



Eliana Ribeiro



# Aniversariantes

## Agosto/setembro

### ADM

13/08 ANA PAULA LANA  
16/08 ODILA PESCARA  
28/08 OSVANETE SILVA  
06/09 VIVIANE FERREIRA  
09/09 EDNA LÚCIA BRAZ  
10/09 RAQUEL BRAGA  
20/09 LINDOMAR NASCIMENTO  
21/09 CÁTIA GONÇALVES

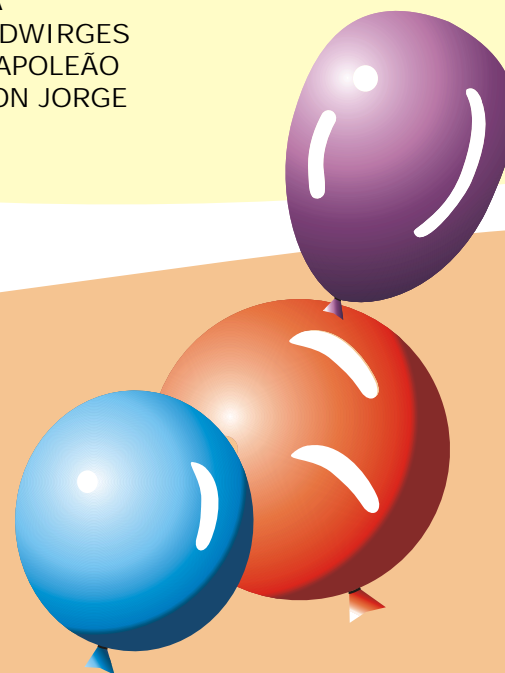
### Professores

CBA 01/08 NILCEIA  
26/08 MARCO ANTONIO  
27/08 MERI LUCI  
09/01 CARLOS HENRIQUE  
09/01 MARIA LOURDES  
13/09 DANIELA  
20/09 MARIA EDWIRGES  
21/09 CATIA NAPOLEÃO  
21/09 ADMILSON JORGE



### Professores FABA

08/08 ADILSON CAMPOS  
18/08 ALINE OLIVEIRA  
27/08 EDVALDO HIGINO  
15/08 GABRIELA SIMÕES  
11/08 MARIA DA GLÓRIA  
18/09 CRISTINA BARROS  
19/09 ANDREA MARCIA  
19/09 ANDREA PORTO  
22/09 ANGELI ESPINHA



**AUTO-ESCOLA**  
**IRANI**  
www.autoescolairani.com.br  
**CURSO COMPLETO**

Sujeito a aprovação de crédito (GVI)  
Não está incluso a taxa de Duda e Clínic

**Desconto**  
Para Pagamento a Vista

• **CARRO**  
• **MOTO** • **ÔNIBUS**

**Temos também financiamento no carne em 9x** Sujeito a aprovação de crédito (GVI)

**ACEITAMOS**  
**CARTÕES DE CRÉDITO**  
**ATÉ 4X**

**Campo Grande**  
**2416-7810**  
Rua Viúva Dantas, 60 Grupo 303

**Recreio**  
**2437-0022**  
**2437-3878**  
Av. das Américas 13.697 - Cobertura 307/308 - Recreio - RJ  
(ao lado do Supermercado Mundial)

**Bangu**  
**2401-1868**  
Rua Sulamérica, 1904 Sb Loja

**Taquara**  
**2456-3345**  
Estr. do Tindiba, 2.089 - Sala 217  
(em cima do Banco do Brasil)

## Expediente

Coordenação Geral:  
Antônio Luis Bezerra de Araújo

Coordenação Pedagógica (FABA)  
Angeli Espinha Cardoso

Coodenação Pedagógica (CBA)  
Neila Maria

Jornalista Responsável:  
Marcelo Bacellar

Projeto Gráfico e Diagramação:  
Eliana Ribeiro

Se você quer receber nosso informativo,  
mande um e-mail com seus dados para:  
comunicacao@bezerradearaujo.com.br

## Ex-alunas agora são funcionárias

Tem um jargão futebolístico que diz que o melhor para um clube de futebol é investir na prata da casa. A Faculdade Bezerra de Araújo também investe nas suas “crias”, mesmo depois que os alunos terminam o curso. É o caso de Carla Cristina Fonseca de Souza, ex-aluna do curso de farmácia e atualmente coordenadora dos laboratórios, e Juliana de Souza Santos, ex-acadêmica de fisioterapia e hoje trabalhando na clínica-escola da faculdade. “Fui indicada pelo professor Jair Cordeiro, pois sempre tive um bom desempenho acadêmico”, explica Carla.

Juliana também teve sua indicação para a clínica motivada por sua dedicação à graduação. “Outro fator que ajudou foi o curso de especialização em RPG que fiz”, afirma ela. Carla também sempre investiu na sua formação. A coordenadora dos laboratórios fez pós-graduação em perícia criminal e mestrado em bioquímica, além de ser professora de química, físico-química e física. “Antes de terminar a faculdade fui aprovada no concurso para farmacêutica da secretaria de saúde”, afirma Carla.

As duas ex-alunas e atuais funcionárias da faculdade ressaltaram a qualidade dos professores como um dos fatores fundamentais para a boa formação que tiveram. “É difícil destacar um professor no meio de tantos que me ajudaram, mas tenho carinho especial pelo Afrânio Barreiros. Hoje em dia somos amigos e admiro muito o apoio e o estímulo que oferece aos alunos”, comenta Juliana. Para Carla, o professor que mais marcou seu período de graduação foi o Luis Fernando Chiavegatto, de farmacotécnica: “Ele tem muito conhecimento e excelente nível teórico e bastante experiência prática”, completa Carla.

No final da entrevista pedimos que cada uma desse uma dica para aqueles que estão iniciando o curso superior para possam ter mais chances de alcançar seus objetivos profissionais. Para Carla, é importante investir em aprender outro idioma: “A indústria farmacêutica é majoritariamente alemã”, explica ela. Para Juliana, o futuro profissional, de qualquer área, precisa gostar daquilo que faz: “Sem amor pela profissão dificilmente alcançaremos nossos objetivos”, finaliza Juliana.



Carla e Juliana (abaixo) foram indicadas por terem bom desempenho



Poesias - Contos - Fotografias

Alunos, professores e funcionários

Tema: Zona Oeste

Inscrições até o dia  
10 de outubro

Saúde também é cultura

Regulamento e ficha  
de inscrição no site:  
[www.bezerradearaujo.com.br](http://www.bezerradearaujo.com.br)

Participem!

**SCBA** **Semana Cultural Bezerra de Araújo**



A professora Michele e suas estagiárias dando orientações nutricionais às convidadas

## Boa alimentação e muita força de vontade

Tratamento nutricional realizado na FABA traz bons resultados

*Eliana Ribeiro*

Messulan Lima, de 55 anos, há cinco anos precisava emagrecer. Nessa época fez uma viagem à Inglaterra a passeio e conheceu um trabalho de emagrecimento feito em grupo e resolveu criar um semelhante no Brasil. Mas seu projeto tomou maior força quando conheceu o trabalho sobre orientação nutricional feito por estagiários e professores do curso de nutrição da FABA e foi convidada pela professora Michele Fernandes, supervisora da equipe, juntamente com seu grupo, para participar das reuniões. Nestas palestras quinzenais, cada paciente é avaliado e orientado pelos profissionais.

A estagiária Elizabete de Moraes, do 7º período de nutrição, que faz estágio dando apoio ao grupo, diz que tem aprendido muito com as reuniões. “O tratamento em grupo é bem interessante, a dinâmica favorece às respostas e elas se sentem mais à vontade para falar”

Além da orientação nutricional, o grupo também recebe apoio motivacional. É que Messulan é “Coach”, um profissional que conduz o processo de realização de metas e

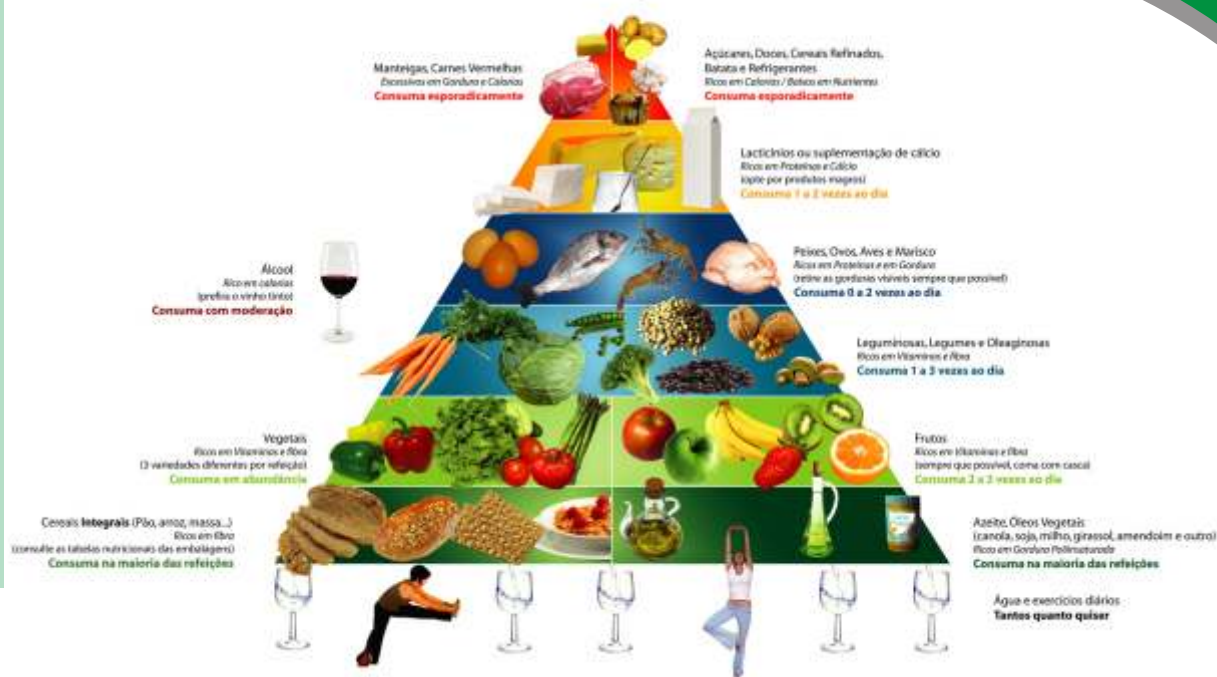
desejos, ajudando na motivação. “O Coaching puxa de dentro de você as ferramentas para que a própria pessoa obtenha resultados positivos. Essas mulheres estão emagrecendo e tendo sucesso em outras áreas de suas vidas, financeiras e de relacionamentos. Elas estão muito felizes. Esse trabalho tem seis meses e para mim é de muita felicidade!”, afirma ela. Ela pretende fazer um trabalho ainda maior: conseguir cirurgia plástica para os casos mais sérios.

Angélica Cristina de Souza, de 35 anos, conta que em 15 dias emagreceu 1 kg graças às orientações oferecidas pela equipe de nutricionistas da FABA. Segundo Michele Fernandes, supervisora do projeto, o objetivo é ensinar como as pessoas devem se alimentar. O trabalho é feito com reuniões quinzenais, não tem limite de idade e não precisa de encaminhamento médico. Também tem o tratamento individual para crianças e homens. “O objetivo é ensinar como se deve alimentar, e o que é uma alimentação saudável, para que possam fazer melhores escolhas e assim qualidade de vida”, conclui Michele.

### Saiba o que é Coach

Segundo o ICI (Integrated Coaching Institute), o Coaching é uma parceria focada na realização de metas. É um processo de desenvolvimento comportamental para desenvolver habilidades na realização de objetivos e desejos. O Coach é o profissional que conduz o processo, equipando o cliente com ferramentas, conhecimentos e oportunidades para agir na direção de seus desejos. O Coaching auxilia o cliente a se utilizar do seu poder de ação, estimulando sua habilidade de agir com eficiência para alcançar seus objetivos.

### NOVA PIRÂMIDE ALIMENTAR o novo conceito de alimentação saudável (Walter C. Willett)



### Dicas das nutricionistas:

Comer em curtos períodos (de três em três horas) faz com que haja aceleração do metabolismo, não deixando acumular gordura no organismo.

Alimentação colorida - 5 porções de hortaliças e frutas ao dia - segundo estudos, reduz o risco de algumas patologias como câncer e doenças cardiovasculares.

As dietas da moda podem até funcionar, mas segundo a professora Michele Fernandes, não havendo uma reeducação nutricional, elas podem acarretar danos à saúde, pois o organismo poderá sentir falta de alguns tipos de nutrientes que desempenham papéis importantes para o corpo. Fazendo a reeducação alimentar se obtém e se mantém de forma saudável o peso ideal, não afetando à saúde.



Fotos: arquivo pessoal

## Das quadras para enfermagem

Aluna relata sua trajetória no esporte

*Eliana Ribeiro*

Alana Gomes de Oliveira, de 23 anos, aluna do curso técnico de enfermagem, já tem muitas histórias pra contar. Com 1,85m de altura, foi jogadora de basquete durante dez anos em vários clubes, representando o Brasil até no exterior.

O amor pelo basquete começou aos 12 anos de idade, quando foi assistir aos jogos na Vila Olímpica da Mangueira, local onde seu irmão mais velho já jogava. Com suas características físicas, logo foi convidada para competir na equipe federada (cadastrada na federação carioca). Aos dezoito anos, seu talento se destacou e passou a participar de campeonatos importantes da categoria adulta e em equipes universitárias.

Como estudante participou dos Jogos Universitários Brasileiros (JUBs), defendendo a seleção carioca, que se classificou para o campeonato sul-americano e representou o Brasil no Chile, em 2004, ficando em segundo lugar

Neste período, participava das competições na Vila Olímpica da Mangueira quando foi convidada por um técnico americano que visitava a instituição para jogar em Nebraska,

nos Estados Unidos. Alana morou lá por um ano, e conta que teve muitas dificuldades em se adaptar. Além da alimentação e da língua estrangeira, o preconceito com atletas de países em desenvolvimento dificultou sua permanência. “Eles davam preferência aos nativos na hora das competições, me deixando muitas vezes na reserva”, diz ela.

Outros atletas brasileiros, que jogavam no estado de Oklahoma, sabendo das dificuldades que ela estava passando, comentaram para o técnico, que precisava de uma jogadora, e a convidou para jogar em seu time. Alana ficou por quase 1 ano morando em alojamento, mas infelizmente não se adaptou. Os mesmos problemas que aconteciam em Nebraska, se repetiram por lá, fazendo com ela retornasse ao Brasil em 2006.

Em 2007, jogou seu segundo JUBS, em Blumenau, Santa Catarina, conquistando o vice-campeonato. Com esse resultado, foi convocada para a seleção brasileira universitária e participou do

campeonato mundial na Tailândia com a equipe. Apesar de ter derrotado os donos da casa, um dos times favoritos, não teve uma boa colocação.

Neste mesmo ano, participou do seu primeiro campeonato brasileiro pelo Fluminense, onde se destacou. Mas, como o time não tinha apoio financeiro, nem preparo técnico, não evoluiu na competição. Neste tempo, surgiu a oportunidade de jogar pelo Botafogo, onde tinha mais apoio técnico e financeiro. Tempos depois foi convidada a jogar em Catanduva, cidade do interior de São Paulo, onde pode ter acesso a uma maior estrutura organizacional. Com a contratação de outros atletas, a equipe deu preferência aos de maior experiência e ela foi dispensada.

Retornando ao Rio em abril de 2007, sentiu a necessidade de ter uma profissão, e através de parentes, conheceu o Bezerra de Araújo e optou por enfermagem. No início, não queria largar o basquete, mas pensando em seu futuro, optou por se dedicar a uma profissão mais segura. Ela pretende concluir o curso e ter condições financeiras de pagar sua faculdade. "Identifiquei-me com o curso de enfermagem, gosto de ajudar as pessoas, me sinto retribuída pelo paciente", diz Alana. Atualmente está afastada das quadras e diz que só volta a competir quando ela se estabilizar profissionalmente.



1



2



3

4



- 1 - No mundial na Tailândia
- 2 - Jogando no mundial com a Tailândia
- 3 - No Botafogo
- 4 - Jogando nos Estados Unidos

### Campeonatos que participou:

- . Campeã brasileira infanto-juvenil - Jogos da Juventude - Goiânia (GO) - 2003
- . Vice-campeã brasileira infanto-juvenil - Ponta Grossa (SC) - 2003
- . Campeã brasileira JUB's - São Paulo (SP) - 2004
- . Vice- campeã sul-americana universitária - Concepción - Chile - 2004
- . Seleção brasileira universitária - Bangkok - Tailândia - 2007





## Aluna da faculdade entrevista a secretária-geral do COREN-RJ

Entre os assuntos escolhidos para a sétima edição do Informativo Bezerra de Araújo estava uma entrevista com Glória Maria de Carvalho, secretária-geral do Conselho Regional de Enfermagem do Rio de Janeiro (Coren-RJ). Para fazer o trabalho, a equipe de comunicação convidou a aluna e líder do grupo Enfermalegria, Cristiane Bernardo. Se você também tem vontade de colaborar com o informativo ou com o site, entre em contato com a gente na coordenação da faculdade. A seguir, os principais trechos da entrevista:

### **Conselho**

O COREN do Rio de Janeiro é o segundo maior do país, em arrecadação. Temos que utilizar esse faturamento em benefício dos associados. Recebemos muita demanda de profissionais da área de saúde, tanto de nível médio, quanto da graduação, pois nos últimos anos, a oferta de vagas aumentou muito, principalmente na enfermagem do trabalho. Esse incremento se deu principalmente por causa do crescimento econômico do estado. Também recebemos muitas consultas com dúvidas sobre o processo de trabalho e as atividades desenvolvidas pelo auxiliar, técnico e o enfermeiro e as limitações de cada nível.

### **Atual administração**

Começamos nossa administração em maio de 2008, a partir da intervenção do Ministério Público e do atual Conselho Federal de Enfermagem, que detectaram muitas irregularidades nos últimos 18 anos, chegando a acontecer até assassinatos. Nosso principal objetivo é resgatar o papel do conselho de proteger a sociedade dos maus profissionais. Estamos promovendo uma aproximação com a categoria para evitar riscos, estimulando a qualificação na área. Estamos também investindo numa fiscalização mais efetiva, com a atualização do cadastro.

### Convênio COREN x FABA

Temos intenção de aproximar cada vez mais o COREN das faculdades. E a parceria com a FABA é uma forma de investir na qualificação e na formação para melhorar a atuação do enfermeiro, porque o papel do conselho é ajudar a colocar no mercado de trabalho, através da concessão do registro profissional, enfermeiros que realmente tenham capacidade de exercer a profissão para não arriscar a vida da população. Os convênios são um bom caminho para chegar a esse objetivo e a Faculdade Bezerra de Araújo é uma instituição de renome e tem como diretora a professora Maria José, que é uma referência nessa área.

### Benefícios da parceria

Os associados ganham descontos através dessas parcerias. Com a FABA fechamos o valor em 25%. Acredito que as duas partes ganham, pois os profissionais terão mais oportunidades de investir na sua formação e a faculdade abre um mercado a mais para captar alunos. E no limite, a população também ganha, pois terá profissionais melhor qualificados atendendo nos postos de saúde, hospitais e clínicas.

### Outras ações

A primeira ação dessa administração foi a diminuição da anuidade, pois quando chegamos o nível de inadimplência chegava a 70%. Estamos negociando a quitação desses débitos e o associado pode parcelar em até 18 vezes. Temos em vista a implantação das câmaras técnicas, autorizadas pelo Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), e comandadas por profissionais de destaque na sua área. Tem também o COREN Itinerante, que circulará pelo estado, visitando vários municípios, promovendo seminários e discutindo as dificuldades de cada localidade, provendo atividades de acordo com a necessidade de cada um. Nesse ponto, as faculdades têm nos dado muito apoio, pois os seminários aproximam alunos, profissionais e entidades de classe.



A aluna Cristiane com a entrevistada Gloria Maria

### Resultados

Nossa gestão termina em novembro e acho que conseguimos reaproximar a categoria. Vamos promover um concurso público ainda esse ano para a contratação de funcionários. Estamos reformando o terceiro andar, que estava fechado e totalmente sucateado. Atualmente, já se pode acompanhar as ações e prestação de contas pelo site ([www.coren-rj.gov.br](http://www.coren-rj.gov.br)). Apoiamos a campanha pelas 30 horas semanais e estamos organizando o projeto do piso salarial, além estarmos articulando uma representação parlamentar para encaminhar nossos pleitos.

### Enfermagem

É uma profissão dinâmica em que é necessário se atualizar constantemente, fazer cursos, investir na formação acadêmica, com pós-graduação e mestrados, enfim, é preciso estar atento para se manter informado com os novos equipamentos, procedimentos e técnicas. A qualificação especializada através da pós-graduação abre um leque de conhecimentos para o enfermeiro poder argumentar sobre suas funções.

## Oftalmoclínica Campo Grande

Centro Oftalmológico

Av. Cesário de Melo, 1867  
sala 201 - Campo Grande

Rio de Janeiro - RJ (após a Auto-Escola Jorge)

Ligue e marque sua consulta - funcionários e alunos não pagam

Tels.: 2413-3708 / 4105-1960





A professora Arlete (ao centro) com seus alunos

## Trabalho de casa na casa

### Alunos fazem avaliação de saúde em funcionários da FABBA

*Eliana Ribeiro*

Arlete Francisca, professora do curso de fisioterapia, tem por objetivo estimular seus alunos a elaborarem projetos, pesquisas e escrever artigos para crescerem profissionalmente. Atualmente, ela ministra aulas de cardiologia clínica na faculdade, e com isto, veio a ideia de desenvolver um trabalho com seus alunos sobre avaliação de fatores de risco para doenças cardiovasculares nos funcionários da FABBA.

Para que todos os alunos pudessem participar de forma igual, a professora dividiu a turma em quatro grupos. O trabalho foi iniciado com um questionário aplicado nos funcionários com o objetivo de verificar a saúde de cada um deles.

Segundo a professora, com este trabalho, os alunos puderam experimentar que são capazes de atuarem antes mesmo do término da graduação, desenvolvendo a prevenção e a saúde pública de várias formas.

Como parte da tarefa, os graduandos desenvolveram de forma criativa, blogs, sites e apresentação de slides sobre cinesioterapia laboral, que é uma terapia orientada com o profissional de fisioterapia. São movimentos de fácil compreensão que promovem a saúde do funcionário e evitam lesões e doenças ocupacionais.

A aluna Elizana de Sousa, que participou da equipe, disse que a experiência foi positiva, porque se sentiu segura para passar seu conhecimento. “As pessoas que entrevistei foram muito

educadas, mas algumas se recusaram e outras não compareceram. Muitas delas querem dar continuidade ao tratamento”, diz a aluna. Como foi o caso da funcionária Kátia Regina C. do Nascimento que trabalha na secretaria. “Eu achei muito interessante. Eles verificaram a pressão, nossas medidas, foi muito bom. Caso precise, farei o tratamento”.

Segundo Arlete, o objetivo deste trabalho é orientar a todos os funcionários sobre os riscos, e caso seja detectado algum problema, encaminhá-lo para um acompanhamento clínico.

A professora diz que, com apenas quinze 15 minutos diariamente, há uma melhora significativa na qualidade da saúde, pois alivia as tensões, dores, estresse, edemas e aumenta o relaxamento mental e corporal, conscientizando, através da melhora da saúde, a necessidade de manter os movimentos. “A finalidade é fazer com que os funcionários pratiquem os exercícios diariamente para fortalecer e alongar o corpo, evitando futuras doenças, melhorar a saúde e recuperar os movimentos e a qualidade de vida”, afirma ela.

Arlete pretende dar continuidade ao trabalho até o final deste semestre, levando a todos os funcionários o resultado deste trabalho, fazendo o acompanhamento clínico e aplicando as orientações cinesioterapêuticas.

# Notas Notas Notas FABA

## Clínica-Escola de Fisioterapia em funcionamento

A Clínica-Escola de Fisioterapia da FABA está em funcionamento com diversos serviços: acupuntura, acupuntura estética, aromaterapia, cromoterapia, auriculoterapia, Reeducação Postural Global (RPG), fisioterapia em urogineco obstetrícia e pilates. O atendimento é de segunda a sexta, de 7h às 18hs. O telefone para maiores informações é o 2412-1936 / 2416-0314.



## Eleição dos Centros Acadêmicos

A eleição dos novos representantes dos Centros Acadêmicos (C.As) está chegando. Os interessados devem procurar a prof. Angeli Espinha na ouvidoria ou enviar um e-mail para: [angeliEspinha@bezerradearaujo.com.br](mailto:angeliEspinha@bezerradearaujo.com.br)

## 2ª Semana Cultural

Se você escreve poemas ou contos ou gosta de fotografar, participe da 2ª Semana Cultural da FABA. Você tem até dia 10 de outubro para se inscrever. Veja o regulamento no site [www.bezerradearaujo.com.br](http://www.bezerradearaujo.com.br).

## Monitoria on-line

Qualquer informação sobre horários de atendimentos dos monitores agora podem ser obtida pelo e-mail [monitoria@bezerradearaujo.com.br](mailto:monitoria@bezerradearaujo.com.br). Através desse endereço eletrônico, os alunos podem, entre outras coisas, solicitar agendamentos para serem atendidos.



## Comissão Própria de Avaliação (CPA)

A avaliação institucional acontece duas vezes ao ano com o objetivo de buscar soluções para problemas que vão desde a estrutura física até o conteúdo oferecido em aula. Para que a FABA possa atender às necessidades da comunidade acadêmica é necessário que alunos, professores e funcionários, façam a sua parte e mostrem a direção certa para que possamos alcançar nossos objetivos: a boa qualidade e a satisfação de todos. E para que este trabalho tenha sucesso, é fundamental que você preencha com atenção o formulário, que estará em breve disponibilizado. Não deixe de dar sua opinião, pois você pode ter a solução que todos estão procurando.



# Notas Notas Notas CBA

## Patologia Clínica

A Patologia Clínica é uma especialidade em diagnóstico que auxilia os profissionais de diversas especialidades no acompanhamento clínico de estados de saúde e doenças do paciente, através da análise de exames. O mercado de trabalho para profissionais dessa área vem crescendo nos últimos anos. Essa é a sua chance de garantir um melhor futuro profissional. Informações pelos telefones: 2413-4037 e 2413-5243.

## SIPAT

A Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho (SIPAT), promovida anualmente pelo colégio, aconteceu nos dias 16 e 17 de setembro e contou com diversas palestras e agradou a alunos e professores. Temas como alcoolismo, tabagismo, AIDS, segurança em eletricidade, prevenção e combate a incêndio, além de trabalho social e impacto ambiental, entre outros assuntos, tiveram grande presença dos alunos que participaram ativamente do evento.

## Clínica - Escola de Fisioterapia

RPG - pilates - acupuntura - aromaterapia  
cromoterapia - auriculoterapia - fisioterapia urogineco obstetrícia

Rua Carius, 163 - Campo Grande telefone: 2412-1936 / 2416-0314

**FAB A**  
Faculdade Bezerra  
de Araújo

**Aumente** suas chances no mercado de trabalho



# Curso de Patologia Clínica

O Colégio Bezerra de Araújo está com suas matrículas abertas para o curso técnico de Patologia Clínica, com estágio supervisionado e aulas em laboratórios equipados. Essa é a sua chance de garantir um melhor futuro profissional.

Patologia clínica é uma especialidade em diagnósticos, para acompanhamento clínico de estados de saúde e doença dos pacientes, através da análise de exames.

Com mais de 800 laboratórios de patologia no Rio de Janeiro, o setor oferece excelentes oportunidades de trabalho

Bezerra de Araújo, 36 anos de educação com muita saúde

Rua Viúva Dantas, 417 - Campo Grande

2413-4037 / 2413-5243

[cbacampogrande@bezerradearaujo.com.br](mailto:cbacampogrande@bezerradearaujo.com.br)

[www.bezerradearaujo.com.br](http://www.bezerradearaujo.com.br)

