



43 anos 70 kg 1,75 m

O empenho e a competência renderam o convite inédito para o médico brasileiro Arthur Tykocinski comandar o 16th Annual Scientific Meeting, organizado pela Sociedade Internacional de Cirurgia de Restauração de Cabelo, de 3 a 7/9, em Montreal, Canadá. Pela primeira vez na história, um profissional que não possui o inglês como língua nativa preside o mais relevante evento voltado à saúde capilar. Mesmo com espírito rebelde e inquieto de um jovem que sempre adorou viajar e fazer esportes radicais, o que teoricamente não combinaria com o perfil de um médico tradicional, Tykocinski direcionou seus objetivos para adaptar sua profissão aos seus hobbies: além de ir à academia, o doutor adora pegar ondas. Entre um congresso e outro pelo mundo, ele arruma tempo, aluga um carro e escapa para surfar.

SL - Como surgiu o amor pela medicina?

Arthur Tykocinski - Meu principal impulso para a área médica se deu aos 5 anos com a doença de minha irmã, a esclerodermia (palavra grega que significa "pele endurecida"). Vê-la lutando para viver me ajudou a enxergar o mundo de outra forma. Além disso, percebi que gostava de procedimentos cirúrgicos e que tinha um grande interesse por cabelos. Fiquei assustado com a "pressão emocional" - lidar com doença e morte é muito pesado, mas depois superei e busco meu melhor. Hoje sou especialista em dermatologia, cirurgia cosmética e estética.

SL - Sua área une arte a saúde?

Quando comecei a fazer cirurgia cosmética, pude incorporar "arte" ao trabalho. Como dizia Dostoiévski: "A beleza salvará o mundo".

SL - O trabalho do médico é salvar vidas. Como você cuida de sua própria vida?

Acredito que só poderei cuidar bem de meus pacientes se estiver inteiro comigo mesmo. Malho 3 ou 4 vezes na semana, nado e cuido da dieta consumindo frutas, grãos integrais, peixe e chá verde.

SL - Como é presidir o Congresso Mundial de Transplante Capilar?

Surpreendente. Eu resolvo e decido absolutamente tudo. Falo também pelo meu país, pois é a primeira vez que convidam um médico não inglês nativo para presidir um congresso mundial de transplante capilar. Estou dando o meu melhor e trabalho todos os fins de semana, feriados e férias há um ano.

SL - Há um paralelo entre a medicina e o esporte?

Assim como a medicina, o esporte promove saúde, equilíbrio, bem-estar e aumenta a qualidade de vida, o que melhora o organismo como um todo. E esportistas tendem a ter hábitos mais saudáveis, fechando o ciclo virtuoso. Exercício significa

bem-estar e esporte é algo que me dá satisfação, descarrega as tensões, ajuda a relaxar e é melhor que antidepressivo. Outro ponto: estimula a socialização. Comecei a praticar esportes como a natação aos 6 anos por ter asma.

SL - E o surfe, como entrou em sua vida e o que representa hoje?

Foi ele que me escolheu. Sempre ia ao Guarujá, SP, influenciado por minha mãe carioca e por ter asma, por causa do ar. Na década de 1970, vi o surfe nascer como esporte, da janela de casa. Foram meus primeiros heróis. E como resistir a isso? Que moleque não queria carregar uma prancha debaixo dos braços na praia e sair do mar para o abraço da gatinha? Quando saí do mar, nem me lembro o que pensava antes. O surfe é competitivo, contemplativo e exaustivo. São muitos superlativos para sobrar espaço para preocupações; lava o corpo e a alma.

SL - Praticar esportes pode ser um diferencial para o médico?

Como vou estimular saúde e qualidade de vida do meu paciente se não faço isso? Muitas vezes a pessoa vem para falar do cabelo, mas quer melhorar sua vida. Depois de muita conversa, fica claro que ela deve mudar sua rotina alimentar, iniciar um esporte, se cuidar. E, se quiser, pode até fazer o transplante. Mas o fundamental é se amar e se cuidar. Um topete novo pode trazer uma melhora da auto-estima, mas nada se compara a uma vida saudável.

SL - Os médicos são menos cuidadosos com a saúde?

Isso é uma grande estupidez. Talvez por ver tanta desgraça, de certa forma se culpem pela sua freqüente impotência. Muitos pensam ser ou gostariam de ser deuses e esse desleixo próprio seria para aliviar sua culpa.

SL - O que pesa mais na hora de fazer atividade física: estética ou saúde?

Todo esporte melhora a estética e a saúde. Mas musculação depois dos 40 é fundamental. Independentemente do resto, é obrigatório.

SL - Com uma rotina exaustiva de consultas e cirurgias, como arruma tempo para praticar esportes, principalmente o surfe?

Nado no prédio e moro perto do trabalho e do parque, o que faz toda a diferença. Sou abençoado por ter esse privilégio nesta cidade enlouquecida. Tenho uma rotina de interior: pego a bike e pedalo umas quadras até o parque e chego ao trabalho em 5 min. No fim de semana, vou para Itamambuca (Ubatuba, SP) repor minha energia e recarregar as idéias. Quando viajo e participo de congressos, alugo um carro para levar minha prancha. Também adoro a adrenalina do snowboard.

SL - Quais são os próximos objetivos?

Depois de ser presidente de um congresso mundial e ser mundialmente reconhecido, acho que posso dizer que cheguei ao topo. Quero, com o tempo, ter um trabalho mais empresarial e menos braçal. No esporte, pretendo fazer viagens de aventura, conhecer lugares exóticos e intoxicados.