

VOZ DO CORAÇÃO



VEÍCULO DE COMUNICAÇÃO DO HOSPITAL DO CORAÇÃO | ANO XIII - EDIÇÃO Nº 163 | AGOSTO 2019



Dia do Nutricionista

Para lembrar a data, comemorada em 31 de agosto, a equipe do Setor de Nutrição e Dietética promoveu orientações sobre alimentação saudável para nossos funcionários e organizou uma palestra com o tema: “**Como manter a mente magra**”, com a nutricionista e coach Rosinha Nunes.

[Página 3](#)



James Parkinson

Seu maior interesse era o bem-estar do povo e suas condições de vida, especialmente as dos portadores de doenças mentais. O médico inglês, o primeiro a descrever os sintomas do Mal de Parkinson, é o tema da biografia desta edição.

[Página 4](#)



Nilton Vale

O médico paraibano Nilton Bezerra do Vale, falecido dia 7 de agosto, aos 75 anos, contribuiu com a formação de diversas gerações de médicos anestesiológicos do RN. Nesta edição, publicamos um texto em sua homenagem, escrito pelo grande amigo e colega de profissão, Dr. José Delfino.

[Página 2](#)

Risoto de arroz negro com peixe e camarão

O arroz negro, também conhecido como arroz preto ou selvagem, tem sabor amendoado e marcante e alto valor nutricional. É com ele a receita desse risoto, nossa dica da nutrição deste mês..

[Página 5](#)



Nilton Vale (1944 – 2019)

Um dos ícones da anestesiologia do Rio Grande do Norte, o médico Nilton Bezerra do Vale faleceu dia 7 de agosto deste ano, aos 75 anos, em decorrência de morte súbita. Responsável por contribuir com a formação de diversas gerações de médicos anesthesiologistas do RN, escreveu vários artigos, foi editor da Revista Potiguar de Anestesiologia e é autor do livro “História & Estória da Anestesiologia Potiguar”.

Em nome de toda equipe do Hospital do Coração de Natal, registramos aqui nossos sentimentos. Abaixo, a homenagem de um grande amigo e colega, o anesthesiologista José Delfino.

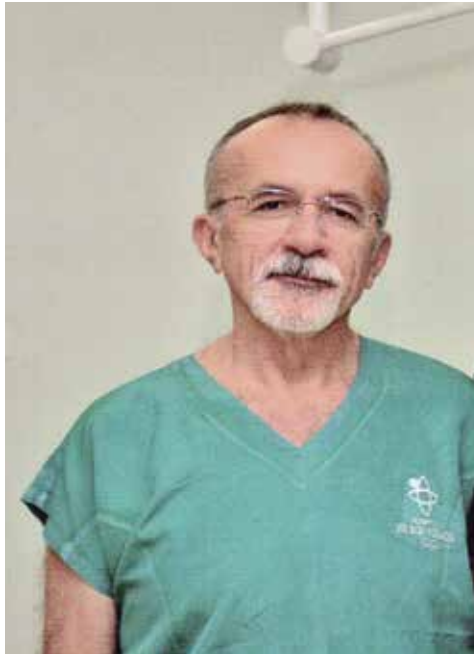
O professor Mário Moacyr Porto, catedrático do curso de Direito das universidades federais da Paraíba e Rio Grande do Norte, desenhava com os traços da ternura humana o retrato perfeito do amigo: é o irmão que a gente escolhe.

Nilton Vale sempre esteve entre os meus escolhidos. Paraibano de Alagoa Grande, começou como sexólogo. Depois, ensinou farmacologia e, como com o seu grande talento para a ciência seria tudo que quisesse, foi um dos mais brilhantes nomes da medicina e da Anestesiologia na Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

Em Nilton o PhD era mais que um título. Ele era um PhD em tudo que se metia a estudar e fazer. Suas qualidades de ser humano e de cientista estão antes e depois dessa sigla que é o mais elevado título da vida acadêmica nas salas de aula e nos centros cirúrgicos.

Nilton era pleno: dominava o saber-saber e o saber-fazer.

E todas essas qualidades técnicas e científicas com um rigor e uma vastidão de saber enciclopédico, não venciam a força do grande ser humano. Conquistou todos os títulos como estudioso, mas tinha aversão em nominá-los. Quem conhecia Nilton Vale? A Anestesiologia de todo



o Brasil - no ensino, na pesquisa e no exercício profissional.

Em tudo passava a impressão de que sua única vaidade era não ter vaidade. Tinha a marca da bondade humana que se revelava numa generosidade sem fim. Estava sempre à disposição dos alunos e dos colegas, do mais anônimo ao mais

nacionalmente consagrado.

Autor de livros técnicos e inúmeros trabalhos científicos, fundamos juntos o primeiro curso de pós-graduação em Anestesiologia no RN. Não parecia um homem triste, muito pelo contrário. Mas, sua obesidade mórbida, nos últimos anos de vida, denunciava a melancolia que escondeu dos olhos do mundo no silêncio da sua timidez. Morreu ninguém sabe como. Estava numa cadeira na sala de sua casa, olhando a vida, ele que sabia tanto compreendê-la.

Nosso último encontro foi no supermercado. Trocamos as nossas próprias novidades e, juntos, soprámos vida no velho sonho de um livro conjunto só sobre a anestesia peridural torácica. Seria nosso canto de cisne. Prometeu pensar.

Não deu tempo.

No dia seguinte, Nilton fechou os olhos para sempre. Anestesiou-se dessa grande dor que deve ser a vida para quem, como ele, tinha a consciência trágica do mundo.

Que saudade dele!

(José Delfino Silva Neto – médico-anesthesiologista)



Expediente

Diretoria

Dr. Nelson Solano Vale
Diretor Administrativo

Dr. Lauro Arruda Câmara
Diretor Financeiro

Dr. Elmano Marques
Diretor Médico

Redação

Ana Luiza Câmara
470 – DRT/RN

Diagramação

João Paulo de Almeida
84 9902-9225

Tiragem: 1.000 exemplares

Hospital do Coração de Natal

Rua Auris Coelho, 235 - Lagoa Nova - Natal/RN Tel. (84) 4009-2000

Fale conosco: Email: marketing@hcnatal.com.br

Site: www.hospitaldocoracao.com.br

Facebook: Hospital do Coração Nat/RN

Twitter: twitter.com/HospCoracaoNat

Instagram: www.instagram.com/hospitaldocoracao

Missão

Servir à comunidade e promover satisfação, saúde e melhoria da qualidade de vida à população

Política de Qualidade

Agir com vistas ao desenvolvimento contínuo, inovação e melhoria dos serviços de saúde, proporcionando aos clientes a satisfação pelos serviços recebidos e aos colaboradores a oportunidade de atingirem seus objetivos profissionais e pessoais.

Hospital comemora dia do Nutricionista

O dia do nutricionista é comemorado a 31 de agosto, dia em que foi fundada no Rio de Janeiro, no ano de 1949, a Associação Brasileira de Nutricionistas. No Hospital do Coração, nosso Serviço de Nutrição e Dietética tem atuação fundamental no cuidado com a saúde dos nossos pacientes, acompanhantes e profissionais que aqui trabalham.

Em homenagem a data, a equipe de nutricionistas e estagiários promoveu um dia de orientações sobre alimentação saudável para os funcionários: percorreu diversos setores do hospital e realizou também bate papos no refeitório, nos três turnos (manhã, tarde e noite) com o objetivo de estimular escolhas saudáveis na alimentação para aprimorar a qualidade de vida de todos.

No dia 3 de setembro, foi realizada também uma palestra com o tema: “Como manter sua mente magra”, da nutricionista funcional e coach Rosinha Nunes, que lotou o auditório com a presença de funcionários das nossas diversas equipes. Também foram distribuídos em todos os setores do hospital folhetos com orientações sobre nutrição: como escolher os alimentos, como “decifrar” os rótulos dos alimentos, opções de lanches mais saudáveis, dicas para reduzir o consumo de sal e açúcar etc. A coordenadora do Serviço de Nutrição e Dietética, Rafaela Duarte, explica:

“Esperamos ter plantado uma sementinha do bem no hábito alimentar dos nossos funcionários. Afinal, nossa equipe zela pela saúde não só dos pacientes e acompanhantes mas também dos nossos colegas de trabalho, e um estilo de vida equilibrado e uma dieta voltada para a individualidade de cada organismo ajudam na manutenção da saúde de todos.”



James Parkinson

Nasceu a 11 de abril de 1755, em Shoreditch, Londres, na Inglaterra. Seu pai, John Parkinson, seu grande inspirador e orientador na escolha da carreira profissional, era um boticário e cirurgião da região de Hoxton Square, Londres. Teve dois irmãos, William e Mary. Estudou latim, grego, filosofia e taquigrafia durante os estudos de medicina no London Hospital Medical College. Recebeu o diploma pelo Royal College of Surgeons. Seu maior interesse era o bem-estar do povo e suas condições de vida, principalmente dos portadores de doenças mentais.

Em 1777, James Parkinson foi condecorado com uma medalha pela Sociedade Humanitária de Londres por ter atuado auxiliando seu pai nas manobras de ressuscitação de um homem que tentou o suicídio por enforcamento.

Em 21 de maio de 1783, casou-se com Mary Dale, com quem teve oito filhos, dois dos quais faleceram na infância. Com a morte do pai, em 1794, herdou a botica e o substituiu na assistência médica em Hoxton Square.

Além do interesse pelos assuntos médicos, teve sua atenção dirigida para geologia, paleontologia e política. Em 1804, publicou o primeiro volume de “Remanescentes orgânicos do mundo antigo”; o segundo volume em 1808; e o terceiro em 1811 – nos livros, descreveu



e ilustrou com seus desenhos fósseis minerais e animais. Foi um defensor dos desprivilegiados e um crítico do governo do primeiro ministro William Pitt. Simpatizante do ideário da revolução francesa (1789-1799), Parkinson escreveu panfletos políticos pregando reformas sociais radicais e o sufrágio universal, algumas vezes assinando os panfletos com o pseudônimo de “Old Huber” (velho Huber). Por participar de sociedades políticas secretas, foi investigado sob suspeita de participação num complô que tentara o assassinato do rei George III, mas foi absolvido.

Em 1805 escreveu sobre a doença gota o texto “Observações sobre a natureza da gota, sobre os nódulos das juntas e sobre a influência da alimentação na gota e no reumatismo”; e, em 1812, trabalhando

com John, seu filho, também médico, foi o primeiro a descrever rotura de apêndice vermiforme como a causa de peritonite e morte de um garoto de cinco anos, alertando para a necessidade do oportuno tratamento cirúrgico dessa doença.

Em 1817, foi quem primeiro descreveu sistematicamente os sintomas da doença que leva seu nome, no trabalho “Um ensaio sobre a paralisia agitante”, mas erroneamente creditava os tremores dos pacientes a lesões na medula espinhal. Observou seis pacientes com tremores em diversas partes do corpo, principalmente mãos e braços. Décadas depois, o médico francês Jean Martin Charcot sugeriu o nome de Doença de Parkinson para a paralisia agitante.

Parkinson foi homenageado com nome de alguns fósseis como o amonite (molusco) *Parkinsonia parkinsoni*, o crinóide (animal marinho) *Apiocrinus parkinsoni*, o caracol *Rostellaria parkinsoni* e a árvore *Nipadites parkinsoni*.

Em 1824, sofreu um acidente vascular cerebral que o impedia de falar - veio a falecer em consequência da doença em 21 de dezembro, aos 69 anos. Seu corpo está enterrado na Igreja de São Leonardo, em Shoreditch, Londres.

Comemora-se o Dia Mundial de Parkinson em 11 de abril, dia de seu nascimento.

DOENÇA DE PARKINSON

Doença progressiva do sistema nervoso central, afeta a capacidade do cérebro de controlar os movimentos. Um grupo de células cerebrais, os neurônios dopaminérgicos, são os responsáveis pela produção de dopamina, neurotransmissor que age no controle dos movimentos finos e coordenados. O mal de Parkinson se caracteriza pela destruição destes neurônios, levando a uma escassez de dopamina no sistema nervoso central e, conseqüentemente, a um distúrbio dos movimentos.

Os idosos são o grupo mais afetado por esse mal - são raros os casos nos indivíduos com menos de 40 anos. Fatores de risco: história familiar positiva, sexo masculino, traumas no crânio e exposição a certos produtos químicos (agrotóxicos). A incidência da doença na população acima de 40 anos é de aproximadamente 0,3%. Estima-se que cerca de 6 milhões de pessoas em todo o mundo sofram do mal de Parkinson.

SINTOMAS - Tremores, rigidez muscular, movimentos lentos (bradicinesia) e instabilidade postural são os sintomas mais comuns. Outros sintomas: expressão facial apática, redução do piscar dos olhos, alterações no discurso, aumento da salivação, visão borrada, micrografia (a caligrafia altera-se e as letras tornam-se pequenas), dificuldade para urinar e/ou incontinência urinária, demência, alterações do sono, depressão, ansiedade, perda do olfato, constipação intestinal, impotência sexual, raciocínio lento e apatia. Após 10 anos de diagnóstico, cerca de 80% dos pacientes já apresentam algum grau de demência e de incapacidade física.

EXAMES - Não existe um exame complementar definitivo que forneça o diagnóstico da doença de Parkinson. A cintilografia cerebral com Trodat e a ultrassonografia transcraniana têm auxiliado nesse diagnóstico. O médico baseia-se na história clínica e no exame

físico para fechar o diagnóstico, o que torna importante a experiência do especialista. Em geral, para o diagnóstico é preciso identificar 2 dos 3 principais sintomas motores (tremor em repouso, bradicinesia ou rigidez), associado a uma melhora destes com o uso de medicamentos específicos para doença de Parkinson.

TRATAMENTO - Não há cura para o mal de Parkinson, mas existem medicamentos que são eficazes no controle dos sintomas. Além dos medicamentos, alguns tratamentos ajudam no controle: fisioterapia, fonoaudiologia, terapia ocupacional, psicologia e até cirurgia. A prática de exercícios aeróbicos regulares também é importante para retardar os sintomas motores, assim como exercícios para melhorar o equilíbrio, flexibilidade e força, como Tai Chi Chuan, natação e hidroginástica. Uma dieta rica em fibras, hidratação adequada e exercícios regulares também pode ajudar a reduzir a constipação associada ao Parkinson.

Risoto de Arroz Negro com Peixe e Camarão

Rico em proteínas, vitaminas antioxidantes e ômega 3, o arroz negro tem mais fibras e proteínas do que o arroz branco e menos gordura do que o arroz integral, além de menor valor calórico e elevado teor de ferro.



Receita: Rafaela Duarte - Coordenadora de Nutrição e Dietética do Hospital do Coração

Ingredientes

Para o Risoto

- 400 g de arroz negro
- 130 g de cebola bem picada
- 120 g de manteiga ghee
- 400 ml de vinho branco seco
- 120 g de queijo parmesão ralado
- 2 litros de caldo de legumes caseiro

*(receita abaixo)

- Sal a gosto

Frutos do mar

- 400 g de camarões limpos
- 300 g de filé de peixe branco em cubos
- Minilegumes (tomate cereja, cenouras baby e brócolis)
- 120 ml de azeite de oliva
- Ervas picadas a gosto (sálvia, alecrim e tomilho)
- ¼ dente de alho amassado
- 1 cebola ralada
- Sal e pimenta-do-reino

*Caldo de Legumes

- 1 talo de alho poró
- 1 talo de salsão
- 1 cebola grande
- 1 cenoura grande

- 1 dente de alho (se não for congelar)
- Ervas aromáticas: 2 galhinhos de tomilho, 3 folhas de manjeriço, 3 galhos de salsinha, 3 folhas de sálvia, 1 folha de louro e 4 talos de cebolinha.
- 4 litros de água

Modo de Preparo

*Caldo de Legumes caseiro

Lave bem as ervas aromáticas, junte todas, amarre com uma linha formando um buquê e reserve (Importante: Se você não encontrar alguma das ervas não há problema, não vai comprometer o resultado final. Por outro lado, tome o cuidado de não se empolgar demais com as ervas, pois nenhum sabor deve sobressair no caldo, ficar com muito gosto de manjeriço ou de tomilho, por exemplo, aí sim pode comprometer o sabor do seu risoto). Retire a ponta da raiz do alho poró e a parte mais verde e corte em quatro partes. Faça o mesmo com o salsão (não utilizar as folhas para o sabor não sobressair demais). Corte a cebola, a cenoura e o alho também em quatro partes. Coloque tudo numa panela funda e grande com a água e o sachê de ervas e deixe cozinhar, sem tampa, em fogo

baixo por 1 hora e 30 minutos - não é para borbulhar, somente cozinhar lentamente.

Risoto

Em uma panela de fundo grosso, coloque metade da manteiga e refogue a cebola, que deve ficar transparente. Acrescente o arroz e vá mexendo. Quando estiver quase grudando na panela, coloque um pouco do vinho branco e do caldo de legumes caseiro. Repita a operação toda a vez que o arroz começar a pregar no fundo, mexendo sempre, por cerca de 30 minutos. Quando o grão estiver quase al dente, colocar o restante da manteiga e o queijo parmesão. Acerte o sal.

Frutos do mar

Cozinhe o brócolis separadamente. Marinar o peixe com gotas de limão, sal e pimenta do reino (15 minutos). Em uma frigideira antiaderente e de fundo grosso, coloque um fio de azeite, a cebola ralada, o alho e deixe refogar. Grelhe separadamente o peixe e os camarões. Acrescente o restante do azeite, refogue os minilegumes e misture com o peixe e o camarão.

Congresso

A enfermeira Vanessa Simões, do Hospital do Coração, participou, em São Paulo, do 4º Congresso de Urgência e Emergência do Hospital Albert Einstein, realizado de 22 a 24 de agosto.



Radiologia

Os técnicos em radiologia do hospital assistiram aula do Dr. Arthur Diógenes, radiologista, e do técnico em radiologia Alvaro Paixão, com o tema “Músculo



XIX SIPAT

A 19ª edição da SIPAT (Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho) será realizada dos dias 23 a 27 de setembro. Este ano, o lema da XIX SIPAT é: “Adote a Segurança como estilo de vida”. Veja a programação:

Tema: Adote a segurança como um estilo de vida

- **2ª feira - 23/09** – 06:00h às 20:00h – Eleição da CIPA

- **3ª feira - 24/09** – 10:00h - Abertura 10:30h – Palestra: EPI's - Enfª Salésia Medeiros

14:00h – Palestra: A importância da doação de órgãos - Mary Bruno (assistente social da Central de Transplantes).

- **4ª feira - 25/09** – 08:00 às 16:00h (com intervalo de almoço) – Odontomóvel, no estacionamento do anexo

Visita técnica

Dia 23 de agosto, os enfermeiros do Hospital do Coração Joandson Souza (Gerenciamento de leitos), Bruno Araujo (Núcleo de Educação Permanente), Joeilson Jadson (Central de Autorizações), acompanhados da gerente de enfermagem, Suerda Santos, fizeram visita técnica ao Laboratório de Inovação Tecnológica em Saúde (LAIS), da UFRN. Os enfermeiros foram recebidos por Ricardo Valentim, coordenador do laboratório.



Esquelético/Ombro”. A aula foi coordenada pelo supervisor do serviço de imagem, Joatan de Sousa.

ANIVERSÁRIOS

DO CORAÇÃO

SETEMBRO

- 01 Jorge Henrique Balbino Da Silva
Narjeane Luiza De Figueredo
Jessica Viviane De M. Cosmo Moreno
Debora Carmen Alves Dos Santos
- 02 Nadia Consuelo De Lima
Levy Fernandes Dos Santos
Jean Dos Santos Silva
- 03 Adriano Santos Da Cruz
Roberia Raikia Borges Da Silva
Jackson Gomes Juvenal
- 04 Rafaela Medeiros Duarte Xavier
Maelton Sousa Da Silva
Yago Guilhermino Ferreira
Ingrid Raiani Da Silva
Dayana Joyce Da Silva Lucena
- 05 Raniery Nunes Da Fonseca
Fransoize Kelly Matias Da Silva
Jonathan Lucas Lopes De Oliveira
- 06 Valdeci Celeste Dantas
Daniel Victor Silva Da Costa
Samara De Paiva Bento Sousa
- 07 Antonio De Abreu Lucio
Jefferson Augusto Santos De Souza
Ivoneide Medeiros Paiva
Marileide Bernardo De Farias
Fernanda Karina Bezerra Monteiro
Edilene Lira Da Silva
Andreilson Ferreira Do Nascimento
Ana Paula Azevedo Da Silva
- 09 Maria Azineide Florencio Da S Miranda
Rodrigo Patricio De Oliveira
Thaiza Pereira Dos Santos De Araujo
- 10 Djanice Caline Alves Da Silva
Idelbrando Ferreira De Lima
Carla Ione Brito De Araujo
Geiza Cassia Augusta Da Costa Soares
- 11 Joyce Do Nascimento Soares
Deyse Dayane Santos De Castro
Annalice Medeiros Santos
- 12 Jane Fernandes Leite
Suzana Da Cunha Silva
Izalmira Benicio Da Costa
- 13 Angela Alves Dos Santos
Allane Niely Gouveia Vieira
Ivanise Maximo Barbosa
- 14 Maiva Patricia Da Rocha
Gabriel Placido Dos Santos
- 15 Francinete Fernandes De Alcantara
Jose Thiago Da Luz Santos
- 16 Maria Lucia De Lima
- 17 Ana Claudia Barbosa Nascimento Farias
Carla Enedina Silva Dos Santos
Sandra Cristina Barbosa Monteiro
Francisca Cinderela Saraiva De Souza
Ricardo Andre Escorel Alves
Matheus Silva De Souza
Natercia Cruz Do Nascimento
Brena Nunes De Souza
- 18 Francisca Cristina Ferreira S Queiroz
Ednilma Barreto Das Neves
- 19 Pedro Henrique E Silva
- 20 Ivonete Dacineide Santana
Cintia Samara Araujo De Oliveira
Meirelante Teixeira Da Silva
Larissa Amorim Almeida
Valdenira Correia De Lima
Mateus De Oliveira Marques
Victoria Batista De Souza
- 22 Leonardo Felix Barreto De Lima
Francisco Joselito De Carvalho
- 23 Rebeca Raquel Carlos Da Silva
David Pablo Alves Santos
Aline Wevely Candido Teixeira
Maria Da Luz Flor De Lima
- 25 Ivonaldo Bezerra Da Costa
- 26 Cleia Regina Da Silva
Igor Lucena Revoredo
Francineide Nicacio Rodrigues
Betania Bezerra De Souza Alves
- 27 Luciano Mayque Fonseca Venceslau
Jerculia Alves Da Silva
- 28 Ana Priscila Venancio De Souza
Maria Elizabete Do Nascimento
Ellen Laise Da Costa Silva
- 29 Thiago Cesar De Lima Dutra
Angela Maria Alves Chianca
Juliana De Macedo Silva
Luiz Diogo Dos Santos
- 30 Erika Nadilza Siqueira Da Silva
Ranuzia Pereira De Lima Almeida
Raniel Bezerra De Oliveira
Maria Jose Santana