

Semanana

Domingo, 20 de Abril de 2014

**Estrategia da saúde
firmado na área
de recursos
humanos**

Carlos Alberto
Masseca

*Médico alimenta o sonho de ver
o Sistema Nacional de Saúde
em paridade com os
melhores da região*

MUNDO DOS MEDIA
DIÁLOGO JUVENIL
EM DESTAQUE
NO "TCHILAR"

CACUACO
Cultura
física
encontra
eco



Quedas de Mutumbo

Localizada no município do Chitembo, província do Bié, oferece aos visitantes a possibilidade de deliciosos banhos. Nas quedas de Mutumbo, o visitante tem ainda a oportunidade de se deleitar do verde, assim como da bela paisagem que a natureza oferece. Trata-se de um recanto que muitas igrejas da localidade utilizam para o retiro es-

piritual com os seus crentes. Chitembo é um município da província do Bié. Tem de superfície 19.098 km² e cerca de 198 mil habitantes. É limitado a norte pelos municípios de Chinguar, Cuito e Camacupa, a este pelos municípios de Luchazes e Cuito Cuanavale, a sul pelos municípios de Menongue e Cuchi, e a oeste pelos municípios de Catchiungo e Kuvango.

Horóscopo

CARNEIRO

Uma semana muito positiva. Os seus objectivos devem ser alcançados. Pode receber propostas para assumir novas funções. Bom ambiente nos relacionamentos reforçam a sua boa disposição. Tenha confiança em si.

TOURO

O seu ambiente laboral pode não se considerar um momento favorável. Não se deixe abater, esclareça as suas dúvidas e encare as soluções com a força que caracteriza os nativos do Touro. Não se isole, viva e conviva.

GÉMEOS

Grandes oportunidades caracterizam esta semana. Aproveite tudo o que lhe surgir; no entanto, deve analisar todas as propostas para que não corra riscos, por excesso de confiança. Aproveite este período para corrigir alguns aspectos de ordem pessoal.

CARANGUEJO

Semana muito positiva e receberá provas de que o seu trabalho é devidamente reconhecido. Pode receber uma proposta para mudança de emprego que não é aconselhável aceitar. Os seus relacionamentos atravessam um período muito positivo.

LEÃO

Os aspectos profissionais caracterizam-se por muito trabalho. Não se afogue em trabalho como forma de fugir a realidade. Aproveite a companhia de quem ama, para se sentir um pouco mais em paz.

VIRGEM

A sua boa imagem é um dos aspectos que requer da sua parte uma grande atenção. Os pormenores não devem ser desprezados por si e deve analisar tudo muito bem, antes de tomar qualquer decisão.

BALANÇA

Semana favorecida no aspecto profissional. Seja mais ambicioso e este período é gratificante. É boa altura para recuperar alguns projectos pendentes. Os relacionamentos são uma ótima terapia. Aproveite, ainda, a semana para sair um pouco e divertir-se.

ESCORPIÃO

Semana caracteriza-se por uma vontade de vencer. A sua dinâmica, na área laboral, é enorme e os resultados acabam por surgir. Novas oportunidades devem ser muito bem analisadas e não se deve dispersar na oferta que lhe surgir.

SAGITÁRIO

Esta semana pode ter grandes mudanças na área laboral. Durante este período os relacionamentos de ordem social e familiar são caracterizados por um ambiente de paz e harmonia. Aproveite esta semana para se auto-analisar e tentar corrigir alguns aspectos menos positivos da sua personalidade.

CAPRICÓRNIO

O ambiente profissional continua a ser motivo de preocupação. Tente não encarar os acontecimentos de forma radical. A necessidade de adaptar-se a novas metodologias constituem o seu embaraço. Não leve os problemas profissionais para o ambiente familiar.

AQUÁRIO

Clima de nervosismo pode criar-lhe dificuldades no seu trabalho. Faça um esforço para se actualizar com as novas técnicas. Os seus relacionamentos de ordem social, requerem que mantenha uma atitude ponderada e que não faça afirmações sem pensar

PEIXES

Alguma intranquilidade no seu ambiente de trabalho pode contribuir para uma certa falta de confiança. Não descarregue sobre os outros os seus problemas. Tente encarar as situações de forma positiva. Não misture a amizade e trabalho e tudo se torna mais leve.

CURIOSIDADE

Porque se atira arroz aos noivos

O habitual lançar de arroz aos noivos é uma dessas práticas que por mais anos que passem, não deixa de fazer parte desta tradição cerimonial. Este ritual contém uma série de simbologias, significados e tradições, que remontam à China Antiga. Esta tradição tem mais de quatro mil anos de história e provém da China Antiga, onde o arroz é símbolo de prosperidade, felicidade e abundância. Na altura acreditava-se que o arroz atraía a felicidade, a sorte, a longevidade e a fertilidade, prometendo assim a reprodução de gerações vindouras. Foi, então, com base nesta crença, que a prática começou a ganhar cada vez mais expressão, percorreu várias gerações, até chegar aos dias de hoje.

ANEDOTAS

Actriz nova e bonita

Estreou-se num teatro uma nova opereta, que o público aclamou. No fim do espectáculo, um admirador da actriz que fizera o papel principal, entusiasmado, dirige-se ao camarim para a felicitar: — Bravo! Bravíssimo! Inigualável maravilha! — Não exagere — respondeu ela — Não mereço tantos elogios. Para esse papel quer-se uma actriz que seja nova e bonita. — Qual história! A senhora acaba de demonstrar exactamente o contrário!

PASSATEMPO

Descubra as 7 diferenças



Sopa de Letras

Procure nesta sopa de letras planetas do sistema solar

A	M	D	M	X	M	P	F	M	V	J	B	G	A	P	T	Y	J	H
R	J	A	B	L	F	N	C	R	V	E	L	I	L	A	A	K	V	I
D	O	G	H	Y	B	M	O	I	C	E	W	N	U	L	P	G	X	C
Q	A	J	I	A	I	E	A	I	N	T	N	S	T	A	O	U	S	O
V	N	E	L	R	T	R	N	R	C	A	P	U	H	P	R	I	P	N
X	A	Q	A	C	A	C	I	D	T	L	C	G	S	C	Y	N	O	A
C	D	U	T	H	E	U	A	E	E	E	K	N	R	A	E	U	I	C
J	A	R	E	T	A	R	S	G	C	I	T	I	K	N	L	G	D	I
F	R	L	I	R	I	S	O	A	C	R	A	I	E	A	K	L	K	
S	A	T	U	R	N	O	S	A	D	N	R	A	N	O	N	D	N	
Y	I	L	N	G	A	L	M	L	A	N	D	E	G	R	A	L	O	A
P	M	A	O	T	S	E	T	U	N	G	O	H	D	A	I	I	E	L
K	I	L	I	R	J	U	P	I	T	E	R	C	O	N	X	M	X	P

Mercurio, Vênus, Marte, Jupiter, Saturno



Pedrito convive com admiradores

Royal Plaza Hotel-Talatona

O músico e compositor José Manuel Pedrinho actua pela primeira vez nos dias 25 e 26 no palco do Royal Plaza Hotel, em Talatona. Detentor de uma trajectória artística invejável, José Manuel Pedrinho "Pedrito" tem a oportunidade de mostrar ao público as suas novas composições. Pedrito gravou em 1972 o primeiro disco com o título Mãe Kuebi, pela editora T Letras. No mesmo ano integra o trio Os Gambozinos, mas foi em 1973, com o tema Farrapo Triste, que deu título ao seu segundo trabalho discográfico, que desperta a atenção. Em 1974 grava os discos Leonor, Cântico à Bíblia e Angola Mártir, de intervenção política. Em 1976 gravou Mazi e Comandante Gika. Em 1994 lança o primeiro disco de longa duração, Aleluia e em 2003 o álbum Avó Beia. Em Dezembro de 2008 lança o disco Mensagem de Amor.

Acontece

de 20 a 26 de Abril de 2014

PROGRAMAÇÃO DA SEMANA

Programação de 20 a 26/04/2014

CINEPLACE BELAS SHOPPING

SALAS **FILME EM PROJEÇÃO** **GÉNERO / IDADE**
 S.08 **MR. PEABODY E SHERMAN** DRAMA 6



SINOPSE

Mr. Peabody (voz de Ty Burrell) é um homem de negócios, inventor, cientista, vencedor do prémio Nobel, chef, duas vezes campeão olímpico e génio... e por acaso é um cão. Usando a sua engenhosa invenção, a máquina WABAC, Mr. Peabody e seu filho adoptivo, Sherman (voz de Max Charles), viajam no tempo para viver em primeira mão alguns acontecimentos que mudaram o mundo e interagir com as grandes personalidades históricas. Mas quando Sherman quebra as regras da viagem no tempo, os nossos dois heróis entrarão numa corrida para reparar a história e salvar o futuro, enquanto Mr. Peabody enfrenta o maior desafio da sua vida - ser pai.

Elenco: Vozes de: Ariel Winter, Stanley Tucci, Leslie Mann, Patrick Warburton, Lake Bell, Ty Burrell, Allison Janney, Mel Brooks, Dennis Haysbert, Eva Bella

Roteiro: Craig Wright

Produção Executiva: Jason Clark, Eric Ellenbogen, Tiffany Ward

Produção: Denise Nolan Cascino, Alex Schwartz, Rob Minkoff

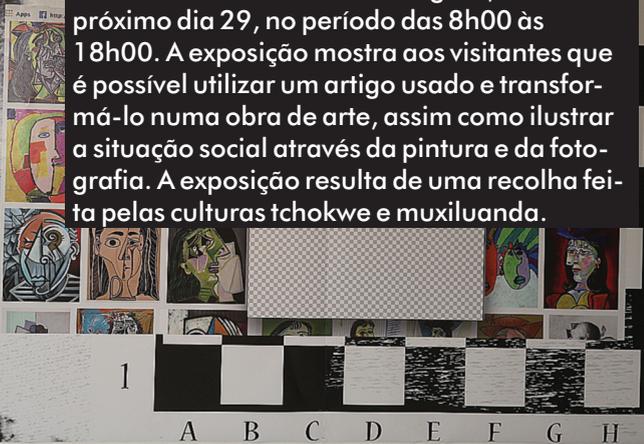
Direcção: Rob Minkoff

SALAS	FILMES EM PROJEÇÃO	GÉNERO	IDADES
S.01	Capitão América: O Soldado do Inverno	acção	12
S.02	Non-Stop	acção	12
S.03	Divergente	acção	12
S.04	Rio 2	animação	6
S.05	Need for Speed - O Filme	acção	12
S.06	Noé	drama	12

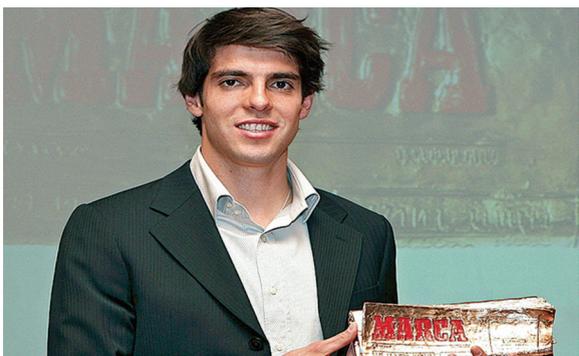
08h Rita Guedes expõe no Centro Cultural Português

Baixa de Luanda

Uma exposição composta por 12 obras da pintora portuguesa Rita Guedes Tavares está patente no Centro Cultural Português, até ao próximo dia 29, no período das 8h00 às 18h00. A exposição mostra aos visitantes que é possível utilizar um artigo usado e transformá-lo numa obra de arte, assim como ilustrar a situação social através da pintura e da fotografia. A exposição resulta de uma recolha feita pelas culturas tchokwe e muxiluanda.



FAZEM ANOS ESTA SEMANA



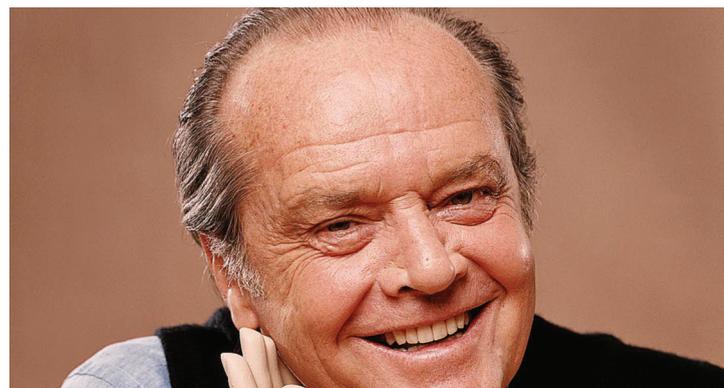
KAKÁ

Ricardo Izecson dos Santos Leite, mais conhecido como Kaká, nasceu em Gama, Brasil, no dia 22 de Abril de 1982. Trata-se de uma das lendas do futebol brasileiro. No ano de 2007, no auge da sua carreira, foi o vencedor dos prémios de melhor jogador do mundo pela FIFA e do Ballon d'Or, entregue pela revista francesa "France Football". Em 2008, foi eleito uma das personalidades mais influentes do ano no mundo pela "Time". Além das suas actividades desportivas, Kaká é conhecido pelo seu trabalho humanitário. Em 2004, tornou-se o mais novo embaixador da Organização das Nações Unidas para o Programa Alimentar Mundial. Foi considerado pela revista "Época" um dos 100 brasileiros mais influentes do ano de 2009.



BARBARA STREISAND

Barbara Joana Streisand nasceu em Brooklyn, na cidade de Nova Iorque, aos 24 de Abril de 1942. É conhecida como Barbara Streisand, é cantora, compositora, atriz, directora e produtora cinematográfica norte-americana, de origem judia, vencedora de dois Óscar, tendo sido indicada a mais três estatuetas. Divide com Cher a distinção de ter sido premiada com o Óscar de Melhor Actriz e também ter gravado um disco que esteve entre os 100 melhores da Billboard. Ganhou dois Óscar, oito Grammy, quatro Prémios Emmy, um prémio Tony especial e um American Film Institute. É uma das artistas mais bem-sucedidas comercial e criticamente na história do entretenimento moderno, com mais de 71,5 milhões de álbuns vendidos nos Estados Unidos e 140 milhões de álbuns vendidos em todo o mundo.



JACK NICHOLSON

John Joseph Nicholson nasceu em Nova Iorque, no dia 22 de Abril de 1937. É actor, cineasta, produtor de cinema e roteirista norte-americano. Foi indicado ao Óscar 12 vezes e ganhou o Óscar de melhor actor duas vezes, pelos filmes "Voando sobre um Ninho de Cucos" e "As Good as It Gets". Também ganhou o Óscar de melhor actor secundário em 1983. Nicholson é um dos dois únicos actores nomeados para um Óscar pela sua actuação em cada década desde os anos 1960 a 2000 (o outro é Michael Caine). Ganhou sete Globos de Ouro. Em 1994, tornou-se um dos mais jovens actores a receber o Prémio do American Film Institute Life Achievement.

Cultura física encontra eco em Cacuaco



Entusiasmo afasta aconselhamento médico

Textos: Guimarães Silva

A cultura física está na moda de cima em Cacuaco. Aos fins-de-semana, sábados principalmente, das cinco da manhã em diante, praticantes entusiastas inclinam-se em dar ao corpo nova forma, resistência e relaxe.

Os praticantes chegam aos magotes, em grupos de três, cinco ou mais, a caminhar ou em corrida, para ocupar um espaço na praia, que dê azo a prática do desporto. Dos bairros Quicolo, Vidrul, Pedreira, Ndala Muleba e Paraíso todos vão dar à praia da vila de Cacuaco, o lugar preferido e concorrido.

O desporto aqui é o pólo de atracção e elo de ligação de pessoas de diferentes quadrantes que têm em comum suar a camisola, mostrar performances físicas, vezes sem conta, sem saber do estado de saúde. O que conta é o bem-estar imediato que a ginástica produz depois dos exercícios.

O ambiente no local é elucidativo, animado e dá a perceber que muita gente gosta de levantar cedo, abandonar certos comodismos e, longe disso, caminhar, correr, transpirar e aliviar o stress. Tudo, sem cumprir certos pressupostos, como um encontro com um médico, para a definição do conjunto de exercícios mais adaptado ao seu estado de saúde.

Voz dos praticantes



Paulina José não é entusiasta no que toca ao tratar do físico. Sabe bem o que quer, começou a praticar a caminhada há dois anos, porque sentia excesso de peso. “Pratico de segunda a sábado. Faço caminhadas ligeiras de 45 minutos a uma hora. Não parti de imediato para a estrada. Antes, tive o aconselhamento de um médico, que traçou o plano a desempenhar, objectivos e metas a atingir”, sublinhou, para acrescentar que depois do apuro físico sente-se bem, relaxada e até já perdeu peso.

A praia de Cacuaco é o ponto de convergência. O aglomerado de jovens, sobretudo, de forma homogénea, dá a entender que todos têm, enfim, objectivos, onde o destaque vai para a melhoria da saúde física e mental.

Na praia, as intenções estão viradas para a preparação física e para o relaxe. Contudo, há diversificação de métodos e variantes desportivas. Bernardo José, do bairro Augusto Ngangula, comuna do Quicolo, percorre aos sábados cerca de cinco quilómetros para jogar futebol. “Ao longo da semana estou com afazeres profissionais. Ao final de sábado relaxo e recarrego baterias. Tenho um grupo de amigos e juntos descemos a Cacuaco para a prática de futebol. Acredito que podemos fazê-lo sem o parecer médico”, adianta.

Bernardo José garante que se sente outro, depois de percorrer a distância de cinco quilómetros e jogar futebol. Acresce a isso cuidados especiais com a alimentação. “Depois da prática desportiva, compenso o organismo com leite, ovos e saladas. Aconselho a quem não corre ou caminha, que o faça porque perde muito, já que a prática é salutar”, disse.

Um dos rostos habituais que sua a camisola em direcção à praia de Cacuaco é Contreiras José. Do entrevistado, o *Jornal de Angola* teve conhecimento de que a prática regular do desporto ou treino alternativo queima calorias e faz subir os níveis de adrenalina necessários.

Na praia de Cacuaco há um ginásio ao ar livre, pertença da Administração, que é dos espaços mais concorridos pelos jovens. Infelizmente, segundo Contreiras José, “não temos orientadores e por vezes exageramos no número de exercícios, o que pode provocar lesões”, admitiu.

Contreiras José não usufruiu de aconselhamento médico para mexer o corpo à cata de adrenalina. “Sei dos programas de ginástica das televisões que o desporto faz bem à saúde. Tenho 25 anos, sinto-me apto e corro durante 40 minutos. Faço isso há já 18 meses sem problemas e sinto o corpo estável”, pontualiza o praticante.

Quando o cansaço toma conta

O regresso a casa é problemático. O cansaço cobra o esforço dispendido. O grosso de praticantes marcha de forma lenta, o vigor é reduzido e só as conversas dão algum alento a um passo firme, para quem esteve horas a suar as estopinhas.

Nesta hora, muitos já não estampam o sorriso convidativo ou gritos de conquista pela corrida conseguida ou pelo

golo marcado. Aqui testemunhamos que praticar desporto sem orientação, sem prazos estipulados, afecta os índices de resistência dos praticantes.

O regresso também é pleno de variantes. Osvaldo Salomão, que vive no Quicolo, perto da conduta de água, recorre ao táxi para encurtar distâncias, mas a grande maioria põe pés a caminho até chegar a casa.

Cuidados acrescidos

A prática de cultura física encontra adversários, que contestam a acção sem um parecer médico. Nelson Gonçalves, morador da vila de Cacuaco, assume-se como crítico deste fenómeno e é de opinião que o cidadão não deve partir para prática do desporto sem saber do seu estado de saúde.

“Vejo muita gente que parece estar mal informada sobre a prática desportiva, periodicidade e benefícios da acção. Correr apetece, mas estamos em condições para tal? Uma caminhada a passo rápido resolve? Que método adoptar?”, interroga-se.

Questionado sobre um encaminhamento mais metódico, adiantou que os serviços de saúde “deviam colocar na praia uma equipa de rastreio para que os cidadãos soubessem sobre o estado da tensão arterial, que esforço

despender, que velocidade aplicar, se devem caminhar ou correr. Era uma mais-valia e ajudava muitos praticantes a tomar decisões correctas quanto ao seu apuro físico”, sublinhou.

Manuel de Carvalho, professor de Educação Física, que lecciona na praia ao longo da semana por falta de instalações adequadas na instituição de ensino, é de opinião que praticar desporto sem orientação e aconselhamento médico “é um perigo, porque há segmentos do corpo que precisamos de conhecer bem e cujo trabalho em termos físicos é bastante delicado. Por outro lado, por vezes não sabemos se temos algum problema cardíaco.” Profissional formado pelo Instituto Nacional de Educação Física (INEF) há 23 anos, Manuel de Carvalho adverte que a prática desportiva obedece a

uma metodologia. “Há um aquecimento de 15 minutos para preparar o organismo e só depois partir para o futebol ou outra modalidade. Para a redução de peso são preferíveis exercícios aeróbicos, como a marcha de uma hora, hora e meia”, adiantou.

Manuel de Carvalho aconselha a utilização de equipamentos desportivos compatíveis e uma alimentação cuidada à base de peixe, legumes e frutas, ao invés de carnes e a absorção de água para hidratar o organismo e a exclusão de álcool após o treino.

Para o médico Bernardo Paulino Adão, afecto ao Hospital Municipal do Dande, em Caxito, as pessoas com inclinação para a prática desportiva têm que ter uma breve passagem pelo médico. “Muitos não fazem uma prévia consulta, porque acham que têm a saúde em

ordem. Partem para a corrida e, por vezes, acontecem fatalidades, como morte súbita, por doenças cardíacas”, adiantou.

Os conselhos do médico Bernardo Adão apontam para uma visita regular aos estabelecimentos hospitalares. “De três em três meses, quando nos sentimos bem devemos procurar serviços médicos. Quando nos sentimos mal, em qualquer momento, devemos de imediato procurar o agente sanitário”, sentenciou.

O médico pontualiza que a prática de exercícios físicos fortalece a saúde, contudo, adverte que “devemos seguir orientações de especialistas para evitar luxações de qualquer articulação. Depois da preparação física, os atletas devem abster-se do consumo de álcool, porque é prejudicial”, sublinhou.

Feijoada de Gambas



**RECEITA
da SEMANA**

Feijoada é uma designação comum dada a pratos da culinária de países lusófonos como Portugal, Brasil, Angola, Moçambique e Macau. A feijoada é um prato que consiste num guisado de feijão com carne, normalmente acompanhado com arroz. É um prato com origem no norte de Portugal e que hoje constitui um dos pratos mais típicos da cozinha brasileira. Geralmente inclui outros vegetais (tomate, cenouras ou couve) juntamente com a carne de porco ou de vaca, às quais se podem juntar chouriço, morcela ou farinheira. Noutras partes é feita com base em mistura de feijões pretos e de vários tipos de carne de porco e de vaca e chega à mesa acompanhada de farófia, arroz branco, couve refogada e laranja fatiada, entre outros ingredientes.

Feijoada de Gambas

INGREDIENTES

800 gr de Gambas
300 de Feijão Preto
1 Cebola Média

2 Tomates Médios
Noz-Moscada q.b
1 dl de Vinho Branco

2 Dentes de Alho
1 Folha de Louro
1 Ramo de salsa

1,5 dl de Azeite
sal à gosto

MODO DE PREPARAR

Faça um refogado com cebola, alho, azeite, louro e tomate maduro. Coza o feijão à parte mas sem sal, para não encruar. Depois de cozido, tempere com sal a gosto e junte-o ao refogado. Deixe apurar. Em seguida coloque as gambas descascadas, um pouco de vinho branco, noz-moscada e sal. Por fim, junte um grande ramo de salsa.

Dicas

Como prevenir o cancro da pele

A exposição exagerada ao sol pode causar vários danos à pele, inclusive o mais grave deles, o cancro da pele. O cancro da pele pode surgir muitos anos depois do período em que se exagerou na exposição. Prova disso é que, de acordo com estudos, a protecção ao sol na infância e na adolescência reduz significativamente os riscos de cancro da pele. Nesta fase da vida é muito comum que as pessoas passem muito mais tempo ao ar livre. Existem diversas acções que ajudam na prevenção da doença. Veja algumas dicas de como prevenir-se do cancro da pele:

1. A protecção solar deve iniciar-se precocemente. A recomendação para uso de protectores solares inicia-se aos seis meses de idade. Antes disso a criança não deve expor-se directamente ao sol sem a protecção de roupas e chapéu.
2. Utilize sempre um filtro solar com factor de protecção igual ou superior a 15, aplicando-o pelo menos 20 minutos antes de se expor ao sol e sempre reaplicando após mergulhar ou transpiração excessiva.
3. Utilize chapéus e barracas grossas, que bloqueiem ao máximo a passagem do sol. Mesmo assim use o filtro solar, pois parte da radiação ultravioleta reflecte-se na areia atingindo a pele.
4. Evite o sol no período entre as 10h00 e 15h00.
5. A maioria destas alterações da pele localiza-se na face, proteja-a sempre. Não se esqueça de proteger os lábios e orelhas, locais comumente afectados pela doença.
6. Procure um dermatologista se existem manchas na sua pele que estão a modificar-se, formam "cascas" na superfície, sangram com facilidade, feridas que não cicatrizam ou lesões de crescimento progressivo.
7. Faça uma visita anual ao dermatologista para avaliação da sua pele e tratamento de eventuais lesões pré-cancerosas.



André dos Anjos à conversa com

Carlos Alberto Masseca

Estratega da saúde com competências firmadas na área de recursos humanos

Médico alimenta o sonho de ver o Sistema Nacional de Saúde em paridade com os melhores da região

CARLOS ALBERTO MASSECA, secretário de Estado da Saúde, é um dos estrategas que participaram activamente na elaboração da nova política de formação e desenvolvimento dos Recursos Humanos do Sector e na preparação das condições para a abertura da Escola Nacional de Saúde Pública.

Com competências firmadas nas áreas de planificação, recursos humanos, controlo e gestão de hospitais, investigação e docência, Masseca integrou, em 2008, o Grupo Técnico para as Questões Económico e Sociais do Conselho de Ministros. Carlos Alberto Masseca chegou a vice-ministro da Saúde, em 2008, depois de um longo percurso profissional como médico, que lhe permitiu familiarizar-se com o sector. Foi reconduzido ao cargo em 2010 e dois anos depois, indicado secretário de Estado.

A sua carreira médica iniciou-se aos 22 anos, no Hospital Josina Machel, de onde se transfere, decorridos três anos, para o Hospital Militar, tendo trabalhado, nas duas unidades hospitalares, na área de medicina interna. “Um golpe de vista ao contexto em que o país viveu na década de 90 ajuda a compreender as dificuldades que o sector da saúde atravessava e os sacrifícios por que passavam os seus trabalhadores”, refere.

Nessa altura a guerra absorvia parte considerável dos recursos financeiros do país, obrigava à deslocação das populações rurais para os principais centros urbanos e favorecia o surgimento de vários surtos endémicos, contra os quais as autoridades

sanitárias eram obrigadas a lutar com os poucos meios de que dispunham.

Masseca é nomeado director-geral do Hospital do Moxico, em 2000, altura em que as operações militares que iam pôr fim à guerra no país estavam confinadas naquela província do Leste. Os populares e militares que escapavam das matas chegavam ao Luena em estado de saúde crítico, muitos deles com uma subnutrição em estado avançado.

“Foi nessa altura que pus à prova as minhas capacidades como gestor hospitalar. Cheguei a perder noites inteiras, para garantir que ninguém ficasse privado dos cuidados de saúde necessários”, diz com satisfação.

Em 2003 é nomeado director provincial da Saúde no Moxico e quatro anos depois é promovido ao cargo de chefe do

Departamento de Desenvolvimento dos Recursos Humanos do Ministério da Saúde e Coordenador da Comissão Instaladora da Escola Nacional de Saúde Pública de Angola.

Mestre em Saúde Pública pela Escola Nacional de Saúde Pública da Fundação Osvaldo Cruz (Brasil), Carlos Alberto Masseca licenciou-se em medicina na Bielorrússia, em 1994.

Às lembranças do percurso laboral junta memórias dos tempos de estudante. Conta que, quando chegou à Bielorrússia, não teve muitas dificuldades em adaptar-se, porque já levava de Angola a experiência de viver num lar de estudantes. Antes de embarcar para a Bielorrússia, frequentou o Pré-Universitário na cidade do Lubango, longe dos pais e de amigos de infância.

Natural da cidade do Luena, capital da

MASSECA

Responde

Se não fosse médico, que profissão escolhia?

Talvez professor. São duas profissões ao serviço do próximo. Acredito que o professorado está ao serviço do homem tanto quanto a medicina.

Os investimentos na saúde são compatíveis com as necessidades?

Há investimentos muito fortes no sector, alguns dos quais com resultado a médio e longo prazo. Não há dúvidas que a situação está melhor hoje do que era há alguns anos.

Tem algum ídolo?

Ídolo como tal não, mas tenho referências. Na família, por exemplo, o meu pai é minha maior referência. Na política, tenho no Presidente José Eduardo dos Santos um modelo.

Tem algum sonho por realizar?

Os sonhos não acabam. À medida que realizamos os anteriores aparecem novos. Nesse momento, como governante, o meu maior sonho é ver o Sistema de Saúde em Angola em pé de igualdade com os melhores de África.

Aconteceu COMIGO

Esforços de salvação de militares e de populares

Sobre o momento que mais o marcou como médico, conta que foi quando participou directamente nos esforços de salvação dos militares da UNITA e de populares que viviam sob seu cativeiro, muitos dos quais chegavam ao Luena em estado terminal. “Cheguei a perder noites para garantir assistência médica aos ex-militares da UNITA e à população sob seu cativeiro que saíam das matas e chegavam ao Luena em estado de saúde muito preocupante. É reconfortante poder dizer que quando o futuro de Angola estava a ser jogado no Moxico, eu também estava lá”, afirma o secretário de Estado da Saúde.

província do Moxico, Carlos Alberto Masseca é filho de Eli e de Glória Masseca, destacados militantes do MPLA, partido de que a sua mãe chegou a ser membro do Comité Central.

O seu maior sonho é ver o Sistema Nacional de Saúde em paridade com os melhores da região. “Mas tudo depende de nós”, afirma esperançoso.

MUNDO DOS MEDIA

Diálogo juvenil em destaque no “Tchilar”

É um talk-show juvenil com muitas novidades para os adolescentes angolanos. Num registo informal e num estúdio onde a plateia também participa, o Tchilar conquistou a juventude angolana. Com uma hora e meia de duração este programa traz temas que interessam aos jovens angolanos como cartaz cultu-

ral e festas, descoberta de talentos na música, televisão e nas artes plásticas. Outro dos conceitos do programa é a participação do público através do telefone e por e-mail que os apresentadores lêem durante o programa. Através de castings efectuados em directo o Tchilar já descobriu muitos jovens para a televisão es-

tando muitos deles agora em antena com conteúdos próprios. Durante estes anos de emissão tem revelado talentos no campo da música, artes e desporto sem nunca esquecer a dança e o teatro. Um programa cheio de interações e que conquista todos os dias a atenção da malta mais jovem.



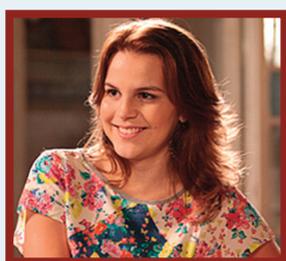
Acontece nas **NOVELAS**

MALHAÇÃO

GLOBO 9h30

ALÉM DO HORIZONTE

GLOBO 18h15



Anita impede confronto

Serguei emociona todos com o seu discurso na despedida de Flaviana. Sofia garante a Flaviana que em breve vai visitá-la a Nova Iorque. António e Anita discutem mais uma vez. Sofia leva Ben a encontrar-se com Cícera. E Cícera exige que Ben cumpra a sua promessa de voltar aos Estados Unidos caso não entrasse para uma faculdade no Brasil.



Edu é expulso de Tapiré

Edu compra uma casa em Tapiré. Celina não deixa William beijá-la. Heloísa desaprova a ida de Marcelo, Priscila e Inês para Tapiré. Selma, Rita e Jéssica reclamam contra as maneiras de Samantha. Lili pensa em avisar a William sobre a traição de Edu. LC manda Edu seguir William. Celina pede que William saia de sua casa.

TVC 1

DOMINGO, 14H00

Feiticeiros de Waverly Place

De férias nas Caraíbas, Alex lança, sem querer, um feitiço sobre a sua família e agora tem de juntar forças com Justin para tentarem encontrar a 'pedra dos sonhos' e, assim, anularem o feitiço e salvarem os pais.



TVC 2

DOMINGO, 18H30

O Nascimento de Cristo

Drama que segue a viagem de Maria e José até à cidade de Belém, onde veio a nascer Jesus Cristo.



TVC 3

DOMINGO, 22H30

Corações Perdidos

Doug Riley vive uma vida sem rumo, num desespero silencioso, desde a trágica morte da filha adolescente. Durante uma viagem de negócios conhece Mallory, uma jovem fugitiva, que vive uma vida pouco recomendável como stripper e que ele decide salvar.



MEU PEDACINHO DE CHÃO GLOBO 20h00

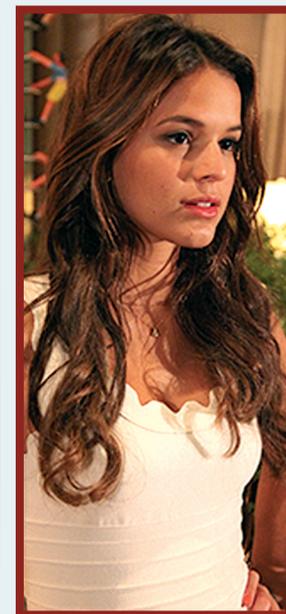
Pituca e Serelepe juntos

Madame Catarina tenta acalmar Serelepe, mas o menino sente medo e foge. Ela é contra levar Serelepe para um orfanato e discute com Epaminondas sobre o assunto. Serelepe consegue enganar os dois soldados que o delegado mandou para o levar ao orfanato. Tuim avisa a Serelepe que a sua mãe deixou que ele se escondesse em sua casa.



EM FAMÍLIA

GLOBO 9h30



Luísa conta a Virgílio que beijou Laerte

Neidinha fica nervosa ao ver fotos de estupradores que Alice lhe mostra, tiradas de um jornal. Virgílio consola Alice e Miss Lauren tenta acalmar Neidinha. Luísa conta a Virgílio que beijou Laerte. Virgílio vai ao haras de Shirley. Shirley insiste com Leto que quer fazer uma festa de aniversário para ele. Helena dá um olho turco para Luíza e Virgílio fica orgulhoso

Jornal de Angola

Caderno Fim-de-Semana

Editor
António Cruz

Subeditores
Edna Caxeiro
Ferraz Neto

Edição de Arte
Albino Camana
Valter Vunge

Textos
André dos Anjos
Guimarães Silva

Fotos
Paulo Mulaza
Victorino Joaquim
JAimagens, Reuters e AFP