

Sábado, 24 de novembro de 2001 - Por Márcia Peltier - JUVENIL

A anorexia nervosa foi tema do congresso sobre medicina e adolescentes , este mês, no Garden City, em Nova Iorque.

Segundo especialistas, um dos grandes problemas da doença é a fratura causada pela diminuição de cálcio no organismo dos pacientes anoréxos.

A médica Odilza Vital, única brasileira presente ao encontro, falou de outro problema típico da idade: piercings e tatuagens, que podem provocar infecções e alergias.

Domingo, 11 de agosto de 2002 - Caderno Cidade - Por Boechat - LANCE LIVRE

"No mesmo dia(terça-feira, 13), Odilza Vital e Beatriz Thielmann autografam às 10h30, na Associação Comercial do Rio, o livro De Mulheres pa

Segunda-feira, 18 de novembro de 2002 - Por Boechat

Odilza Vital dá palestra e lança seu livro de Mulher para Mulher, amanhã, na Embaixada do Brasil, em Lisboa

Sábado, 28 de dezembro de 2002 - Idéias & Livros

(ANUNCIO DO LIVRO "DE MULHERES PARA MULHERES")

Sábado, 24 de novembro de 2001 - Por Márcia Peltier - JUVENIL

A anorexia nervosa foi tema do congresso sobre medicina e adolescentes, este mês, no Garden City, em Nova Iorque.

Segundo as especialistas, um dos grandes problemas da doença são as fraturas causadas pela diminuição de cálcio no organismo dos pacientes anoréxos.

A médica Odilza Vital, única brasileira presente ao encontro, falou de outro problema típico da idade: piercings e tatuagens, que podem provocar infecções e alergias.

Quarta-feira, 22 de maio de 2002 - Por Márcia Peltier - RISCO ZERO

A endocrinologista e especialista em saúde da mulher Odilza Vital volta hoje dos Estados Unidos com novidades do Women's Health Congress. Uma delas é a pesquisa da norte-americana Tori Hudson, mostrando que - ao contrario do que acontece com hormônios sintéticos - os tratamentos com hormônios naturais não oferecem risco de câncer de mama. A pesquisa foi feita ao longo de mais de dez anos.

5 de setembro de 1999 - RECEITA SIMPLES PARA VIVER MAIS

Alcançar uma vida mais longa e saudável é muito mais simples: basta seguir uma dieta equilibrada, fazer exercícios físicos regularmente, evitar o estresse e proteger-se com vitaminas e minerais dos radicais livres, principais inimigos da eterna juventude. Com esta receita nada bombástica, o médico americano Mitechell Kurk, de 69 anos de idade e 20 de medicina alternativa, já atende a mais de cinco mil pacientes por ano, em sua clinica em Manhattan, Nova Iorque. Na lista, há até astros de cinema de Hollywood, que Kurk não identifica, alegando "motivos éticos".

"As minhas recomendações médicas são simples mesmo. Por isso, estão dando certo com tanta gente", diz ele, sem nenhuma arrogância, aparentando ser no mínimo, cinco anos mais novo. Os principais ensinamentos de Kurk formado em medicina pela Universidade da Califórnia, estão no livro Pare de Envelhecer e Revitalize Sua Vida (Ed. Campus) - escrito em parceria com o médico Morton Walker -, que é sucesso de vendas desde o lançamento nos Estados Unidos, em outubro do ano passado.

"Quem consegue cumprir um programa de prevenção sério, certamente vai viver mais e melhor", diz Kurk. Para combater o estresse - que, segundo ele, desencadeia a maioria das perturbações físicas e psíquicas do organismo -, ele recomenda atividade física e meditação. "São duas armas poderosas para uma vida revitalizada", acrescenta. Além disso, Kurk evita os efeitos da idade com algumas terapias. Uma delas é o hormônio desidroepiandrosterona (DHEA), que é produzido pelo próprio organismo, mas começa a cair ao longo da idade.

"Já venho prescrevendo há cinco anos suplementos de DHEA para meus pacientes nos Estados Unidos. Podem ajudar a melhorar a memória, diluir o sangue, reduzir os níveis de colesterol e ainda fortalecer o sistema imunológico", diz o médico. Embora vendido sem receita médica nos Estados Unidos, Kurk alerta que o DHEA - que não é vendido no Brasil - ainda está sendo testado em seres humanos.

"Alguns acreditam que altas doses de DHEA podem afetar o fígado e os resultados benéficos ainda não são realmente comprovados. Por isso, só é indicado com acompanhamento médico", explica Kurk. No Brasil, o DHEA ficou famoso por causa do zagueiro Scheidt, do Grêmio, que foi acusado de doping, em maio passado, com o uso da substância. Kurk também adota uma outra fórmula anti-envelhecimento famosa: o gerovital, que também não é vendido no Brasil. A fórmula, criada pela geriatra romena Anna Aslan, também é capaz, segundo Kurk, de desacelerar o processo de envelhecimento. "É baseado nos componentes da procaína, um anestésico dentário. Utilizo doses injetáveis de gerovital para combater a falta de energia, melhorar o tônus muscular e problemas cardiovasculares", revela o médico, que aqui tem como sócia a geriatra Odilza Vital Fill, que dirige um programa de combate ao envelhecimento na Clínica Odilza Vital, em Niterói, e realiza pesquisas para o Programa da Mulher da Secretaria Estadual de Saúde do Rio.

Domingo, 30 de julho de 2000 - VIDA - Ginkgo-Biloba

Gostaria de saber se o uso do ginkgo-biloba é realmente eficaz para a saúde. Recentemente li algumas reportagens que colocavam em dúvida a função deste medicamento.  
Roberto Ferreira, Rio

Resposta: O extrato desta planta, de origem asiática, é um poderoso antioxidante, com comprovação científica. O ginkgo-biloba melhora a circulação sanguínea e aumenta os suprimentos de oxigênio no organismo, principalmente no coração e no cérebro. Esta planta também desempenha um papel importante na mente: melhora a memória, dá mais rapidez ao raciocínio e previne a demência. Além disso o ginkgo-biloba reduz a pressão arterial e atua como excelente vasodilatador.

14 de dezembro de 2000 - Prisão de Ventre

Tenho prisão de ventre e meu intestino só funciona bem à base de remédios. Qual a dieta ideal para o meu organismo funcionar sem a dependência de medicamentos?  
Alfredo, Rio.

Resposta: a primeira atitude é ir ao médico. A constipação intestinal pode ser o primeiro sinal de uma doença mais séria (principalmente se a prisão de ventre for um sintoma recente e pela faixa etária acima de 50 anos). Afastadas outras doenças, a dieta ideal seria consumir pelo menos oito copos de água por dia; no mínimo, uma xícara de folha cozida no almoço e no jantar, assim como, no mínimo, três porções de frutas diárias em horários fora das refeições principais. Frutas extras ricas em fibra, tais como laranja ou tangerina e o bagaço, ameixa e

uva com casca e mamão. Os farelos de trigo, a aveia e a própria aveia integral ajudariam bastante assim como regar o prato no almoço e no jantar com azeite virgem.

Sexta-feira, 14/03/03 - Caderno B - por Márcia Peltier

"A médica brasileira Odilza Vital lotou o auditório do Hotel Tívoli, em Portugal, falando sobre prevenção do envelhecimento celular. Na platéia, o embaixador Dário Castro Alves e a empresária Fernanda Pires Gonçalves, dentre outros vips".

Sábado, 12/04/03 - Caderno B - por Márcia Peltier

### **BOA CAUSA**

A médica Odilza Vital seguiu ontem para Brasília com o objetivo de apresentar à ministra da Ação Social, Benedita da Silva, o projeto que propõe instalar, na Rede de Saúde Pública Nacional, um centro de apoio às mães que tiveram seus filhos mortos na guerrilha urbana.

Sexta-feira, 18/04/03.

### **MORRE O PAI DA DIETA Robert Atkins 1931 - 2003**

Especialista em dietas, o cardiologista americano Robert Atkins morreu ontem, aos 72 anos, em Nova York. Inventor da polêmica dieta da proteína, Atkins foi vítima de uma queda no último dia 8, quando chegava ao Centro Atkins de Medicina Complementar, em Manhattan. Devido a uma tempestade de neve considerada incomum para esta época do ano, o cardiologista escorregou e bateu com a cabeça no chão, o que provocou um coágulo em seu cérebro. Depois de uma cirurgia para retirada do coágulo, entrou em coma e as complicações o levaram à morte ontem, às 11 h, no Centro Médico Weill. Teve vários livros publicados e alguns deles freqüentaram mais importantes listas de best-sellers dos Estados Unidos e da Europa. Seu último trabalho ligado ao Brasil foi o prefácio do próximo livro da endocrinologista Odilza Vital, ainda inédito.

Atkins revolucionou o mercado milionário de clínicas de orientação alimentar e produtos para emagrecimento ao propor um novo modelo alimentar, em seu livro A revolução da dieta, em 1972, segundo o qual deve-se evitar carboidratos em vez de suprimir carnes, produtos de origem animal e gorduras. As propostas do cardiologista lhe renderam inimigos em vários segmentos da comunidade científica mundial. Por outro lado, criaram uma legião de seguidores e clientes. Em sua clínica em Nova York, Atkins chegou a tratar quase 30 mil clientes, atraídos pela possibilidade de emagrecer sem abrir mão de guloseimas e pratos ricos em gordura.

As recomendações do cardiologista iam de encontro ao que pregavam os médicos e nutricionistas até então, e prometiam uma silhueta elegante a quem excluísse alimentos como pães e massas da mesa. As proteínas, até então apontadas pela maioria dos médicos como vilãs da obesidade, poderiam ser consumidas livremente - o que animava os adeptos da boa mesa.

A primeira fase da onda de dietas baseadas nesse princípio teve fim nos anos 80, quando começaram os alardes sobre os perigos da gordura e do colesterol para as doenças cardíacas. Recentemente, porém, novas levas de discípulos do médico surgiram, simultaneamente à

publicação do livro A nova dieta revolucionária do Dr. Atkins. Em 2000, a polémica gerada pela fórmula adotada por ele ganharam tons de tema nacional, com um debate entre ele e outro renomado cardiologista, Dean Ornish, foram convidados pelo secretário de Agricultura do governo Bill Clinton, Dan Glickmann, para um debate sobre as duas correntes divergentes de dietas. Ornish acusou Atkins de estar pondo em risco a população americana ao pregar que não havia problema em ingerir gorduras e alimentos de origem animal e os dois rivais promoveram fervorosas defesas de seus ideais. O episódio, conhecido com a "a guerra das dietas", alavancou ainda mais a vendagem de livros sobre o tema e chamou a atenção para as diferentes correntes de pensamento sobre alimentação, emagrecimento e doenças cardíacas.

Quinta-feira, 24/04/03 - Caderno B - POR Márcia Peltier

### **PARCERIA**

Segunda-feira, no funeral do dr. Robert Atkins, em Nova York, a endocrinologista Odilza Vital era a única brasileira presente.

Representante do médico para a América Latina, ela foi brindada pelo dr. Atkins com o prefácio de seu último livro, Emagreça para sempre, com lançamento previsto para maio, pela Editora PUC- Loyola.

Segunda-feira, 03/12/05 - Caderno B - POR Márcia Peltier

### **GOLPE FASHION**

Tem uma gangue na praça formada por três homens e uma mulher, que se intitulam produtores de moda – oferecendo a lojas e salões de beleza reportagem numa revista de estética. O bando arma um aparato com iluminação e câmeras, depois cobra R\$ 2.600. A vítima mais recente foi um salão, no Shopping Cassino Atlântico. Ao fim da encenação, os trambiqueiros deixaram com a funcionária um cartão da Brazil Beauty Tourism, que nada tem a ver com o peixe: é uma empresa da médica Odilza Vital, sediada em Nova York.

Segunda-feira, 17/10/05 - Niterói

### **COMPLICADO**

A médica Odilza Vital não consegue resolver seu atual estado civil. Sua separação na América ainda não foi averbada no Brasil. Segundo Odilza, os papéis estão com a advogada Marilza Barreto

Quinta-feira, 20/10/05 - Niterói

### **DIVÓRCIO AMERICANO**

Está complicada a oficialização do divórcio da médica Odilza Vital com o americano Sr. John Fill, pois ele ficou de vir ao país, mas teve seu passaporte confiscado pelo IRS - o imposto de renda dos Estados Unidos. Só cinco anos depois de ter dado entrada, pela primeira vez, nos papéis em Nova Iorque, Odilza conseguiu receber a documentação do City Hall, de Nova Iorque. A lei brasileira exige que nos divórcios feitos fora do país, embora totalmente legalizados, as partes têm que ser citadas para afirmar que concordam com o mesmo, apesar de já terem assinado toda a papelada. Os papéis americanos, até o fechamento desta coluna, ainda não tinham chegado às mãos da conceituada advogada Marilza Barreto.

### **Carlos Scovino Soares ao lado da amiga Odilza Vital, na Barra**

Quarta-feira, 30/11/05 - Niterói

### **TURBINAS ACELERADAS**

A médica Odilza Vital estará, amanhã, no jantar Nüit de Noël em mesa com Kátia e Edimar Fontoura e Tereza e Luiz Quatronni. Na próxima semana, a médica embarca para Las Vegas, onde participa do American Academy of Anti-aging Medicine. Que luxo!

Quinta-feira, 25/08/05 - Caderno B - POR Márcia Peltier

### **LEILÃO BENEFICENTE**

**A médica Odilza Vital, ao lado do ator Marcos Frota, com o quadro da artista plástica cega Virgínia Vendramini, que arrematou no leilão em**

## **benefício da instituição de meninas cegas Sodalício da Sacra Família**

Sábado, 07/01/06 - Caderno B - POR Márcia Peltier

### **Santo remédio**

A endocrinologista Odilza Vital está até agora surpresa com as recomendações clínicas que ouviu no 13º congresso mundial sobre anti-envelhecimento, em Las Vegas. Para conservar a juventude, principalmente a feminina, os médicos americanos recomendaram, em uníssono, que a satisfação sexual é fundamental.

Domingo, 11/12/2005 - Página VIP - Por Estela Prestes

**A MÉDICA** Odilza Vital e o empresário Alexandre Coelho Gomes em festa chique

Segunda-Feira, 23/08/2004 - Hilde

### **Lose Weight Forever**

EMAGREÇA PARA sempre, livro da cientista Odilza Vital, vai ser lançado nos Estados Unidos, dia 26, na sede da Organização das Nações Unidas, em Nova York, depois de sua palestra sobre Saúde e Posição da Mulher no Mundo Moderno. Lose weight for Ever - The Brazilian Way é seu título em inglês. Tornou-se o primeiro livro inteiramente escrito por um médico brasileiro, a ser registrado na biblioteca do congresso dos Estados Unidos...