

No escuro

IBMistas vivenciam ausência de visão em projeto da área de Diversidade

Empresa global

Brasil e Bulgária unidos pela área de Compras

Roberta Ewerton, Sonia Benito, José Luis Valêncio (em pé) e Viviane Rodrigues, de Logística, no centro de armazenamento de Hortolândia



LEVANDO A IBM ATÉ O CLIENTE

A área de Logística realiza diariamente uma verdadeira maratona para entregar grandes e pequenas máquinas em todo o país

A SUA revista

oibmista

Carta do presidente

Olá, IBMistas e familiares!

É com muita satisfação que apresento a vocês a edição 13 de *O IBMista*. Neste número, trazemos reportagens que falam de nossos valores e mostram os bastidores de uma grande empresa como a nossa:

- No relacionamento com os clientes, deixá-los satisfeitos com a entrega do produto é um dos compromissos da IBM. Para isso, a equipe de Logística trabalha duro. Você pode constatar isso pela matéria das páginas 8 e 9, que mostra a trajetória que faz um servidor desde a fábrica até chegar ao cliente.
- Diversidade é um assunto muito abordado na IBM e fazemos questão de trazê-lo a cada edição da revista. Nas páginas 10 e 11, falamos sobre a estratégia da área, sobre flexibilidade de horário e igualdade de oportunidades, além de mostrar um curioso evento realizado em Hortolândia.

- Dentro do espírito de uma empresa global e integrada que somos, conheça na página 6 as histórias dos IBMistas que trabalham em parceria com colegas na Bulgária e brasileiros que cuidam dos sistemas de empresas que não estão presentes em nosso país.

- Nesta edição, você também vai conhecer Paulo Portela, nosso diretor de GTS, Global Technology Services, que tem a missão de liderar um time de mais de 7 mil pessoas. Portela, que você vê na foto ao lado, conversa conosco sobre os desafios de GTS e sua importância para os negócios da IBM.

Boa leitura!

Ricardo Pelegrini
Gerente Geral da IBM Brasil



“Meu negócio não é vender tecnologia, mas entregar capital intelectual para o cliente”

Leia a entrevista com Paulo Portela nas páginas 4 e 5



IBM lança ferramenta global de recrutamento

Uma das vantagens de fazer parte de uma empresa globalmente integrada é poder aproveitar oportunidades nos quatro cantos do mundo. Para facilitar o acesso a elas, a IBM lançou o Global Opportunity Marketplace (GOM), ferramenta de recrutamento para busca de vagas e talentos nos 66 países onde a companhia está presente. “Dessa maneira unificamos os talentos e as posições oferecidas em um só banco de dados, facilitando o encontro entre as partes. Isso faz diferença para o sucesso da empresa”, diz Sandra Garbo, de Recursos Humanos.

Integrados a esse banco de dados global estão o CV Wizard, ferramenta para criação de currículo, e o Expertise Assessment, onde estão descritos os skills do candidato. O GOM é, portanto, uma ferramenta ainda mais completa para o recrutamento interno, e facilita o caminho para os gerentes que procuram profissionais. Por isso, é muito importante manter o currículo sempre atualizado.

O passo-a-passo para utilização da ferramenta é bem simples. O IBMista pode acessar o Global Opportunity Marketplace na Intranet de Recursos Humanos e entrar com seu e-mail da IBM e a mesma senha da Intranet. Para encontrar as oportunidades que estão sendo oferecidas, há a Quick Search, que utiliza critérios mínimos para a busca, e a Advanced Search, com especificações como cidade, unidade de negócio, local de trabalho e outras. É possível também lançar palavras-chave no sistema (cargos, requisitos e o próprio código da vaga, por exemplo) e definir “agentes de busca” para avisá-lo sobre opções compatíveis com seu perfil.

O interessado na vaga pode ler a descrição exata das habilidades requeridas e se candidatar para múltiplas oportunidades oferecidas. O candidato salva as opções que escolheu em uma “cesta de oportunidades”

e o currículo pode ser enviado no momento em que desejar. Há apenas duas restrições para o uso da ferramenta. O funcionário deve estar na atual posição há pelo menos um ano e ter grau mínimo de “sólido contribuidor” na avaliação de desempenho.

Os candidatos externos também têm acesso ao Global Opportunity Marketplace, no link “Emprego na IBM” disponível no site da companhia, ou pelo site www.ibm.com/br/employment.



 Entrevista

7 mil IBMistas para encantar o cliente

A área de Global Technology Services é a maior da IBM e tem a responsabilidade de integrar todos os produtos e serviços da empresa, como software, hardware e consultoria, por exemplo. Seu líder, Paulo Portela, IBMista há 20 anos, comanda um time de 7 mil funcionários, quase metade da IBM no país. “Meu negócio é vender capital intelectual para o cliente”, diz. Fora o mercado do Brasil, a área ainda tem diversos clientes nas Américas e na Europa. Em um papo com *O IBMista*, Paulo conta mais sobre seu trabalho e o de sua equipe.

Como funciona a área de GTS?

GTS se divide basicamente em quatro unidades de negócio. Uma delas é a tradicional manutenção de produtos de tecnologia, produzidos ou não pela IBM. Outra é a terceirização, quando o cliente deixa sob a responsabilidade da IBM toda sua infra-estrutura de tecnologia ou parte dela. Outra área é responsável pelos processos de negócios do cliente, como contabilidade, recursos humanos, compras. A quarta unidade é de projetos, em que alguém de nossa equipe vai ao cliente e implementa toda a infra-estrutura necessária. São serviços de segurança, por exemplo, que ajudam os clientes a se prevenir de hackers, e outros para reduzir o consumo de energia e recuperar seus negócios em caso de desastres naturais.

Por que uma empresa no exterior utiliza os serviços da IBM aqui?

Nossa força de trabalho é facilmente adaptável a diversas culturas, idiomas e perfis de clientes. Nós já somos conhecidos como bons prestadores de serviço lá fora. Outro ponto importante é que nossos custos são menores em relação a outros países. Já somos o segundo maior centro de prestação de serviços da IBM no mundo.

Qual a novidade em infra-estrutura de TI?

Hoje é a otimização de tecnologia. Por exemplo, trocar vários servidores por apenas um com maior capacidade de armazenamento

e processamento diminui o gasto com energia e requer menor espaço físico.

Por que algumas empresas mantêm seus servidores na IBM?

Normalmente, quando tecnologia não é o foco delas. Ao terceirizar o controle de dados, o cliente pode se dedicar exclusivamente à sua atividade principal. Como, por exemplo, um banco: o negócio do banco não é tecnologia, e sim finanças.

Quais são os principais desafios da área?

Minha preocupação diária é deixar o cliente mais do que satisfeito, na verdade encantado. Outro desafio é mostrar a funcionários e clientes que nosso foco é fornecer capital intelectual, ou seja, inspirar o cliente para ajudá-lo a transformar os seus negócios.

GTS é responsável pela contratação de metade da IBM Brasil. Como lidar com tantos talentos?

Contrato gente todos os dias, pois além de GTS crescer muito, é uma grande formadora de talentos para as demais áreas da IBM. Minha preocupação maior é integrar esses jovens IBMistas à cultura da empresa, pois conhecimento técnico e boa formação eles já têm.

Quais são suas metas para o futuro?

Melhorar ainda mais nossa participação nas pequenas e médias empresas, mostrar que temos uma solução para o bolso delas e conquistar clientes fora do eixo RJ-SP-Brasília.

Paulo Portela, líder da área de GTS: "Já somos o segundo maior centro de serviços da IBM no mundo"

Portela, seus filhos, Thiago e Gabriel, e a satisfação de saber que os meninos vêm a IBM como uma "empresa muito legal"



Conheça melhor nosso entrevistado

Nome: Paulo Portela

Família: pai de Gabriel, 6 anos, e Thiago, 3.

Hobby: Ginástica às 5h30 da manhã de segunda a sexta

Formação: Ciências da Computação

IBMista desde: 1988

Trajectoria na IBM: Começou como analista de sistemas e em 2003 foi nomeado diretor de RH da IBM Brasil. Dois anos depois, era o responsável por pequenos

e médios negócios para a IBM América Latina. Dirige GTS desde março de 2008.

Paulo em família: "Tive dificuldade de explicar minha profissão para meu filho de seis anos. Disse a ele que a IBM fazia muitas coisas, entre elas, componentes de videogames, joguinhos para deixar as crianças que estão internadas mais felizes. Minha alegria foi ouvi-lo contar ao amigo que eu trabalho na IBM, uma empresa muito legal."



Sem fronteiras para os melhores serviços

Os IBMistas no Brasil ganharam, há poucos meses, colegas com nomes diferentes do padrão local, como Yavor e Santtu. Eles ainda não os conhecem pessoalmente, porque Yavor e Santtu são dois dos seis funcionários da IBM Bulgária que agora atendem às requisições de compras dos clientes internos daqui. Quando um departamento da IBM precisa alugar uma sala em um hotel para um evento, por exemplo, faz o pedido aos colegas em Sofia, capital búlgara.

Essa situação não acontece apenas na IBM Brasil. “Por ser uma empresa global, a IBM oferece este tipo de facilidade. Alguns países oferecem um serviço com melhor preço. Desta forma pudemos deixar os nossos funcionários de compras daqui dedicados a operações que envolvam valores financeiros maiores”, explica Regiane Rodrigues, gerente da área de Compras.

A mudança não aconteceu de repente e nem por acaso. Os IBMistas búlgaros já cuidavam

da emissão de notas de compras havia mais de sete anos. O idioma português também não foi problema, ainda que o sotaque de Portugal impere.

Yavor Kitanov aprendeu a língua por achar que seria a melhor opção para trabalhar com turismo em seu país. Já Santtu Halmet viveu durante anos em Portugal. Sobre

a relação de trabalho com os brasileiros, ambos dizem se sentir à vontade “como se estivessem falando com pessoas da própria família”. Por isso, o Brasil é uma escolha natural para as férias. “Já conheci três colegas búlgaros”, diz Regiane.

No Brasil também há IBMistas que atendem clientes de outros países porque oferecemos melhor custo. Maxwell Orlandi, de Hortolândia, lidera a equipe que monitora toda a infraestrutura de TI de uma grande rede americana de lojas de eletrônicos. Os servidores ficam no centro de processamento da rede nos Estados Unidos e nas lojas. Quando algo não funciona, o time de Maxwell intervem daqui, trabalhando remotamente no problema via rede. “Trabalho

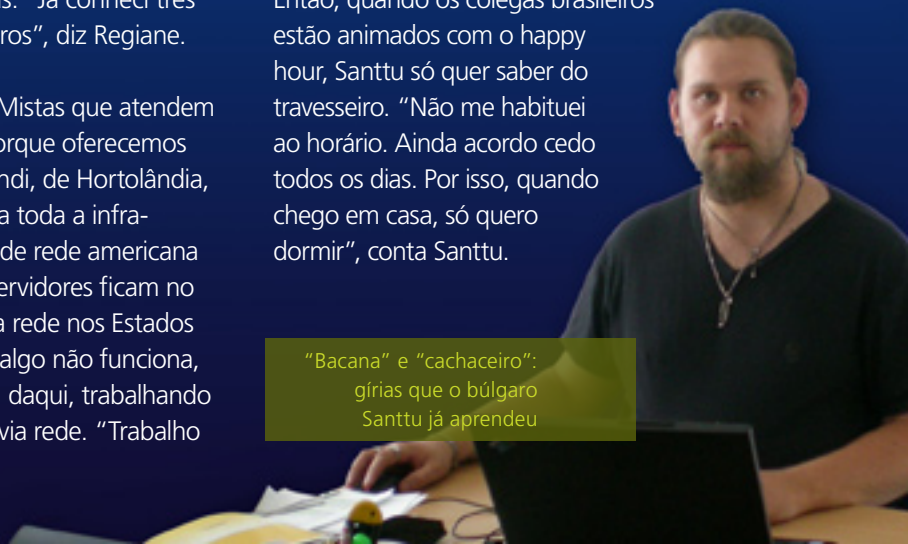


Bulgária

com pessoas que, além do vasto conhecimento técnico, dominam muito bem o inglês”, explica.

Apesar da fluência no idioma, quem é nativo sabe que se trata de um estrangeiro do outro lado da linha, especialmente no uso de gírias. O que não parece problema para Santtu. “Eu já sei as gírias mais utilizadas, como bacana, cachaceiro e de saco cheio”, brinca. O fuso horário de seis horas a mais na Bulgária obriga o pessoal de Sofia a trabalhar de 15h às 23h, o que corresponde ao nosso horário de 9h às 17h. Então, quando os colegas brasileiros estão animados com o happy hour, Santtu só quer saber do travesseiro. “Não me habituei ao horário. Ainda acordo cedo todos os dias. Por isso, quando chego em casa, só quero dormir”, conta Santtu.

“Bacana” e “cachaceiro”: gírias que o búlgaro Santtu já aprendeu



•• Horas extras

Vivendo o filme da minha vida

Viajar pelo mundo, ser o dono de seu tempo, fazer o que bem entender onde e quando quiser. Sonho? Não para Suely Dantas, da área de Financiamento. Em 2007, ela pediu licença sem vencimentos e, acompanhada do marido, saiu de moto pela estrada afora.

Depois de 15 anos de IBM, Suely resolveu recarregar energias e teve o apoio de sua gerente, Bia Castilho, e da família. Em 2006, começou a planejar o ano sabático. Ela e Joel, seu marido, detalharam a rota até a Colômbia. A partir da América Central foram seguindo dicas coletadas ao longo da viagem e em sites de motociclistas.

Em cinco meses e meio, o casal cruzou 13 fronteiras: Argentina, Chile, Peru, Equador, Colômbia, Panamá, Costa Rica, Nicarágua, Honduras, Guatemala, México, Estados Unidos e Canadá. “Quando partimos, um

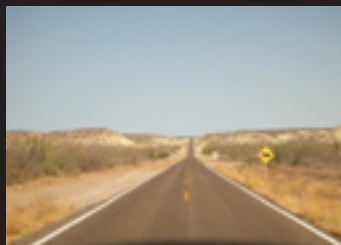
rapaz viu a moto e perguntou qual era nosso destino. ‘Até os Estados Unidos’, dissemos. Ele não acreditou, mas desejou boa sorte. Nem nós mesmos tínhamos certeza se conseguiríamos”, confessa a IBMista.

Em qualquer viagem há episódios marcantes. Ainda mais em meses de estrada, literalmente! Nos Estados Unidos, participaram do maior evento de motos Harley Davidson, mesmo dirigindo uma BMW. No Canadá, quase foram atropelados por um urso que cruzava a estrada. No Peru, na cidade de Chiclayo, precisaram da ajuda de policiais para conter a população curiosa que os atacou com perguntas. No Equador, a suspensão da moto quebrou e Suely conseguiu convencer um dos presidentes da BMW a lhes dar uma peça nova. O casal ainda enfrentou temperaturas de -7°C a 45°C, altitudes de até 4,9 mil metros e no final ainda tiveram que passar

pelo sufoco de ter a moto apreendida pela alfândega brasileira. Tiveram de pagar várias taxas para a liberação da moto e só a recuperaram um mês e meio depois.

Ao optar pela licença sem vencimentos, Suely sabia do risco de voltar e não ter mais seu posto de trabalho. Acabou partindo para outro segmento. Todavia, retornou à sua área inicial meses depois. Essa licença pode ser tirada por contratados há um ano ou mais. O período mínimo é de três meses e o máximo de três anos.

Os conselhos que a motociclista deixa para IBMistas que almejam uma aventura são: fazer o planejamento, procurar informação em sites e livros, definir o roteiro e ter uma reserva financeira. “Todos os momentos foram inesquecíveis. Em muitos, me senti como num filme. O filme da minha vida”, conclui Suely.



Diários de Motocicleta (da esq. para a dir.): chegando a San Pedro de Atacama, no Chile; em Puerto Vallarta, no México; pegando a estrada; em frente ao Lake Loise, no Canadá, e no Parque Nacional de Paracas, Peru

Maratona que ninguém vê

A cada ano a IBM Brasil faz mais de 200 mil entregas a clientes de todo o país. Cada pacote enviado pode conter desde um simples CD com um software até uma grande máquina, como um servidor de mais de uma tonelada. Entregar o CD não é problema, pois vai pelo correio, mas o servidor...

O trabalho de Nelson Fernandes Junior não é fácil e por isso mesmo ele tem muito orgulho do que faz. Líder da equipe de Logística da IBM no país, conta com um time de 13 pessoas, além do trabalho de parceiros terceirizados. "Hoje falar em logística está na moda, porque o mercado entendeu como ela é essencial para o negócio das empresas", diz.

Para quem não é do setor, fica difícil imaginar o caminho que faz um servidor, por exemplo, até chegar ao cliente. Depois que a área de vendas tem o pedido do cliente em mãos, começa uma maratona para que o produto chegue intacto ao seu destino final. O servidor é importado e a equipe do país exportador, freqüentemente Estados Unidos ou China, avisa à equipe do Nelson se a encomenda será enviada em um voo de carga exclusivo ou no bagageiro de um avião de passageiros.

Chegando ao Brasil, normalmente no aeroporto de Viracopos, em Campinas, a carga passa pela Infraero e pela Receita Federal e, depois de verificada, é classificada como verde, amarela ou vermelha. Mais de 90% da carga da IBM passa diretamente como verde, o que quer dizer que os documentos estão corretos e o peso da carga é compatível com a descrição do produto. "Isso acontece porque sempre trabalhamos eticamente", diz Nelson. Se der amarelo, os fiscais da Receita Federal analisam a carga e os documentos detalhadamente, observando, por exemplo, peso e altura dos pacotes e verificando a descrição do produto feita nos documentos. No caso de vermelho, é necessário marcar um horário com o fiscal, que abrirá a carga para checar o que há dentro, o que pode demorar até uma semana.

De lá, o mainframe segue para o Centro de Distribuição da IBM em Hortolândia,





Chip protege o mainframe: quando inclinado a mais de 30°, explode e indica o momento da viagem em que

onde é feito o controle de entrada do produto e de onde ele segue para o cliente. Nesse mesmo local os “acessórios”, como cabos, softwares e outros equipamentos, são incluídos para a entrega. “O controle é imenso e todo eletrônico, com código de barras. Por isso é impossível que um produto se perca”, afirma Nelson.

O mainframe é então colocado em um caminhão em uma embalagem de madeira extremamente segura com um chip que mede a inclinação da caixa, importante para a integridade do produto. Se ela inclinar mais de 30 graus, por exemplo, o chip explode e marca exatamente em que momento da viagem aconteceu o problema.

Recentemente, por exemplo, foram entregues 36 servidores em um grande banco, na Avenida Rio Branco, centro do Rio de Janeiro. Cada um deles com 1,6 tonelada. “Neste caso e na maioria das vezes, o centro de processamento de dados onde o servidor será colocado não fica no térreo. Precisamos então de um guindaste para passar a máquina pela janela, que às vezes tem de ser retirada. Para usar um guindaste em uma grande avenida,

Nelson Fernandes Junior (de branco ao fundo) e sua equipe de Logística, responsável pelo encaminhamento dos servidores aos clientes finais

Conheça a área de perto no Global Logistics Day


A área de Logística da IBM em Hortolândia organiza periodicamente o Global Logistics Day, quando convida IBMistas de outros setores para passar um dia conhecendo todas as etapas do trabalho do grupo. Até o mês de julho de 2008, 700 funcionários já passaram pela experiência de conhecer os setores de importação e exportação do aeroporto de Viracopos e conheceram os centros de armazenamento na IBM Hortolândia.

é necessário autorização da Prefeitura, que normalmente só nos deixa fazer a operação aos domingos”, explica Nelson. Toda a equipe que faz o carregamento é treinada especialmente para isso.

Chegando ao andar correto, ainda é verificado se o chão suporta o peso ou se deve ser reforçado. E o trabalho só termina com o equipamento em perfeito funcionamento. “Meu maior orgulho é ter avaliação de 100% de satisfação de nossos clientes internos, os IBMistas das áreas que utilizam nosso trabalho”, confessa Nelson.



A diversidade que a IBM quer



Atualmente, muito se fala de diversidade, mas será que realmente conhecemos sua abrangência? De imediato, o que vem à sua mente ao pensar em diversidade? Respeitar a diferença, igualdade de oportunidades, trabalhar com minorias, pensamentos diversos contribuindo para novas idéias? Sem dúvida, é impossível falar de diversidade sem tocar nesses pontos, mas diversidade como estratégia de negócios é algo muito mais amplo.

Uma empresa precisa ter em seus quadros um grupo diverso de pessoas para espelhar a diversidade de nossa sociedade. Ou seja, é necessário ter talentos de negros, pessoas com deficiência, homossexuais e mulheres... Como seria lidar com clientes e fornecedores que têm pessoas diversas trabalhando em suas empresas sem ter a mesma representação na IBM? Oswaldo Nascimento, líder do grupo de Diversidade da IBM, explica: "A diversidade de idéias, experiências, opiniões, perspectivas é que leva a soluções inovadoras. A IBM busca replicar no seu quadro funcional a diversidade encontrada nos mercados onde

atua. Essa diversidade leva à inovação. Se a companhia perseguir a inovação contando apenas com uma população 'de iguais' não estará verdadeiramente inovando."

Gilberto Tibúrcio, de serviços, também reconhece a importância de respeitar a diversidade IBMista. Quando foi gerente de um homossexual, conta que era muito comum as pessoas perguntarem: "Como você age com ele?" "Minha resposta era sempre a mesma", diz, "com respeito e igualdade, como trato qualquer profissional. Mesmo eu tendo certeza que todos somos iguais, devemos sempre ficar alertas para garantir que não agiremos com discriminação seja pela cor, religião ou orientação sexual dos colegas."

Falar de diversidade é falar também de flexibilidade. Porque se falarmos de grupos diversos de pessoas, falamos de necessidades diferentes, horários diferentes de trabalho e opções de flexibilidade que atendam a isso. Já imaginou poder atender seu cliente por telefone durante algumas horas no domingo

porque do outro lado do mundo já é segunda-feira? E se há necessidade de atender um cliente no fim de semana ou muito tarde à noite, por que não iniciar o expediente em um horário alternativo ou tirar um dia na semana para descansar ou mesmo estudar? “No domingo à noite, todo mundo fica triste pensando na segunda. Eu estou sempre feliz da vida, porque aproveito a segundona de folga para descansar, ir ao banco ou fazer compras com o shopping vazio”, se diverte Jaime Augusto Falcão Cruz, analista de sistemas que trabalha de terça a sábado para melhor atender seu cliente.

Você tem alguma idéia de como lidar com os impactos da globalização sem flexibilidade no ambiente de trabalho? Sua família, por exemplo. Como integrá-la equilibrando vida profissional e pessoal? O diretor de Estratégia e Desenvolvimento de Negócios, Mauro D’Angelo, tem reuniões por telefone com a IBM China periodicamente, as quais, pela diferença de fusos, acontecem às 7h da manhã ou às 21h. Nos dias de calls noturnos, ele sai da IBM mais cedo e vai direto para casa aproveitar o tempo com as filhas pequenas, Juliana e Mariana, gêmeas de dois anos e meio. “Faço questão de sair do escritório a tempo de chegar em casa e brincar com as meninas antes dos conference calls noturnos. É relaxamento e inspiração garantidos para a jornada estendida!”

Entender este universo de desafios é entender o que de fato significa diversidade. A IBM vem trabalhando em diferentes ações para garantir que este seja um diferencial para seus profissionais, para o mercado, clientes e famílias.

Sou diferente, e daí?

Com o apoio de Diversidade, mais de 70 IBMistas de Hortolândia vivenciaram uma hora e meia de cegueira total em um shopping em Campinas. Munidos de bengala, passearam por um bosque, cruzaram um rio de barco, atravessaram a rua e tomaram café. Tudo isso sem ver, mas “enxergando” pela imaginação. Quando finalmente voltaram à luz, estavam fascinados com a experiência vivida no museu Diálogo no Escuro, promovida pelo Grupo Sou Diferente, de Hortolândia.

O objetivo era mostrar como a visão estimula preconceitos. “Quando não vemos, não julgamos pela aparência”, diz Eliana Caruzo, de serviços em tecnologia de Hortolândia.

Geraldo Moraes, da mesma área, se sentiu mais próximo dos colegas. “Muitas barreiras caíram. Estivemos mais próximos, nos orientando pelo toque e pela voz”, conta.

O museu foi criado na Alemanha, e Campinas é a única cidade da América do Sul a sediá-lo. Gabriela Herz, de Diversidade, elogia a iniciativa. “Foi uma oportunidade para as pessoas despertarem a sensibilidade, sentindo na pele como é a vida de um deficiente visual. Vivenciaram na prática o conceito de Diversidade”, diz.

DIÁLOGO NO ESCURO
O essencial é invisível



Câncer de próstata

Prevenção é o melhor remédio

O câncer de próstata é a neoplasia/ câncer que ocorre com maior frequência no sexo masculino, representando mais de 40% dos tumores que atingem homens acima de 50 anos. São detectados, em média, 400 mil casos por ano apenas no Brasil. Todo homem acima de 45 anos deve realizar, anualmente, um check-up urológico para avaliar a probabilidade de desenvolver este tipo de câncer. Se houver casos na família, o acompanhamento deve ser ainda mais cuidadoso, começando aos 40.

Todo cuidado é pouco: o câncer de próstata tem um forte fator genético. Mas ações rotineiras como a alimentação saudável e balanceada, o controle de bebidas alcoólicas e cigarros, ajudam a evitar a evolução deste tipo de câncer. “Essa doença, quando diagnosticada e tratada precocemente permite ao paciente alta chance de cura”, lembra o urologista Marcos Ruela.

Existem três maneiras de detectar o câncer de próstata precocemente: o toque retal, pelo qual o médico analisa a presença de nódulos e alterações de consistência da próstata, a ultra-sonografia e a dosagem do Antígeno Prostático Específico (PSA), uma glicoproteína produzida pelas células da próstata que tem seu valor alterado na presença de um câncer,

entre outras situações. Feita por meio de um exame de sangue, a dosagem do PSA, aliada ao exame do toque, compõem o diagnóstico mais seguro.

A vontade frequente de urinar durante a noite pode ser um sintoma do aumento da próstata, sem se tratar, na verdade, de um câncer. Consulte seu médico sobre a possibilidade de uma hiperplasia benigna da próstata, que não necessariamente leva a um tumor maligno.

Segundo o urologista Antônio Seixas, o tratamento desse tipo de câncer irá depender do estágio clínico do paciente. Além das opções de cirurgia, radioterapia e terapia hormonal, o homem também pode optar pela “observação vigilante”, ou seja, o acompanhamento regular – de seis em seis meses. O modo mais adequado de proceder só deve ser definido após discutir os riscos e benefícios do tratamento com o seu médico.



Impotência: causas emocionais

Estima-se que cerca de 300 milhões de homens sofram de transtorno erétil em todo o mundo. A chamada impotência, que é a dificuldade de obter ou manter uma ereção, pode ter várias causas: problemas orgânicos como hipertensão, diabetes, deficiências hormonais, distúrbios neurológicos e circulatórios, além do uso freqüente do cigarro e do álcool são as causas mais conhecidas. Mas na verdade, no dia-a-dia, sabe-se que em 80% dos casos, a origem do problema é de natureza emocional, como depressão, estresse profissional, ansiedade, etc. Muitos encaram essa situação como fracasso pessoal. O sentimento de culpa pode causar angústia e prejudicar a ereção. O psicólogo especialista em sexologia Edvaldo Brito afirma que o importante, num primeiro momento, é procurar um urologista e descartar qualquer doença orgânica que possa estar causando o sintoma. A partir de então, o melhor tratamento é a terapia comportamental, que tem na esposa uma grande aliada. "Um problema sexual é sempre de ambos. A mulher deve incentivar o parceiro a procurar ajuda especializada e conversar abertamente sobre a questão", lembra o psicoterapeuta.



Palavra de Especialista

Entendendo a andropausa

A deficiência androgênica do envelhecimento masculino (DAEM), ou andropausa, é o termo usado para descrever as mudanças hormonais e fisiológicas que os homens começam a sofrer normalmente a partir dos 40 anos e atingem seu ápice aos 60.

Segundo o urologista Marcos Ruela, a andropausa, que é um fenômeno de ordem fisiológica, ganha um componente psicológico de acordo com a maneira como o homem irá lidar com ela. Entenda como essas mudanças chegam e como reduzir seus sintomas.

Quais são os principais sintomas da andropausa?

Os mais comuns são perda de energia, depressão, irritabilidade, diminuição da libido e disfunção erétil, ocasionados por uma baixa nos níveis de testosterona. Isso não significa que a capacidade reprodutiva do homem está comprometida.

Como a síndrome é diagnosticada?

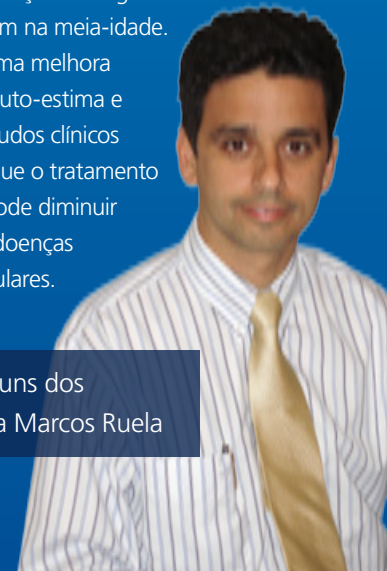
Estabelecer a presença de DAEM somente com base clínica é, na maioria das vezes, extremamente difícil. Dessa forma, o diagnóstico deve incluir confirmação por dosagens hormonais, principalmente de testosterona. É um diagnóstico difícil, porque os sintomas e sinais são

semelhantes ao de outras patologias, como os da depressão, por exemplo.

Como a reposição hormonal ajuda no combate aos principais sintomas? O tratamento é seguro?

A reposição hormonal é segura. Ela deve ser realizada com acompanhamento médico, paralelamente à conscientização das várias mudanças fisiológicas que ocorrem na meia-idade. Além de uma melhora da libido, auto-estima e humor, estudos clínicos apontam que o tratamento também pode diminuir o risco de doenças cardiovasculares.


Perda de energia, depressão, irritabilidade: alguns dos sintomas da andropausa, segundo o urologista Marcos Ruela




 Oficina Cuca IBM

Pequenos com a mão na massa


Pais e filhos IBMistas se divertem criando pratos gostosos e saudáveis



Olhinhos curiosos e mãozinhas inquietas diante de bufês repletos de guloseimas, frutas, legumes e verduras. Ouviam-se comentários e sussurros por toda a sala. “Pai, viu aquele creme verde ali em cima?”, perguntava uma criança, fazendo cara de quem não queria nem tocar naquilo. Segundos depois, estava ela com a mão na massa, aprendendo como fazer batata recheada com espinafre e queijo. Em julho, cerca de 600 pessoas, entre “baixinhos” e adultos, participaram das três edições da Oficina CUCA IBM, no Rio de Janeiro, São Paulo e Hortolândia. Juntos, pais e filhos prepararam receitas divertidas e diferentes, e tiveram a oportunidade de aprender um pouco mais sobre alimentação

saudável. Além disso, as crianças puderam conhecer o local de trabalho de seus pais.

Ao terminar de montar seu próprio prato, as crianças perguntavam ansiosas aos pais “posso comer?”. A correria era grande. Ninguém queria perder um só segundo. Os pequenos nem esperavam o término de uma receita, e saíam em disparada para outra mesa em busca de novidades. “Acho legal incentivar a mudança dos hábitos alimentares. Estas crianças estão muito acostumadas a comer fast food”, diz a analista contábil Cláudia Ferrarez. Dentre as treze receitas, a centopéia de brigadeiro e a saladinha de carruagem com molho mostarda fizeram o maior sucesso.



Antes da oficina de culinária, pais e filhos assistiram a uma palestra sobre como preparar pratos fáceis, gostosos e ricos em nutrientes. O evento é um dos encontros anuais realizados a partir do fundo global de investimento voltado para benefícios aos dependentes de funcionários. “A iniciativa é ótima e educativa”, resume Fátima Calvet, nutricionista e avó de Carolina, de quatro anos.

Ao final da brincadeira, uma mesa com todos os pratos ficou à disposição dos presentes para que pudessem experimentar o que eles mesmos tinham feito. Victor, 5, filho da Analista de Sistemas Andréa Cunha, com a boca cheia de chocolate, só sinalizava com a cabeça que estava adorando a experiência. Já Carolina Calvet, 4, atracada com um espetinho de frutas, completou: “Adoro ajudar a mamãe. Mas não chego perto do fogão.”

Carolina Calvet e Victor Cunha, acima, concentrados na hora de aprender sobre alimentação saudável



Museus virtuais

A um click do aprendizado

Já imaginou a sensação de visualizar pontos diferentes do Egito e centros de ciências de diversas partes do mundo através de câmeras ao vivo? Qualquer pessoa pode acessar o site www.eternegypt.org e o www.tryscience.org, ou ir até os quiosques multimídia disponíveis em vários cantos do país para vê-los em tempo real.

Pelo projeto *Eternal Egypt* o interessado poderá viajar online pela história e cultura egípcia, através de serviços interativos. Além disso, é possível visitar virtualmente o túmulo de Tutancâmon e o complexo templário de Luxor, ver animações sobre as pirâmides e visualizar fotos panorâmicas de lugares históricos.

Através do *TryScience*, crianças e jovens apaixonados por ciência podem conhecer centros e museus de diversas partes do mundo, participar de jogos interativos e realizar experimentos científicos. Quem acessar o conteúdo em qualquer um dos sete quiosques disponíveis por todo o Brasil poderá contar com recursos 3D. Estudantes que optarem por visitar o site não terão acesso a esses recursos interativos. O conteúdo é desenvolvido pelos museus *New York Hall of Science* e *ASTC (Association of Science-Technology Centers)* e toda a rede é gerenciada e atualizada pela IBM.

Quiosques multimídia do TryScience

Estação Ciência, Biblioteca Pública de Hortolândia e Biblioteca Virtual Paulínia – SP
 Museu da Vida – RJ
 Museu de Ciências e Tecnologia da PUCRS – RS
 Espaço Ciência – PE
 ONG VERDENNOVO – MG.

Carolina Andrade, de 15 anos, filha de Almiro Junior, do Centro de Traduções da IBM, utiliza diversas ferramentas do site. “O projeto me ajuda em pesquisas do colégio, e o mais interessante é que posso fazer experimentos em casa”, afirma. O *Eternal Egypt* e o *TryScience* são opções oferecidas ao público para estimular o interesse pela cultura e ciência.



Crianças aprendem brincando com o quiosque multimídia do *Eternal Egypt* na ONG VERDENNOVO

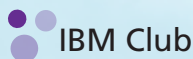
Museu da Língua Portuguesa

Mais um projeto do qual a IBM se orgulha de ser parceira é o Museu da Língua Portuguesa, projeto realizado em conjunto com a Fundação Roberto Marinho e a Secretaria da Cultura do Estado de São Paulo. Primeiro museu do gênero no Brasil e segundo no mundo, a instituição propõe reflexões sobre o idioma nativo do país. Toda a tecnologia que suporta o museu foi fornecida pela IBM. No total, são 140 computadores.

O museu homenageia Machado de Assis cem anos após sua morte com uma exposição aberta ao público até 26 de outubro.

A mostra *Mas Este Capítulo Não É Sério* ficará em exibição de terça a domingo, das 10h às 17h. O museu fica na Praça da Luz, no Centro da cidade de São Paulo.





Vantagens sem fronteiras

Os benefícios do IBM Club se estendem além do território brasileiro, com descontos em museus e serviços para os funcionários que apresentarem o badge. Confira!

Museus

A IBM apóia museus em Nova York, por isso IBMistas e familiares têm entrada gratuita em vários deles, como:

- American Museum of Natural History, museu de história natural
- MoMA, de arte moderna
- New York Hall of Science, de ciência e tecnologia
- Guggenheim Museum, de arte contemporânea

Grife IBM

Visite a IBM Store em Hortolândia, onde um quiosque aberto em junho oferece produtos com a marca IBM. Há desde camisetas e mochilas até acessórios para escritório, churrasco e bar.

Site: <http://www.ibmstore.com.br>

Telefone: (19) 2132-2220



Hotel Marriott

Até 25% de desconto no pacote Família da rede no Canadá e nos Estados Unidos. Telefone: 1-888-228-9290. Código XML para receber o Marriott BreakAwaySM desconto. Site: <http://www.marriott.com>

Avis

Aluguel de automóveis pagando 20% menos com o Avis Leisure Pass. Site: <http://www.avis.com>. O código para desconto é A4444491.

Tickets para a Disney

Desconto de 20% nos ingressos. Ao chegar aos Estados Unidos, informe o número de bilhetes para Valerie R. Cowing (vcowing@us.ibm.com), do IBM Club local.

Para informações sobre outros descontos fora do Brasil, acesse o IBM Club Global.



Clovis Roberto M. Pires – Aposentado – Santos (SP)

Parabéns pela excelente revista! É muito bem elaborada e de impressão magnífica. Tenho uma dúvida em relação ao artigo “Sessenta dias para o pedido de reembolso” (página 13 da última edição). A SulAmérica afirma que o prazo é de 30 dias, conforme carta enviada aos funcionários no começo deste ano. Qual é a informação correta?

Clovis,

O prazo correto para apresentação de pedidos de reembolso do plano médico IBM à SulAmérica é de 60 dias. De fato, anteriormente o prazo era de 30 dias, mas conseguimos estendê-lo desde maio deste ano.



Fale com O IBMista: oibmista@br.ibm.com

Expediente | Conselho: Diretor de RH: Alessandro Bonorino Executivo de Comunicação: Mauro Segura
Conselho Editorial: Flávia Apocalypse e Luciana Machado, de Comunicação; e Fabiana Galetol, gerente de Recursos Humanos

Redação: Renata Costa MTb: 31679, Evelyn Cunha e Ana Bandeira **Projeto Gráfico:** Comunicação InVitro

Gráfica: IGIL (Indústria Gráfica Itu Ltda.) **Foto da capa:** Daniela Toviansky **Fotos:** Uirá Costa, Daniela Toviansky e Guilherme Tamburus, divulgação, Museu da Língua Portuguesa e acervos pessoais dos IBMistas.

A revista O IBMista é uma publicação bimestral da IBM Brasil, editada por Comunicação e Recursos Humanos. Sua tiragem é de 13.800 exemplares.

