

# Clara Palavra

Informativo da Casa de Francisco de Assis • Junho 2008

## João Batista e Antonio de Pádua no Espiritismo



## EDITORIAL

*Caros irmãos, o mês de Junho iniciou com uma Grande Festa Junina – o “Arraiá do Bem”, cujo sucesso pretendemos repetir todos os anos. Agradecemos à Casa Rosa por ter nos cedido o espaço e a todos os cantores que se uniram nessa empreitada em benefício das nossas obras sociais. É um desafio para nós, que até então só havíamos organizado eventos de até 300 pessoas, realizar um evento de dimensões gigantescas. Mais uma vez contamos com a união e a boa vontade de todos, nesse “trabalho de formiguinhas” que caracteriza a nossa Casa.*

*No dia 18 de maio último fizemos a “Tenda da Saúde”, onde, pela primeira vez, reunimos várias atividades ligadas à área da saúde. Houve medição de altura e pressão arterial, aferição de nível de glicose no sangue, pesagem, aplicação de flúor e até massoterapia e shiatsu. Muitos médicos, dentistas e outros voluntários participaram desse evento. Algumas pessoas não tinham conhecimento de suas doenças e outras não estavam se medicando ou acompanhando seu tratamento adequadamente. A aplicação de flúor nas crianças, além do benefício imediato, foi muito instrutiva e elas aprenderam a escovar os dentes, como se forma a cárie e como evitá-la. Agradecemos ao SESC pela doação do material necessário e pelo envio de pessoas preparadas para a função.*

*Em cada atividade da CFA precisamos sempre contar com pessoas dispostas a ajudar. Felizmente, o que não falta em nossa Casa é gente com vontade de colaborar. Nesta edição, começaremos a mostrar o trabalho dos voluntários que dedicam parte do seu tempo aplicando na CFA suas qualidades profissionais, tanto com as crianças da Creche Santa Clara, como com nossos funcionários ou com o público externo.*

*Temos consciência de que, através do nosso “trabalho de formiguinhas”, estamos contribuindo para a formação de cidadãos capazes de entender que o assistencialismo não pode ser usado como elemento de manipulação social, mas sim como uma forma temporária de ajuda que possibilite a cada um deles aprender, com dignidade, um tipo de trabalho que lhe permita contribuir para o sustento da sua família.*

*Elizabeth Menezes Bomfim*

## EXPEDIENTE

Editora: Ágata Messina; Sub-editor: Verter Brunner;  
Colaboradores: Benedito Calheiros Bomfim, Janet Jabour  
Design gráfico: Marco Macedo.  
Jornalista responsável: Ágata Messina, RP-MTR 9444/28/84V

## CASA DE FRANCISCO DE ASSIS SESSÕES PÚBLICAS

Segundas-feiras – 19 horas  
(fechamento dos portões às 19:30 horas)

Quartas-feiras – 14 horas  
(fechamento dos portões às 14:30 horas)

## INFORME SOCIAL

Se você precisa de atendimento no Setor Terapêutico ou de Assistência Social, dirija-se à Secretaria e marque uma consulta ou entrevista. Todos os atendimentos serão feitos com hora e dia marcados com antecedência.

### • Acupuntura

#### • Consultório odontológico (crianças e adultos)

Dra. Ana Claudia F. Proença – CRO31.268  
Dr. André Figueiredo Silva – CRO 30886  
Dra. Andréia S. Moreira Rodrigues – CRO 15474  
Dra. Gilse N. de Bretas Carvalho – CRO 20826  
Dr. Ivany Coutinho Neto – CRO 13293  
Dra. Jamila Barroso Maciel da Silveira – CRO 5690  
Dr. José Ricardo Porto Furtado – CRO 14524  
Dra. Renata Fernandes Costa – CRO 34067

### • Psicologia

Ângela Pereira Machado – CRP 05/18245  
Ângela Maria Teixeira Leão – CRP 05/1431  
Lúcia Angélica Carvalho – CRP 05/20691

### • Pediatria (alopática)

Dra. Ivanátilla F. M. Berbara – CRM 51.762-9

### • Pediatria (homeopática)

Dra. Roseane Debatin – CRM 52-51762-9

### • Psiquiatria

Dr. Edson Carpes – CRM 52-24256-3

### • Fonoaudiologia p/Creche

Nilza Chaves – CRFa. 7757

### • Nutricionista

Valéria Willecke Azevedo – CRN 2004101365

### • Terapias Ayurvédicas

Sheila Coelho Quintaneira e Colaboradores

### • Encaminhamento Jurídico

Dra. Aparecida das Graças Cunha – OAB/RJ 102774  
Dr. Carlos Roberto Couto de Mattos – OAB/RJ 70891

### • Serviço social

Liliana M<sup>a</sup> Pinto Gomes – CRESS 2523

**Clara Palavra** é um informativo da **Casa de Francisco de Assis**, declarada de utilidade pública estadual pelo Decreto 808/84 de 14.12.1984 \* Declarada de utilidade pública federal pela portaria 972 de 22.10.2001 \* CNAS – Conselho Nacional de Assistência Social nº 44.006.001.045/01-14 \* CMAS – Conselho Municipal de Assistência Social nº 0295/00 \* CMDCA – Conselho Municipal da Criança e do Adolescente nº 49/2004 de 20/10/2004 – Inscr. Municipal/ISS nº 02.923.041 \* CNPJ 30.022.057/0001-52

[WWW.CASADEFRANCISCOEASSIS.ORG.BR](http://WWW.CASADEFRANCISCOEASSIS.ORG.BR)

e-mail - [cfassis@uol.com.br](mailto:cfassis@uol.com.br)

Rua Alice, 308 – Laranjeiras – Rio de Janeiro – RJ – CEP 22241-020  
tel/fax: (21)2265-9499 e (21)2557-0100



Faça Já sua  
Doação

## HÁ VÁRIAS FORMAS DE AJUDAR

### Contribuição Mensal:

Por boleto bancário

### Doações Eventuais:

Por depósito em conta à favor da Casa Francisco de Assis

**Banco Itaú - Ag.0842-C/C.37406-8**

### Doação de Objetos para o Bazar:

É só telefonar que mandamos pegar.  
Tel. 2265-9499 / 2557-0100

### Voluntariado:

Ajuda como voluntário no Bazar e nas outras atividades da CFA.

Horário de funcionamento: das 9,00 às 17,00 horas  
Telefones para contato: 2265-9499 e 2557-0100

# A mediunidade como Instrumento de Evolução

Bruno José Gimenes\*

Uma alma que vem para esse mundo com o propósito de evoluir, acomoda-se em um corpo físico. E isso varia com a necessidade que se tem para realizar seus resgates e aprendizados. Este comentário é para lembrar que a mediunidade não é boa nem ruim! Ela simplesmente é a condição que a pessoa precisa para evoluir, estando muito vinculada à sua forma de utilização.

A mediunidade é um termo que vem do latim e significa intermediário. É uma faculdade psíquica ou sensibilidade extra-física. Está presente em todas as pessoas. Sempre! O que difere é que, em algumas, ela aparece pouco evidente, enquanto que, em outras, se mostra desenvolvida, aguçada. Em resumo, todos somos médiuns, alguns mais desenvolvidos, outros menos. A maior parte das pessoas desconhece esse fato e ela pode ocorrer de várias formas, como por exemplo a vidência, clarividência (enxergar com os olhos da mente), clariaudiência (ouvir sons extra-físicos), psicografia (a canalização de mensagens vindas de planos extra-físicos), entre outras diversas formas.

Mas para que serve a mediunidade? Como usá-la? Qual o(s) desafio(s) que enfrenta uma pessoa que apresenta sua mediunidade desenvolvida? O indivíduo evoluído nessa faculdade, principalmente com consciência disso tudo, aprende a aproveitar as percepções do plano espiritual, trazendo esse conhecimento das dimensões superiores para o plano físico. A pessoa consegue acessar informações que para maioria das pessoas é algo místico, esotérico, desconhecido.

E é aí que começam os grandes desafios, afinal essa mediunidade acarreta aumento de sua responsabilidade, no sentido de utilizar com sabedoria suas percepções extra-físicas. Afinal, esse dito “dom” da mediunidade acaba tornando a pessoa alguém “diferente”, o que não é verdade. Essa “diferença” perante o estilo de vida, aqui na Terra, pode gerar muitas consequências. Abaixo algumas delas:

Rejeição: das pessoas em relação ao médium, por considerá-lo louco, insano, etc; Do médium em relação à mediunidade, por não querer enfrentar a responsabilidade por insegurança, etc.

Medo: das pessoas em relação ao médium, afinal ele é alguém que se “comunica” com o mundo dos “mortos”. Do médium em relação à essa faculdade psíquica, por desconhecer e por não ter confiança, por não saber o que fazer e como fazer. Afinal, os impactos que implicam no uso dessa mediunidade podem ser desastrosos, quando usados sem sabedoria e discernimento.

Admiração: a admiração das pessoas em relação ao mé-

dium, por ser considerado alguém “diferente”, que pode ter acesso a alguns mistérios ocultos para a maioria das pessoas. Essa admiração pode gerar a idolatria. Pode também gerar a vaidade excessiva por parte do médium, originando fascínio.

Fascínio: o médium se fascina pelos acontecimentos e por seu “dom”. Ele pode se achar especial, sentindo-se superior aos demais. O fascínio pode ser considerado uma das piores formas de obsessão. De um lado, porque cega a pessoa e, de outro, porque é alimentada por ela mesma, distante de sua essência, cheia de ego e alienação. Nesse caso, as consequências podem ser desastrosas. A pessoa que nasce com elevado desenvolvimento mediúnico só vem com esse “projeto de vida” pela necessidade que tem de aprender a lidar com esses aspectos inferiores da personalidade, que somente assim poderiam ser aflorados para gerar o aprendizado.

O desafio é grande, porque a chance de incorrer nesses deslizos é imensa. Isso porque, aos olhos do leigo, distanciado do entendimento da missão da sua alma, a mediunidade é um poder “digno dos Reis”. Grande armadilha!

Ser médium não é ser melhor ou pior que ninguém! Trata-se apenas de fazer parte de um projeto de evolução, que precisa da mediunidade como um instrumento de crescimento. Uma técnica pedagógica específica, para um tipo de aprendizado também específico. Muitas pessoas com níveis elevados de mediunidade costumam cometer os seguintes equívocos: usar o “dom” de forma inadequada, negativa, para interesses apenas pessoais; fascinar-se, cair no ego, na vaidade, pelo fato de iludir-se com os acontecimentos; renegar completamente, pelo medo de enfrentar os desafios que virão e que, realmente, são vários.

A maior meta: usar a mediunidade como um instrumento para melhorar a humanidade. Aprender a utilizá-la de forma honesta, idônea, voltada para o bem maior, colocando-se permanentemente como instrumento de ajuda para a evolução da humanidade. Deixar a energia grandiosa de Deus fluir, pela bondade e pelo amor. Se o médium souber trilhar sua vida com humildade, constância de propósito, usando essa força com discernimento, também poderá viver inserido em uma atmosfera espiritual linda, agradável, amorosa, verdadeiramente encantadora.

É preciso ficar atento sempre, a todo instante. Orai e vigiai funciona bem, pense nisso!!!

---

\* Os artigos deste autor podem ser encontrados no site [bruno@luzdaserra.com.br](mailto:bruno@luzdaserra.com.br)

# OGUM, O VENCEDOR DE DEMANDA

“Se meu pai é Ogum, é vencedor de demandas, ele vem de Aruanda prá salvar filhos de Umbanda”.

Um dos mais conhecidos, e porque não dizer mais popular Orixá da Umbanda, devido ao sincretismo religioso onde a sua representação se confunde com o glorioso São Jorge do catolicismo, Ogum, através de sua irradiação, ajuda o homem a encontrar o “fogo sagrado” dentro de si mesmo, ou seja, a iluminação. O fogo da salvação e da glória. Por essa razão, na Umbanda esotérica, esse Orixá é considerado o símbolo das lutas, guerras ou demandas. Ele mata o dragão, a besta que existe dentro de nós. Com o fogo da salvação Ogum ajuda os seres encarnados a se libertarem das trevas da ignorância.

A vibração de Ogum reflete a luta sagrada, inovação da fé, o pacificador, aquele que conclama a todos com seu clarim para alcançarem a evolução a fim de retornar ao seu planeta de origem. Manipulador dos elementos aquosos, ele é o Senhor Primaz da Água, fazendo fluir suas energias, que são canalizadas na dissipação das correntes das trevas. Ogum é aquele que

neutraliza, através do seu poder, os conflitos cármicos. Seu dia da semana é terça-feira, sua cor fluídica é o vermelho, sua nota musical é fá, seu metal é o ferro, seu planeta sagrado é Marte, seu valor numérico é 7, seu ponto cardeal é o Nordeste e o chakra onde atuam as entidades dessa Linha é o plexo solar ou chakra umbilical.

Atuando no chakra umbilical ou plexo solar, as entidades da Linha de Ogum fazem com que suas vibrações sejam bruscas, provocando no médium movimentos de arranco característicos. A irradiação é de baixo para cima, dando uma postura ereta e imponente ao aparelho, provocada pela imantação do plexo solar, no sentido do tronco e do busto. Isso provoca um movimento de descontração para fora, que observamos no braço esticado, de

dedo em riste. Ao se “firmarem” nos seus aparelhos, os Oguns emitem um som estridente, gritados na vogal ÊÊÊ!, que realmente é um mantra.

O dia de Ogum é comemorado no mesmo dia em que se comemora o dia de São Jorge, em 23 de abril, transformado em feriado estadual no Rio de Janeiro.

Ogunhê, meu Pai!



## PSICOGRAFIA

A centelha divina, quando liberada do seu núcleo, isto é, quando sai do plano monástico, desce aos vários planos até se solidificar através do esfriamento vibratório, sem contudo perder sua ligação com o plano divino. Ao percorrer os espaços, cria em sua trajetória o caminho descendente, marca incontestemente de sua descida. Fere vibratoriamente, qual a passagem de um cometa, os céus do planeta onde irá começar todo um processo de anti-aprendizagem.

Após o mergulho, perde algumas propriedades tais como a lembrança, que fica adormecida, para só muito mais tarde ser despertada. Por mais que ela desça, encontra seu caminho de volta após passar milhares de séculos em cada estágio inferior, aproxima-se

celeremente do reino hominal, onde já vislumbra os caminhos da descida e a todo custo tenta encontrar o caminho de volta. Neste processo, leva milênios de procura exaustiva até reencontrar o caminho da volta.

Passa então, a lutar com os defeitos adquiridos, sofre, sobe, desce, torna a subir até que, após vários processos onde perde definitivamente os defeitos, passa a percorrer o caminho após várias encarnações, sem contudo deixar de analisar a estrada que levou milhares de anos para percorrer.

Não há espaços vazios, pois a energia não acaba nunca, ela apenas se transforma de mais pesada em mais sutil, sem deixar de ser energia, do mesmo modo que a água suja não deixa de ser água ao ser filtrada, é a mesma água, apenas se separou das impurezas. Caso se volatilize ou se solidifique, continua sendo água.

Nada se perde tudo se transforma.

Com relação à conversa na mesa, as pessoas quando desencarnam deixam suas vibrações em roupas, objetos, seus haveres que caminharam juntos com elas e a memória de um e de outro fazem um processo de imantação. Enquanto existir o duplo etérico, ali ainda existirá a energia física, e enquanto houver ligações amorosas ou de ódio, haverá a presença, senão física, mas sim, energética, pois a energia existe e jamais será destruída, apenas transmutada.

Seja, pois, a vossa sabedoria colocada à disposição do Cristo, para que a vossa energia seja sempre filtrada para que a reaproximação se faça o mais rápido possível.

Pai Antonio

Mensagem recebida por Celi Bomfim, em 18-03-1991

# JOÃO BATISTA E ANTONIO DE PÁDUA NO ESPIRITISMO



O mês de Junho é festejado em todo o Brasil com músicas, comidas e danças típicas que já fazem parte do folclore nacional. E, em todas as festas, dois santos católicos são lembrados: São João Batista e Santo Antonio de Pádua. Na doutrina espírita, decodificada por Allan Kardec, eles também aparecem com destaque: o primeiro, como exemplo da reencarnação, fenômeno no qual se embasa todo o ensinamento espírita; o segundo, como exemplo de uma das diversas formas de mediunidade de que se tem conhecimento: a bicorporiedade ou bilocação.

Para falarmos de João Batista, que reencarnou pouco antes de Jesus Cristo, basta recorrermos ao Evangelho segundo o Espiritismo, particularmente ao capítulo IV, cujo título é "Ninguém poderá ver o reino de Deus se não nascer de novo". A volta do profeta Elias reencarnado como João Batista é citada em muitas passagens escritas pelos evangelistas, mas na passagem que consta do capítulo acima esse fato é evidente pelas palavras de Jesus:

*"Seus discípulos então o interrogaram desta forma: "Por que dizem os escribas ser preciso que antes volte Elias" - Jesus lhes respondeu: "É verdade que Elias há de vir e restabelecer todas as coisas: - mas, eu vos declaro que Elias já veio e eles não o conheceram e o trataram como lhes aprouve. É assim que farão sofrer o Filho do Homem." - Então, seus discípulos compreenderam que fora de João Batista que ele falara. (S. Mateus, cap. XVII, vv. 10 a 13; - S. Marcos, cap. IX, vv. 11 a 13.)"*

Ainda no capítulo IV do Evangelho segundo o Espiritismo, está relatado o de-

sespero de Herodes ao saber das pregações de Jesus e no qual a reencarnação do profeta Elias como João Batista é apontada:

*"Nesse ínterim, Herodes, o Tetrarca, ouvira falar de tudo o que fazia Jesus e seu espírito se achava em suspenso - porque uns diziam que João Batista ressuscitara dentre os mortos; outros que aparecera o profeta Elias; e outros que um dos antigos profetas ressuscitara. - Disse então Herodes: "Mande cortar a cabeça a João Batista; quem é então esse de quem ouço dizer tão grandes coisas?" E ardia por vê-lo. (S. Marcos, cap. VI, vv. 14 a 16; S. Lucas, cap. IX, vv. 7 a 9.)"*

Estas duas passagens não deixam dúvidas quanto à reencarnação. É através delas que o espírito pode ir se aprimorando e ascendendo em direção a planos astrais mais elevados.



Santo Antonio de Pádua, por sua vez, é um exemplo de mediunidade para os espíritas. Nasceu numa rica família de Lisboa com o nome de Fernando, muito jovem entrou para a Ordem de Santo Agostinho, transferindo-se depois para a Ordem dos Franciscanos com o nome de Antonio, atraído pelo ideal franciscano da humildade. Pregou o Evangelho no Norte da África, mas, doente, voltou para a Europa, onde em 1221 conheceu São Francisco pessoalmente. Converteu muitas pessoas em Pádua, na Itália, onde morreu aos 36 anos de idade.

Reconhecido como um grande orador, em certa ocasião Santo Antonio estava pregando, quando teve uma visão. Interrompeu repentinamente o sermão e adorou-meceu. Nesse mesmo instante, em Lis-

boa, seu pai, acusado falsamente de homicídio, era conduzido ao suplício. Santo Antônio apareceu na capital portuguesa e demonstrou a inocência do pai. Este fenômeno mediúnico é chamado de bicorporeidade ou bilocação e ocorre como uma propriedade do perispírito que, deixando o corpo em sono ou em estado extático, pode transportar-se a outro local e tomar a aparência de um corpo tangível, de maneira a se acreditar na sua presença real e simultânea em dois lugares diferentes.

Por seu trabalho de amparo aos mais necessitados foi eleito pelo povo o protetor dos pobres. No Rio de Janeiro, Santo Antônio é sincretizado com o Orixá Exu em alguns Terreiros de Umbanda e também com o Orixá Xangô Abomi, em outros. Na Bahia, ele foi sincretizado com Ogum.

## Bibliografia

Kardec, Allan - O Evangelho segundo o espiritismo - cap. IV

Kardec, Allan - O Livro dos Médiuns - 2.ª parte, cap. VI e VII.

Denis, Leon - No Invisível - 2.ª parte, O Espiritismo experimental - Os fatos - XII.

Peralva, Martins - Estudando a Mediunidade - Cap. XV - Desdobramento Mediúnico; Cap. XLII - Materialização

Martins de Castro, Almerindo - Antônio de Pádua - Sua Vida de Milagres e Prodigios, 7ª edição, FEB, 1987

Verger, Pierre - Os Orixás  
www.uucab.com.br

www.cepjoabatista.com.br

# CONSULTÓRIO JURÍDICO

Benedito Calheiros Bomfim\*

## OS DEFEITOS DA JUSTIÇA E AS MEDIDAS PARA SUA CORREÇÃO

(Parte II)

Com o objetivo de reduzir a enxurrada de reclamações que entopem a Justiça do Trabalho, criaram-se Comissões de Conciliação Prévia, compostas por representantes de empregados e empregadores, com a atribuição de tentar conciliar questões entre trabalhadores e empresários. A legislação que instituiu tais Comissões (Lei nº 9.955/2000) obriga que toda as questões entre empregado e empregador sejam a elas submetidas antes de ingressar na Justiça do Trabalho, e nesta somente serão apreciadas e julgadas se não forem conciliadas naquelas Comissões.

Ainda com a finalidade de diminuir a sobrecarga de processos judiciais e imprimir rapidez ao seu andamento, modificou-se a Constituição (Emenda Constitucional 45/2004) para estabelecer a figura da Súmula Vinculante, com o objetivo de uniformizar as decisões proferidas pelo Supremo Tribunal Federal sobre determinadas matérias, de maneira a evitar que, repetidamente, centenas e até milhares de vezes, tenha ele de se pronunciar sobre os mesmos assuntos que ali chegam, quase sempre através de recursos.

Sabe-se que cerca de 80% dos processos que abarrotam a Justiça, nela incluída em boa parte a do Trabalho, envolvem os Governos Federal, estaduais e municipais, e versam temas tributários, previdenciários, planos econômicos (ressarcimentos do FGTS), matérias sobre as quais o STF, de há muito, tem uma orientação conhecida, única. Assim, os expedientes e recursos usados pelos órgãos públicos para se defenderem em tais causas visam apenas prolongar o processo e adiar a decisão final.

Sendo a Súmula Vinculante de obediência obrigatória por todos os juízes e demais tribunais do país, espera-se uma grande redução do número de questões existentes e a serem propostas, em todas as instâncias, no Judiciário.

O Supremo Tribunal Federal, que é a instância maior e final da Justiça no Brasil, acaba de ser autorizado também a só conhecer recursos cuja matéria tenha interesse jurídico, social e econômico relevante, de repercussão coletiva, geral, transcendente, afastados os casos que só contêm interesse individual.

Se essas medidas, algumas delas muito polêmicas, além de outras inovadoras e que trouxeram significativas e profundas modificações no processo, inclusive trabalhista, vão realmente tornar a Justiça rápida ou menos demorada, só a prática e o tempo dirão. Mesmo porque, muitas outras medidas editadas e aplicadas no passado, não surtiram o efeito desejado e previsto. Seja como for, é indispensável que os juízes, os advogados e os servidores do Judiciário contribuam e colaborem para a melhora e o aprimoramento da prática forense e da Justiça.

\*Membro da Academia Nacional de Direito do Trabalho, Ex-presidente da Associação Carioca de advogados Trabalhistas e do Instituto dos Advogados Brasileiros.

## O PRAZER DA BOA COZINHA

### Quibe de forno com ricota Torta de repolho



#### Ingredientes:

1 pacote de trigo para quibe  
300g.de ricota amassada  
1 xícara de salsinha picada  
1 xícara de cebolinha picada  
1/2 xícara de hortelã picada  
sal a gosto

#### Modo de fazer:

Deixe o trigo de molho na véspera. Na hora de preparar, esprema-o com as mãos e misture-o com todos os outros ingredientes. Unte uma assadeira com azeite e coloque a mistura. Leve ao forno médio por 30 minutos.



#### Ingredientes:

2 1/2 xícaras de repolho picado  
80 gr. de queijo parmesão ralado  
3 colheres de sopa de óleo  
1 1/2 xícara de farinha de trigo  
1 colher de chá de fermento  
2 ovos  
1/2 xícara de azeitonas picadas  
2 tomates sem sementes e picados  
1 cebola picada  
salsinha

#### Modo de fazer:

Bata os ovos. Depois, misture-os com os outros ingredientes. Coloque tudo numa assadeira untada e polvilhe com o parmesão por cima. Leve ao forno médio até dourar.

## RESENHA LITERÁRIA



### BRASIL, CORAÇÃO DO MUNDO, PÁTRIA DO EVANGELHO Pelo Espírito Humberto de Campos

Este livro é “a revelação da missão coletiva de um país”, como define o Espírito Emmanuel, que assina o prefácio. O texto foi ditado a Francisco Cândido Xavier, em 1938, e o autor usou o seu nome de encarnado que, nos trabalhos ditados posteriormente, substituiu pelo pseudônimo Irmão X.

Em suas páginas, o autor lembra fatos da História do Brasil e, auxiliado por informações colhidas no plano espiritual, faz comentários sobre a escravidão, a Independência, a Guerra do Paraguai, o Espiritismo e o movimento espírita no Brasil, com o objetivo de demonstrar a missão evangelizadora da nossa Nação e o acompanhamento de Jesus em todo este processo evolutivo.

A espontânea e enorme acolhida que a Doutrina Espírita, codificada por Allan Kardec teve em nosso país é uma evidência, segundo o autor, da missão do Brasil como “coração espiritual da Terra”. Uma doutrina que estimula o povo brasileiro a praticar o Evangelho de Jesus para que suas preces possam irradiar paz e fraternidade a toda a Humanidade.

# O que devemos saber sobre a Tuberculose

Dra. Márcia Mochel

Há pouco tempo ouvi o comentário de alguém que se dizia surpreso porque um conhecido seu tinha tuberculose. "Tuberculose no Rio de Janeiro?". Lamentavelmente, essa doença está bem ativa em nosso país e em nossa cidade.

A tuberculose é uma doença milenar. Já era conhecida por médicos da Antiguidade, pois, pesquisas recentes detectaram lesões da doença em múmias egípcias.

O micróbio causador foi identificado pelo Dr. Robert Koch em 1882, por isso é conhecido como "bacilo de Koch", mas somente 61 anos depois foram descobertos medicamentos eficazes para o tratamento da tuberculose. Trata-se de uma doença infecto-contagiosa, cuja transmissão se faz exclusivamente pelo ar, através do contato direto e prolongado com uma pessoa doente, em ambiente com pouca ventilação. Não há risco de pegar a doença usando os mesmos pratos, talheres e copos de um doente, como muitos pensam. Ela aparece com mais frequência no pulmão, mas pode se manifestar em outras áreas do corpo, como rins e ossos.

Os sintomas mais notados são tosse persistente há mais de 15 dias, febre baixa no final do dia, sudorese noturna, mal estar, falta de apetite e emagrecimento. Uma pessoa que apresente esses sintomas deve procurar um Posto de Saúde, onde o tratamento é oferecido gratuitamente. A

confirmação desse mal é feita através do Teste do PPD, do Raio X de tórax e do exame de escarro, que é o mais importante, porque revela se o indivíduo está transmitindo o bacilo.

No passado, as pessoas doentes eram isoladas, mantidas em repouso e dieta alimentar, para tentar aumentar sua resistência. Os que tinham melhores condições financeiras eram levados às regiões de clima frio, nas montanhas ou litoral, onde se supunha teriam mais condições de cura. A doença se relacionava com a pobreza, mas também com a vida desregulada e a boemia.

A descoberta dos medicamentos adequados mudou a situação. Atualmente, com cerca de 15 a 30 dias de tratamento correto o paciente não transmite mais o bacilo e pode retornar à sua vida normal de trabalho. Mas não se pode relaxar. A tuberculose é uma doença curável com o uso diário dos medicamentos durante seis meses. Se o remédio for tomado irregularmente ou o tratamento abandonado, o organismo cria resistência à medicação, o que pode levar à morte. Uma nova forma de tratar está em expansão nos postos de saúde do Município do Rio de Janeiro, que é o "tratamento supervisionado", no qual o paciente recebe e toma o remédio no próprio posto para ser incentivado a completar o tratamento.

Se acontecer um caso de tuberculose na família, todos os demais

membros devem ir ao serviço de saúde para verificar se não estão também contaminados e o doente deve ser muito apoiado e orientado a não deixar de fazer a medicação indicada. A vacina BCG, que protege contra a doença, deve ser aplicada em todas as crianças no primeiro mês de vida.

No Brasil, a situação da tuberculose é um problema de saúde pública. São cerca de 85 mil casos por ano e cinco mil mortes. O Rio de Janeiro tem uma das situações mais graves do país. A geografia da cidade, comprimida entre o mar e a montanha, a favelização, com habitações em condições inadequadas, e o aumento da pobreza contribuem para que se registrem cerca de 6.500 novos casos a cada ano. Para se ter uma idéia, a Organização Mundial de Saúde (OMS) admite cinco casos de Tuberculose para cada 100 mil habitantes em um país. Entretanto, o Brasil apresenta 57 casos em cada 100 mil e o Rio de Janeiro registra 100 casos da doença em cada 100 mil pessoas.

Para mudar esse quadro é preciso mobilizar toda a população. Cada cidadão pode contribuir divulgando informações, encaminhando pessoas para tratamento e ajudando a acabar com o preconceito, levando muitos doentes a abandonar o tratamento que poderia curá-los definitivamente e impedindo a propagação desse mal.

---

\*Márcia Mochel é médica

# MUTIRÃO DA SAÚDE

Verter Brunner

No domingo, 18 de maio, a Casa de Francisco de Assis deu início ao seu projeto de Mutirão da Saúde, visando a atingir vários objetivos num só evento: a profilaxia (medidas preventivas contra doenças), através de exames básicos, como a aplicação de flúor e o ensino da correta escovação de dentes às crianças; verificação da pressão arterial, peso, altura e circunferência abdominal (causas de doenças cardiovasculares); e exame de glicose, fundamentais como primeiro passo para informar e sensibilizar as pessoas da comunidade, que mensalmente vêm à CFA, acompanhadas de filhos e netos, para retirarem as suas bolsas de alimentos. E também foram aplicadas massagens terapêuticas

Foi um sucesso inquestionável, não só pelos exames em si, que detectaram várias enfermidades e o encaminhamento médico necessário, além de aconselhamento e orientação àqueles que, mesmo sabedores de suas enfermidades e com tratamento médico adequado, não cumpriam à risca as determinações de controle. “Constatamos que várias das pessoas assistidas estavam com a pressão muito alta, e mesmo tendo o medicamento não o utilizavam, assim como portadores de glicemia alterada e sobrepeso”, afirmou a Dra. Nadia Regia Ferreira, uma das dezenas de colaboradores que compareceram ao evento.

Os exames realizados serão repetidos dentro de seis meses, para que se possa acompanhar a evolução do quadro clínico e testar se a



comunidade foi sensibilizada pelas informações e aconselhamentos que lhes foram dados.

Queremos, também, agradecer a presença de representantes do SESC, da Secretaria Municipal de Saúde, dos demais convidados e das dezenas de colaboradores, tanto os que pertencem aos quadros da CFA, quanto a seus amigos e parentes. O próximo Mutirão de Saúde, a ser realizado no dia 15 de junho, terá como tema a Nutrição.

## VOLUNTARIADO UM PROFESSOR DE DANÇA NA CRECHE SANTA CLARA

Aljiomar Francisco de Oliveira Silva tem formação de bailarino em Dança Clássica, Dança Moderna, Sapateado Espanhol, Sapateado Americano, Jazz, Dança Afro e Folclórica, Teatro e Dança Contemporânea. Ele é um dos muitos voluntários que dedicam parte do seu tempo a dar aulas semanais de expressão através do movimento às crianças da Creche Santa Clara, com duração de 30 minutos e revezamento das turmas Maternal I, Maternal II, Jardim I e Jardim II.

Através do movimento (gestos), utilizando o lúdico e o imaginário, ele trabalha o alongamento, a flexibilidade, a coordenação, envolvendo os membros superiores e inferiores, o ritmo, a psicomotricidade. “Trago elementos do jogo teatral, através de brincadeiras que procuram desinibir os mais tímidos, respeitando o seu momento”, afirma Aljiomar.

“Uso a formação em círculo por acreditar que essa forma geométrica é familiar à criança e pertencente ao seu universo de “brincadeiras”,



assim como também facilita a atenção e apreensão dos alunos”, explica o professor, que reserva a parte final da aula para as crianças colocarem toda a sua espontaneidade ao ouvir uma música.

O maior objetivo deste artista que – entre tantos compromissos profissionais consegue reservar um tempo para ser um exemplo de doação – é proporcionar a todas as crianças um contato íntimo com os vários ritmos musicais, ajudando-as a desenvolver suas potencialidades e aliando a sociabilidade como instrumento de união.

“Fico feliz em dar a minha modesta contribuição para proporcionar momentos de alegria, descontração e prazer a essas crianças. Mas fico mais feliz ainda em conviver com elas, que me ensinam a simplicidade da vida e o valor dos sentimentos puros”, conclui o professor.

 **ADVOGADOS TRABALHISTAS**  
Benedito Calheiros Bomfim  
Silvério dos Santos  
Flávia Bivaqua de Araújo  
Vinicius Neves Bomfim

Av. Almirante Barroso, 90, salas 714/716  
20031-002 - Castelo, RJ  
Tel.: 2240-0162 / 3472-0506

e-mail: ebsfadvogados@mundivox.com.br

 **Quebra Mar**  
Comércio de Bebidas  
Entregas diárias.

Água Mineral • Matê Leão  
Sucos • Refrigerantes  
Ice Tea • Toddinhão  
Guaraviton • Gatorade  
Cervejas:  
Skol, Original e Bohemia  
Gelo  
Aluguel: Tinas, Mesas e Cadeiras

Tel.: (21) 2492-1391 • 2495-2844 • ID 7912 • 8  
Fax: (21) 2494-7893 • quebramar@ig.com.br  
R. Sargento João de Faria, 8 - Barra da Tijuca

**TERAPIAS ORIENTAIS**  
acupuntura  
shiatsu  
massagem ayurveda  
reiki  
do-in  
drenagem linfática

Rua da Lapa nº 200 - sala 1113  
tels: 2292-5437 / 2292-0245

**BAZAR NOBEL**  
Nobel Bazar & Materiais de Construção

Rua das Laranjeiras, 402

tels.: 2557-3375  
3684-4117  
3684-4122

 **SHANGRI-LÁ**  
OPERADORA DE TURISMO

Desde 1989  
a certeza de  
viajar bem.

Tel 3221-5400

www.shangri-la.tur.br