. Cristina Targa Ferreira, 1ª vice-presidente da SPRS e do quadro médico do Hospital da Criança Conceição, "essa mobilização da sociedade civil pela construção da nova UTI nos sensibiliza porque mostra a grande capacidade de organização dos gaúchos, capaz de viabilizar obra de tamanha importância".

Além da nova UTI, o projeto prevê a construção de uma casa de passagem para abrigar os familiares e acompanhantes dos pacientes que morem em município distantes.

cursos //

SPRS disponibiliza cursos de atualização profissional

A preocupação com a atualização técnica e a formação continuada dos pediatras gaúchos leva a SPRS, em parceria com a SBP, a disponibilizar cursos profissionais a seus associados regularmente. Este ano, foram realizados cursos de **Reanimação Neonatal**, **Suporte Avançado de Vida em Pediatria** (PALS) e **Curso de Aprimoramento em Nutrologia Pediátrica** (CANP).

A Dra. Elza Daniel de Mello, coordenadora dos Cursos de Aprimoramento em Nutrologia Pediátrica no RS, explica que o CANP surgiu quando foi evidenciado pela SBP que a Nutrição é extremamente importante na prática pediátrica, tanto no diagnóstico adequado do estado nutricional da criança e do adolescente, quanto na orientação alimentar correta que pode prevenir doenças de adultos - como diabetes e hipertensão; assim como determinar que a criança e o adolescente atinjam seu melhor potencial de saúde física e cognitiva. "Temos como objetivo instruir os pediatras quanto à importância deste assunto na prática da puericultura e no tratamento" – explica.

Os cursos são organizados pela SBP e realizados em todo o país através das sociedades estaduais. Inicialmente com periodicidade anual, os cursos são oferecidos conforme a demanda e a disponibilidade dos pediatras. Eles podem acontecer tanto na sede da Sociedade quanto em outras cidades, dependendo do interesse dos profissionais.

Nutrição pediátrica

Destinado a médicos pediatras e em alguns casos a médicos de família e residentes de Pediatria, os cursos de CANP são organizados pela Dra. Roseli Sarni, atual presidente do Departamento Científico de Nutrologia da SBP, que conta com alguns pediatras auxiliando na elaboração das aulas e confecção de materiais. "Depois os instrutores são capacitados de forma presencial" – explica a Dra. Elza Daniel de Mello, adiantando que no próximo ano teremos o CANP avançado, com outras enfermidades envolvidas.

Santa Cruz sedia a XIX Jornada de Neonatologia

Realizado pela primeira vez no município, evento reúne profissionais de Pediatria e Enfermagem para atualização e qualificação profissional

A Sociedade de Pediatria do Rio Grande do Sul comemorou os resultados da **XIX Jornada Sul-Rio-Grandense de Neonatologia** e **III Encontro Sul-Rio-Grandense de Enfermagem Neonatal**, que aconteceu entre 14 e 16 de agosto, em Santa Cruz do Sul.

O evento já tradicional no RS, mas realizado pela primeira vez naquele município, reuniu mais de 300 profissionais médicos e enfermeiros da área, que durante três dias debateram e se atualizaram sobre os avanços deste setor no último ano.

Conferências, palestras, mesas redondas e painéis apresentados por profissionais com notável experiência e liderança consolidada na área, trouxeram ao debate temas marcantes da neonatologia e que devem ser enfrentados no dia-a-dia dos profissionais, como: hemorragia intraventricular, convulsões, asfixia do neonatal, displasia broncopulmonar, cardiopatia congênita, aspiração meoconial, manejo do óbito na UTI neonatal, a visão e o manejo da equipe médica, entre outros.

O médico neonatologista Dr. Celso Rebello, do Hospital Albert Einstein, de São Paulo, participou como palestrante da Jornada, compartilhando seu largo conhecimento em sistema respiratório.

Debates mobilizam os participantes

Dra. Rita de Cassia Silveira

A presidente do Comitê de Neonatologia da SPRS, Dra. Rita de Cassia Silveira, afirma que o evento foi um sucesso em todos os aspectos, com palestras de alto nível, atualizadas e extensa participação de todos os presentes. “O Dr. Celso Rebello, que veio especialmente de São Paulo, abordou novos aspectos no uso de surfactante minimamente invasivo para desconforto respiratório do prematuro, CPAP em sala de parto, e ventilação gentil de adequada nutrição para melhorar o prognóstico de nossos pacientes críticos.” – informa Dra. Rita, ao comentar que o evento foi muito bem organizado e com debates de alto nível.

A pediatra e neonatologista Fabiani Renner, da Comissão Organizadora Médica da XIX Jornada, conta que o evento mobilizou a comunidade pediátrica e de enfermagem da cidade, e recebeu o apoio especial do Hospital Santa Cruz e da Universidade de Santa Cruz (UNISC) que contribuíram de forma significativa, inclusive cedendo a estrutura física para sediar a Jornada. “Nesses três dias de evento, pessoas de várias partes do estado e inclusive do resto do País vieram prestigiar o evento e também conhecer nossa cidade, de colonização alemã.” – comenta a Dra. Fabiani, ao agradecer à SPRS e em especial à Dra. Rita de Cassia da Silveira, que em janeiro deste ano propôs a realização da XIX Jornada em Santa Cruz.

Dra. Fabiani Renner

Próxima Jornada será comemorativa

Ao agradecer à comissão organizadora de Santa Cruz do Sul, a Dra. Rita de Cassia Silveira fez uma referência especial à Dra. Fabiane Renner, pelo empenho e dedicação na organização do evento.

Aproveitou o momento para convidar a todos para a próxima edição da Jornada, que será especial por se tratar da vigésima edição deste evento que já integra o calendário médico da neonatologia gaúcha. Pelotas, a cidade que já recebeu tantas vezes este encontro, será a sede da **XX Jornada Sul-Rio-Grandense de Neonatologia** e do **IV Encontro Sul-Rio-Grandense de Enfermagem Neonatal**, nos dias 25, 26 e 27 de junho de 2015.

Jornada Integrada de Pediatria em Pelotas

Mais de 200 acadêmicos e profissionais discutem a Adolescência numa perspectiva multidisciplinar

"Desafios da Terminalidade e Cuidados Paliativos em Pediatria" foi o tema da palestra da Dra. Patrícia Lago, presidente da SPRS, na abertura da **3ª Jornada Integrada de Pediatria de Pelotas**. O evento, promovido em conjunto pela Universidade Católica de Pelotas (UCPel), Universidade Federal de Pelotas (UFPel), pela Pediatria do Hospital Universitário São Francisco de Paula e pelo Hospital Escola da UFPel, aconteceu entre os dias 18 e 20 de setembro no auditório da UCPel.

Milene Saalfeld de Oliveira, Luiza Helena Novaes, Regina B. da Silveira, Rosângela Muller (atrás), Vera Levien, Marcéu Flores, Miriam Barcellos, Lucia Ferrari e Maria Laura Mascarenhas

O tema central desta Jornada foi a Adolescência. "Propomos discutir o adolescente em uma visão interdisciplinar com um programa elaborado com muita atenção, contemplando aspectos fundamentais no cuidado do adolescente, do seu desenvolvimento físico e mental e patologias mais prevalentes." – explicou a coordenadora do evento, médica hebiatra e professora da UCPel, Milene Saalfeld de Oliveira

A Jornada reuniu em Pelotas, profissionais da área da saúde e acadêmicos das duas universidades para transmitir e atualizar conhecimentos necessários para a compreensão da Adolescência como fenômeno peculiar dentro de todo o desenvolvimento do ser humano. Participaram como palestrantes convidados Lilian Day Hagel, Clesis Crochemore, Marlos Domingues, Leonardo Severo, Carla Pastore, Karen Carvalho, Lucia Elias, Eliane Schmidt, Soraya Collares, Airton Rombaldi, Bruno Salésio Francisco, Guilherme Bicca e Beatriz Franchini.

A coordenadora do evento, Dra. Milene de Oliveira, considerou que todos os objetivos propostos foram alcançados, com a mobilização da comunidade acadêmica e estudantil em torno de um tema muitas vezes negligenciado. "Permitimos que o adolescente tivesse maior visibilidade, avançando em ações que beneficiem os nossos pacientes." – explicou.

Mais de 200 estudantes e profissionais participaram da 3ª Jornada, organizada com conferências e mesas redondas entre profissionais de várias áreas da Medicina, Enfermagem, Psicologia, Nutrição e Educação.

SPRS dialogando com as suas Regionais

A Sociedade de Pediatria do RS aproveitou a realização da 3ª Jornada de Pelotas para organizar mais uma edição do **"A SPRS vai até você"**, que é um projeto de aproximação da entidade com todas as suas Regionais.

A Dra. Luiza Helena Siqueira Novaes, coordenadora do Curso de Medicina da UCPel e membro da diretoria da SPRS, exercendo a coordenação dos Escritórios Regionais da SPRS, salienta a importância da Sociedade ter como um de seus princípios e diálogo com as bases. "Além de valorizar o médico pediatra que trabalha muitas vezes em condições difíceis, a visita da Diretoria proporciona um importante compartilhamento de experiências". – explica.

Este encontro da Sociedade de Pediatria com a regional de Pelotas contou com a participação da presidente Dra. Patrícia Lago que avaliou o encontro como uma oportunidade excelente de encontro com o associado da região de Pelotas para conhecermos melhor a sua realidade de trabalho.

Nesta edição entrevistamos o colega Ignozy Dorneles Jornada Junior, da banda The Rock Horses, para quem a música "encanta os dias, descomplica a cabeça, e amacia a alma..."

Como surgiu a idéia de formar uma banda de rock?

O começo foi há mais de 45 anos, numa época em que adolescentes delirantes pensavam em "fazer a Revolução", acreditavam em Marcuse, apreciavam Mao, identificavam-se com a economia de Marx. Quando ainda havia lugar no Ocidente para um "maio em Paris", sob a batuta de Cohn-Bendit, personagem de triste memória nos dias de hoje. Pouco tempo depois, John Lennon decretaria o fim do sonho ("the dream is over"). Mas muitos fingiram não acreditar nessa história... Aquela banda, contudo, encerrou carreira pouco depois do impactante Woodstock. Era época de estudar para ser doutor. Hora de trocar a guitarra pelos livros, de encarar o cursinho, de conhecer o que Nelson Rodrigues chamava de "a vida como ela é". E isso durou 30 anos... Em 2000, essa mesma vida colocou de novo frente a frente alguns daqueles personagens dos longínquos anos 1960, agora com novas histórias, alguns com filhos, outros até com netos. E o destino se encarregou de reagrupar essa gente, entregar a cada um o seu instrumento e reacender o sonho de subir ao palco mais uma vez. Nesses últimos 14 anos, tivemos uma perda, algumas desistências e necessidades de trocas por motivos diversos...

The Rock Horses

Pablo, Ignozy, Breno & Cirinho

Então o sonho não acabou...?

Acho que as imagens oníricas a que Lennon se referiu eram outras, diferentes das que continuamos curtindo. Ligar a banda e ficar por 3, 4, 5 horas a fio tocando e cantando o velho rock´n´roll é como passear num planador no silêncio do céu, mas – paradoxalmente – com uma avalanche de sons dentro da cabeça. Dá para entender?

Como se conciliam ou se relacionam pediatria e música?

Esse é um convívio extremamente harmonioso: com a primeira, é a maneira como eu "ganho a vida"; com a segunda, é como eu ganho vida. Da pediatria vêm o pão e o churrasco, a roupa e o teto, imprescindíveis ao meu corpo. A música me dá o vinho que me completa, encantando os dias, descomplicando a cabeça, amaciando a alma...

Qual é o nome da banda?

Depende do ambiente, da circunstância, da plateia. Numa festa onde havia muitos neonatologistas, certa vez, anunciei a banda com o nome de "Surfactante". Num congresso brasileiro de Nefrologia, a banda se apresentou como "The Reens" (??!!). Habitualmente, é chamada "The Rock Horses".

Quantos integrantes compõem a banda?

Quatro titulares. Mas pode haver variações, com as circunstâncias e a disponibilidade de cada um. O baixista é traumato-ortopedista (Dr. Pablo Lessa); o vocalista é um agrônomo, formado pela UFRGS na década de 1980, mas que trabalhou cerca de apenas seis meses nessa profissão (Breno "Lennon" Outeiral, filho do compositor do Hino de Porto Alegre); o baterista, músico profissional há quase 50 anos, também é um dos melhores baixistas que Porto Alegre conheceu (Cirinho Ariel); e eu, Ignozy, participo em diversos backing vocals, toco guitarra-base e faço as vezes de mestre de cerimônias do grupo.

Onde a banda costuma se apresentar?

Bastante, na garagem da minha casa, num condomínio fechado. Sem isolamento acústico... Acreditávamos que no primeiro ensaio teríamos encrenca com os vizinhos. Surpreendentemente, adultos e crianças vieram ao local dançar. É a magia da música...

Quanto aos shows mais marcantes, lembro rapidamente de três: uma festa de aniversário de 80 anos (onde a aniversariante dançou durante todo o evento); o show na Expo Gramado para uma plateia de mais de dois mil congressistas (com um recital de 40 minutos de Yamandu Costa imediatamente antes, para o mesmo público!); e um "Luau" do G. N. União para 1.300 participantes.

Qual é o repertório da banda?

"The Rock Horses" é uma banda temática, com repertório centrado fundamentalmente no rock and roll internacional e nacional cantado e dançado nas décadas de 1950 a 1970. O grupo resgata temas que vão de Little Richard e Chuck Berry até The Police e Led Zeppelin, cruzando por Roy Orbison, Elvis, Stones, Creedence, Renato & seus Blue Caps, Dire Straits, Mutantes, bastante Beatles, e uma série de outros ícones daquele período. Esse repertório já foi apresentado em diversas ocasiões para plateias com idades entre menos de 18 e mais de 80 anos. A conclusão a que chegamos é que enquanto houver um motociclista querendo ouvir Born To Be Wild; enquanto aparecer na frente do palco um casal saudoso de se embalar ao som de San Francisco; enquanto durar a eternidade dos Beatles... nossa banda estará ligada e mostrando que ainda falta muito para o sonho acabar!

Pediatria Sprs

A nova página da SPRS no Facebook

Procurando valorizar sua participação nas mídias sociais, a SPRS contratou a empresa MPQuatro para manutenção e produção de conteúdos para sua nova página no Facebook: **Pediatria Sprs**. A MPQuatro é especializada em mídias sociais e produção de conteúdos para marcas.

Greta Paz, da equipe da MPQuatro, explica as metas buscadas com o nova página: "Através de sua página no Facebook, a SPRS relaciona-se com médicos e pacientes produzindo conteúdos relevantes e com credibilidade. Tudo o que é postado passa pela curadoria de profissionais associados."

Mais de 7 mil pessoas são alcançadas semanalmente pelos conteúdos produzidos pela SPRS, recebendo informações sobre a saúde de crianças. A qualificação da página e sua atualização constante fará com que mais pessoas possam ser informadas por esta mídia, reforçando a marca da Sociedade de Pediatria junto à comunidade.

"Desde o início do trabalho da MPQuatro, o Facebook da SPRS já cresceu 75% em número de fãs." – completa Greta.

Pediatra: ajude com a divulgação e curta a nova página da Sociedade de Pediatria:

Pediatria Sprs

Como chegar a MACHU PICCHU em alto estilo (ou não)

Machu Picchu é um lugar tão especial, tão fantástico, tão misterioso, que foi eleito como uma das 7 maravilhas do mundo. Se no passado a dificuldade de acesso protegeu a cidade sagrada dos incas da destruição espanhola, hoje qualquer turista consegue chegar para visitá-la.

Claro que não é um destino tão simples, porque não basta pegar um voo até lá perto e depois chegar de carro. Sua localização no meio da cordilheira e cercada de florestas tropicais impõe alguns desafios, seja você um mochileiro ou alguém disposto a gastar um pouco mais numa experiência verdadeiramente luxuosa.

Parte 1 | Chegando de Avião

O Aeroporto mais próximo é Cusco, situado a 112 km de distância de Machu Picchu. Minha dica aqui é comprar seu bilhete com o seguinte itinerário: POA - Cusco - Lima - POA. Se você não sabe fazer esta compra pelo site da própria companhia (TAM, LAN ou TACA), procure seu agente de viagens.

Lembre-se de reservar uns dias para curtir a cidade de Cusco, que por si só já valeria uma viagem. Recomendo passar ali pelo menos 3 dias, para poder se aclimatar e fazer alguns passeios. A altitude costuma dar um pouco de trabalho, afinal são 3.400 metros acima do nível do mar!

Parte 2 | De Cusco a Machu Picchu - a pé ou de trem?

Eu não tive coragem de encarar essa conversa de passar tanto tempo sem um banho e sem um colchão fofinho. Mas admiro muito todos aqueles que conseguem desapegar das comodidades da vida moderna para fazer a trilha de 4 dias.

Se você tem o perfil, saiba que é muito importante se programar com antecedência, porque as vagas para a trilha clássica são limitadas e se esgotam muito rápido. É obrigatório contratar uma agência para fazer esse passeio, assim como para a trilha alternativa Salkantay, que dura 5 dias.

Se você é como eu, que achava só dava para chegar a Machu Picchu a pé, aqui vão as boas notícias. Ninguém precisa passar perrengue para realizar este sonho.

Você pode, inclusive, comprar suas passagens via Internet, sem precisar de agência nenhuma como intermediário. Só atente para alguns detalhes que podem confundir muito a pessoa que está indo pela primeira vez.

Em primeiro lugar, aviso aos navegantes que a estação de trem de Cusco, na verdade não fica em Cusco, mas na zona metropolitana, um lugar chamado Poroy. Você precisa pegar um táxi para chegar até lá ou contratar um traslado de ônibus (na hora de comprar o bilhete de trem aparece essa opção, super fácil).

Em segundo lugar, a última parada do trem, na verdade, é um vilarejo chamado Aguas Calientes (se você vir o nome "Machu Picchu Pueblo", é a mesma coisa). As ruínas de verdade ficam no alto da montanha, a apenas 9 km de Aguas Calientes. Mas pela geografia da coisa, seria impossível que os trilhos chegassem.

Em terceiro lugar, você precisa escolher o tipo de trem mais apropriado ao seu perfil. São três: o Expedition, mais barato e janelas estreitas; o Vistadome, com janelões que permitem uma vista melhor e o Hiram Bingham, um trem de luxo que serve uma refeição completa e tenta recriar o glamour das viagens pela Europa do início do século XX.

Se você está achando tudo muito difícil e está com medo de algo dar errado, as agências de turismo estão aí para fazerem esse trabalho para você.

Parte 3 | Aguas Calientes

Tem gente que nem perde tempo ficando em Aguas Calientes. Chega de trem de manhã, ruma direto para Machu Picchu propriamente dita e volta para Cusco no mesmo dia ao fim da tarde. É o itinerário vendido pela maioria das agências, mas é possível driblar a mesmice.

Dormir em Aguas Calientes (num hotel "normal" ou até em um albergue) permite que você modifique um pequeno detalhe na sua viagem que vai fazer toda diferença.

Comece o seu tour em Machu Picchu às 7h da manhã, quando os trens vindos de Cusco ainda não chegaram. Aquele cenário será praticamente só seu, exclusivo! Acredite: ali pelas 10h da manhã, quando uma horda de turistas de todo o mundo invade o santuário inca, fica difícil até para tirar fotos!

Para quem está atrás de uma aventura "diferenciada", experimente ficar no "Belmond Sanctuary Lodge", que é o único hotel que fica no alto da montanha, bem na frente das catracas que dão acesso a Machu Picchu.

Se a ideia é fazer um roteiro "lua-de-mel-perfeita" (ou "bodas-de-prata-perfeitas"), é só combinar o Sanctuary Lodge com o trem Hiram Bingham e também com o hotel Palacio Nazarenas, em Cusco.

Parte 4 | De Aguas Calientes para Machu Picchu

Mas se você é um reles mortal como nós, que não tínhamos um orçamento preparado para um Sanctuary Lodge da vida, prepare-se para subir a montanha até Machu Picchu como todo mundo, de micro-ônibus.

É bem pertinho, são só 9 km, mas a viagem dura quase 20 minutos, porque a subida é bem íngreme. Tem gente que prefere fazer esse caminho a pé, mas já vou avisando: é bem mais longe do que parece!

Viram? Não é tão difícil, né? Depois é só fazer todo o caminho de volta. Só não esqueça de contratar um guia turístico para a visita ao sítio arqueológico (há vários na entrada de Machu Picchu se você não tiver o seu) e de tirar muitas fotos.

Seguindo estas dicas, duvido que volte decepcionado. Se ficou alguma dúvida, entre no nosso blog, tem muito material sobre o Peru por lá: http://www.andarilhosdomundo.com.br/

Gleiber Oliveira Rodrigues
Intensivista Pediátrico

Eva Furnari

Eva Furnari nasceu em Roma em 1948, e desde os 2 anos de idade mora em São Paulo. Arquiteta, foi professora de artes e desenhista de inúmeras revistas. Começou sua carreira de escritora e ilustradora de livros infantis em 1980.

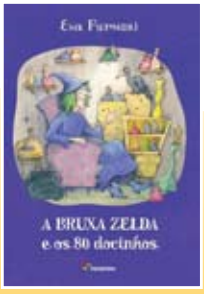
Seus livros abordam temas que ajudam a criança a compreender assuntos do mundo, cheios de maginação, gostosos de ler e ouvir, marcados pela oralidade.

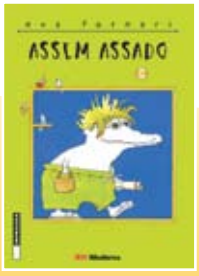
Muitos de seus livros são adequados à fase de aprendizagem da leitura, do início do processo de racionalização da realidade e da sociabilização.

Como autora infanto-juvenil e como ilustradora, Eva Furnari recebeu o Prêmio Jabuti nos anos de 1986, 1991, 1993, 1995, 1998 e 2006.

Em 2004 foi escolhida para ilustrar a reedição de seis livros da obra infantil de Érico Veríssimo.

Eva Furnari já publicou mais de 50 livros. Suas obras mais conhecidas são: A Bruxinha Zelda e os 80 docinhos, Felpo Filva, A Bruxinha atrapalhada, Assim assado, Trucks, Quer brincar?, Adivinhe se puder, e Lolo barnabé.





notícia //

Dr. Cantalice assume presidência da AMRIGS

O médico pediatra **Alfredo Floro Cantalice Neto** assumiu a presidência da Associação Médica do Rio Grande do Sul no mês de outubro, juntamente com os novos conselheiros eleitos para o período de 2014 a 2017.

Entre as diretrizes da sua gestão frente à AMRIGS estão a saúde materna e infantil – o que deverá ser efetivado a partir do projeto "Geração Bebê", voltado para os profissionais da Saúde e para toda a comunidade gaúcha, e que prevê cursos de capacitação e palestras.

Especializado em Gastropediatria, o Dr. Cantalice teve uma participação muito ativa nas diretorias da Sociedade de Pediatria do Rio Grande do Sul e da Sociedade Brasileira de Pediatria.

Com mais de 40 anos de atividades, foi diretor do Hospital Materno Infantil Presidente Vargas e ainda atua no Hospital da Criança Santo Antônio. Ele explica que os pilares da sua gestão na AMRIGS serão o do conhecimento e da proximidade, "procurando fazer realmente diferença na sociedade, no associativismo, nos benefícios para a classe médica, na união das entidades coirmãs e na sustentabilidade de todas essas ações." – conclui.

SAVE THE DATE

20 anos
1996 - 2015

XX Jornada Sul-Rio-Grandense de
NEONATOLOGIA
IV Encontro Sul-Rio-Grandense
de Enfermagem Neonatal

25-27 | Junho | 2015
PELOTAS | RS

INSCRIÇÕES ABERTAS !

VIII Congresso Gaúcho de
Atualização em Pediatria
VI Simpósio Sul-Americano de **Pediatria**
Encontro Anual da **SPRS**

save the date

30 de Abril a 2 de Maio | 2015
PUCRS | Porto Alegre

Data limite para inscrições com desconto > **06/04/2015**

Temas em destaque:

Perinatologia | Pneumologia | Adolescência | Vacinas | Cardiologia | Emergências
Otorrinolaringologia | Gastroenterologia | Dermatologia | Nutrição nos primeiros 1000 dias

www.gauchopediatria.com.br

ORGANIZAÇÃO:
EKIPE DE EVENTOS
Tel.: (41) 3022.1247
ekipe@ekipedeeventos.com.br

PROMOÇÃO:
SRS
www.sprs.com.br

APOIO:
SBP
SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA

Elizabeth Lemos Silveira Lucas MsC, PhD
Médica Geneticista | CREMERS 15955 RQE 8840

Av. Cel. Lucas de Oliveira, 505/606
Porto Alegre | RS | 90440-011 | Fone: 51 32227139

www.geneticaclinica.com.br

Quinta Essência
Cosméticos e Medicamentos

Manipulamos:

- Bastão de Nitrato de Prata
- Lactase cápsulas 2500 U
- Loção FPS30 sem filtros químicos
- Loção FPS30 sem filtros químicos e repelente de insetos
- PEG 4000 sachê
- Repelente de insetos com citronela
- Repelente de insetos com repelente 3535 Merck

ENVIAMOS SEDEX PARA TODO O ESTADO

Central telefônica e telentrega: (51) 3013.3930
Rua Mostardeiro, 455 / loja 7 - M. Vento - Porto Alegre - RS
www.quintaessencia.com.br | reginanejedlo@quintaessencia.com.br

SRS

Sociedade de Pediatria do RS
Av. Carlos Gomes, 328 - sala 305
Fone/Fax: (51) 3328.4062
90480-000 – Porto Alegre – RS
www.sprs.com.br | sprs@sprs.com.br

JORNAL SPRS
Diretoria de Comunicação da SPRS:
Lúcia Diehl da Silva e Eduardo Montagner Dias
Produção editorial: arte e composição
Comercialização: Marta Eliza Hackbarth - sprs@sprs.com.br
Fones: (51) 3328.4062 / 3328.6337