



# SEMANA DA SAÚDE

De 21  
a 24 de  
outubro

## PROGRAMA

### 21/10/2008 (terça-feira)

16h00 Abertura oficial

16h30 Palestra "Concepção quântica do Ser Humano: a saúde integral" com Harbans Lal Arora (PhD em Física Quântica e professor aposentado da Universidade do Ceará)

18h30 Coquetel e apresentação do grupo "Babando Bambú"

### 22/10/2008 (quarta)

15h00 Palestra "Por que as mulheres vivem mais" com Dr<sup>a</sup> Ana Márcia Suzuki (Mestre em Ginecologia)

16h00 Palestra "Homem - Por que procurar o urologista - prevenção" com Dr. Geovani de Assis Pinheiro (Médico especialista em Urologia do Hospital Urológico de Brasília)

17h00 Palestra "Distúrbios do sono e suas conseqüências para a saúde" com Jaqueline Viana de Mesquita (Fisioterapeuta, Mestre em Ciências Médicas)

### 23/10/2008 (quinta)

14h00 Palestra "Código da Saúde e da Vida" com o Dr. Márcio Bontempo (Médico Clínico geral, Homeopata, especialista em Saúde Pública e membro da Associação Brasileira de Nutrologia)

17h00 Palestra "Desintoxicando-se de emoções venenosas" com o Dr. Marco Aurélio Bilibio (Psicólogo, Mestre em Psicologia Clínica)

### 24/10 (sexta)

17h00 Talk-show "Corpo, Mente e Espírito: a saúde na sua totalidade" com Dr<sup>a</sup> Adriana Quintal Fittipaldi (Psicóloga, Mestre em Psicologia pela UnB e especialização em gestalt-terapia), Dr. Eduardo Souza de Sá Oliveira (Psiquiatra, Médico do STJ) e Dr. Sabri Lakhdari (Especialista em Geriatria pela Universidade de Paris, Mestre em Gerontologia).

### Oficinas:

22/10 às 13h30: Ikebana - O caminho do conhecimento pela flor (com Isabel Gonçalves Carneiro, servidora do Departamento Médico)

23/10, às 14h00: Dança de Salão (com o professor Welton Igreja, da Academia Vem Dançar)

24/10, às 14h00: Auto-estima (com a psicóloga Teresa Cristina Maia Motta, com formação em psiconeuroimunologia e psicossomática)

REALIZAÇÃO



ORGANIZAÇÃO



PATROCÍNIO





## ATIVIDADES NOS ESTANDES

### 1) Indicadores do Bem Estar

(Laboratório Exame- Medicina Diagnóstica)

- realização dos exames: colesterol e glicemia capilar;
- Verificação da pressão arterial;
- avaliação da presença de bactérias nas mãos;
- distribuição de materiais informativos e sorteio de vales check-up.

### 2) Caminhos da Solidariedade

(Central de Captação de Órgãos para Transplante – HDB e Laboratorio de Imunologia do HDB-DF)

- cadastramento de doadores de medula óssea e coleta de sangue para tipagem HLA;
- promoção, divulgação e conscientização da importância da doação de órgãos, tecidos e medula óssea.

### 3) Caminho dos Sentidos

(Psicologia TRT10 e UCB)

- você terá a oportunidade de experimentar vários estímulos sensoriais por meio da visão, olfato, paladar, audição e tato, com posterior reflexão.

### 4) Cuide-se e Sorria

(Clínica Humanus)

- Realização de exames de halitometria e sialometria, que serão agendados no 1º dia, orientações importantes e distribuição de material informativo sobre a disfunção da ATM, doenças gengivais, mau hálito, síndrome de Sjögren, estética gengival e dental.

### 5) Seja homem: Cuide-se!

(HUB)

- Orientações médicas sobre a saúde masculina, envolvendo os temas: disfunção erétil, câncer de próstata, distúrbios hormonais e DST.

### 6) O que os olhos vêem...

(HOB)

- realização de exame de tonometria, orientações sobre: qualidade da visão no trabalho, prevenção de doenças dos olhos, cirurgia retroativa, etc.

### 7) Vacinar: Atitude que protege

(Clínica Imunocentro)

- Será realizada avaliação dos cartões de vacinas, traga o seu e veja se o mesmo esta em dia;
- orientações sobre as vacinas que fazem parte dos calendários vacinais (calendário do prematuro,

criança, adolescente, mulher, ocupacional, adulto e idoso).

### 8) Faça parte: Faça a sua parte

(AVHUB)

- divulgação do trabalho voluntário, venda de souvenirs, coleta de doações (roupas, calçados, brinquedos, cestas básicas, etc...).

### 9) Você pode dar esse carinho

(ABRACE)

- Divulgação do trabalho voluntário e venda de souvenirs.

### 10) Qualidade do Sono: Qualidade de Vida

(Gastrocirurgia/Gastronutrição Brasília)

- Realização do exame de impedanciometria, orientações sobre obesidade, nutrição e distúrbios do sono.

### 11) Com uma ação, a prevenção

(Núcleo de Vigilância Epidemiológica da Região Norte)

- Vacinação contra Febre Amarela, Difteria, Tétano, Tríplice Viral e Dupla Viral (trazer o cartão vacinal). Orientações sobre vacinas.

### 12) Mulher 10, mulher saudável

(Centro de Saúde nº 1411)

- Orientações feitas por profissionais especializados, sobre o auto-exame da mama, métodos contraceptivos, saúde da mulher, DST/HIV, etc...

### 13) Viver Bem

(TRT10)

- Orientações para uma vida saudável-Nutrição e Atividade física.

### 14) Mimando você : pés

(Biopé)

- Realização de massagem nos pés e panturrilha, hidratação e orientações quanto aos cuidados com os mesmos.

### 15) Mimando você

(New Look Day SPA)

- Realização de massagem do couro cabeludo;
- Esfoliação, hidratação e massagens nas mãos;
- Reflexologia.

### 16) Mimando você: face

(New Look Day SPA)

- Hidratação e orientações quanto aos cuidados faciais.