

# Golfe: o remédio perfeito para o coração de Alberto Takeshi

O golfe é perfeito para eliminar o estresse da profissão, mas, entre todos os cardiologistas, jamais Alberto Takeshi encontrou qualquer colega de esporte. “Há cardiologista que cria cavalos, que pesca, que corre, que faz musculação, mas nunca encontrei um companheiro de profissão que tenha o golfe como hobby, possivelmente por causa das quatro a seis horas que leva uma partida, tempo longo demais para o tipo de profissão que a gente tem”.

Faz muito tempo que Takeshi joga golfe, que é quase atávico na família. Começou a jogar aos seis anos de idade, com o pai, aficionado do esporte e que freqüentemente ainda o acompanha, apesar dos 78 anos. E faltam só uns poucos meses para que o filho de Takeshi, com um ano e meio, possa começar a jogar, para realizar a sonhada partida de três gerações.

Takeshi já jogou golfe no mundo inteiro e confessa que uma das primeiras coisas que procura saber quando é convidado para um congresso é se existe campo de golfe nas proximidades. Ainda agora, está levantando as possibilidades para o 63º congresso da SBC e já tem reserva para o Golf Resort de Munique, onde será o próximo congresso europeu.

Ele já jogou na região de Sorocaba, onde se formou na PUC, em São Paulo, onde fez residência no Dante Pazzanese e, hoje, lecionando para alunos de graduação da Escola Paulista de Medicina



da Unifesp, dedica-se tanto às valvopatias, sua especialidade, como ao “Kaiser Golf Club”, que fica a uns sete quilômetros de distância.

“Eu chego ao clube às 6h30”, diz, “e à medida em que se caminha até 10 quilômetros por partida, no meio da natureza, ouvindo os bugios, assustando os quero-queros, as corujas-buraqueiras, caminhando pelo verde, não há estresse que resista”.

Takeshi reconhece, porém, que só pode jogar até às 10 ou 11 da manhã, porque conseguiu preparar uma equipe muito afinada e competente que vai dando conta do recado, até ele “sair de perto do paraíso e voltar a trabalhar no Hospital do Coração, onde é médico cardiologista titular”. O que não tem dúvida, é que o trabalho rende muito mais após uma partida.

Para jogar é preciso um preparo espiritual, certo equilíbrio mental, uma calma muito grande, imensa concentração, ensina o cardiologista, e o golfe é perfeito como esporte, porque não depende de capacidade física, mas de “jeito” e flexibilidade, tanto que muita gente começa aos 40 anos ou mesmo mais tarde. Também não é um esporte caro, ao contrário do que se diz, garante. No exterior, são comuns campos onde se joga sem pagar e, no Brasil, há muitos onde o “green fee” não passa de R\$ 100 para um dia inteiro.

“Como cada campo é diferente do outro, não há monotonia. É preciso ‘ler’ a direção do vento, escolher o lado para ‘atacar o green’ e, como em cada jogo a gente compete consigo mesmo, não há tédio nem repetição. E não importa a idade, tanto que considerado o “handicap” de cada jogador, não é raro que seu pai, muito mais velho, consiga vencê-lo numa partida”. E Takeshi garante que a sensação da bola caindo no buraco dá um prazer maior que fazer um gol no futebol, fisgar aquele peixe, acertar um arremesso de três pontos ou descer em alta velocidade numa estação de esqui.

“O cálculo é feito pelo par do campo, isto é, pelo número de tacadas que um jogador profissional despende para fazer os 18 buracos, 72 tacadas, por exemplo”, explica. E cada jogador tem seu nível. Um jogador médio pode precisar de 100 tacadas em vez das 72 do profissional e, se faz 99 num dia, tentará fazer menos no próximo. “O adversário é ele mesmo.”

Isso não quer dizer, entretanto, que se joga sozinho. Quando vai iniciar uma partida, geralmente Takeshi começa ao lado de dois ou

“à medida em que a gente caminha até 10 quilômetros por partida, no meio da natureza, não há estresse que resista”

três jogadores, empresários na maioria e, “que ninguém nos ouça, quase sempre clientes”. Mas na intensa socialização enquanto se percorre o campo, nas amizades que se formam, nunca se discute medicina e muito menos coração, o que ajuda a eliminar o estresse. E se sobrou alguma tensão, por acaso, a sauna e a maravilhosa ducha depois do jogo, no “banheiro cinco estrelas” do clube, e a cervejinha, nos fins de semana, são a terapia final contra qualquer ansiedade.

Recém-saído de uma vitória no torneio “Champs Elysées”, curiosamente promovido por uma empresa da área da saúde e, embora diga modestamente que foi a ‘zebra’ do torneio, Alberto Takeshi já prepara os tacos para o próximo congresso da American Heart Association. Será em New Orleans, entusiasma-se ele, onde há dezenas de campos de golfe, em planícies, vales, à beira de rios, o ideal para complementar

um Congresso onde as inovações científicas a serem apresentadas serão tantas, que podem gerar estresse combatido, evidentemente, com partidas matinais nos campos ainda orvalhados, silenciosos, o verde a perder de vista, remédio perfeito para o coração do cardiologista.



CHEGOU!

O poder para parar<sup>1-5</sup>




CHAMPIX<sup>\*</sup>

tartarato de vareniclina

UMA NOVA CLASSE TERAPÊUTICA  
CONTRA O TABAGISMO<sup>6</sup>

4x

mais chances de parar  
comparado ao placebo<sup>1,2</sup>

(odds ratios (OR): Gonzales et al-3,25; Jorenby et al-3,85)<sup>1</sup>

2x

mais chances de parar  
comparado à bupropiona SR<sup>1,2</sup>

(odds ratios (OR): Gonzales et al-1,93; Jorenby et al-1,90)<sup>1</sup>

UMA NOVA HISTÓRIA NA VIDA DOS SEUS PACIENTES

Com taxa de abandono  
similar à do placebo.<sup>4,5</sup>



Laboratórios Pfizer Ltda.  
Rua Alexandre Dumas, 1860 - São Paulo - SP - CEP 04717-004  
CNPJ 46.070.868/0019-98 - © Copyright Laboratórios Pfizer Ltda. 2007  
Todos os direitos reservados. [www.pfizer.com.br](http://www.pfizer.com.br)  
<sup>\*</sup> Marca depositada.

USO ADULTO. VENDA SOB PRESCRIÇÃO MÉDICA. - Reg. MS - 1.0296.0209.  
A PERSISTIREM OS SINTOMAS, O MÉDICO DEVERÁ SER CONSULTADO.

INFORMAÇÕES PARA PRESCRIÇÃO E REFERÊNCIAS  
BIBLIOGRÁFICAS NO CORPO DESTA PUBLICAÇÃO.



Solidé para uma vida melhor

Vamos virar esta página.