



Universidade
Federal
Fluminense

Jornal da UFF

Impresso
Especial

050991142-0/2005-DR/RJ
UFF

/// CORREIOS ///



Jornal da UFF | Ano 2 - Nº 6 | 2º e 3º Trimestres de 2009
www.noticias.uff.br/jornaldauff



UFF EM EXPANSÃO: SISTEMA EDUCACIONAL SOLIDIFICA QUATRO POLOS NO INTERIOR

PÁGS. 6 E 7

Luta contra tabagismo usa
imagens de advertência.

Pág. 4

‘Ideia’ promove a arte
de superar barreiras.

Pág. 9

Da Redação

O **Jornal da UFF** ficou em segundo lugar no 4º Destaque Andifes de Jornalismo das Ifes, prêmio oferecido pela Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (Andifes) às melhores publicações das assessorias de comunicação.

Dentre as 55 universidades federais, a UnB ficou com o primeiro lugar e a UFRJ com o terceiro lugar. O **Jornal da UFF** começou a ser publicado pelo Núcleo de Comunicação Social (Nucs) em novembro de 2007. As versões digitais das edições podem ser consultadas em www.noticias.uff.br/jornaldauff.

No “ranking” das melhores universidades da América Latina, a UFF figura em 23º lugar, segundo avaliação recentemente publicada pelo “Webometrics Ranking of World Universities”, iniciativa do Consejo Superior de Investigaciones Científicas, maior instituto público de pesquisas da Espanha, órgão ligado ao Ministério da Educação daquele país.

O objetivo principal do estudo foi promover publicações na web. O trabalho avaliou o apoio às iniciativas de acesso livre, o acesso eletrônico a publicações científicas e a outros materiais acadêmicos. Consulte o “ranking” em www.webometrics.info/top200_latinafrica.asp.

O descarte incorreto de lâmpadas fluorescentes tornou-se um problema ambiental. Ciente disso, em julho, a UFF, em parceria com a Ampla, realizou ação, para que mais de 15 mil lâmpadas queimadas na universidade tivessem destino ecologicamente correto.

É a primeira vez que a destruição das lâmpadas é feita dentro da própria universidade. Antes, o descarte era feito por meio do envio das lâmpadas para uma empresa especializada, com sede em São Paulo. A ação demonstra a preocupação da UFF em preservar o meio ambiente. Assista ao vídeo do descarte das lâmpadas, produzido pelo Nucs Imagem, em www.uff.br/nucsimagem.

Boa leitura.

Rosane Fernandes
Editora-Chefe

Governo Eletrônico no Second Life

Ana Cristina Bicharra Garcia

Professora do Instituto de Computação da UFF



Atualmente, verifica-se aumento crescente na utilização dos CVEs (Collaborative Virtual Environment ou Ambientes Virtuais Colaborativos), assim como de ambientes 3D, popularizados por meio da internet, aos quais usuários de pontos mais remotos do mundo interagem virtualmente em situações que simulam a vida real.

Um dos ambientes virtuais de interação 3D, o Second Life (SL*) rapidamente atingiu altos índices de popularidade, se comparado aos CVEs já existentes, fomentada pelo inusitado em ludicidade, comunicação e interatividade, materialização pessoal (avatars) e edição virtual de universos do mundo real. Ações de propaganda, marketing e vendas atribuíram ao SL potencial e valores próprios das relações de mercado e de capital.

Entretanto, inúmeras são as possibilidades e dimensões de uso do SL que caminham ao largo do lucro financeiro, da mídia e da publicidade de marcas.

Os CVEs têm recebido da comunidade acadêmica considerável atenção nos projetos e pesquisas que exploram as potencialidades do Metaverso. Na UFF, desde 2008, o Departamento de Ciência da Computação vem experimentando essa mídia em uma das disciplinas oferecidas para graduação e pós-graduação: Interface e Multimídia. Neste ano, um curso eletivo especial foi oferecido: Second Life e Trabalho Cooperativo. O curso foi enriquecido pelos experimentos realizados no Laboratório ADDLabs que investiga tecnologias a serem incorporadas ao Second Life para fazer deste um meio real para trabalho cooperativo de grupos geograficamente distantes.

Numa dessas pesquisas, verificou-se a viabilidade da transposição para o SL de instâncias de Governo Eletrônico, aplicado sob o escopo de Ambientes Virtuais Colaborativos. Nesse contexto, foi desenvolvido um espaço virtual para promover interação social, disseminação da informação e votação eletrônica, secreta e com voto único. A instância de Governo Eletrônico abordada foi o Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (Reuni), decreto de lei do governo federal que visa à reforma das universidades federais brasileiras.

No SL, especificamente na Ilha Brasil Sul, foi criado o Espaço Reuni, oferecendo aos visitantes a oportunidade de munir-se de informações

sobre o Reuni – a favor e contra –, utilizando meios diversos, como cartazes, murais, slides, músicas, imagens, fôlderes, enquetes, fóruns, charges e quiz. Ao final, o visitante exercia seu direito de voto, opinando a favor ou contra a implantação do Reuni, em ambiente de votação que simulava um sistema de votação eletrônico real, considerando as restrições que são determinantes para o funcionamento democrático desse processo.

Os dados demonstraram que os usuários avaliados tiveram facilidade de aprender e interagir com o novo espaço criado dentro do SL. Os experimentos realizados permitiram avaliar tipos diferentes de usuários, experientes e inexperientes, suas similaridades e diferenças, suas emoções e convicções que são transferidas do mundo real para o virtual. O SL funciona como uma nova alternativa de interface gráfica da internet para o escopo de Governo Eletrônico, além de permitir transferir para o Metaverso os conceitos de governo, responsabilidade, opinião, senso crítico e democracia.

O estudo aponta o SL como um ambiente possível à democracia e à discussão de temas na área de Governo Eletrônico, promovendo a interação amigável e intuitiva, tanto para o usuário experiente quanto para o menos experiente.

A geração de tecnologias para atender necessidades do governo resulta em estratégias de modernização da máquina administrativa e disponibiliza um novo canal para suprir as necessidades do cidadão. Assim, a utilização de Governo Eletrônico no SL justifica-se pela necessidade de utilizar aplicações mais próximas da realidade atual e por possibilitar maior realismo e interesse dos seus usuários.

O sucesso do experimento gerou uma publicação no 5º Simpósio Brasileiro de Sistemas de Informação (SBSI 2009), com o tema “Governo Eletrônico em Ambientes Colaborativos Virtuais”, que comprova a importância da pesquisa e sugere a conveniência da criação de modelos alternativos em aplicações de Governo Eletrônico, em benefício do exercício da opinião pública e da cidadania.

(*) O Second Life foi lançado em 23 de julho de 2003 pela Linden Lab, empresa norte-americana desenvolvedora e mantenedora do ambiente. O Second Life é um “Metaverso”, isto é, um universo de realidade virtual que se assemelha ao universo real.

Narcisismo na era digital



Matheus Zanon

Arte e diagramação: Bruno Madeira

“Espelho, espelho meu, existe alguém no mundo mais bela do que eu?” A célebre frase retirada do conto de fadas “Branca de Neve e os Sete Anões” é um retrato quase fiel do narcisismo contemporâneo. É só trocar o espelho pelo computador, a madrasta pelo homem moderno e a figura no espelho pelos usuários do ciberespaço – está montado o cenário para aquilo que o jornalista e antropólogo Hermano Vianna chama de cibernarciso: o narcisista da era digital.

Em 1979, o sociólogo norte-americano Christopher Lasch apontou a conexão inevitável entre o individualismo e o narcisismo, em seu livro *A cultura do narcisismo*. Com a popularização da rede e a intensificação da lógica capitalista de mercado, o senso de individualismo é cada vez mais presente no cotidiano. Segundo a professora da UFF Cristina Rauter, doutora em Psicologia, a internet acaba com o espaço de lazer presencial. “O trabalho vai até a sua casa, e isso traz perdas afetivas para a criança e para o adulto”, afirmou.

O isolamento provocado pelas relações fragmentadas e carentes de tempo gera vários problemas para o indivíduo. O prejuízo principal se apresenta na sociabilização. “A internet serve para compensar os laços sociais perdidos nos dias atuais. Tem um potencial de socialização enorme, mas também contribui para alimentar o narcisismo, que é uma das facetas desse isolamento contemporâneo”, acrescentou.

Conta o mitologia grega que Narciso, jovem muito belo, despertou a paixão da ninfa Eco. Ele, porém, desprezou o amor que lhe foi oferecido, e, como vingança, Eco pediu a Afrodite que ele se apaixonasse pela primeira coisa que visse. Ao se admirar no lago, Narciso se apaixonou pela própria imagem e, ao tentar alcançar o seu reflexo, caiu na água e morreu afogado. O mito de Narciso, que sobrevive até hoje, gerou várias interpretações que resistem e se adaptam ao momento atual.

O Pai da Psicanálise, Sigmund Freud, citou o termo “narcisismo” pela primeira vez em 1910. Para ele, o elemento narcísico é um modo de funcionar do homem contemporâneo, no qual o indivíduo tem a libido voltada para o próprio ego. Essa idéia, atualmente, é exacerbada pela internet. Para Cristina Rauter, o relacionamento na internet baseia-se na busca do ser idealizado, só com qualidades. “A procura já começa pela avaliação do per-

fil: gostos, profissão, grau de escolaridade. As pessoas estão em busca do parceiro idealizado. Busca-se muito mais a você mesmo que o outro.”

As ferramentas que a internet disponibiliza para falar de si mesmo são várias: Orkut, Twitter, CAM4, Facebook, MySpace, UStream, só para citar os mais modernos e conhecidos. Se voltarmos um pouco no tempo, ainda virão os bate-papos, *blogs* e *fotologs*. De acordo com Hermano Vianna, no texto *Cibernarciso* (1996), “a internet é então o grande lago-espelho onde o tecnonarciso se contempla e se perde”. A possibilidade de se estar fora da internet é, para Vianna, “estar condenado à morte”, visto que a nova cartilha do capitalismo e do narcisismo não vislumbra a sobrevivência fora da rede.

O jornalista Tiago Dória, do blog homônimo, desenhou o novo impulso do narcisismo na rede: a popularização do Twitter, com a pergunta “o que eu estou fazendo agora?”; o surgimento de Justin TV – um americano que colocou uma webcam na cabeça e transmitiu 24 horas por dia; a eclosão do UStream, um YouTube de transmissão ao vivo. Toda essa exposição, para incômodo dos mais puritanos, tem gerado grande número de acessos na rede.

Do culto a si mesmo surge uma vinculação direta ao modelo social difundido: belos corpos, carreiras de sucesso, muitos amigos... A partir daí, nasce o uso popular dos programas de edição de imagem para mostrar somente as coisas perfeitas. Para a especialista, esse processo, ao invés de promover a sociabilidade, acaba por empobrecer os laços sociais.

“Somos constantemente cobrados por nossa performance, imagem e criatividade. Vivemos a sociedade do espetáculo. A lógica da mercadoria entra na vida social, e a internet é um veículo poderoso para aumentar esse comércio”, disse.

O estudante Otávio (*nome fictício*) vende a imagem de “sarado”, inteligente e socializado nos meios de interação virtual. A realidade é bastante diferente. Do corpo normal às notas escolares medianas, ele se difere totalmente do descrito. É tímido, nunca namorou e tem poucos amigos, somente virtuais. Na faculdade incorpora os personagens descritos e mantém relacionamento superficial com os colegas de turma. O comportamento do universitário é mais comum do que parece. “Às vezes, essas são pessoas muito solitárias. E o único lugar no qual encontram outras dispostas a entrar em suas vidas é na internet”, frisou Cristina Rauter.

A professora faz coro com o filósofo Deleuze que dizia que o problema não é ter vícios, mas um vício só. “Essa prática social se torna uma espécie de vício. Todo mundo tem prazer em ver e se exibir, mas a internet multiplica isso”, explicou. Como acreditava Freud, o narcisismo é um componente do homem, mas é preciso ter cuidado com o excesso.



Novo passo na luta contra o tabagismo

 Matheus Zanon

Arte e diagramação: Daniel Fernandez

– Tem um cigarro? – Pede a moça.
– Ah, claro. – O rapaz oferece, sacando a cigareira de seu bolso.
– Que cigareira bonita! Prata? – A moça pergunta.
– Sim. Leia a inscrição. – Sugere, então, o rapaz.
– Oh, há uma inscrição! – A moça procura lê-la. – Mas eu não consigo ver direito.
O rapaz acende um fósforo para ajudá-la.
– “Se Deus quiser, vou amá-lo até depois de morta.” – Lê, em voz alta, a moça.
A cena descrita acima faz parte do clássico hollywoodiano da década de 1950, “Uma Rua Chamada Pecado”, estrelado por Vivian Leigh e Marlon Brando. Em estudo recente da Universidade da Califórnia, Estados Unidos, constatou-se que 60% dos filmes lançados em 2008 tinham alguma cena com cigarro. O bombardeio cultural da indústria do fumo não para por aí: além de filmes, livros, músicas, clipes... É extensa a variedade de produtos que vendem a imagem do cigarro.

Toda essa exposição gera malefícios. Segundo pesquisas, cerca de 52% começaram a fumar devido à influência do cinema.
A cada ano, o cigarro mata 200 mil pessoas no Brasil e quase cinco milhões no mundo. Estima-se que mais de 22 milhões de brasileiros sejam fumantes. E os números assustadores não cessam: a dependência do cigarro está associada a 90% dos casos de câncer de pulmão, 85% dos óbitos por enfisema pulmonar, 40% dos derrames cerebrais e 25% dos infartos fatais.
O Instituto Nacional do Câncer (Inca), da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), em parceria com o Laboratório de Neurofisiologia do Comportamento (LNC) da UFF, o Laboratório de Neurobiologia II da UFRJ e o Laboratório/Núcleo de Arte Eletrônica do Departamento de Artes e Design da PUC-Rio, promoveu pesquisa pioneira sobre tabagismo. Para ver o resultado basta olhar a parte de trás dos maços de cigarro.
Nosso país é o segundo do mundo a utilizar imagens de advertências sanitárias ilustradas com fotos.

E, desde 2001, os fabricantes de cigarro são obrigados por lei a inserirem esses avisos nos maços. A medida, proposta pelo Programa Nacional de Controle do Tabagismo, tem resultados positivos nos últimos 20 anos. O número de fumantes na população diminuiu de 34,8% em 1980, para 22,4% em 2003.
Professoras do LNC, Letícia de Oliveira e Mirtes Garcia, junto com o Laboratório de Neurobiologia da UFRJ, fizeram um estudo científico para avaliar as advertências gráficas impressas nos maços produzidos no Brasil. “Pela primeira vez, se reuniu um grupo de trabalho com profissionais de ‘expertises’ variadas com o objetivo de criar as advertências sanitárias”, explicou Letícia. Esta é a terceira geração de imagens utilizadas. Segundo ela, a troca é feita regularmente “para que as mensagens não percam o impacto e para ampliar a divulgação de informações sobre os malefícios do tabagismo”.
Participaram do estudo 338 jovens com idade de 18 a 24 anos, fumantes e não-fumantes, de três faixas de escolaridade, sendo metade do sexo feminino. O objetivo era avaliar o grau de repulsa aos protótipos para a escolha das novas advertências sanitárias. Os resultados indicaram que as imagens atuais são mais aversivas em comparação com as anteriores.
Ainda é cedo para falar em resultados, segundo adianta Letícia. “No entanto, é mundialmente reconhecida a importância e eficiência das advertências sanitárias como auxílio para o controle do tabagismo. Essa relevância foi ressaltada pela Organização Mundial de Saúde (OMS), ao escolher o tema deste ano, que é ‘Mostre a Verdade – Advertências Sanitárias Salvam Vidas’, para a celebração do Dia Mundial sem Tabaco”, completou.

Etapas do projeto

- Primeiro foi realizada uma cuidadosa revisão da literatura e uma compilação dos estudos nacionais e internacionais com informações relevantes para a criação de novas advertências.
- A segunda etapa foi a avaliação de reatividade emocional das figuras anteriores veiculadas nas advertências dos maços (em vigor entre 2003 e 2008). A avaliação foi um trabalho conjunto do Laboratório de Neurofisiologia II da UFRJ e o Laboratório de Neurofisiologia do Comportamento da Universidade Federal Fluminense. O estudo demonstrou que as imagens causavam sensações aversivas moderadas.
- Na terceira etapa foi definida a linha de abordagem e de temas a serem adotados nas novas advertências.
- A etapa seguinte foi a confecção de protótipos de imagens pelo Laboratório/Núcleo de Arte Eletrônica do Departamento de Artes e Design da PUC-Rio.
- Na quinta etapa foi feita a avaliação de reatividade emocional das propostas de advertência, conforme descrito anteriormente.
- A sexta foi a seleção e produção final das novas figuras e elementos gráficos para veiculação nas embalagens dos produtos derivados do tabaco.

Uma nova etapa está sendo realizada atualmente no Laboratório de Neurofisiologia do Comportamento da UFF para avaliar o impacto das novas imagens sobre o comportamento, utilizando outras abordagens experimentais. Uma parceria do Inca com a Universidade de Waterloo, Canadá, e com a Secretaria Nacional de Política sobre Drogas (Senad) iniciou uma pesquisa que faz parte de um estudo internacional, com vista à avaliação do impacto das políticas brasileiras de controle do tabaco sobre atitudes e comportamentos de fumantes e não-fumantes.

Estresse: o grande vilão do trabalho



Adriana G. Barbosa

Arte e diagramação: Daniel Fernandez



Daniel Fernandez

As pessoas dão pouca atenção ao estresse e seus sinais, e quando procuram ajuda, a situação já evoluiu muito”.

Na sua opinião, o estresse no trabalho varia de acordo com a natureza dos estressores, que são os desencadeadores da reação humana. São as chamadas demandas da vida, as situações às quais os indivíduos são expostos. Para facilitar o controle das fontes de estresse, identificando-as e diferenciando-as segundo sua natureza, foi desenvolvido no Nest a “Taxonomia dos Estressores” (“taxonomia” ou “taxionomia” é a ciência da classificação).

Os estressores encontrados no ambiente de trabalho podem ser, portanto, classificados em três grupos: existenciais (perdas existenciais, hábitos e estilo de vida), ocupacionais (atividade e condições de trabalho) ou socioambientais (contexto econômico-social e organização do trabalho). Para cada um desses grupos há indicadores próprios e ferramentas específicas de ação.

Nesse sentido, as ações dirigidas à saúde e segurança no trabalho tendem a ser mais bem-sucedidas quando consideramos a diversidade de estressores potencialmente atuantes em cada ambiente funcional. “Por mais que seja necessário reservar espaço e tempo para a ginástica no local de trabalho, de pouco adianta tal iniciativa se o sujeito permanece exposto a situações que o tornam tenso além daquilo que sua capacidade psíquica, física e fisiológica suporta”, exemplificou.

Existem profissões mais estressantes do que outras: policiais, médicos e bancários são algumas delas. A professora diz que cada atividade ou área de atuação tem fatores estressantes característicos, algumas mais do que outras, mas, na verdade, o indivíduo que não vê sentido na função que executa, independentemente da profissão, este, sim, é o maior alvo do estresse ocupacional.

A psicanalista explica que um outro fator importante na discussão sobre o estresse ocupacional contemporâneo é a questão tecnológica. A roda-viva de múltiplos e fascinantes apelos, com as facilidades disponíveis da informação, da comunicação instantânea e da acessibilidade a outras bases tecnológicas, em qualquer lugar e momento, exerce enorme sedução nos dias atuais. “Muitas pessoas dormem menos para ficar mais tempo navegando na internet, para investigar recursos da computação e não perder as últimas notícias. Muitos abrem mão da ociosidade benéfica

de uma manhã de domingo em nome daquilo que querem adiantar para não perder tempo durante a semana. A tecnologia intensificou o trabalho e a responsabilidade das pessoas, contribuindo para o chamado ‘tecnoestresse’.”

Hilda Alevato nos chama a atenção para nosso diagrama vital (DV). Os primeiros sinais de alerta da presença de elementos nocivos à saúde psíquica em nosso cotidiano vêm dos oito elementos do DV. “Cada um de nós pode monitorar o equilíbrio do próprio diagrama, constituído dos seguintes itens: sono, alimentação (ingestão e excreção), disposição, desempenho, humor, sexualidade, relacionamento (afetos) e cuidados pessoais. Sempre que uma dessas questões estiver alterada, em relação ao que você costuma ser, é um sinal de alerta. Esses sinais são pessoais e diferem de pessoa para pessoa – por exemplo, se você costuma dormir cinco horas e, de repente, começa a precisar de oito para se sentir descansado, já é um sinalizador de que algo não vai bem”, finalizou.



O estresse é um vilão da saúde. E também um dos principais problemas das empresas brasileiras. De acordo com pesquisa da International Stress Management Association, entidade que estuda o problema em 12 países, 70% dos trabalhadores registrados no Brasil sofrem de estresse ocupacional. Atualmente, há uma legião de mais de 20 milhões de funcionários “formalmente” estressados. O estudo não inclui os trabalhadores da economia informal, por não existir registro do quantitativo dessa categoria.

O estresse ocupacional afeta não só o dia-a-dia das pessoas, como também as finanças das empresas. Os custos relacionados à rotatividade, licenças médicas, queda na produtividade e faltas no trabalho passam de R\$ 80 bilhões, ou 3,5% do Produto Interno Bruto nacional. Assim, a atenção de instituições públicas e privadas aos estressores mais nocivos à saúde de seus profissionais é uma decisão não só acertada, como urgente.

A coordenadora do Núcleo de Educação e Saúde no Trabalho (Nest) da UFF, professora e psicanalista Hilda Maria Rodrigues Alevato, pesquisa a questão do estresse ocupacional há quase 20 anos e garante: “O estresse é uma reação normal, um esforço permanente e contínuo de adaptação. O problema se dá quando foge ao controle do indivíduo. As

O curso de Autoajuda para a Desativação do Estresse, que tem o objetivo de divulgar técnicas baseadas na cinesiologia educacional, é oferecido na UFF desde 2004. Visando ao controle e administração do estresse com reflexos na qualidade de vida, é ministrado pelo terapeuta holístico, corporal, floral e reikiniano Fernando Gregório da Silva.

A atividade está em sua 21ª edição e é gratuita. Em torno de 350 funcionários já passaram por essa experiência (são quatro turmas de 20 alunos a cada ano). No segundo semestre de 2009 serão oferecidas ainda duas edições.

Outras informações no Departamento de Assuntos Comunitários pelo telefone 2629-5312.



CAMPOS DOS GOYTACAZES



Luiza Peluso

A unidade de Campos dos Goytacazes ou Instituto de Ciências da Sociedade e Desenvolvimento Regional vive um momento de importância histórica para a interiorização da universidade. Um terreno de 22 mil metros quadrados foi cedido à UFF por meio do Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (Reuni) do MEC, onde serão construídas novas unidades, possibilitando ampliar a atuação da UFF na Região Norte-Fluminense. No local funciona, há 47 anos, o curso de graduação em Serviço Social que atrai alunos de 24 municípios dos Estados do Rio de Janeiro, Minas Gerais e Espírito Santo.

O terreno, que pertencia à extinta Rede Ferroviária Federal (RFFSA), foi solicitado pela universidade à Secretaria do Patrimônio da União. O investimento para instalação do polo será de R\$ 12 milhões. Serão construídos dois edifícios de cinco andares com 4,7 mil metros quadrados cada, nos quais serão implantados seis novos cursos de graduação: Ciências Sociais, Geografia, ambos com bacharelado e licenciatura, e Economia (já em 2009); e Direito, História (bacharelado e licenciatura) e Psicologia (em 2010).

Representante do Polo Universitário de Campos dos Goytacazes, o professor José Luis Vianna da Cruz informa que, “além dos cursos divulgados, será criado um de pós-graduação *stricto sensu*”.

A graduação em Serviço Social funcionava, inicialmente, como um setor regional da Escola de Serviço Social de Niterói e, posteriormente, na condição de departamento, passou a dispor de sede própria em 1975, o que consolidou sua presença na região e o compromisso da universidade com a interiorização.

São oferecidos, na unidade, três cursos de pós-graduação *lato sensu*: Meio Ambiente e Desenvolvimento Regional, Gerontologia Social e Políticas Públicas e Serviço Social Contemporâneo. O polo reúne ainda sete núcleos de pesquisa registrados no CNPq.

No instituto também funciona, há 15 anos, com a participação de 150 idosos, o projeto de extensão Universidade da Terceira Idade (Unit), com disciplinas sobre saúde, direitos, legislação, cuidados e atividades físicas, de teatro, música, poesia, informática e recreação, dentre outras.



NOVA FRIBURGO



Matheus Zanon

Em meio ao friozinho típico da serra, numa área com mais de dez mil metros quadrados, está situado o Polo Universitário de Nova Friburgo da Universidade Federal Fluminense. A Faculdade de Odontologia da UFF é a primeira unidade do polo e foi aprovada pelo Conselho Universitário (CUV) em agosto de 2007, pelo decreto Nº 34/2007. O curso foi instalado no local onde anteriormente funcionava a Faculdade de Odontologia de Nova Friburgo. O terreno foi doado pela então prefeita Saudade Braga para a UFF.

A arquitetura clássica dos prédios e a área verde que cerca todo o campus contrastam com a modernidade dos laboratórios. São oito salas de aula, oito laboratórios, quatro clínicas, uma quadra de esporte, uma biblioteca e um alojamento para atender aos mais de 350 alunos matriculados. No quadro docente da faculdade constam 36 professores, além de 29 servidores que garantem o bom andamento dos trabalhos. Os planos para o polo são muitos, dentre eles, a criação de novos cursos como Biomedicina e Farmácia e de uma pós-graduação em Odontologia.

Diretor da faculdade, o professor Délcio Nassif Sarruf destaca a importância da expansão da UFF para o município. “Em primeiro lugar, esse processo traz a excelência acadêmica para o interior com toda a estrutura que a universidade pode oferecer. Por meio de convênios, essa interiorização proporciona cultura e educação aos cidadãos, além dos diversos projetos de extensão que atendem à comunidade”, explicou.

Além de programas para a expansão na oferta de cursos, a Faculdade de Odontologia desenvolve três projetos de extensão voltados para a comunidade friburguense e atuam na melhoria da qualidade de vida. São eles o Programa de Atenção à Saúde Bucal de Pessoas com Necessidades Especiais; o UFF-NF em Ação, voltado para crianças desnutridas; e um programa de prevenção e tratamento do traumatismo dentário. Neste ano, o polo realiza também a 1ª Campanha de Prevenção e Diagnóstico Precoce do Câncer de Boca, com objetivo de conscientizar a população sobre os benefícios do diagnóstico da doença em fase inicial.



RIO DAS OSTRAS



Kátia Vieira

Dentro da política de interiorização desenvolvida pela Universidade Federal Fluminense, há cinco anos nasce o Polo Universitário de Rio das Ostras (Puro), quando o município foi o primeiro do Estado do Rio de Janeiro a ter um polo universitário, criado de acordo com o convênio firmado entre a UFF e a Prefeitura Municipal de Rio das Ostras, no qual ficava estabelecida a parceria entre as duas instituições.

Diretor do Puro, o professor Sérgio Mendonça avalia que “uma das principais conquistas do polo foi a contratação de docentes por concursos públicos, o que permitirá a permanência da UFF em Rio das Ostras após o término do convênio em 2011”. Segundo ele, recentemente, a Prefeitura do município cedeu um terreno de 2.898 metros quadrados para a construção do Serviço de Psicologia Aplicada, a Moradia Estudantil e um prédio multifuncional, que deverá ser utilizado para salas de aula.

São oferecidas 420 vagas para os cursos de Enfermagem, Psicologia, Serviço Social, Produção Cultural, Ciência da Computação e Engenharia de Produção. Atualmente, estão matriculados 880 alunos, que contam com 62 professores e 41 técnico-administrativos. Serão acrescidos 57 docentes e cinco servidores até o fim do ano. A estrutura atual reúne uma biblioteca com acervo de três mil títulos, totalizando dez mil volumes.

Para Sérgio Mendonça, uma das metas a ser alcançada é a construção dos prédios que faltam para a conclusão do campus. Até o momento, as instalações são suficientes, mas o número de alunos aumenta anualmente, levando à necessidade de ampliação do espaço. “Em acordo recente com a Prefeitura, o município realizará a obra do bloco A, que será o maior, destinado a salas de aula, uma nova biblioteca e gabinetes para os professores. Com recursos da UFF, via MEC, será construído o bloco B, que abrigará os laboratórios. Já o bloco C, que necessita, ainda, de recursos oriundos do MEC, alojará um auditório”, explicou.

No Puro são desenvolvidos vários projetos de pesquisa e extensão. “Um dos nossos desafios, para os próximos dois anos antes do término do convênio, é construir as bases para a pós-graduação *lato e stricto sensu*”, finalizou o diretor.



VOLTA REDONDA



Thales Rafael

Em atividade de modo formal desde 2006, o Polo Universitário de Volta Redonda (PUVR) oferece cursos de Engenharias Metalúrgica, Mecânica e de Produção, Agronegócio e de Administração, além de mestrado e doutorado na área de Engenharia Metalúrgica. Segundo o diretor do PUVR, professor Alexandre José da Silva, para 2010 está prevista a criação dos bacharelados em Química, Física e Matemática, Licenciatura em Química, Ciências Contábeis, Direito e Administração Pública, com possibilidade de ser aberta a graduação em Pedagogia.

Para abrigar as novas graduações, o polo passará por um processo de ampliação de sua infraestrutura. “Na atual fase de desenvolvimento e expansão, estamos ampliando e reformando o prédio de laboratórios da Engenharia. Mas o projeto mais ousado do PUVR é hoje a construção de seu chamado Campus Aterrado”, informou o diretor. Este campus será uma área de 23 mil metros quadrados com três edifícios e cerca de 13 mil metros quadrados de área construída, onde ficarão alojadas a Escola de Ciências Humanas e Sociais e uma nova unidade, o Instituto de Ciências Exatas (ICEx), além da administração do PUVR.

Hoje, o Polo de Volta Redonda tem cerca de 1,5 mil alunos matriculados, mas como alguns cursos estão em fase de implementação não houve a formatura das primeiras turmas. Entretanto, a avaliação é de que neste ano 120 alunos estejam formados. O quadro de funcionários é composto por 120 docentes e 40 servidores técnico-administrativos. A biblioteca do PUVR dispõe de um acervo com mais de 18 mil volumes, mas ainda assim, está prevista a construção de outra no Campus Aterrado para atendimento aos estudantes das novas graduações.

Além disso, o PUVR interage com a comunidade local por meio de inúmeros projetos de extensão dos diversos departamentos da unidade. O Departamento de Administração, por exemplo, tem projetos na área de inclusão socioprodutiva pela economia solidária e de apoio às empresas da região.

Dor, arte e mensagem na pele



Regina Schneidermann

Arte e diagramação: Bruno Madeira

Ao caminhar pelas ruas, circulando nos ônibus ou fazendo esportes em parques, praias e academias, nosso olhar esbarra em corpos tatuados. São milhares de imagens que saltam pelos decotes, escapam pelas nuças, ornando costas, barrigas, braços, pernas e até sobre os pés. O universo de pessoas tatuadas não é exclusividade dos jovens, e as figuras podem ser as mais diversas: dragões, onças, índios, corações, flores, nomes de mãe, filhos, namorados, poesias, ídolos, desenhos tribais, um mundo de símbolos tão infinito quanto pode ser a criatividade humana. Podemos dizer que os corpos estão sendo customizados (ou personalizados)?

Para entender um pouco mais sobre o tema, conversamos com o professor Júlio Cesar de Souza Tavares, do Departamento de Antropologia da UFF e mestre da disciplina de Antropologia Corporal. Também entrevistamos algumas pessoas tatuadas para compreender os motivos que as levaram a decorar seus corpos.

Segundo Tavares, a antropologia corporal estuda como cada cultura trata o corpo, o modo como se cura e fica doente, o corpo trabalhando no esporte, o jeito de andar, o gestual e as simbolizações inscritas na pele. Na tatuagem, a epiderme passa a funcionar como suporte de símbolos. Como exemplo, ele cita os Nubas e os Haussas, povos africanos que marcam o corpo com cortes (escarificações) e tintas, revelando que muitas culturas tendem a fazer com que o corpo cumpra um papel de diário, onde são marcados certos momentos da vida.

Na Pré-História já existiam povos que faziam desenhos na pele encontrados em figuras de arte rupestre. Uma das explicações para o surgimento da tatuagem é que esta seria resultado de cicatrizes adquiridas em guerras, lutas corporais e caças, gerando orgulho e reconhecimento ao homem que as possuísse como prova de sua força e vitória. A partir daí, o homem passou a marcar-se voluntariamente, começando a utilizar desenhos, tintas e espinhos para isso.

Os povos primitivos se tatuavam por motivos espirituais, mágicos, para pedir proteção, lembrar fatos da vida biológica (nascimento, puberdade, reprodução e morte) ou registrar os da vida social, como se tornar guerreiro, sacerdote ou rei, casar-se, celebrar a vida e ainda como forma de identidade entre grupos.

A tatuagem foi registrada pela primeira vez em 1769 no diário do capitão inglês James Cook, ao entrar em contato com os nativos do Taiti. O hábito de pintar a pele em definitivo era chamado de *tatau* por conta do som produzido pelos instrumentos usados nas tatuagens, dando origem à palavra *tattoo*, em inglês.

Foram os marinheiros ingleses que difundiram a

prática da tatuagem pelo mundo. De acordo com Tavares, eles faziam de seu corpo lugar de registro das viagens marcando suas andanças pelos oceanos. No começo do século XX, a tatuagem ainda era vista como costume de marinheiro e popular também entre marginais, criminosos e prostitutas.

Na segunda metade desse século, a prática passa a incorporar os ideais da cultura ocidental. Na década de 1970, jovens da Califórnia, Estados Unidos, começam a desenhar em seus corpos símbolos da cultura popular americana, rostos de Marilyn Monroe, James Dean, Jimmy Hendrix, e os surfistas também enfeitam seus braços com dragões e serpentes.

Atualmente, sua utilização se tornou popular na maioria dos países. As imagens podem servir para identificar diferentes tribos urbanas, como motoqueiros, surfistas, roqueiros e também para aqueles que desejam expressar originalidade e diferenciar-se como pessoa.

Júlio Cesar Tavares explica que, ao vivermos numa

nhecera que era tolerável. Entretanto, para Luciano Pereira, 30 anos, a dor foi enorme. Casado, primeiro grau completo, motorista de van, era surfista quando, por vaidade, fez sua primeira tatuagem aos 20 anos, um dragão desenhado por ele. Hoje, porque enjoou do desenho, está cobrindo a primeira com outra que também é desenho dele. “Mas dói demais, a gente sente a agulha rasgando a pele, dá um choque”, reclamou.

Já Thales Ribeiro, 20 anos, solteiro, cursando faculdade de Comunicação Social, tatuou, quando tinha 18, um escorpião nas costas. “Dizem que dor e prazer são as duas faces da mesma moeda. Sentir dor enquanto se é tatuado é quase um imperativo ou uma necessidade para você perceber que está escrevendo em seu corpo uma característica de sua personalidade”, justificou. Seu motivo também foi a vaidade e explicou que o animal escolhido, para ele, simboliza força, resistência, adaptabilidade e inteligência. Tem vontade de fazer mais uma e disse que, hoje em dia, as pessoas só mostram suas tatuagens para os mais íntimos por medo de que possam ser copiadas.

Solange da Silva, 44 anos, casada, curso superior incompleto, quis fazer uma homenagem aos dois filhos, tatuando na nuca as iniciais dos seus nomes, entre um coração. Brenda Oliveira, 22 anos, curso superior incompleto, estuda música, é guitarrista, editora de áudio e tem oito tatuagens. A primeira, que fez aos 17, é um coração na virilha, que depois foi coberto pelo desenho de uma bola oito de bilhar com uma labareda em volta. Faz duas a três por ano. Disse que todas têm explicação: as do braço são orientais (é de família japonesa), as da perna homenageiam os pais e as da nuca, um ex-namorado. Pretende fazer outras, pois acha que o visual fica mais interessante. “Às vezes, até esqueço que tenho tatuagem. Mas, na rua, as pessoas olham ‘feio’ para os meus braços porque sou ‘megatatuada’.”

Gustavo Lima, 38 anos, solteiro, formado em Comunicação Social, tem 11 delas. Fez a primeira aos 14, nas costas, e disse que todas têm um significado. “Algumas são trabalhos de arte e outras de proteção.”

Quando perguntado sobre o que mudou depois que se tatuou, respondeu que o que muda é o olhar do outro, especialmente se a pessoa tem várias tatuagens, porque “ainda existe muito preconceito”.

Sobre essa questão, o professor Tavares ressalta que a pessoa que faz tatuagem ainda é vista com desconfiança podendo sofrer estigma da sociedade. É alguém que, demonstrando autodeterminação, enfrentou a dor, deixou de ter o corpo limpo e passou a viver com ele marcado.



Neon Maia

sociedade de massa, somos seduzidos a ser conscientes de sua singularidade, como uma exigência à diferenciação. Essas imagens fazem de cada corpo, único. No jovem, de uma forma geral, essa personificação se dá pela roupa, pelo tênis, pelo sapato, pelo gestual e, agora, também a pele passou a ser um território demarcado: uma forma de demonstrar controle, a domesticação do corpo, o poder sobre ele.

Todos os entrevistados (*nomes fictícios*) disseram que sentiram dor quando se submeteram ao processo e que, em alguns lugares, ela é pior, mas reco-



Ana Letícia Ribeiro

Arte e diagramação: Bruno Madeira e Daniel Fernandez

Das mais de dez definições atribuídas pelo dicionário à palavra “ideia”, duas estão na medida para este caso: percepção e opinião sobre algo. Elas traduzem as atividades desenvolvidas no programa “Inclusão dos ‘D’ Eficientes nas Artes (Idea)”, veiculado ao vivo na Unitevê, TV universitária da UFF, às quintas-feiras, das 12h às 13h, com transmissão pelo canal 17 da NET para os municípios de Niterói e São Gonçalo e pelo site www.uff.br/uniteve. Com equipe formada por deficientes, o programa jornalístico aborda temas que ultrapassam a questão e vão do combate ao racismo à exploração da camada pré-sal, por exemplo.

No ar desde agosto de 2008, “Idea” é uma iniciativa voluntária da Paróquia de São Lourenço, em Niterói, e privilegia a educação profissional de deficientes para o mercado audiovisual. Seu diretor e coordenador-geral, André Moreau, diz que tudo começou no teatro, em 21 de setembro de 2007 (Dia Nacional da Luta do Portador de Deficiência), e se expandiu para o telejornalismo. “Primeiro fizemos encenações em favelas, transmitindo mensagem de marginalizado para marginalizado. Como tenho experiência em fotojornalismo, e a TV é um meio de comunicação barato e muito popular, formulamos o ‘Idea’”, explicou.

André Moreau, que tem uma perna amputada, afirma basear o trabalho no método pedagógico de Paulo Freire, no qual alia teoria e prática com ênfase no diálogo. O pedagogo acreditava que o homem se emanciparia por meio da edu-

cação, convertida para a inclusão social de minorias. “Há uma dimensão humanizadora forte na persistência em educar deficientes”, reiterou a professora Alice Yamasaki, do Departamento de Pedagogia da UFF.

Atento aos mínimos ruídos, vozes e local dos objetos no set de filmagem, o cinegrafista Flávio do Nascimento posiciona a câmera guiado pela aguçada percepção auditiva e sensorial. Mesmo portador de cegueira absoluta, ele não sucumbiu ao medo inicial, e hoje aceita o trabalho como desafio. “Ajudado pela memória, associo cheiros e sons a cores e imagens de quando enxergava”, disse.

Sobre os obstáculos, Moreau menciona a falta de equipamento adaptado, com correção de enquadramento necessária para um operador de câmera deficiente visual.

A tortura sofrida no regime militar deixou marcas físicas na filósofa e ex-militante do Movimento Revolucionário 8 de Outubro (MR-8) Solange Rodrigues. Ao contrário de Nascimento, a deficiente auditiva tem por referência o apelo visual. “Quando há barulhos simultâneos, não consigo distinguir. Ajo de acordo com os sinais de André por trás das câmeras”, afirmou. Solange divide a apresentação do programa com o também deficiente auditivo e coordenador pedagógico do “Idea”, Hélio dos Santos.

Apesar de reconhecer as conquistas desse segmento nos últimos anos, principalmente com a Lei Federal 8.213/1991, da Empregabilidade, André Moreau sa-

lienta as dificuldades atuais. “Quando cumprem a lei, ocupamos cargos em que nos subestimam.” Para ele, o problema maior reside no estigma da tutela, em que o portador de necessidades especiais é tratado pela sociedade como coitado.

Segundo a professora da pós-graduação em Psicologia da UFF Lília Lobo, os padrões impostos pelo modelo neoliberal geram preconceito, excluindo minorias do mercado de trabalho. “Os deficientes devem admitir as diferenças coletivamente, sem considerá-las fatalidade. Assim, as limitações desaparecem e a autoestima do grupo se eleva”, esclareceu.

“Não vejo ‘Idea’ como um projeto. É um movimento social”, ressaltou André Moreau. E Solange Rodrigues completa: “Digo mais: é uma filosofia de vida”.

A Lei da Empregabilidade prevê a reserva de 2% a 5% de vagas para deficientes em empresas. De acordo com o Censo 2000 (IBGE), dos 65,6 milhões de portadores de deficiência, nove milhões estão no mercado de trabalho. Dezenove por cento são deficientes mentais; 24,1% têm problemas físicos ou motores; 34% portam dificuldade auditiva e 40,8% possuem deficiência visual.

O excesso do culto ao corpo



Clara Araújo

Arte e diagramação: Bruno Madeira

Fazer atividades físicas é importante para a saúde, e ninguém discorda disso. Porém o que pouca gente sabe é que a prática excessiva de exercícios e a obsessão por um corpo perfeito podem camuflar um problema chamado vigorexia.

Conhecida como “anorexia de marombeiro”, é um transtorno dismórfico corporal no qual o indivíduo se enxerga mais gordo do que realmente é. Há também casos em que a pessoa se torna excessivamente preocupada com algum defeito físico que, aos olhos dos outros, é imperceptível. Para se livrar desses “problemas”, o vigorético se entrega a uma rotina exaustiva de exercícios físicos para atingir o “corpo ideal”.

Ao contrário da anorexia, que atinge mulheres em sua maior parte, os homens são a maioria dos que sofrem com a vigorexia. De acordo com o professor Leonardo Fontenelle, do Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental do Instituto de Saúde da Comunidade da Universidade Federal Fluminense, são grandes os perigos para quem sofre desse transtorno. “Existem riscos de alterações orgânicas em pacientes que desenvolvem abuso de esteróides e de lesões osteomusculares graves naqueles indivíduos que realizam exercícios físicos em excesso. Complicações psiquiátricas também podem acontecer, incluindo depressão, ideação e tentativas de suicídio, e impulsividade agressiva”, explicou.

O professor do Departamento de Educação Física Paulo de Tarso, mestre em Biociências e Atividades Físicas, afirma que os profissionais de educação física que trabalham em academias devem ficar atentos à mudança de comportamento de seus alunos. “A coisa que mais chama a atenção é a mudança brusca do modo de agir. Um aluno que, por exemplo, passa a pedir que seu professor aumente sua carga de exercícios e/ou a frequentar a academia com mais assiduidade do que sempre pode estar sofrendo de vigorexia.”

Ainda de acordo com ele, o treinamento excessivo praticado por quem sofre de vigorexia causa grande risco de lesões. “A musculatura precisa de um tempo, geralmente um dia, para descansar e conseguir fazer ‘valer’ os exercícios. Quem treina todos os dias excessivamente acaba também tendo o efeito contrário daquilo que espera. Justamente por não haver descanso, os músculos não se desenvolvem como o

esperado, e o ganho de massa muscular acaba não ocorrendo com efeito.”

Outro risco da vigorexia está no uso de dietas restritivas. Por acreditarem que estão acima de seu peso ideal, muitas vezes os vigoréticos passam a basear sua alimentação em fontes de proteínas, como carnes, ovos, leite e derivados, deixando de consumir outros alimentos essenciais para a saúde.

Para a professora do Departamento de Nutrição Ester Costa, mestre em Tecnologia Educacional nas Ciências da Saúde, fazer dietas restritivas pode causar efeito contrário à expectativa de quem quer ganhar massa muscular, além de ser perigoso para a saúde. “O perigo de dietas desse tipo está na carência dos carboidratos, que são as principais fontes de energia para nossas atividades, inclusive para a formação da tão desejada massa muscular. Na carência de carboidratos, o organismo humano vai ‘desviar’ a proteína de sua função formadora de tecidos e anticorpos para fornecer energia necessária à manutenção física”, alertou a professora.

Um outro fator de risco para os vigoréticos está na utilização de anabolizantes. Estes são drogas fabricadas para substituírem a testosterona – um hormônio masculino fabricado pelos testículos – e que ajudam no crescimento dos músculos, o chamado efeito anabólico. O uso indevido desses medicamentos pode causar desde o aparecimento de acne e oleosidade do cabelo até tumores cancerígenos no fígado, perturbação na coagulação do sangue, alteração no colesterol, hipertensão e ataque cardíaco.

Além do uso de anabolizantes, os vigoréticos também buscam suplementos alimentares para alcançar seus objetivos de um corpo ideal. Para Ester Costa, a suplementação é, sem dúvida, melhor do que os anabolizantes. Mas seu uso indiscriminado não está livre de riscos. “Os suplementos são uma boa alternativa para quem não consegue atender às suas necessidades de proteínas, carboidratos, lipídios, vitaminas e minerais

por meio dos alimentos consumidos diariamente. Porém a suplementação inadequada pode causar a deficiência de outro nutriente por falta de balanço nutricional, ou intoxicação se o consumo for exagerado”, afirmou.

Ao contrário do que se possa pensar, o tratamento da vigorexia não se baseia somente na diminuição dos exercícios físicos. Além de uma boa orientação nas academias, é necessária a reunião de vários profissionais da saúde para que o tratamento seja eficaz. O professor Leonardo Fontenelle complementa: “Como a vigorexia traz repercussões em diferentes áreas, o seu tratamento inclui intervenções realizadas por diferentes tipos de profissionais, como psiquiatras, endocrinologistas, psicólogos, nutricionistas e professores de educação física. A abordagem depende dos sintomas predominantes apresentados pelo paciente”.

Bruno Madeira



Utilização inadequada de alimentos pode causar contaminação

 **Kátia Vieira**

Arte e diagramação: Daniel Fernandez

Doenças causadas por alimentos contaminados crescem a cada ano em todo o mundo. De acordo com o Center for Disease Control and Prevention, só nos Estados Unidos são constatados, anualmente, cerca de 76 milhões de casos de doenças provocadas por contaminações alimentares, com 325 mil hospitalizações que levaram 5,2 mil pessoas à morte. A bactéria *Salmonella*, sozinha, é responsável por 1,4 milhão de casos de intoxicação alimentar por ano, e cerca de mil resultam em morte.

No Brasil, segundo pesquisa feita pelo Senai, cerca de 48,5% da contaminação dos alimentos ocorrem em casa. São registrados 568 mil casos, e, desse total, seis mil são fatais. O hábito de reaproveitar comida é o grande vilão, pois as pessoas guardam os alimentos na geladeira de forma inadequada.

Com o pensamento voltado para o manuseio e armazenamento correto de alimentos de forma a não causar prejuízo à saúde, o professor da UFF Ismar de Araújo, especialista em Fisiologia e Farmacologia, teve a iniciativa pioneira de implantar um curso de extensão voltado para a comunidade de Niterói, direcionado aos manipuladores de alimentos. “Resolvemos oferecer esse curso por ter conhecimento da vasta literatura que aborda as doenças ocasionadas pelos alimentos e pela água, e os manipuladores desempenham papel fundamental no controle desses males. Nosso objetivo é contribuir com a saúde pública em geral, a partir da divulgação das noções de higiene geral e segurança de alimentos, diminuindo as ocorrências de males, internações e possíveis óbitos”, afirmou.

O curso, gratuito, tem duração de quatro horas e será oferecido durante todo o ano, desde que sejam fechadas turmas de, no mínimo, 40 e, no máximo, 60 alunos. As aulas serão ministradas para manipuladores das cantinas dos “campi” da UFF, trabalhadores do comércio e

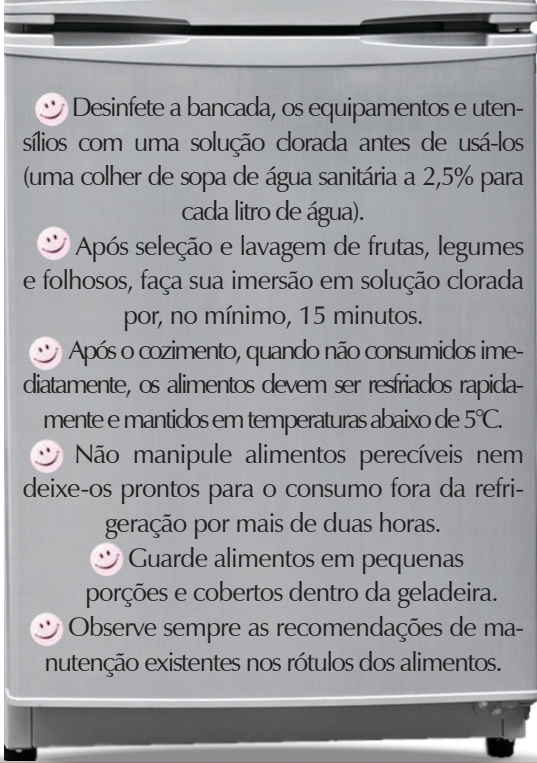
das indústrias de Niterói, donas de casa e empregadas domésticas. O conteúdo terá como base informações sobre a higiene geral na manipulação e conservação de alimentos. De acordo com o grupo a ser treinado, os assuntos terão direcionamento e enfoque diferentes. Os manipuladores domésticos terão informações e dicas sobre como proceder na hora das compras no supermercado e como conservar e manusear adequadamente os produtos alimentícios em suas residências, tanto de modo higiênico quanto a preservar as características nutricionais. Os que trabalham em restaurantes, bares e cantinas receberão instruções dentro das áreas previstas na Resolução 216/2004 da Anvisa, abordando higiene pessoal, manipulação higiênica dos alimentos e as doenças transmitidas por estes.

De acordo com Ismar de Araújo, os erros mais comuns na manipulação são os que possibilitam a contaminação cruzada entre alimentos em preparo e aqueles prontos para serem consumidos, além da falta de cuidados necessários para a sua conservação, observando faixas de temperatura e tempo que dificultem a multiplicação de bactérias e fungos causadores de enfermidades de origem alimentar. “A contaminação de alimentos pode ocorrer de várias maneiras, mas observa-se que o principal responsável é de fato quem utiliza os alimentos e desconhece, ou não aplica, as práticas de higiene durante o preparo. A prova é que a maioria dos surtos de intoxicação alimentar dá-se por meio da *Salmonella* e do *Staphilococcus aureus*, germes que seriam facilmente eliminados se as regras básicas de boas práticas de fabricação fossem seguidas pelos manipuladores”, orientou o especialista.

Interessados em participar do curso podem inscrever-se pelo telefone 2629-2401, de segunda a sexta-feira, das 8h às 12h.

OS DEZ MANDAMENTOS PARA A MANIPULAÇÃO E ARMAZENAMENTO DE ALIMENTOS NO DIA-A-DIA

- ☺ Manipule alimentos sempre com a roupa limpa e com proteção adequada para os cabelos.
- ☺ Retire os adornos das mãos e pulsos e faça uso de unhas curtas, sem esmalte e limpas.
- ☺ Lave as mãos antes da manipulação dos alimentos e a cada atividade diferenciada usando água e sabão líquido e tomando o cuidado de demorar pelo menos 20 segundos nessa operação. Lave o dorso e a palma das mãos, os espaços entre os dedos e também os antebraços.
- ☺ Não manuseie os produtos prontos junto com outros ainda em preparo na mesma bancada.



- ☺ Desinfete a bancada, os equipamentos e utensílios com uma solução clorada antes de usá-los (uma colher de sopa de água sanitária a 2,5% para cada litro de água).
- ☺ Após seleção e lavagem de frutas, legumes e folhosos, faça sua imersão em solução clorada por, no mínimo, 15 minutos.
- ☺ Após o cozimento, quando não consumidos imediatamente, os alimentos devem ser resfriados rapidamente e mantidos em temperaturas abaixo de 5°C.
- ☺ Não manipule alimentos perecíveis nem deixe-os prontos para o consumo fora da refrigeração por mais de duas horas.
- ☺ Guarde alimentos em pequenas porções e cobertos dentro da geladeira.
- ☺ Observe sempre as recomendações de manutenção existentes nos rótulos dos alimentos.

Campus

Notícias sobre eventos e acontecimentos na UFF

Baixada Fluminense é a maior área de cobertura de internet sem fio gratuita no mundo

A Baixada Fluminense é a maior área de cobertura de internet sem fio gratuita no mundo, graças ao Projeto Baixada Digital, um convênio da UFF com a Secretaria de Ciência e Tecnologia do Estado do Rio de Janeiro.

O professor da UFF e coordenador do projeto, Franklin Dias Coelho, explica que nesta primeira fase serão contemplados todo o município de São João de Meriti, o 1º Distrito de Duque de Caxias e parte dos municípios de Belford Roxo, Mesquita e Nilópolis, atendendo a cerca de 1,4 milhão de pessoas, a partir de setembro.

Clínica veterinária oferece tratamento homeopático

O Hospital de Medicina Veterinária Professor Firmino Marsico Filho (Huvet) da UFF oferece tratamento homeopático para animais domésticos, um método terapêutico que pode ser aplicado tanto isoladamente quanto associado a outras terapias.

A homeopatia é procurada pela maior parte da população para tratar problemas articulares, dermatológicos, alérgicos, neurológicos, comportamentais e doenças crônicas em geral em seus bichos de estimação.

O Huvet oferece atendimento com homeopatia toda sexta-feira pela manhã, com agenda-

mento de horário pelo telefone 2629-9509. O hospital fica na Rua Vital Brazil Filho, 64, Santa Rosa, Niterói.

Instituto de Educação Física também está em obras

O Instituto de Educação Física da UFF está em obras. Localizado no Campus do Gragoatá, São Domingos, Niterói, o espaço atual é composto pelo Uffão, prédio que abriga o Departamento de Educação Física e as salas de aula; um campo de futebol e duas quadras esportivas. O projeto prevê a otimização desse espaço com a cobertura das quadras já existentes e a construção de piscina semiolímpica, salas de aulas, vestiários e mais duas quadras.

(Rosane Fernandes)

Ano da França no Brasil



Gilson Carvalho

Arte e diagramação: Bruno Madeira e Daniel Fernandez

São mais de 500 anos de relações – ora amistosas, ora nem tanto – desde a primeira visita, em 1504, passando por diversas tentativas de conquista, fundação de cidades e missões culturais. Ao longo desse tempo, Brasil e França construíram uma sólida amizade, com imagens de paraíso nos dois lados do Atlântico: para eles, a terra da natureza deslumbrante, onde a música e o sol embalam um povo sensual e feliz; para nós, a mais elegante e civilizada das nações, com rico patrimônio histórico, moda e gastronomia fascinantes e onde o lema da Revolução — *Liberté, Égalité et Fraternité* — é posto em prática todos os dias.

Para aprofundar ainda mais as relações bilaterais no âmbito cultural, acadêmico e econômico entre velhos parceiros, 2009 foi instituído como o Ano da França no Brasil. Uma iniciativa dos dois governos, o evento é, na verdade, a resposta brasileira à realização do Ano do Brasil na França, que ocorreu em 2005. Naquela ocasião, atividades das mais diversas naturezas mobilizaram mais de dois milhões de franceses e provocaram o aquecimento nos negócios, com aumento de 27% no fluxo de turistas daquele país em direção ao Brasil e de 20% nas matrículas nos cursos de Português na França.

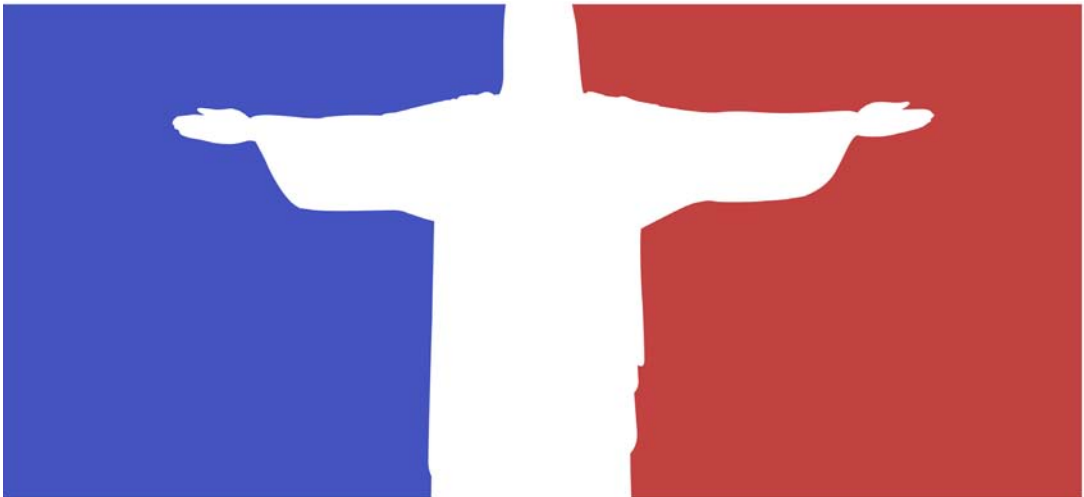
O Ano da França no Brasil teve início no dia 21 de abril, com um espetáculo circense que incluiu uma

grande queima de fogos na Lagoa Rodrigo de Freitas, no Rio de Janeiro, com a presença dos ministros da Cultura dos dois países, e segue até o dia 15 de novembro. Mais de 700 projetos, dentre exposições, shows, concertos, ciclos de cinema, seminários e festivais, foram aprovados pelo Comitê Misto composto pelos Comissariados Brasileiro e Francês, e estão se realizando nas capitais brasileiras e outras cidades importantes. O ponto alto foi a comemoração da Independência brasileira, no dia 7 de setembro, em Brasília, com a presença do presidente francês Nicolas Sarkozy.

Na UFF, os eventos concentram-se principalmente na área acadêmica, tendo sido programadas diversas atividades conjuntas, três delas realizadas no primeiro semestre: o Colóquio Ler, Escrever e Narrar na Idade Média, o Seminário Paleoambientes e Variabilidade Climática no Brasil e o 2º

Seminário Brasileiro Livro e História Editorial. “Por sua longa parceria com instituições francesas, a UFF não poderia ficar fora dessa iniciativa,” disse o assessor para Assuntos Internacionais da UFF, professor Jorge João Abrão. O 3º Prêmio UFF de Literatura – Contos, Crônicas e Poesias, promovido pela Editora da UFF (Eduff), em sua edição de 2009 entra no clima das comemorações pelo Ano da França no Brasil e tem como tema “Um Dia, uma Noite... Paris”.

Outras informações pelos sites www.anodafrancanobrasil.cultura.gov.br/ e www.comunidadefb.com.br/.



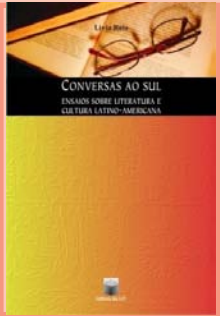
Livros da Editora da UFF



Sonia de Onofre (Coordenação)

Compras on-line pelo site: www.eduff.uff.br

Conversas ao Sul: ensaios sobre literatura e cultura latino-americana



Livia Reis

188 páginas
R\$ 25

A obra reúne ensaios nos quais é analisada a tentativa de diversos autores hispano-americanos de preencher lacunas – sociais, etnográficas, de gênero – na produção literária de países da América Central e do Sul, desde meados do século XX até os dias de hoje. A autora nos mostra que muitas narrativas ficaram esquecidas ao longo do tempo, devido à hegemonia cultural europeia e norte-americana.

Experiência do limite: Ana Cristina Cesar e Sylvia Plath entre escritos e vividos



Anélia Montechiari
Pietrari

212 páginas
R\$ 25

É possível escrever a vida? Onde se inscrevem os limites entre o vivido e o ficcional, o “eu” da experiência e o “outro” da linguagem? Até que ponto a escrita pode prefigurar a morte de quem escreve? Essas e outras questões atravessam o livro centrado na análise comparativa das obras de duas poetisas suicidas: Ana Cristina Cesar e Sylvia Plath.

Políticas públicas de segurança, informação e análise criminal



Organizadoras:
Ana Paula Mendes de Miranda e Lana Lage da Gama Lima

586 páginas
R\$ 40

O livro contribui para uma reflexão crítica e comparada sobre as teorias que informam os modelos para a administração institucional de conflitos em diversos contextos nacionais, além de propiciar uma discussão aberta entre o público acadêmico interessado e os operadores do sistema de Justiça Criminal e Segurança Pública do Brasil e do mundo.