

Folha da Embrapa



Saúde na prática

Programa de Saúde Ocupacional traz benefícios, mas força de vontade ainda é fator primordial para materializar mudanças de hábitos, tirar projetos do papel e melhorar a qualidade de vida. (páginas 5 a 8)

Mudança de hábitos

Sumário

03 | 40 Anos

04 | Curtas

05 | Viver bem

09 | Viticultura

10 | Sistema de
Alerta Mosca-
-das-Frutas

12 | Projeto Tracajá

CAPA Francisco José Pereira de Oliveira, o Deca, assistente de pesquisas da Embrapa Acre (Rio Branco, AC), caminhando na rodovia ao fim da tarde

Mudar de vida, parar de fumar, perder peso, ser mais saudável, viver mais e melhor. No fundo todos sonham com isso, mas poucos conseguem vencer a inércia do dia a dia para “libertar” o “atleta” que existe dentro de cada um de nós. Às vezes é preciso levar um susto, ou pelo menos um puxão de orelhas, para conseguir a energia necessária a fim de transformar o sedentarismo em disposição.

Nesta edição do Folha da Embrapa, você vai conhecer histórias de empregados que conseguiram mudar suas vidas a partir de exames simples realizados dentro do Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO). É o caso do analista Rubens Faro Pompeu, 47, supervisor do Núcleo de Tecnologia da Informação da Embrapa Pesca e Aquicultura (Palmas, TO), que saiu, literalmente, do sofá para o pódio.

Após receber os resultados de exames médicos do PCMSO em 1998, Rubens decidiu que era hora de mudar de vida. A rotina atribulada e sedentária havia provocado aumento de pressão arterial, sobrepeso e taxa elevada de triglicérides, alterações que o assustaram devido ao histórico de problemas cardíacos da família.

Outro que mudou de vida por conta do periódico foi Francisco José Pereira de Oliveira, o Deca, que ilustra a capa desta edição e pode ser visto com frequência ca-

minhando na rodovia próximo à Embrapa Acre (Rio Branco, AC), sempre no fim da tarde. Esse é um hábito que ele desenvolveu nos últimos sete anos, depois que detectou um problema cardíaco durante um teste ergométrico nos exames periódicos. O problema era sério e Deca teve de se submeter a quatro cirurgias de pontes de safena. Hoje, ele não tem dúvidas de que o exame periódico salvou sua vida.

Emocionante também é a história de Pedro José Alves, o Seu Pedro, como é conhecido pelos colegas da Embrapa Semiárido (Petrolina, PE). Durante a realização dos exames, ele descobriu nódulos em seu corpo que podiam se transformar em câncer de próstata.

Depois de passar por uma cirurgia e ter recuperado sua saúde, Seu Pedro, hoje com 63 anos, é um exemplo da importância dos cuidados dos quais tantos homens ainda se esquivam. Confira essas e outras histórias de colegas que conseguiram mudar de vida em busca de mais bem-estar nas páginas 5 a 8. Que elas sirvam de inspiração para aqueles cujos projetos ainda estão só no papel, aguardando para se transformarem em realidade, como sugerem as ilustrações produzidas para esta edição do Folha pelo estagiário de design Rafael Lemos.

Boa leitura e até a próxima.

Os editores

Participe do Folha da Embrapa

Pelo Malote

Envie sua sugestão para:

Editor-executivo do Folha da Embrapa
Secretaria de Comunicação (Secom) Sala 201
Sede da Embrapa

Por e-mail

Escreva para:

folhadaembrapa@embrapa.br

EXPEDIENTE

Folha da Embrapa é uma publicação editada pela Secretaria de Comunicação (Secom) da Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa), vinculada ao Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (Mapa)

Parque Estação Biológica s/nº Edifício Sede
CEP 70.770-901 | Brasília-DF
Fone (61) 3448-4834 | Fax (61) 3347-4860
www.embrapa.br

Presidente: Maurício Lopes
Diretores: Ladislau Martin Neto, Vania Castiglioni e Waldyr Stumpf

Chefe da Secretaria de Comunicação: Gilceana Soares Moreira Galerani
Coordenadora de Relações Públicas: Tatiana Martins
Coordenadora de Articulação e Estudos de Comunicação: Heloiza Dias da Silva
Coordenador de Gestão da Marca e Publicidade: Robinson Cipriano
Coordenador de Jornalismo: Jorge Duarte

Supervisor de Divulgação Interna: Fernando Gregio
Impressão: Embrapa Informação Tecnológica | (61) 3349-6530
Tiragem: 13.000 exemplares
Editor-Executivo: Eduardo Pinho | Mtb/GO 1073 | eduardo.rodriques@embrapa.br
Revisão Final: Marcela Esteves
Editoração Eletrônica: André Scofano, Bernardo Bhering e Rafael Lemos

Jornal impresso em papel feito a partir de madeira certificada e de fontes controladas.



Acesse a
edição digital

Baixe o aplicativo
QR Code no seu celular
e fotografe o código
ao lado.

O futuro da ciência

Dia de Campo Infantil em Mato Grosso aproxima crianças da pesquisa agropecuária

Gabriel Faria

A rotina de brincadeiras no período de férias escolares de cerca de 120 crianças de Sinop (MT) foi modificada durante um dia no último mês de julho. Elas participaram de um dia de campo diferente na Embrapa Agrossilvipastoril, onde, além de se divertir, puderam aprender sobre ecologia e produção de alimentos.

O Dia de Campo Infantil foi uma das atividades promovidas na Unidade em comemoração aos 40 anos da Embrapa. Contando com a parceria das secretarias Municipais de Meio Ambiente e Educação e com a Coopernova, o evento buscou aproximar as crianças da ciência.

“As crianças são o início de tudo. Começar a dar o conhecimento para elas é garantir o futuro da ciência. É também uma forma de aproximá-las do mundo adulto e para que conheçam de onde vem a produção agropecuária”, disse o chefe-administrativo da Embrapa Agrossilvipastoril, Tênisson Waldow.

Participaram do evento crianças de 7 a 10 anos. Elas foram divididas em quatro grupos, cada um com uma cor de boné. Esses grupos foram guiados por empregados e colaboradores previamente capacitados e

percorreram quatro estações de campo no Sítio Tecnológico da Unidade.

Em uma das estações foram apresentadas culturas anuais como milho, arroz, feijão e sorgo. Em outras duas, a garotada conheceu dois modelos de sistemas integrados de produção: a integração lavoura-pecuária-floresta e os sistemas agroflorestais. Na quarta estação, por sua vez, as crianças caminharam por uma trilha ecológica montada em uma área de preservação permanente, onde puderam conhecer e identificar algumas espécies florestais, aprender sobre a importância da preservação das matas ciliares e ainda ver alguns animais, como macacos, pássaros e insetos.

Durante o ciclo de estações, ainda foram feitas dinâmicas que ilustraram o trabalho da pesquisa agropecuária e a importância da cobertura vegetal para a conservação do solo.

“Aprendi um monte de coisa. Vi um teste da chuva com três tipos de solo: com grama, com planta morta e sem nada. Eles colocaram água e em um saiu água limpa, outro, água mais ou menos limpa e no outro saiu água suja, com terra e tudo”, relata a estudante de 8 anos Tais Araújo, que pôde visualizar como ocorre o assoreamento dos rios.

Ao fim do circuito de estações de campo, as crianças puderam experimentar alguns alimentos feitos a partir das tecnologias geradas pela Embrapa, como suco de uva, biscoito de gergelim, arroz-doce e mousse de maracujá. Simultaneamente, elas ainda visualizaram alguns insetos-praga de lavouras por meio de uma lupa, em um minilaboratório. Na saída, os participantes deixaram registradas suas impressões em forma de desenhos, que foram afixados em um varal de ideias.

A estudante Brenda Silva, de 8 anos, gostou tanto do que viu no dia de campo que já sabia o que falar para os pais quando chegasse em casa: “Vou falar que vi muita coisa, que foi muito legal e que eles têm que vir aqui para conhecer!”

Além das crianças, os pais que acompanharam os filhos também tiveram oportunidade de aprender. Alguns deles participaram do circuito de estações de campo como ajudantes dos monitores. Os demais assistiram a uma programação paralela no auditório, onde conheceram mais sobre o trabalho da Embrapa e viram uma palestra da Secretaria do Meio Ambiente sobre os riscos das queimadas urbanas no período da seca.

Sítio Tecnológico

Além de integrar o Projeto Especial 40 anos, o Dia de Campo Infantil faz parte das atividades do projeto MP4 Sítio Tecnológico: Espaço de Prática e Informação Virtual, liderado pelo NCO da Embrapa Agrossilvipastoril. Pelo projeto foram criadas na vitrine de tecnologias da Unidade uma trilha ecológica e outra tecnológica. Os espaços são utilizados para receber visitas de estudantes, alunos de graduação, técnicos e produtores.

Um plano de ação do projeto ainda prevê a virtualização destas trilhas, possibilitando maior acesso às informações. ▀





Foto: MPA

Pirarucu

A Embrapa iniciou o acompanhamento das unidades de observação e engorda do peixe pirarucu (*Arapaima gigas*) em Rondônia e no Acre. As atividades fazem parte do Projeto Pirarucu da Amazônia, realizado em conjunto pelos pesquisadores da Embrapa que atuam nos sete estados da Região Norte do País. Os principais polos produtores estão sendo visitados pelos participantes do projeto.



Foto: Fabiano Bastos

Helicoverpa armigera

A Embrapa desenvolverá pesquisas para controle da *Helicoverpa armigera* em Mato Grosso. As ações fazem parte da distribuição de tarefas entre as instituições componentes do Grupo Helicoverpa no Estado, que reúne instituições de pesquisa e entidades de classe. A Embrapa se propôs a desenvolver duas pesquisas: uma para avaliar o efeito do sistema produtivo sobre a dinâmica da lagarta e outra para avaliar a suscetibilidade da *Helicoverpa armigera* a diferentes inseticidas químicos e biológicos.



Foto: Simone Pessóla

Estágio nas férias

Julho é mês de verão e férias na Região Norte, mas uma turma de alunos da Escola Família Agrícola do Pacuí preferiu aproveitar para fazer cursos e se especializar profissionalmente e durante todo o mês cumpriram estágio curricular na Embrapa Amapá (Macapá, AP). Entre as atividades desenvolvidas por eles estão a manutenção de coleção entomológica (estudo dos insetos), análises de fertilidade de solos e produção e manejo de peixes e camarão.

Solos

Lançada a 3ª edição revista e ampliada do livro Sistema Brasileiro de Classificação de Solos (SiBCS), uma das publicações da Embrapa mais vendidas desde 1999. Resultado da parceria entre a Embrapa Solos (Rio de Janeiro, RJ), responsável pelo conteúdo técnico, e a Embrapa Informação Tecnológica (Brasília, DF), a obra é muito procurada por pesquisadores, professores e estudantes da área.

Biorrefinarias

Indústrias que geram grande variedade de produtos a partir da biomassa, tal como refinarias de petróleo, mas utilizando matérias-primas renováveis, são chamadas de biorrefinarias. Os avanços nas pesquisas, no setor produtivo e nos programas de incentivo a essas empresas estarão em debate no II Simpósio Nacional de Biorrefinarias - SNBr, que acontece de 24 a 26 de setembro, em Brasília (DF).

Crambe

Agricultores colhem crambe no DF. O grão é rico em óleo, que pode ser usado para produzir biodiesel. O óleo de crambe tem duas características principais favoráveis à produção desse biocombustível. A primeira é a estabilidade à oxidação, processo que leva à perda de qualidade. Além disso, ele não se solidifica facilmente – isso só ocorre em temperaturas muito baixas, que raramente são registradas no Brasil.

Expo Concórdia

Os produtos desenvolvidos pela Embrapa foram uma das principais atrações da Expo Concórdia, feira realizada de 20 a 29 de julho em Concórdia que atraiu um público de 180 mil pessoas, de acordo com a Comissão Central Organizadora. O estande da Embrapa teve como tema o aniversário de 40 anos e mostrou algumas das contribuições que a Empresa deu nas últimas décadas para o desenvolvimento da agropecuária nacional, uma das mais importantes do mundo.

Brasil sem Miséria

Agricultores familiares atendidos pelo Plano Brasil Sem Miséria (PBSM) no Semiárido passarão a contar com mais tecnologias para captar água da chuva e utilizá-la na produção de alimentos e plantas forrageiras. Projeto nesse sentido foi elaborado em uma oficina que reuniu na Embrapa Semiárido (Petrolina, PE) pesquisadores de 12 Unidades da Empresa, gestores do Ministério do Desenvolvimento Social (MDS) e profissionais de empresas contratadas pelo Ministério do Desenvolvimento Agrário (MDA).

Frutas

O Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (Mapa) definiu em julho os membros das Comissões Técnicas para produção de melão, abacaxi, citros, uva, caju e morango. A principal função das comissões é atualizar as normas da Produção Integrada de Frutas estabelecidas em 2001 pela Instrução Normativa nº 20. A pesquisadora Fagoni Fayer Calegario, da Embrapa Meio Ambiente (Jaguariúna, SP), foi designada para presidir a Comissão Técnica para a Produção de Morango.

Saúde em tempo real

Informatização traz avanços e muitos mudaram de vida após exames periódicos

O Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) da Embrapa integra um conjunto amplo de iniciativas da Empresa no campo da saúde dos trabalhadores. Além de nortear ações para preservar a saúde dos empregados, um de seus objetivos é minimizar riscos existentes no ambiente de trabalho e doenças ocupacionais. Regido pela Norma Regulamentadora (NR) nº 07, do Ministério do Trabalho e Emprego, o PCMSO permite o levantamento, a classificação, a caracterização e o monitoramento dos riscos ocupacionais, indicando possibili-

dades de desenvolvimento de ações para a melhoria da qualidade de vida no trabalho.

Recentemente foi concluído o processo de informatização do PCMSO em todas as UDs da Embrapa. Desde então, é possível obter dados com agilidade para implantar programas de prevenção ou detecção precoce dos agravos à saúde dos empregados.

Nesta edição do Folha da Embrapa, você vai conhecer pessoas que conseguiram mudar de vida a partir dos resultados de seus exames periódicos. Confira.

Do sofá ao pódio

Fabio Reynol

Ele participou de 25 edições da travessia do Rio Araguaia e venceu 22 delas. Percorreu os 140 km da volta oceânica na Ilha da Madeira, Portugal, em cinco ocasiões e foi campeão na categoria master, em 2011. Competiu por três vezes a Regata Internacional Del Rio Negro, que cruza 370 km dos Andes até a costa argentina. Quem vê o histórico esportivo do analista Rubens Faro Pompeu, 47, supervisor do Núcleo de Tecnologia da Informação da Embrapa Pesca e Aquicultura (Palmas, TO), não imagina que o atleta levava uma vida sedentária há 15 anos.

A guinada na vida de Pompeu foi motivada por resultados de exames médicos do Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) da Embrapa, em 1998. A rotina atribulada e sedentária provocou aumento de pressão arterial, sobrepeso e taxa elevada de triglicérides, moléculas de gordura detectadas no sangue. Esse quadro foi revelado no exame do PCMSO daquele ano. “Aqueles resultados me assustaram, pois há histórico de problemas cardíacos na minha família e eu vi que estava indo pelo mesmo caminho”, lembra.

A partir dali, Pompeu procurou um nutricionista que trocou sua dieta baseada em carboidratos e açúcares por outra, balanceada. Logo retomou uma rotina de exercícios diários que ele abandonara havia dois anos. De 1989, quando entrou na Embrapa, até 1995, o analista ia trabalhar remando.

Todas as manhãs, ele atravessava os sete quilômetros do Lago Paranoá que separavam a casa de seus pais no Lago Norte, onde morava, até a sede da Embrapa, e voltava também de caiaque na hora do almoço. No entanto, com mudança de endereço e de rotina, associada a hábitos alimentares ruins, impactaram na sua condição de saúde.

“Após aquele PCMSO, parei com os trabalhos externos e voltei a fazer ginástica e musculação, além de remar e correr em dias alternados”, narra o atleta, que nunca mais parou de se exercitar. Seu desempenho o levou a ser escolhido para levar pelas ruas de Brasília a tocha dos Jogos Panamericanos de 2007. ■



Descobertas que mudam vidas

Fernanda Birolo

Quando o empregado **Pedro José Alves** descobriu que nódulos se formavam em seu corpo, não havia qualquer suspeita de algum problema. Com a saúde aparentemente em perfeita ordem, de outra forma ele não teria buscado consultar médicos ou realizar exames. Mas pelo seu direito – e obrigação – de fazer o periódico pela Empresa, acabou identificando o inesperado.

“Seo” Pedro, como é conhecido pelos colegas da Embrapa Semiárido (Petrolina, PE), não sentia dor, urinava bem e nem desconfiava do que estava por vir. Ainda assim, apresentou índices bastante alterados quando fez, em 2011, o teste do PSA – que permite diagnosticar doenças da próstata. A anormalidade foi confirmada no exame de toque, quando foram encontrados os nódulos que, segundo ele, se não fossem identificados naquele momento, poderiam ter virado um câncer.

Depois de passar por uma cirurgia e ter recuperado sua saúde, Seu Pedro, hoje com 63 anos, é um exemplo da importância dos cuidados dos quais tantos homens ainda se esquivam. “Muita gente morre e não faz, porque acha que o exame de toque desmoraliza. Eu fiz e ainda faço. Tem que fazer”, afirma.

Para Seu Pedro, é bom se cuidar para ter mais uns dias de vida saudável. E brinca: “Sem servir pra nada, não tem sentido viver muito”.

Doenças silenciosas

Quem também concorda com a ideia de Seu Pedro é o colega Gilberto de Souza Pires, que trabalha no Núcleo de Comunicação Organizacional da Unidade. Ele considera que todos deveriam fazer o periódico e seguir direitinho as recomendações médicas, pois isso pode salvar vidas.

Caminhando pela vida

Priscila Viudes

É comum ver o assistente de pesquisas Francisco José Pereira de Oliveira, o Deca, caminhando na rodovia, próximo à Embrapa Acre (Rio Branco, AC), no fim da tarde. Esse é um hábito que ele desenvolveu nos últimos sete anos, depois que detectou um problema cardíaco durante um teste ergométrico nos exames periódicos. O caso era sério e foram realizadas quatro cirurgias de pontes de safena. “Se não fossem os exames periódicos, acho que eu teria morrido”, conta Deca, 60 anos.

Segundo o assistente, os exames periódicos permitem que o empregado tome medidas preventivas e se cuide melhor. “Hoje em dia, a maioria das pessoas que morre de problemas cardíacos é por falta de exames frequentes e por não adotarem os cuidados recomendados pelos médicos”, afirma.



Assim pode ter acontecido com ele que, aos 47 anos, descobriu durante os exames uma alteração na pressão arterial. Seguiu a investigação do problema, chegando até ao cateterismo, e identificou que três veias do coração estavam prejudicadas – uma delas totalmente entupida de gordura. Rapidamente precisou ir para a sala de cirurgia, implantando duas pontes de safena e uma mamária. “Se eu tivesse negligenciado, talvez não tivesse descoberto a tempo uma doença que eu tinha sem sentir”, observa. ■

Diagnóstico precoce, rotina mais saudável

Marina Torres

O jornalista da Embrapa Milho e Sorgo (Sete Lagoas, MG) Guilherme Ferreira Viana descobriu uma hipertensão leve e, graças ao diagnóstico precoce, o controle pôde ser feito apenas com dieta alimentar e a prática de exercício físico.

Outro colega, Joaquim Barbosa da Silva, do Setor de Campos Experimentais da Unidade, conseguiu evitar complicações mais graves. Ao fazer a avaliação com o cardiologista, descobriu que precisava colocar um marca-passo e assim iniciou um tratamento mais adequado.

Segundo a enfermeira do trabalho Renata Teixeira, muitos outros empregados puderam iniciar o tratamento para problemas como o colesterol e triglicérides. Para ela, os empregados estão mais conscientes e preocupados com a própria saúde. ■

Desafio aceito

Manuela Bergamim

Durante a fase estressante em que escrevia sua tese, o pesquisador Jorge Sant'Anna, da Embrapa Pecuária Sul (Bagé, RS), chegava a fumar duas carteiras de cigarro por dia. Há quase três anos, quando caminhava, fumando, pela Unidade, ele foi abordado pela médica ocupacional da Empresa: "E aí, vamos largar isso?", desafiou. Jorge explicou que estava mesmo se preparando para parar de fumar, mas só depois de finalizar o período de estresse do doutorado, e que voltaria a procurá-la quando terminasse essa etapa.

E assim foi. Entregue a tese, Jorge foi ao encontro da médica. "No meu caso, a vontade de fumar se devia à ansiedade, e eu também tinha muito receio de engordar, como acontece com a maioria dos ex-fumantes", conta.

Com toda a mudança de hábitos, em vez de engordar os 10 quilos que pensava ganhar com o fim da fumaça, Jorge perdeu oito quilos e hoje estimula novos hábitos alimentares aos colegas com sua dieta diária à base de muita salada, como entrada no almoço.

Sí, se puede!

Outros dois casos de sucesso também são inspiradores na Embrapa Pecuária Sul. O primeiro deles é da pesquisadora Renata Suñé, que conseguiu eliminar 30 quilos em dez meses por meio da corrida. Ela conta que, depois de ter dois filhos, imergiu em uma rotina de muitas atividades, que só fizeram aumentar sua ansiedade e compulsão por comida.

"Minha ficha caiu quando meu filho de sete anos falou – mãe, tu estás ocupando muito espaço na cama! A partir daí resolvi elaborar um plano para controlar minha ansiedade: no mesmo dia, comecei terapia, contratei uma personal trainer e marquei horário na nutricionista", conta Renata.

Aos poucos, com o apoio de sua personal trainer, Renata foi ampliando as distâncias e hoje faz parte do Corra e Viva, animado grupo de corrida de Bagé.

O que lhe causou mais orgulho foi completar a San Fernando, que ocorre tradicionalmente em um balneário no Uruguai.

"Nesse último verão eu consegui fazer os 10 km, ouvindo ao longo da orla as pessoas gritando aos atletas "Sí, se puede, sí, se puede!" Cruzar a linha de chegada foi a consagração de que eu havia mudado meu estilo de vida", se emociona Renata.

Dieta no 1º de abril

O segundo caso emblemático de mudança de estilo de vida na Embrapa Pecuária Sul é o do pesquisador **Gustavo Trentin**. Inspirado pela colega Renata, Trentin decidiu seguir os conselhos de uma nutricionista e começar uma dieta associada com exercícios e, por que não, a corrida? A ironia é que tudo começou no dia 1º de abril deste ano, e o que era para ser uma grande piada acabou virando um caso de sucesso, determinação e inspiração.

Ele também entrou no grupo de corrida "Corra e Viva" na cidade de Bagé, achando que só conseguiria ficar na caminhada. Mas no segundo dia, com a orientação dos professores de educação física do grupo, já começou a intercalar 50 metros de corrida com 200 de caminhada. Em duas semanas, durante 40 minutos, corria já duas quadras e caminhava uma. Hoje, cinco meses após o início dessa mudança de hábitos, Trentin já consegue correr 8 Km, sem intervalos para caminhada, tendo eliminado 36 quilos! ■

Pressão alta, eu?

Jany Cardoso

O slogan "Eu sou 12 por 8" comandou a campanha realizada pela Embrapa Algodão (Campina Grande, PB) com o objetivo de conscientizar os empregados sobre os riscos da tão falada pressão alta – a hipertensão.

Entre os dados coletados, o que mais chamou a atenção da equipe de saúde foram 18 empregados que tiveram a pressão aferida no patamar de 15 por 8, ou acima. Foi o caso do assistente Noel Alexandre de Souza Filho, do Setor de Gestão de Patrimônio e Suprimentos. No dia da aferição, sua pressão era de 16 por 11.

"A partir do momento que percebi essa alteração procurei um cardiologista e foi constatado que esse aumento da pressão arterial se deu porque eu estava acima do peso", explicou.

Outro relato foi o do assistente João Azevedo, do setor de Reprografia, que sofre de hipertensão hereditária e há 13 anos faz uso contínuo de medicação. Mesmo com esse controle, há cinco meses teve uma grande alteração de sua pressão arterial que chegou a 18 por 12, o que o levou a ser hospitalizado. O susto foi grande e ele se viu obrigado a mudar seus hábitos alimentares e sua rotina.

Colaboração: Alidiane Souza



Sistema digital e ginástica laboral

Elisabete Ramos

O pesquisador Rogério Alves, da Embrapa Amapá (Macapá, AP), também conta que fazer os exames periódicos salvou sua vida. Por meio dos laudos, ele descobriu que iria precisar fazer uma cirurgia para revascularizar o coração. “Os exames salvaram minha vida, por isso digo aos colegas que façam os exames direitinho”, ressalta o pesquisador.

A Unidade já está utilizando o sistema digital CITSaúde, programa que gerencia o cumprimento da realização dos exames de cada empregado. Por meio desse sistema, é feito um agendamento do dia e da hora da consulta, e o empregado é informado sobre a data da consulta por meio de e-mail ou memorando.

A Embrapa Amapá adotou ainda a prática da ginástica pela manhã, o que ajuda a começar o dia com mais energia. Essa é a opinião de Leila Serrão, analista do Setor de Orçamentos e Finanças (SOF), uma das mais assíduas nos exercícios de ginástica laboral, que acontecem três vezes por semana. *Colaboração: Narah Pollyne*



Gestão em tempo real

Monitorar a saúde dos empregados por meio de um software médico pode contribuir para integrar o gerenciamento de informações de saúde com as práticas de gestão de pessoas na Embrapa, explica Cidy Amaral. Ele enumera alguns dos benefícios que o novo sistema traz para a Empresa:

- Automatização dos procedimentos e mapeamento das informações relativas à saúde dos empregados;
- Possibilidade de gerenciar as informações referentes à saúde dos empregados, tanto na Unidade quanto corporativamente;
- Articulação com desenvolvimento de ações de promoção da saúde e prevenção de doenças;

- Sistematização de informações para prevenção ou detecção precoce dos agravos à saúde dos empregados da empresa;
- Estruturação de dados indicativos para prevenção de acidentes de trabalho e de doenças ocupacionais;
- Fornecimento de indicadores de saúde para melhoria da qualidade de vida no trabalho.

Todos os empregados da Embrapa são assistidos pelo PCMSO. Há atendimentos semestrais (para empregados em atividades insalubres ou perigosas), bianuais (para empregados com idade entre 18 e 44 anos de idade) e anuais (para empregados com idade a partir de 45 anos).



Foto: João Dimas

BRS Núbia facilita a vida de produtores

Nova cultivar de uva de mesa da Embrapa necessita de menos mão de obra no cultivo

Giovani Capra

Uma nova variedade de uva preta de mesa com sementes lançada pela Embrapa promete facilitar a vida dos produtores. A BRS Núbia tem entre seus principais atributos a necessidade de menor mão de obra no cultivo e sua uniformidade de cor, como explica o pesquisador da Embrapa Uva e Vinho (Bento Gonçalves, RS) João Dimas Garcia Maia, um dos coordenadores do Programa de Melhoria Genética de Uva da Empresa.

Por demandar menos mão de obra para manejo do cacho, a BRS Núbia vem conquistando produtores como Paulo Siney Higa, 70 anos, parceiro da Embrapa no processo de avaliação da nova cultivar. Com o retorno de filhos e sobrinhos para o Japão, nos últimos anos, reduziu-se mais do que pela metade a disponibilidade de mão de obra no Sítio Irmãos Higa.

Por conta disso, os vinhedos de uvas de mesa (BRS Linda, Benifuji e, hoje, BRS Núbia) passaram de seis para apenas um hectare. “Como estamos envelhecendo, portanto com a capacidade de trabalho diminuindo, enxergamos na BRS Núbia, que demanda menos mão de obra e tem custo de cultivo menor, uma alternativa para continuarmos com a produção de uva”, diz Higa.

Ele salienta que a cultivar apresenta um aspecto visual bonito e bom sabor, o que aumenta as possibilidades de ganhar espaço no mercado, além de uma maior tolerância às doenças do míldio e do oídio.

Evolução na produção nacional

A BRS Núbia coloca-se como uma importante evolução na produção nacional de uva preta de mesa com sementes. Até o momento, a única cultivar desse tipo produzida em maior escala no País é a Brasil, uma mutação genética espontânea a partir da variedade Benitaka. A ‘Brasil’, porém, apresenta pouca expressão de cor quando a maturação coincide com épocas com altas temperaturas e em produtividades elevadas, condições sob as quais sua coloração fica em um meio-termo entre o preto e o vermelho. Afora isso, o cultivo dela exige grande mão de obra para manejo do cacho.

A pesquisadora Patricia Ritschel, também coordenadora do Programa de Melhoria Genética de Uva, ressalta que o grande tamanho de baga da nova culti-

var (outro item considerado importante pelo mercado), com **média de 24 milímetros por 34 milímetros**, é obtido sem a utilização de reguladores de crescimento, como as giberelinas. Ou seja, a opulência das bagas de BRS Núbia alinha-se à perspectiva de produção mais sustentável.

A nova cultivar destaca-se, ainda, pelos índices de substâncias benéficas à saúde e pelo fato de apresentar ciclo mais curto do que a ‘Brasil’ – o que resulta também em economia na aplicação de fungicidas – e pela boa aptidão para conservação pós-colheita.

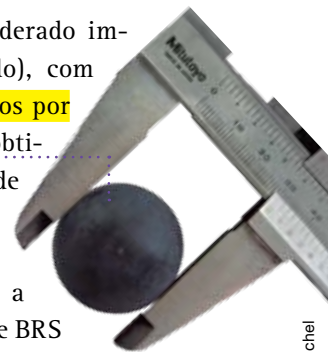


Foto: Patricia Ritschel



Cultivar tem grande potencial



A BRS Núbia foi testada em áreas de validação em Jales (noroeste paulista), Petrolina (PE, no Vale do Submédio São Francisco), Marialva (norte do Paraná) e Jaíba (norte de Minas Gerais), em propriedades de produtores e empresas parceiros. Pelo bom desempenho observado, é recomendada para todas essas regiões. Ela é resultante do cruzamento entre as cultivares Michele Palieri e Arkansas 2095, realizado em 2000, em Bento Gonçalves (RS).

O engenheiro-agrônomo Nedson Aparecido Ignácio da Silva, assistente agropecuário da Coordenadoria de Assistência Técnica Integral (Cati) de Marinópolis (SP), vê grande potencial na nova cultivar. “Ela tem chance real de ‘emplacar’, vindo a substituir a ‘Brasil’”, diz. Isso, na avaliação dele, pela coloração “bastante atrativa” da BRS Núbia – enquanto “a ‘Brasil’ gradualmente vem perdendo cor, uma característica de que o mercado gosta”. ■



Foto: Paulo Lanzetta

Informação instantânea

Sistema de Alerta Mosca-das-Frutas ajuda produtor a tomar decisão nos pomares do Sul

Cristiane Betemps

São 8h30min. O carro da Empresa usado pelo assistente de pesquisa Gilmar dos Santos, ligado ao Laboratório de Entomologia da Embrapa Clima Temperado (Pelotas, RS), já está sendo carregado. Na bagagem, galões com proteína hidrolisada, coletor, pinça para contagem dos insetos, armadilhas reservas, luvas e planilhas com caneta para anotação de dados. Essa rotina é feita todas as segundas, terças e quartas-feiras da semana, há cerca de três anos.

Gilmar não vai sozinho. O estagiário José Cesar Lazzari, do curso de Ciências Biológicas, faz o acompanhamento. Eles são responsáveis por fazerem a coleta de dados das armadilhas, instaladas nos pomares da própria Unidade e nas unidades de observação de propriedades rurais no interior do município.

O trabalho faz parte do projeto Estabelecimento do sistema de alerta da mosca-das-frutas sul-americana *Anastrepha fraterculus* e da podridão-parda *Monilinia fructicola* na cultura do pessegueiro.

A partir de meados de agosto, representantes da indústria (Sindocopel), da pesquisa (Embrapa), extensão rural (Emater/RS) e ensino (UFPel), além de associações de produtores, retomaram as reuniões semanais na Embrapa Clima Temperado para lançar recomendações que possam orientar os persicultores.

Monitoramento segue princípio do MIP

Segundo o pesquisador Dori Edson Nava, o Sistema de Alerta Mosca-das-Frutas compreende um monitoramento que segue um dos princípios básicos do manejo integrado de pragas. No caso da mosca-das-frutas são utilizadas armadilhas McPhail, iscadas com proteína hidrolisada, que é um atrativo alimentar. Ao serem atraídas, as moscas são presas nas armadilhas e semanalmente é realizada a avaliação por meio da contagem dos insetos capturados. "Esse sistema, que está chegando ao seu terceiro ano, pretende utilizar no futuro um modelo de previsão da ocorrência desse inseto", explica. O monitoramento é realizado em dois locais da colônia de Pelotas e um de Morro Redondo (RS) com características microclimáticas distintas. Em cada região, além da instalação de armadilhas McPhail com proteína hidrolisada, vistoriadas pelos técnicos, foram instaladas estações meteorológicas para coletar dados climáticos.

Essas estações meteorológicas funcionam via sinal de telefone, com dados coletados a cada 15 minutos e transmitidos a cada hora para a Central de recebimento, que é o Laboratório de Agrometeorologia da Unidade. Para o pesquisador Ivan de Almeida, esse sistema permite à pesquisa acompanhar a evolução das populações da mosca-das-frutas para validação dos resultados monitorados de forma controlada.

"Além da maior complexidade entre as variações diárias dos parâmetros topoclimáticos como temperatura e umidade, outros fatores passam a ser envolvidos como as chuvas, predadores naturais e a própria ação humana no controle da mosca, o que pode alterar o número de gerações e a dinâmica de populações que são as nossas referências dos estudos controlados em laboratório", explica Ivan.

O sistema de alerta também pode ser empregado para monitoramento e controle de outra mosca, a mosca do mediterrâneo, *Ceratites capitata*, que tem aumentado significativamente nos últimos anos. Outros problemas fitossanitários que podem ser monitorados são as doenças, como é o caso da podridão-parda. O pesquisador Bernardo Ueno, da equipe de Fitossanidade, fala que os dados das estações meteorológicas como temperatura, precipitação, umidade relativa e molhamento foliar podem ser usados para se estabelecer um sistema de previsão de doenças, que pode ser usado emitindo alertas ao indicar o alto risco de infecção pela podridão-parda.

Estudos com iscas tóxicas e insetos estéreis para *Anastrepha fraterculus* também têm sido alvo de pesquisa por outras Unidades da Embrapa, como a Embrapa Uva e Vinho (Bento Gonçalves, RS) e a Embrapa Semiárido (Petrolina, PE).

Produção em família

Na localidade do Rincão da Cruz, próximo a Pelotas, Ildo e Diego, pai e filho, começam bem cedo o manejo do pomar de pessegueiros na pequena propriedade. Metade da área é destinada à produção de pêssegos para indústria; a outra, para produção de hortaliças, abóbora e ervilha comercializadas nas quitandas e feira livre do município. Ildo produz mais de cinco cultivares de pêssegos pesquisados pela Embrapa em sua propriedade, como BRS Jade e BRS Maciel, que possuem um desenvolvimento satisfatório.

Ildo Strelow Denzer, 54 anos, faz o manejo do pomar utilizando a aplicação de isca tóxica há muito tempo. Depois que a Unidade de pesquisas instalou uma estação meteorológica e armadilhas para controle do inseto no seus pomares, o persicultor observou que ao fazer uso da isca tóxica, os frutos foram menos infestados pelas pragas. "A fábrica quer um pêssego liso", refere-se Ildo às exigências de mercado, o qual dispensa toda a carga da produção, se



Foto: Paulo Lanzetta

ultrapassar 4% de frutos bichados.

O produtor faz parte do grupo de persicultores que, semanalmente, recebem informações via boletim informativo e torpedos por celular. Além disso, recebe visitas feitas pelos técnicos da Emater/RS. A safra 2012-13, para Ildo, foi de uma "quebra mui-

to grande", devido a fatores climáticos que interferiram na fisiologia da planta, resultando em um pêssego de menor tamanho. "A maior dificuldade está na mão de obra, não se tem gente para colheita", afirma. O trabalho na propriedade é dividido entre a mulher, Celoi, 44 anos, e o filho Diego, de 16.

Comunicação é o ponto forte do sistema

O grande destaque nesse trabalho de desenvolvimento e pesquisa está no planejamento de atividades voltadas à Comunicação e à Transferência de Tecnologias. O Sistema de Alerta Mosca-das-Frutas, além de monitorar os pomares todas as semanas, reiniciou, às quintas-feiras, as reuniões entre as instituições envolvidas na ação.

Nesses encontros são analisados os dados colhidos naquela semana e, a partir disso, planejadas as informações a serem disponibilizadas aos produtores para que tomem as decisões em suas propriedades.

O boletim informativo onde são oferecidos dados importantes a respeito da população da mosca-das-frutas e estratégias recomendadas para o controle da praga é distribuído

via e-mail, disponibilizado no site da Embrapa (www.cpact.embrapa.br/sistema_alerta) e da Emater/RS (www.emater.tche.br). Além disso, é impresso e distribuído aos produtores rurais, por meio dos escritórios da extensão rural na região.

Um informe direcionado às rádios comerciais e comunitárias repassa dicas rápidas aos produtores e os programas de televisão das duas instituições – Terra Sul, da Embrapa Clima Temperado, e Rio Grande Rural, da Emater/RS – reservam espaço para matérias jornalísticas que abordam o manejo fitossanitário nos pessegueiros. Em 2012, outra forma de comunicação inovadora foi incorporada ao Sistema: os torpedos via telefones celulares (SMS). ■



Foto: Paulo Lanzetta

Guardiões da natureza

Há 21 anos, morador do sul do Amapá se dedica a salvar ovos de tracajás



Dulcivânia Freitas e Elisabete Ramos

Um guardião da natureza. Assim pode ser definido Mário Vaz Brito, 45, um morador do município de Pracuúba, situado no sul do estado do Amapá, que há 21 anos se dedica à missão de localizar ninhos de tracajás, transferir os ovos para um local seguro visando sua eclosão e instalar os filhotes em tanques que servem de berçários até o momento ideal da soltura no lago. “Após 30 dias, depois da eclosão, os filhotes precisam ser alimentados com ração para peixes”, explica o pesquisador Marcos Tavares Dias, da Embrapa Amapá (Macapá, AP).

Desde o ano passado Mário Brito e seus familiares passaram a contar com o apoio da Embrapa Amapá, por meio do Projeto Tracajá, uma iniciativa que visa a implementar tecnologias de manejo e cultivo de tracajás como estratégia para o desenvolvimento social daquela região do estado. O

Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e Recursos Naturais e Renováveis (Ibama) também deu sua parcela de contribuição ao longo dos anos, com instalação de berçário de proteção e incubação dos ovos de tracajás para posterior soltura, e outras instalações físicas no Retiro São Tiago, na ilha de Ponta Baixa, onde Mário Brito passou a residir na maior parte dos seus dias.

Nesse local, no início de julho, foi realizada mais uma soltura de filhotes de tracajás. Desta vez, foram três mil em busca do caminho das águas límpidas e calmas do Lago do Pracuúba. Os filhotes eram todos provenientes de ovos localizados pela equipe de Mário Brito e depositados na incubadora montada pela Embrapa, onde ficaram até a eclosão. Em seguida, foram levados para seis tanques adaptados para berçário, onde ficaram até o dia da soltura. No local, parti-

ciparam dos preparativos e da mobilização uma equipe da Embrapa Amapá, com apoio de agentes do Ibama e da Secretaria Estadual de Meio Ambiente (Sema).

Como acontece todos os anos, a comunidade foi convidada para participar do evento, que contou com a presença de crianças, jovens e adultos. A soltura em forma de evento contribui para estimular a participação dos moradores de Pracuúba no ato de preservação desses animais, ressaltou Mário Brito.

O trabalho de preservação dos tracajás começou com o senhor Miguel Brito, há cerca de 40 anos. Na época ele protegia os ninhos encontrados em diversas áreas próximas ao Retiro São Tiago. Seu filho, Mário Vaz Brito, deu prosseguimento a esse trabalho. Há 21 anos, através de uma parceria com o Ibama, implantou em sua propriedade um berçário de proteção e incubação dos ovos de tracajás.

Pesquisa visa ao manejo e cultivo de tracajás

O Projeto Tracajá, coordenado pela Embrapa Amapá, foi iniciado em 2012 e tem prazo para ser concluído em 2015. Envolve parcerias com equipes do Ibama, Instituto de Desenvolvimento Rural do Estado do Amapá (Rurap), Agência de Pesca do Estado do Amapá (Pescap) e o produtor Mário Vaz Brito. O pesquisador Cesar Santos, coordenador do projeto, explica que o objetivo principal da pesquisa é desenvolver o cultivo de tracajás no município de Pracuúba, aliando informações da bioecologia que sirvam para subsidiar o manejo em

ambiente natural visando a preservação da espécie e também a criação em cativeiro. Poderão ser geradas tecnologias para melhorias dos sistemas de cultivo, criando uma fonte de renda alternativa para a comunidade e o uso sustentável do tracajá. O projeto também inclui ações diretas com a comunidade, com foco na preservação, manejo e cultivo do tracajá, direcionadas a alunos da rede pública de ensino, por meio de palestras, visita ao setor produtivo e distribuição de cartilhas. ▀

