

Entrevista / Interview

Mónica José

Técnica de Radiologia na Unidade Local de Saúde de Santa Maria (ULSSM); Mestre em Ressonância Magnética Fetal; Secretária da Direção da Associação NUCLIRAD; Curso de Medicina Tradicional Chinesa; Formadora nas áreas de imagiologia, massagem e emergência pré-hospitalar; Terapeuta de massagem.

Uma das suas grandes paixões é a escrita, tendo ganho um prémio de literatura em criança num concurso promovido pela Câmara Municipal do Seixal. Em 2012 publicou o livro “*Coração e a Razão*”; em 2020 o livro “*COVID-19: A Guerra Invisível*” e em 2021 o livro infantil “*O meu amigo Raio-X*”.

Radiographer at Santa Maria Local Health Unit (ULSSM); Master in Fetal Magnetic Resonance Imaging; Secretary of the Board of Directors of the NUCLIRAD Association; Traditional Chinese Medicine Course; Trainer in the areas of imaging, massage and pre-hospital emergency; Massage therapist.

One of her great passions is writing, having won a literature prize as a child in a competition promoted by the Seixal Municipal Council. In 2012 he published the book “Heart and Reason”; in 2020 the book “COVID-19: The Invisible War” and in 2021 the children’s book “My Friend X-Ray”.



1. O que a inspirou a escrever o primeiro livro infantil dedicado à Radiologia em Portugal, “O meu amigo Raio-X”, e a escolher um Técnico de Radiologia como protagonista?

Este livro nasceu de um desafio lançado pelo António Almeida, como sabem, presidente da direção da associação NUCLIRAD, após ter lançado um outro livro sobre a Covid 19. Aceitei o desafio pois já há algum tempo andava a pensar nisso e o entusiasmo surgiu. Tenho um filho, que na altura tinha 8 anos e coloquei-me no papel de uma criança, sendo que ele, com as dúvidas que tinha, foi sendo o mote para este livro.

O facto do protagonista ser Técnico de Radiologia faz todo o sentido neste livro, pois mostra a importância que é de nós Técnicos de Radiologia sermos como o Tomé e pararmos um bocadinho na nossa corrida laboral quotidiana e explicarmos a todos, principalmente aos mais pequenos, o que somos e o que fazemos.

2. Quais os principais conceitos ou mensagens sobre Radiologia e Radiações que o livro procura transmitir às crianças?

A principal mensagem que o livro procura transmitir é a de que a população saiba que os Técnicos de Radiologia são os profissionais de saúde que realizam os exames de diagnóstico e terapêutica na área da Radiologia, nomeadamente aqueles que são mais conhecidos do público em geral – radiografias e tomografias computadorizadas.

Se no fim de lerem o livro souberem isto, fico muito feliz. Na Saúde existem várias profissões e é triste a maior parte das pessoas achar que os profissionais de saúde se resumem apenas a enfermeiros e médicos. Por isso a principal mensagem é mesmo esta: Os exames radiológicos são realizados pelo Técnico de Radiologia.

1. What inspired you to write the first children’s book dedicated to Radiology in Portugal, “My Friend X-Ray”, and to choose a Radiographer as protagonist?

This book was born from a challenge launched by António Almeida, as you know, president of the board of directors of the NUCLIRAD association, after having launched another book about Covid 19. I accepted the challenge because I had been thinking about it for some time and the enthusiasm emerged. I have a son, who was 8 years old at the time and I put myself in the role of a child, and he, with the doubts he had, became the motto for this book.

The fact that the protagonist is a Radiographer makes perfect sense in this book, as it shows how important it is for us Radiographers to be like Tomé and stop for a while in our daily work rush and explain to everyone, especially the little ones, what who we are and what we do.

2. What are the main concepts or messages about Radiology and Radiation that the book seeks to convey to children?

The main message that the book seeks to convey is that the population knows that Radiographers are the health professionals who carry out diagnostic and therapeutic exams in the area of Radiology, particularly those that are best known to the general public – x-rays and computed tomography scans.

If at the end of reading the book they know this, I will be very happy. In Health there are several professions and it is sad that most people think that health professionals are limited to just nurses and doctors. Therefore, the main message is this: Radiological examinations are carried out by Radiographers.

3. Como acredita que um livro como este pode contribuir para desmistificar o medo ou o desconhecimento sobre Radiologia entre as crianças e suas famílias?

Qualquer livro que lemos tem uma mensagem, causa-nos sensações e molda o nosso pensamento. Isto obviamente vai depender do seu conteúdo, mas qualquer livro molda algo dentro de nós, e “*O meu amigo Raio-X*” não é excepção.

É um livro pequeno que retrata uma história e as crianças adoram histórias, e por isso o conteúdo é facilmente assimilado. Além disso, as crianças são um meio para se chegar aos pais, pois elas se gostarem da história vão-lhes contar e estes vão ter curiosidade em ver o livro e aprender qualquer coisa, e de chegar à mensagem que o livro pretende transmitir.

Tenho tido um excelente *feedback* de pais, crianças e colegas de profissão, pelo que considero que foi um meio bem sucedido de desmistificar o medo e o desconhecido em relação à Radiologia, às crianças e suas famílias.

4. Qual é a importância de promover a profissão de Técnico de Radiologia desde cedo, especialmente no público infantil?

A importância é a mesma de se promover outra profissão, tal como a de médico, enfermeiro ou professor. É importante que a sociedade reconheça cada uma das profissões existentes sejam elas quais forem. Além disso, no caso da Radiologia, existe um risco, que é o das radiações e é fulcral que seja o Técnico de Radiologia a esclarecer dúvidas e sobretudo a lidar com as radiações e com os exames que têm na sua base radiações, sejam elas, ionizantes ou não ionizantes.

O facto de se enveredar pelo público infantil tem a ver, tal como já referi, pela simples razão de não terem filtro, de assimilarem as coisas de maneira diferente dos adultos e, por isso, considero que o público infantil é o melhor para se chegar ao público adulto.

5. Durante o processo de criação do livro, encontrou algum desafio específico ao abordar temas técnicos ou científicos de forma lúdica?

Confesso que me senti um pouco de mãos e pés atados numa primeira fase. Como vou falar de radiações a crianças? A radiação não é algo palpável nem sequer se vê... hmm... mas depois pensei.. as crianças acreditam em super heróis e poderes mágicos, então por que não, comparar a radiação a um poder mágico?

E assim consegui ultrapassar esse primeiro desafio.

Um outro, foi de tentar explicar como as imagens do interior do corpo aparecem no computador., A solução foi comparar a ampola de raio x a uma máquina fotográfica em que de lá, sai o tal poder mágico e que vai tirar uma

3. How do you believe a book like this can help to demystify fear or lack of knowledge about Radiology among children and their families?

Any book we read has a message, causes us sensations and shapes our thinking. This will obviously depend on its content, but any book shapes something within us, and “*My Friend X-Ray*” is no exception.

It's a small book that tells a story and children love stories, so the content is easily assimilated. Furthermore, children are a means of reaching their parents, as if they like the story they will tell them and they will be curious to see the book and learn something, and to reach the message that the book intends to convey.

I have had excellent feedback from parents, children and professional colleagues, so I believe it has been a successful way of demystifying fear and the unknown in relation to Radiology, to children and their families.

4. How important is it to promote the Radiographer profession from an early age, especially among children?

The importance is the same as promoting another profession, such as doctor, nurse or teacher. It is important that society recognizes each of the existing professions, whatever they may be. Furthermore, in the case of Radiology, there's a risk, which is radiation, and it is crucial that the Radiographer is the one to clarify doubts and, above all, to deal with radiation and exams based on radiation, be it, ionizing or non-ionizing.

The fact of targeting children has to do with, as I already mentioned, the simple reason that they have no filter, that they assimilate things differently than adults and, therefore, I consider that children are the best to reach the adult audience.

5. During the process of creating the book, did you encounter any specific challenges when approaching technical or scientific topics in a playful way?

I confess that I felt a little tied up at first. How am I going to talk about radiation to children? Radiation isn't something tangible, you can't even see it... hmm... but then I thought... children believe in superheroes and magical powers, so why not compare radiation to a magical power?

And so I managed to overcome this first challenge.

Another was trying to explain how images of the inside of the body appear on the computer. The solution was to compare the x-ray ampoule to a camera where magic power comes out and takes a high quality photograph of

fotografia de alta qualidade ao interior do corpo e que temos de estar quietos para que a "fotografia" não fique tremida...

Acho que ser mãe ajudou bastante!!!

6. Que *feedback* já recebeu dos leitores, sejam crianças, pais ou mesmo profissionais da área, e quais são os seus planos para futuras iniciativas de divulgação da Radiologia?

O *feedback* foi muito positivo. O livro já foi lido em alas pediátricas, em escolas e a atenção com que as crianças ouvem a história é simplesmente mágico e gratificante para mim como autora.

De entre os colegas e outros profissionais de saúde o *feedback* é muito bom e positivo. Principalmente os professores das escolas a que já fui, gostaram muito da ideia e me propuseram até fazer uma pequena sessão de teatro baseada no livro. Vamos a isso.. (risos). Na Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, onde fiz a minha formação académica, o *feedback* foi muito mas mesmo muito bom, no qual me fizeram sentir orgulho por ser Técnica de Radiologia e me deram força para não parar no que respeita à valorização da nossa profissão. Não é o primeiro livro que publico, mas este sendo o primeiro mais dirigido à minha profissão, sinto-o como um filho, e muito orgulho pela sua criação.

Planos futuros... Tenho alguns, mas ainda estão no segredo dos Deuses. Apenas posso adiantar que se tudo correr bem, para o ano sairá um outro livro que me está a ser muito desafiante escrever e claro, relacionado com a profissão. Mas aguardemos...

Não posso terminar esta entrevista, sem mostrar o meu sincero agradecimento à NUCLIRAD e em especial ao António Almeida por me ter desafiado e por ter acreditado neste livro: "*O MEU AMIGO RAIOS-X*".

the inside of the body and we have to be still so that the "photograph" doesn't get blurry. ...

I think being a mother helped a lot!!!

6. What *feedback* have you received from readers, whether children, parents or even professionals in the field, and what are your plans for future initiatives to promote Radiology?

The *feedback* was very positive. The book has already been read in pediatric wards, in schools and the attention with which children listen to the story is simply magical and rewarding for me as an author.

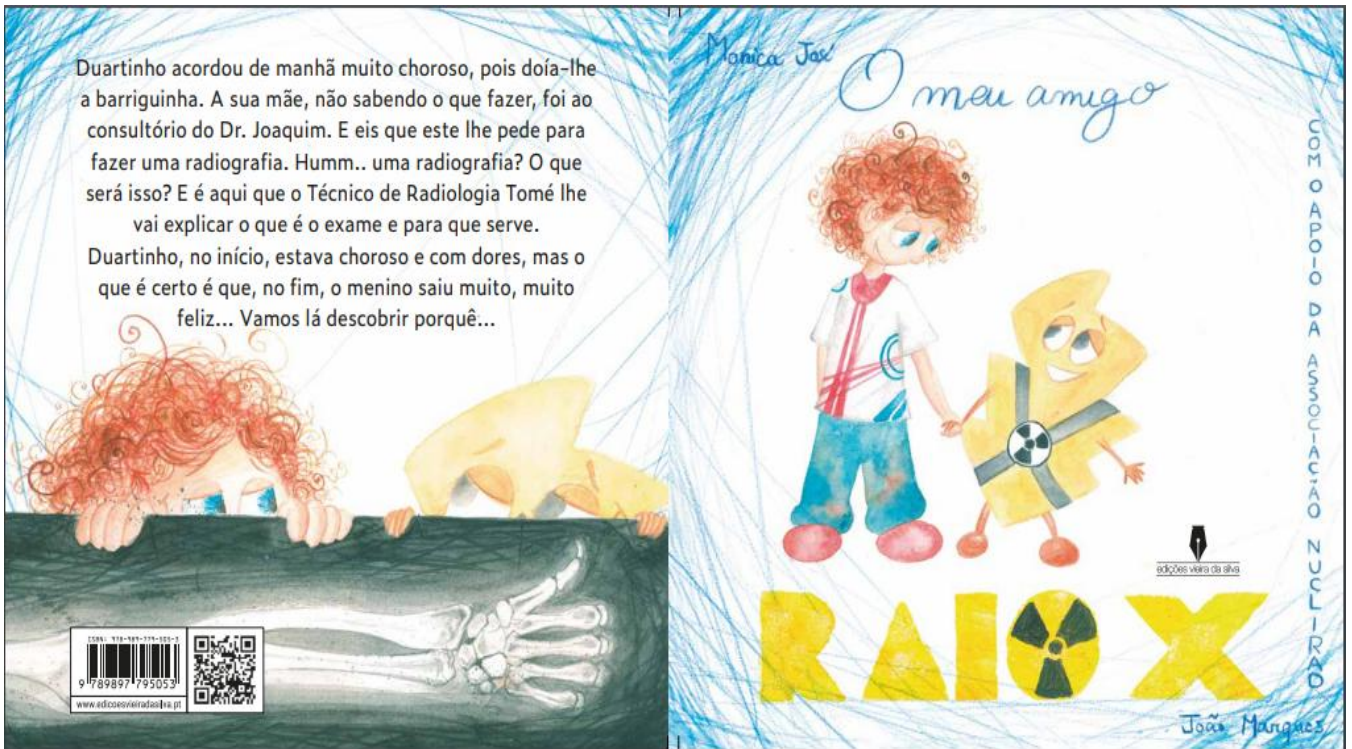
From colleagues and other healthcare professionals the *feedback* is very good and positive. Especially the teachers at the schools I've been to, really liked the idea and even suggested I do a small theater session based on the book. Let's do it... (laughs). At the Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, where I did my academic training, the *feedback* was very, very good, which made me feel proud to be Radiographer and gave me the strength to not stop when it comes to valuing our profession. It's not the first book I've published, but this being the first one more aimed at my profession, I feel like a son, and I'm very proud of its creation.

Future plans... I have some, but they are still in the secret of Gods. I can only say that if everything goes well, another book will come out next year that is very challenging for me to write and, of course, related to the profession. But let's wait...

I cannot end this interview without showing my sincere gratitude to NUCLIRAD and in particular to António Almeida for challenging me and for believing in this book: "*MY FRIEND X-RAY*".

Recebido / *Received*: 21/01/2025

Aceite / *Accepted*: 23/01/2025



1º Livro Infantil em Portugal dedicado à área da Radiologia

12.00 € | LIVRO

**JÁ À VENDA
NAS LIVRARIAS
E ONLINE**

