

Alimentação biogênica e o uso de enemas: entenda o conceito e os riscos dessa prática alimentar muito utilizada para o emagrecimento

Foto: Divulgação



Procedimentos têm benefícios para a saúde, mas não devem ser usados como alternativa para perder peso; médicos alertam sobre perigos de alimentação muito restritiva.

De tempos em tempos, surgem novas "febres" que prometem emagrecimento rápido e natural. Duas dessas práticas - a alimentação biogênica e o uso de enemas (lavagem intestinal) - de fato podem ter benefícios para a saúde em alguns casos, mas médicos alertam que não devem ser utilizadas como alternativas para a perda de peso.

Pág. 3

Dia do Dentista

25 de outubro é comemorado o Dia do Dentista



O dia 25 de outubro é dedicado a homenagear os dentistas brasileiros e a alertar para a importância dos cuidados com a saúde bucal, a fim de se evitar doenças que podem não só

Pág. 09

Cidade

Como se aposentar por tempo de contribuição ainda em 2023

Pág. 08

Cidade

Prefeitura inicia processo para implantação da Telemedicina em Piracicaba

Pág. 08

Cidade

Mirante lança campanha 'Inimigos do Saneamento'

Pág. 06

Cultura



Pág. 20

Cidade

Aprendizes do Instituto Formar desenvolvem habilidades na Frias Neto

Pág. 18



Quer expandir seu negócio?



FRIASNETO

for business

0800-188800 - 0800-2118

Imóveis comerciais, industriais e logísticos

Cidade

A inclusão da tomossíntese digital mamária no rol de exames com cobertura obrigatória pelos planos de saúde

Foto: Divulgação



Proposta para a obrigatoriedade nos planos de saúde do exame tomossíntese digital mamária, conhecido como 'mamografia 3D', encaminha-se para decisão final na ANS e representa avanços na detecção precoce da doença

Pág. 04

Cidade

Sindicato dos Bancários completa 64 anos neste domingo

Pág. 16

Cidade

Prefeitura abre consulta pública sobre a revitalização da praça José Bonifácio

Pág. 17

CONHEÇA A NOVA GRADE DE PROGRAMAÇÃO da legítima e mais querida webrádio da cidade.

FOLHA DE PIRACICABA

O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

@Folhadepiracicaba

NESTA TERÇA 24/10



Artigo

Pano ao vento não se assenta

Neste início de primavera, o que vemos e sentimos é a forte ventania que balança tudo que está na sua direção. Essas rajadas de vento mostram que nada fica estático, pois é o vento que comanda. Observando, que se um juiz da Suprema Corte sair de sua casamata, perceberá que sua indumentária não se assenta, e não é preciso ser uma rajada de vento, apenas estar ao ar livre, local esse em que transitam os donos do “por quem os sinos dobram” e eram amparados pela Carta Magna, que teve suas páginas desprendidas e lançadas ao vento para balançarem ao sabor da veste.

A comunicação da grande mídia tentando dar força às afirmativas de genocida, terroristas, bárbaros, etc., até há pouco meses aos vândalos do oito de janeiro em Brasília, e trocando agora por: grupo, resistentes, comando, opositores, etc., na perspectiva de esconder com trapos rotos a verdade das atrocidades cometidas pelos terroristas do Hamas em sete de outubro contra civis no Estado de Israel.

A comunidade acadêmica, aonde partes - digo partes -, dos cursos, possuem militantes absolutistas que há anos servem sempre ao mesmo propósito: à causa autoritária. E, com um pano sob ventania, tenta esconder o valor do Direito Natural de Hobbes (1588-1679). Embora não seja de todo a aceitação do filósofo; contudo, traz verdades da natureza humana. Uma delas é quando o indivíduo se sente soberano e faz suas leis, provoca atrocidades em nome de sua causa.

O ordenamento, seja jurídico, acadêmico, político, sociedade de classe que está a serviço de uma causa e viola os mais elementares pontos do contrato constitucional e dos direitos humanos, desrespeita o Estado Democrático, e deve ser combatido com as leis do Estado. O ataque terrorista do Hamas, que além de pensar soberanamente como guardiões de uma causa, arrasta consigo simpatizantes que, verdadeiramente ou não, há sempre um elo que o fazem refém da ideologia e apoio desumano de eliminar inócentes.

Assim, o vento que balança os panos (não sei se o chamam de

bandeiras) dos órgãos oficiais e da velha mídia expõe muita omissão, quando deveriam se posicionarem em favor de um Estado reconhecido, e serem irretocáveis em suas críticas a barbárie e a brutalidade contra seres humanos em que suas ações eram, somente, a participação num evento com tema simbolizando a convivência harmônica entre os povos e, outros, nos seus afazeres cotidianos de cidadãos.

Os seres humanos estão sempre pressionados pelo medo, pois a vida lhes apresenta tantas incertezas. Mas, o medo maior é o da dominação pela brutalidade, pelas leis de soberanos que ferem a Constituição; pelas opiniões a quem as narrativas (que horror dessa palavra, muito usada até por déspota) criam fatos, distorcendo a realidade em nome de uma causa e desprezam o povo liberal e democrático.

O terror, o medo e autoritarismo pareciam ter ficado somente na história como símbolo de maldades feitas por obscurantistas. Foram tantas as revoluções para combater o absolutismo que se renunciavam não mais se repetiriam.

Recordando o ocorrido. Imagine um arrastão de elementos se denominando como governo estuprando mães, degolando crianças, exibindo pelas ruas mulheres mortas, aprisionando crianças em gaiolas e fazendo reféns. Essas atrocidades exigem perguntas: que tipo de seres são esses? Que tamanho de lona para em cobrir e amenizar os horrores praticados e apoiados pelos seus simpatizantes? A esperança é o povo virtuoso, que soprando rajadas de vento de honra levanta a lona descobrindo a intenção dos que tentam amenizar a barbárie.

A paz será completa considerando os Estados reconhecidos e os povos que necessitam de cooperação e liberdade de ir e vir, respeitando sua cosmogonia. O mundo civilizado não aceita mais dominações arbitrárias e justiça em mãos injustas.

Idico Luiz Pellegrinotti - Professor universitário

O pacote de maldades de Tarcísio para destruir a Educação e os serviços públicos

Quando concorreu às eleições para Governador de São Paulo, o carioca Tarcísio de Freitas conjugou propostas privatistas alinhadas com a concepção ultraliberal de “Estado mínimo”, com promessas ao funcionalismo público.

A primeira parte vem aplicando implacavelmente, mas não cumpre seus compromissos com os servidores públicos. Por exemplo, nada faz para revogar a Lei Complementar 1374/2022 – que desmonta a carreira dos professores. Seu Secretário da Educação prometeu e não enviou o projeto que acaba com o cumprimento das Atividades Pedagógicas Diversificadas (APD) dentro da escola, onde os professores podem passar até 12 horas por dia sem condições adequadas de trabalho. Também não mandou o projeto para retomar a falta-aula, para que os professores não tenham mais o dia inteiro descontado se faltarem a uma aula. Até o momento também não acatou a retirada da jornada de trabalho como critério para atribuição de aulas, que causou tantos problemas e injustiças em 2023.

Para desfazer o patrimônio público e sucatear a Educação pública, porém, o Governador é bem diligente. Já enviou para a Assembleia Legislativa, em regime de urgência, projetos para cortar verbas da Educação, iniciar uma reforma administrativa e privatizar a SABESP.

A Proposta de Emenda à Constituição 9/2023, reduz a verbas da Educação, estipulando que o gasto obrigatório com educação seria de 25% do orçamento estadual e não mais de 30% consta na Constituição Estadual. Pelo projeto, a diferença de 5% dos recursos poderia ser gasta com Educação, com Saúde, ou com ambas. Entretanto, o projeto não define um critério para esse gasto, ficando a cargo do próprio Governo definir de acordo com sua própria vontade.

Esse corte de recursos é inaceitável. Precisamos derrotar esse projeto. A Educação pública no Estado de São Paulo precisa de investimentos. As escolas estão abandonadas, ainda temos escolas de lata, não temos carreira, nossos salários estão defasados, nossos direitos não são respeitados e são eliminados.

Não adianta tentar jogar a Saúde contra a Educação. Ambas as áreas necessitam de recursos. De minha parte, apresentarei emenda e substitutivo para impedir esse corte de verbas e para também garantir que a área da Saúde tenha verbas adicionais.

O Projeto de Lei Complementar 138/2023

foi elaborado nos gabinetes do Governo, sem qualquer tipo de diálogo ou consulta aos servidores e trata da extinção de 5 mil cargos comissionados em um universo total de 27 mil cargos. Ou seja, o Governo continuará nomeando 21 mil comissionados. O projeto suscita muitas dúvidas, como, por exemplo, em que áreas serão feitos esses cortes, em que medida esses cortes afetarão a prestação de serviços públicos, pois não vêm sendo realizados concursos em número suficiente, se tais cortes afetam a Educação e de que forma, entre outras indagações. O projeto também institui pagamento por subsídio para esses cargos e altera a tabela de remuneração, agrupando-as em referências.

Preocupa-nos o método e a possibilidade plausível de que essa seja a etapa preliminar da imposição de uma reforma administrativa mais ampla, profunda, privatizante e destrutiva dos serviços públicos e dos direitos do funcionalismo.

Finalmente, o Projeto de Lei 1501/2023 autoriza o Governo a privatizar a SABESP, para que o Governo possa vender essa empresa essencial, eficiente e lucrativa provavelmente por um valor irrisório, considerando seu valor real e sua importância social e estratégica para o Estado.

O projeto tenta vender a ideia de pretensas garantias ao consumidor, quando, por exemplo, estabelece que no novo estatuto social, reserva-se direito de veto ao Governo a reajustes tarifários. Na verdade, isso não é garantia de nada, porque dependerá do governo do momento. Prevalece a lógica do mercado.

Nosso mandato popular, assim como a APEOESP e grande número de entidades estão engajados na luta contra a privatização da SABESP, do Metro, da CPTM. Lutaremos com todas as nossas forças na ALESP para barrar esse projeto.

No próximo período, a presença da APEOESP e demais entidades e movimentos populares será intensa na ALESP, luta para barrar esses ataques, realizando vigílias, visitas aos deputados e outras iniciativas.

Defender a Educação, a Saúde, os serviços públicos, o patrimônio e os direitos da população paulista é nosso compromisso!

Professora Bebel é deputada estadual pelo PT e segunda Presidenta da APEOESP

Diretor Comercial: Marcelo Germano; **Diagramação:** Flavio Salgueiro; **Arte Final e Tratamento de Imagem:** Daniel Kusunoki. **E-mail:** contato@folhadepiracicaba.com.br. **Site:** www.folhadepiracicaba.com.br.

Alimentação biogênica e lavagem intestinal ganham adeptos em busca do emagrecimento; conheça riscos

Procedimentos têm benefícios para a saúde, mas não devem ser usados como alternativa para perder peso; médicos alertam sobre perigos de alimentação muito restritiva.

Úrsula Neves

De tempos em tempos, surgem novas “febres” que prometem emagrecimento rápido e natural. Duas dessas práticas - a alimentação biogênica e o uso de enemas (lavagem intestinal) - de fato podem ter benefícios para a saúde em alguns casos, mas médicos alertam que não devem ser utilizadas como alternativas para a perda de peso.

A base da alimentação biogênica é composta por alimentos que “geram a vida” e são consumidos in natura. Ela inclui grãos, cereais, leguminosas cruas, ervas e hortaliças germinadas ou em forma de brotos. Essa abordagem se deve ao fato de que, durante o processo de germinação, esses alimentos estão repletos de substâncias e nutrientes, uma vez que estão em pleno crescimento. No entanto, quando são cozidos ou passam por outro tipo de preparação, há uma perda dessa capacidade nutritiva.

Já o enema é uma lavagem do intestino através de uma solução via sonda retal que, geralmente, é utilizada para a eliminação de toxinas ou de resíduos. No entanto, a introdução do café pelo ânus - prática polêmica divulgada nas redes sociais - não possui comprovação científica e ainda pode causar sérios problemas à saúde. Confira a seguir os benefícios, os cuidados e os principais riscos para a saúde de cada um desses hábitos:

Alimentação biogênica

A alimentação biogênica é utilizada há muitos e muitos anos, desde quando as pessoas não tinham à disposição alimentos processados e industrializados para o consumo.

Ela se baseia em duas regras principais: o consumo de alimentos germinados (vivos) e o uso de energia viva, proveniente de hortaliças, frutos, grãos e legumes. São os chamados “alimentos vivos”, que devem ser 100% naturais, orgânicos, crus e em sua forma mais pura.

Entretanto, essa dieta altamente restritiva apresenta riscos e requer certa cautela para preservar a saúde. Um desses cuidados é a inclusão do consumo de proteínas e suas respectivas vitaminas. Além disso, é essencial manter-se bem hidratado, pois trata-se de uma alimentação com baixa ingestão calórica, o que pode favorecer a desidratação.

“Evitar alimentos industrializados e privilegiando alimentos in natura e orgânicos é bem saudável, porém isso deve ser realizado com acompanhamento de um profissional de saúde para evitar deficiências nutricionais”, alerta a médica nutróloga Andrea Pereira, que atua no Departamento de Oncologia e Hematologia do Hospital Israelita Albert Einstein, com pós-doutorado em andamento pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (USP).

Os benefícios da alimentação biogênica incluem a ingestão de alimentos mais nutritivos e livres de resíduos químicos, o que contribui para a saúde, aumentando o nível de energia, melhorando a digestão e fortalecendo o sistema imunológico. A perda de peso, no final das contas, seria um bônus. Desde que, claro, combinado com a prática regular de atividades físicas.

Outro ponto importante, explica a médica, é que esse tipo de alimentação não deve ser visto como uma dieta, mas sim uma abordagem em que o indivíduo busca ingerir opções naturais, orgânicas em sua forma mais natural possível.

“Como não existe comprovação científica para esse tipo específico de dieta, a utilização da alimentação biogênica deve ser seguida com acompanhamento médico correto e individualizado. É importante esclarecer que toda dieta restritiva pode levar a perda de massa muscular ou deficiências nutricionais, caso não esteja bem balanceada por um profissional da área de nutrição”, pontua Pereira.

Enema não deve ser usado

para emagrecimento

Outra prática que tem ganhado espaço entre aqueles que desejam eliminar alguns quilos extras é o enema, lavagem intestinal ou “chuca”, como é popularmente conhecida. Essa técnica consiste na lavagem do reto com a instilação de líquido por via anal.

Não é difícil encontrar postagens nas redes sociais de pessoas defendendo e até mesmo realizando o procedimento várias vezes por dia, sem indicação ou supervisão médica. No entanto, não há comprovação científica do uso de enemas como complemento auxiliar no emagrecimento.

“É verdade que nas pessoas constipadas, nas quais há também sensação de distensão abdominal, o enema faz evacuar e eliminar gases, dando a impressão de ‘desinchar’ o abdômen. Porém, o procedimento não tem papel no emagrecimento”, esclarece a médica proctologista Marleny Novaes Figueiredo de Araújo, que é membro titular da Sociedade Brasileira de Coloproctologia (SBCP), e atua na equipe de coloproctologia do Hospital Municipal da Vila Santa Catarina e do Hospital Israelita Albert Einstein.

A principal indicação dos enemas é para pacientes com fezes empedradas, com dificuldade de evacuar, constipação crônica grave e incontinência anal (quando os indivíduos não conseguem controlar a saída de fezes).

Outra indicação é para preparo de exames como retoscopia, visando limpar o intestino para que este possa ser visualizado adequadamente. Há enemas com medicamentos que podem ser necessários em algumas enfermidades, como a retocolite ulcerativa, que é uma doença inflamatória do intestino.

“O enema não precisa de supervisão médica para ser realizado. Médicos, enfermeiros e outros profissionais da saúde podem orientar o paciente de como realizá-lo em casa, mas

Fotos: Divulgação



somente quando for indicado. A principal recomendação é lubrificar o ânus para a introdução do kit para realização do enema e ter cuidado nessa introdução para não ferir ou machucar o reto”, esclarece a proctologista.

No entanto, Marleny Araújo afirma que há risco de perfuração do reto e que quando é realizada a introdução do líquido, pode haver uma sensação de ardência e vontade de evacuar.

“Esses sintomas estão previstos e passam em alguns minutos, logo após a evacuação ocasionada pelo enema acontecer. No caso de enemas de medicamentos, o objetivo é que o líquido fique no reto agindo por mais tempo”, explica.

Os perigos dos enemas de café

A prática do enema de café - quando a bebida é inserida pelo ânus para limpar o reto e o intestino grosso - também vem fazendo cada vez mais adeptos em diversos países, inclusive no

Brasil.

“A cafeína acaba sendo absorvida pelo reto (mesmo que em menor quantidade do que tomando café...) e isso pode ter consequências, em especial sendo realizado diversas vezes ao dia. Os riscos vão desde alterações como taquicardia (coração acelerado), arritmias, náuseas até mal-estar. Fazer isso em casa é até mais arriscado, pela dosagem de cafeína que pode haver no enema. Há ainda os mesmos riscos de qualquer enema, como feridas no reto e inflamação”, adverte a proctologista.

A médica esclarece ainda que, mesmo quando realizados apenas com água, os enemas podem prejudicar o funcionamento do intestino a longo prazo, pois podem criar uma dependência, levando a pessoa a deixar de evacuar naturalmente. “Nenhum enema deve ser realizado com frequência sem que haja indicação para tal”, conclui.

Fonte: Agência Einstein

FQ CONTABILIDADE
SERVIÇOS PREVIDENCIÁRIOS

- PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO
- AUXÍLIO RECLUSÃO
- PENSÃO POR MORTE
- APOSENTADORIAS
- APOSENTADORIA POR IDADE
- BPC - LOAS
- AUXÍLIO DOENÇA
- LICENÇA GESTANTE
- SEGURO DEFESIO
- APOSENTADORIA POR TEMPO DE CONTRIBUIÇÃO

ENTRE EM CONTATO E SAIBA MAIS
(19) 3301-3681 (WHATSAPP)
contato@fqjcc.com.br

Tomossíntese: Uma revolução na mamografia e no diagnóstico precoce do câncer de mama

Proposta para a obrigatoriedade nos planos de saúde do exame tomossíntese digital mamária, conhecido como 'mamografia 3D', encaminha-se para decisão final na ANS e representa avanços na detecção precoce da doença

Foto: Divulgação



A inclusão da tomossíntese digital mamária, ou "mamografia 3D", no rol de exames com cobertura obrigatória pelos pla-

nos de saúde avança para uma decisão final na ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar). O estudo de incorporação, liderado pela Sociedade Brasileira de Mastologia (SBM),

baseia a proposta do Colégio Brasileiro de Radiologia na ANS que indica o método de imagem com tecnologia avançada para rastreamento do câncer de mama em mulheres entre 40 e 69 anos com mamas com densidades fibroglandulares esparsas e heterogeneamente densas. Em fase de consulta pública, o tema segue para a última etapa, com a audiência pública marcada no dia 27 de outubro.

"A tomossíntese é um recurso que proporciona diagnósticos mais precoces, entrega melhores resultados clínicos e proporciona economia para todo o sistema", afirma o mas-

tologista Henrique Lima Couto, coordenador do Departamento de Imagem da Mama da SBM.

A tomossíntese, na definição do especialista da SBM, é a evolução da mamografia. "A mamografia é um raio X especializado em que se vê a mama em duas incidências (duas radiografias) de forma estática", explica. A tomossíntese, também um método de imagem, mas com tecnologia avançada, permite a visualização tridimensional da mama, fornecendo imagens de um milímetro de espessura, reconstruídas em um processo semelhante ao da tomografia computadorizada.

Na mamografia convencional, observa Lima Couto, as imagens, por vezes, aparecem sobrepostas, diminuindo a capacidade de detectar o câncer, principalmente nas mamas menos gordurosas. "Ao diminuir a sobreposição, há aumento da taxa de detecção do tumor em até 40%."

O estudo da SBM, iniciado em 2020 e apresentado no Congresso Europeu de Radiologia em março de 2023, baseia a proposta para que a tomossíntese seja incluída no rol de exames com cobertura obrigatória na Saúde Suplementar. A incorporação favorece mulheres assintomáticas, de 40 a 69 anos, com mamas de densidades fibroglandulares esparsas ou heterogeneamente densas. "Este grupo representa 70% da população feminina elegível para rastreamento do câncer de mama", pontua o mastologista. "Hoje, as pacientes atendidas por planos de saúde precisam pagar para

realizar o exame."

Segundo o estudo da SBM, o impacto orçamentário com a realização da tomossíntese pelos planos de saúde representa uma economia de R\$ 200 milhões no período de cinco anos na rede suplementar. "Isto é possível pois os resultados com a tomossíntese reduzem a necessidade de reconvocação de pacientes em 20% para exames adicionais, assim como a taxa de biópsia. Além disso, o exame aumenta a taxa de diagnóstico precoce, reduzindo a agressividade e os custos dos tratamentos", ressalta.

Após avaliação da Agência Nacional de Saúde Suplementar, a proposta está em fase de consulta pública até o dia 24/10. A próxima etapa, marcada para 27/10, é a audiência pública.

"A decisão final caberá à ANS, mas a participação da sociedade civil organizada, das entidades médicas e principalmente das pacientes (usuárias) tem peso considerável sobre a inclusão ou não da tomossíntese no rol dos exames obrigatórios da Saúde Suplementar", observa. "Se incorporada pela ANS para cobertura obrigatória pelos planos de saúde, o exame vai proporcionar um grande avanço para as mulheres e possibilitar que elas tenham acesso as melhores práticas, conforme as mais importantes entidades médicas da área no mundo, como o Colégio Americano de Cirurgiões de Mama (ASBS), o Colégio Americano de Radiologistas (ACR) e o Grupo de Trabalho Americano em Câncer (NCCN)", conclui o mastologista Henrique Lima Couto.



Você já parou para pensar no **seu futuro?**

■ Planos diferenciados de saúde!

15 3282.2520 | 15 3285.1601

www.intermedici.com.br



PLANOS E CONDIÇÕES ESPECIAIS

CONSÓRCIO

"Vamos tirar os sonhos do papel? Conheça o consórcio e comece a movimentar os planos."



Fale com especialista!
 (19) 3447-2000

- Parcelas reduzidas até a contemplação.
- Uso de parte do crédito para potencializar lances.
- Grupos com qualidade e segurança.

@PLANALSEG
 CORRETORADESEGUROS
 PLANALSEG.COM.BR

Grupo
Planalseg
 Corretora de Seguros



RESIDENCIAL
VILLA D' ITÁLIA II



SEGURANÇA E LAZER PARA VOCÊ E SUA FAMÍLIA

Cercado de mata verde preservada para garantir
tranquilidade e ar puro para sua família



A 5 MINUTOS DO
CENTRO



CERCADO DE MUITA
ÁREA VERDE



PRÓXIMO À ESCOLAS
E FACULDADES



AO LADO DE CENTROS
COMERCIAIS



CAMPO DE FUTEBOL
GRAMADO



CENTRO DE
CONVÍVIO COM
CHURRASQUEIRA



PLAYGROUND
ANEXO À ÁREA DE
CONVÍVIO



IMOBILIÁRIA
MENEGALLI
CRECI J021362

Avenida Piracicamirim, 2685 Vila Monteiro - Piracicaba/SP

☎ 19 3426-0030

📞 19 99605-1624



Mirante lança campanha 'Inimigos do Saneamento'

Foto: Divulgação

Ação integra o Plano Águas de Verão 2023/2024, de conscientização sobre o uso correto da rede de esgoto

O uso incorreto da rede coletora de esgoto tem sido alvo de inúmeras campanhas realizadas pela concessionária Mirante. Agora, a Mirante lança, dentro do Plano Águas de Verão 2023/2024, o 'Inimigos do Saneamento', uma campanha de conscientização sobre a importância de não descartar objetos na rede coletora de esgoto.

Em um primeiro momento, a campanha pode causar um certo desconforto, pois trará, por meio de postagens nas redes sociais, exemplos do que é retirado da rede de esgoto que estava entupida. "Nossas equipes trabalham diariamente na desobstrução da rede de esgoto nos mais variados pontos da cidade. E a causa mais comum dos entupimentos é o descarte de materiais na rede que, inclusive, é dimensionada para receber apenas o que é gerado nos imóveis - água das pia, do chuveiro, do vaso sanitário, das máquinas de lavar roupas, por exemplo", afirma o coordenador de Serviços da Mirante, Alan Pedra.

As equipes encontram muito lixo nas redes: fraldas, absorventes, cabelo, fio dental, preservativos e até peças de roupas. "Saneamento não

se faz sozinho. Todos nós devemos cuidar da rede de esgoto do imóvel onde vivemos, pois a atitude de uma pessoa que descarta lixo no vaso sanitário, por exemplo, pode não impactar na sua casa ou rua, mas nos outros moradores", afirma Alan.

Pensando nisso, a campanha também traz os maiores "vilões" do saneamento: fio dental (Fio Malvadão), papel higiênico (Nojentão), cabelo (Enrosco), absorvente (Vampirão), óleo de cozinha usado (Seboso) e estopa (Estorvo). "O humor é uma maneira de atingir mais pessoas e, no caso dos vilões, as crianças de um modo geral, que são multiplicadores natos", observa Alan.

Pode parecer inofensivo, mas o descarte irregular de óleo na rede coletora de esgoto também é um dos principais desafios enfrentados na área de saneamento. A prática, que muitas vezes é adotada como uma solução rápida para eliminar o resíduo, implica em danos ambientais, assim como prejudica o bom funcionamento do sistema de esgotamento sanitário. "Ao percorrer a rede de esgoto, o óleo forma uma placa sólida de gordura que vai se acumulando entre as "paredes" da



Desobstrução de rede de esgoto causada por excesso de lixo

tubulação e, conseqüentemente, obstrui toda a passagem inviabilizando a vazão do esgoto", comenta Alan.

PLANO ÁGUAS DE VERÃO

Em meio a alertas sobre o alto volume de chuvas para este ano, a Mirante lançou o Plano Águas de Verão 2023/2024, que tem como objetivo conscientizar e educar a população para reduzir a quantidade de lixo descartado indevidamente, orientar sobre a separação da rede pluvial da rede de esgoto e

minimizar impacto de fenômenos extremos no município.

Mirante

A Mirante é uma empresa da Aegea Saneamento, líder no setor privado no Brasil. Desde 2012, a empresa é responsável pelo esgotamento sanitário da área urbana de Piracicaba por meio de uma PPP (Parceria Público-Privada) com o Sema (Serviço Municipal de Água e Esgoto) de Piracicaba.

Saiba mais em <https://www.miran-teppp.com.br>

Aegea

Criada em 2010, a Aegea é líder no setor privado de saneamento básico no Brasil. Em cada município onde atua leva mais saúde e qualidade de vida para a população, respeitando sempre o meio ambiente e a cultura local. Hoje são mais de 30 milhões de pessoas atendidas em 489 cidades de 13 estados, de norte a sul do Brasil. Saiba mais em <https://www.aegea.com.br>



HERMANITO
FAST FOOD MEXICANO

DIA DE LOS MUERTOS

01. NOV NO HERMANITO

★ MARGARITA "SANGRE"
PARA OS 5 PRIMEIROS QUE CHEGAREM

★ DESCONTO 10%
PARA AS ESCOLAS DE LINGUAS
PRATICAREM CONVERSAÇÃO

PIRACICABA
AVENIDA INDEPENDÊNCIA, 1700

HERMANITO

A Jornada do Luto e a Cura: Compreendendo a Importância de Vivenciar a Perda

A vida é uma jornada repleta de momentos de alegria, amor e conexão, mas também de desafios inesperados e sentimento de perda. Um aspecto fundamental na jornada de cura após uma perda significativa é a capacidade de permitir-se vivenciar o luto. Assim como o Cemitério Parque da Ressurreição honra a memória daqueles que partiram, honrar nossos próprios sentimentos de luto é um tributo à vida e à humanidade.

O luto não é um sinal de fraqueza, mas sim um testemunho do amor profundo que sentimos por aqueles que perdemos. Cada pessoa que partiu deixa uma marca indelével em nossos corações e em nossas vidas, e o processo de luto nos permite reconhe-

cer e celebrar essas marcas. Ele nos lembra da importância das conexões humanas e das relações que moldam quem somos.

Para enfrentar a jornada de cura, é essencial reconhecer que o luto é um processo individual e único para cada pessoa. Não há um cronograma definido, e não existe uma maneira "certa" de vivenciar o luto. O Cemitério Parque da Ressurreição nos ensina que a serenidade pode ser encontrada no respeito pela singularidade de cada história e na aceitação das diferentes formas de expressar o luto.

Cada lágrima derramada, cada lembrança compartilhada e cada estágio do luto contam uma história de compaixão e amor. Permitir-se



Para enfrentar a jornada de cura, é essencial reconhecer que o luto é um processo individual e único para cada pessoa

vivenciar o luto é uma homenagem à vida e à memória daqueles que perdemos. Ao longo dessa jornada, encontramos a esperança para o futuro, sabendo que a cura é possível, mesmo após as perdas mais profundas.

Assim sendo, o Cemitério Parque da Ressurreição presta serviços à comunida-

de com compaixão e respeito, sendo fundamental que também prestemos atenção à nossa própria necessidade de cuidado e compreensão durante a jornada de luto. Encontrar apoio, honrar nossos sentimentos e permitir-nos vivenciar o luto são passos essenciais no caminho em direção à cura e à resiliência.

O Cemitério Parque da Ressurreição de Piracicaba pode ser acessado através do site www.parquedaresurreicao.com.br ou entrando em contato pelo WhatsApp do Cemitério Parque da Ressurreição (19) 3426-4877 e da Funerária Ressurreição (19) 3376-0853.

Esperamos você às 7h da manhã para nossa Missa Diária

Realização



Programação de Finados *Cultivar Lembranças*

O **Cemitério Parque da Ressurreição** e a **ACEMBRA/SINCEP** convida a todos a **"Cultivar Lembranças"** em memória de seus entes queridos. Será disponibilizado: sementes, terra, vasos e cartões biodegradáveis para que possa plantar e honrar com carinho as memórias de seus entes queridos.

Horários das missas

07h | 09h | 11h | 13h | 15h | 17h | 19h

Atividades extras

Trabalho de evangelização dos seminaristas com a famílias

Lanchonete | Churros | Crepe para alimentação

Pipoca e Algodão Doce grátis

Espaço kids para as crianças

Ponto de Venda de Jazigos com Promoção de Jazigos

Ponto de Negociação de Debitos pendentes com desconto

Para maiores informações whatsapp (19) 3426-4877 📞

Av. Comendador Luciano Guidotti, 1754, Jardim Caxambu, Piracicaba|SP

Como se aposentar por tempo de contribuição ainda em 2023

Guilherme Chiquini

Fim de ano chegando e com ele uma dúvida: como se aposentar ainda em 2023?

Desde o início da validade da "Nova Previdência", anualmente as regras para concessão de aposentadoria sofrem alteração. Neste ano de 2023, entraram em vigência novas regras para homens e mulheres se aposentarem por tempo de contribuição. Nesta coluna, conheceremos os requisitos para concessão da aposentadoria pelas regras de transição da idade mínima e do sistema de pontos.

Para o segurado da Previdência Social se aposentar pela regra de transição da idade mínima, como o nome diz, é necessário ter uma idade mínima. Embora o nome dado a essa regra seja de "idade mínima" há, ainda, um tempo de contribuição mínimo fixo

a ser respeitado, qual seja, 30 anos para a mulher e 35 para o homem. Em 2023, a idade mínima para a mulher se aposentar é de 58 anos e para o homem é de 63 anos, desde que possuam, respectivamente, 30 e 35 anos de tempo de contribuição. A idade mínima vai aumentando ano a ano e terminará em 2027 para o homem, quando finalmente será necessário possuir 65 anos de idade para se aposentar e, em 2031 para a mulher, a partir de quando somente se aposentará aos 62 anos de idade.

Como também o próprio nome diz, no sistema de pontos, a soma da idade e do tempo de contribuição do homem e da mulher deve atingir uma determinada pontuação para que possam se aposentar. Em 2023, a pontuação é a seguinte: 100 pontos para o homem e 90 para a mulher. A exigência aumentará um ponto por

ano, até chegar a 100, para mulheres, e 105, para homens. Importante destacar que, independentemente da soma válida no ano em que o segurado completar as exigências, haverá a necessidade de comprovar o tempo de contribuição de 30 anos (mulheres) e 35 anos (homens).

Como o INSS calcula o valor dessas aposentadorias?

O cálculo do valor das aposentadorias aqui tratadas é feito com base na média de todos os salários de contribuição desde julho de 1994. Homens recebem 60% da média em razão de 20 anos de contribuição, acrescido de 2% por ano que superar os 20 anos; já as mulheres recebem igualmente 60% da média, mas em razão de 15 anos de contribuição, acrescido de 2% por ano que ultrapassar os 15 anos de contribuição. Deste modo, para



Foto: Divulgação

Guilherme Chiquini, Advogado, Especialista em Direito Previdenciário: Concessão e Revisão de Benefícios do INSS

homens e mulheres receberem 100% da média, deverão comprovar, no mínimo, 40 e 35 anos de contribuição com o INSS, respectivamente.

Prefeitura inicia processo para implantação da Telemedicina em Piracicaba

O uso das tecnologias da informação e comunicação na medicina deixou de ser um diferencial e se tornou uma necessidade para o desenvolvimento do atendimento médico e multiprofissional e uma forma de comunicação entre as diversas áreas da saúde. Neste sentido, a Prefeitura de Piracicaba, por meio da Secretaria de Saúde, inicia o processo de implantação da Telemedicina exclusiva para moradores da cidade em horário alternativo ao funcionamento das unidades de saúde da Atenção Básica, de segunda a sexta-feira, das 17h às 8h, e aos sábados, domingo e feriados municipais durante 24h/dia.

Por meio do edital 558/23, de Pregão Eletrônico, publicado hoje, 20/10, no Diário Oficial, a municipalidade vai contratar empresa para prestação de serviços médicos via internet, por videoconferência e de orientação médica, realizadas por clínico geral e pediatra para baixa complexidade. A execução dos serviços se dará por 12 meses e a previsão do investimento é de R\$ 3.997.896,00.

"Durante a semana o atendimento vai acontecer quando as unidades de saúde já não estiverem mais abertas para aco-

lhimento de pacientes. A nossa estimativa é fazer até 3.500 atendimentos virtuais por mês. Desta forma, esperamos, também, diminuir o impacto do atendimento de pacientes leves ou sem risco de morte nas unidades de urgência e emergência", apontou o secretário de Saúde, Douglas Koga.

O prefeito Luciano Almeida destacou que o atendimento será realizado por meio do aplicativo do cartão Pira Cidadão para os usuários do SUS, sem agenda prévia. "É mais um passo para garantir o amplo acesso à saúde para a população. Os piracicabanos que já estão cadastrados no cartão Pira Cidadão vão acessar o app e solicitar o serviço da Telemedicina. Quem ainda não tem o seu cartão, pode fazê-lo de forma online e gratuita no próprio aplicativo ou diretamente em um dos nossos pontos fixos e volantes espalhados pela cidade", destacou.

De acordo com a Secretaria Municipal de Saúde, a Telemedicina é um meio de assegurar o fornecimento de serviços ligado aos cuidados com a saúde nos casos em que a distância é um fator crítico, e ao se juntar com as tecnologias da informação, forma um sistema capaz de disponibilizar aos profissionais da saúde, mesmo remota-

mente, informações válidas não apenas para diagnósticos e tratamento de agravos como, também, para os aspectos inerentes à gestão da saúde pública.

Em Piracicaba, o atendimento ao munícipe pelo aplicativo deverá ocorrer em até 10 minutos do pedido de consulta. O médico deverá classificar o paciente segundo Sistema de Classificação de Risco (Protocolo de Manchester), que utiliza cinco cores para identificar o grau de cada paciente – vermelho, laranja, amarelo, verde e azul, onde a cor vermelha representa os casos mais graves, e a azul, os mais leves.

Segundo o edital, o médico atendente deverá orientar, imediatamente, o paciente identificado nas classificações amarelas, laranjas e/ou vermelhas, a busca por atendimento em UPA mais próxima. Cabe reforçar que as consultas médicas terão duração média de até 12 minutos.

A SMS esclarece que será de responsabilidade única e exclusiva do paciente garantir que o dispositivo utilizado para a realização de sua Teleconsulta médica possua acesso à internet em condições e qualidade suficientes para sua realização. Além disso, todos os dados envolvidos na



Foto: Divulgação

teleconsulta observam o sigilo médico-paciente e a proteção de dados dos pacientes, via Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD).

CARTÃO PIRA CIDADÃO – A Prefeitura tem pontos fixos para cadastramento do Cartão Pira Cidadão, são eles: na região central o Poupatempo Municipal/Centrus – ao lado do Terminal Central de Integração (TCI) –, das 8h às 16h, e o Centro de Especialidades Médicas (CEM) – o Postão, atrás do Mercado Municipal –, das 8h às 17h; no Terminal de Ônibus do Vila Sônia (TVS), das 7h às 12h, de segunda à sexta-feira, e das 8h às 12h aos sábados, exceto feriados.

Além disso, as equipes também estão no CRAB Vila Sônia, das 13h às 16h, para entrega de cartões e novos cadastros. Até o dia 27/10, as equipes estarão nas UBSs Caxambu e Pauliceia, das 8h às 16h, de segunda a sexta-feira. Para efetivar o cadastro é importante apresentar CPF, RG e comprovante de residência atual.

Também é possível fazer seu cadastro no cartão pelo aplicativo PiraCidadão disponível para ser baixado nas lojas de aplicativos de celulares para os sistemas Android e iOS. Em caso de dúvidas, o piracicabano pode solicitar ajuda por meio do celular (19) 99458-3813 ou do e-mail

Dentista do ano

O encontro é realizado anualmente há décadas e aguardado com grande ansiedade pelos dentistas

A Associação dos Dentistas (APCD-Regional Piracicaba) realizou no último sábado (21) o jantar pelo Dia do Cirurgião-Dentista. O evento ocorreu no Espaço APCD, sede da entidade, a partir das 20h30, e reuniu a classe odontológica e convidados.

Segundo a presidente da APCD, Marisi Aidar, "o encontro é realizado anualmente há décadas e aguardado com grande ansiedade pelos dentistas pois nesta ocasião será entregue o título de Cirurgião-Dentista do Ano, e agora em 2023 a escolha caiu sobre nossa colega Silvia Maria Paporotto Lopes". O título é exclusivo da APCD, entregue desde 1985, para um profissional que defende e expõe a categoria dos dentistas.

O Jantar do Dentista foi realizado no Espaço APCD, inaugurado há cerca de um ano atrás, sendo um evento fechado para convidados. A gastronomia ficou a cargo da chef Luciene Aguiar.

Homenageada - A Dentista do Ano 2023, Silvia Lopes, é graduada em odontologia pela Fundação Hermínio Ometto, de Araras, em 1995. É especialista e mestre em estomatologia pela Faculdade de Odontologia de Piracicaba (UNICAMP). Tem habilitação em laserterapia em odontologia e é membro da International Academy of Laser in Dentistry (Iald).

Silvia diz que recebeu a notícia com muita satisfação pois agora integra uma galeria que nos últimos quase 40



Silvia Maria Paporotto Lopes, Cirurgião-Dentista do Ano

“Profissões na área da saúde sempre me fascinaram em especial a odontologia; eu achava charmoso trabalhar com tantos instrumentos, gostava do cheiro do consultório e por muitos anos, quando criança, brincava de dentista com as colegas”

anos homenageou personalidades que, além de serem dentistas, ocuparam importantes papéis na sociedade atuando como vereadores, no poder público, no ensino da odontologia e em clubes de serviços, entre outros. “Profissões na área da saúde sempre me fascinaram em especial a odontologia; eu achava charmoso trabalhar com tantos instrumentos, gostava do cheiro do consultório e por muitos anos, quando criança, brincava de dentista com as colegas”, relembra.

“Parabéns a todos os cirurgiões-dentistas pelo seu dia - 25 de outubro.

Cirurgião-dentista, profis-



Claudio Zambello, Presidente da Uniodonto.

sional da saúde que trabalha com o sorriso e autoestima de pessoas, fazendo-as muito mais felizes.

A todos (as) que tem acompanhado a evolução científica da profissão, e evolução tecnológica, mas não tem esquecido do relacionamento com pessoas, meus cumprimentos.

Tenho orgulho da minha categoria profissional, de ter formado na Unicamp, uma das melhores faculdades do Brasil.

Tenho a honra de participar de um grande mo-

vimento dentro da classe odontológica que é o cooperativismo.

Cooperativismo de saúde, este que proporciona uma odontologia de qualidade e acessível a maior parcela possível da população.

Com a cooperativa, a categoria pode ter certeza de sua defesa econômica e social.

Viva toda a classe odontológica. Viva 25 de outubro. Viva Santa Apolônia, padroeira da classe.

Saúde a todos”



Orgulho de ser Cirurgião-Dentista

Fotos: Marcelo Germano

A Clínica André Arana é uma clínica odontológica localizada na Rua Luiz Razera, 21, no bairro Jardim Elite, em Piracicaba, que possui tradição e conta com a experiência de 30 anos de seu diretor clínico Dr. André Arana. "Buscamos atender todas as necessidades dos nossos clientes, e para isso, nela reunimos diversas especialidades em um único local. Realizamos tratamentos odontológicos estéticos como as Lentes de Contato Dental além de outros, como Implantes, todos os tipos de Próteses, Reabilitação Oral, Tratamento Ortodôntico, Cirurgias, Plásticas Gengivais, Tratamentos Endodônticos (Canal) com utilização de microscópio óptico (para aumentar o campo visual), harmonização facial, periodontia (tratamento de gengiva) e odontopediatria. Também dispomos de ferramentas completas de Imaginologia para auxílio no planejamento e diagnóstico, como Tomografias e Radiografias Panorâmicas digitais, oferecendo assim uma experiência completa para o cliente", diz Dr. André.

A tradição construída ao longo dos anos através de muito trabalho é combinada com muita tecnologia e soluções inovadoras. "Tenho muito orgulho em dizer que fomos a primeira clínica da



Fachada Clínica André Arana

cução do mesmo, conta o doutor. Essa aquisição passou a permitir que os trabalhos de Lentes de Contato Dental e Coroas Cerâmicas sobre dentes ou implantes, dentre outros tipos de próteses,

fortáveis" moldagens pelo escaneamento digital realizado em poucos minutos de forma bastante confortável para o cliente, também deixa os tratamentos mais rápidos, e precisos, já que essas cópias podem ser empregadas para diversas funcionalidades como: planejamento digital do Sorriso e execução de lentes de contato dental, confecção de restaurações em cerâmica pura (livre de metal), planejamento digital na Ortodontia, para o tratamento com o Invisalign, por exemplo, dentre outros", diz o cirurgião dentista.

Com o sistema Cerec (CAD/CAM), casos que demorariam até um mês para serem solucionados através das técnicas tradicionais, na Clínica André Arana podem ser resolvidos em uma única visita, utilizando os melhores e mais modernos materiais e tecnologias existentes no mercado. O "Spa Day" era um sonho para o Dr. André Arana, que hoje se tornou realidade. E é compartilhado com milhares de clientes que já foram atendidos por ele e pela sua Equipe.

Outro atendimento facilitador empregado na Clínica André Arana é a presença de um completo sistema de imagens, que busca otimizar a vinda dos clientes para deixar o tratamento mais rápido e preciso, como Tomógrafo e Radiografia Panorâmica, permitindo que o cliente não precise se deslocar à outro centro, o que demandaria tempo, retardando o diagnóstico e início do tratamento.

"Na consulta inicial o

cliente já realiza a imagem mais adequada ao seu caso, aqui mesmo na clínica, e com isso consegui-

quem nos procura com o sonho de ter um belo sorriso como nossa premissa de SEMPRE REALIZAR



André Arana, Cirurgião-Dentista



Sala de Imagens: Tomógrafo e Rx Panorâmico

cidade a importar o sistema Cerec (made in Germany), que faz desenho e confecção das próteses cerâmicas, que já está funcionando por aqui há vários anos", dando a experiência necessária para ex-

passassem a ser confeccionados dentro da própria clínica, tornando o fluxo mais rápido e melhor.

"Com esse sistema, além de podermos substituir as "descon-



Scanner Digital para imagens intra orais



Laboratório de Prótese: Desenho e execução das Lentes de Contato

mos explicar seu caso já naquela primeira visita", diz Dr. André.

"Ajudar a resolver os problemas de nossos clientes de uma forma otimizada, entender o que eles desejam para o seu sorriso e sempre buscar fazer meu melhor, aliado a muita tecnologia de ponta é o que estou fazendo nos últimos 30 anos. Nesse momento próximo à comemoração de mais um Dia do Cirurgião Dentista, digo com orgulho que estamos ficando cada vez mais completos para poder sempre oferecer mais e melhor a

OS SONHOS DOS NOSSOS CLIENTES", termina Dr. André.

Clínica André Arana

CROSP-CL 022849
Rua Luiz Razera, 21 – Jardim Elite
Fones:
(19) 3426-1913 / (19) 98187-3403
RT: Dr. André Arana
CROSP 52589

@clinica_andrearana

Facebook: Clínica André Arana

Helinho Zanatta confirma início das obras de recuperação da Piracicaba/Anhembí

Foto: Divulgação

No último mês, a secretária Natalia Resende confirmou ao deputado Helinho Zanatta o início das obras

Folha de Piracicaba

O vice-presidente da Alesp, deputado estadual Helinho Zanatta (PSD), confirmou o início das obras nesta semana de recuperação e recapeamento da Rodovia SP-147 "Samuel de Castro Neves", que liga os municípios de Piracicaba e Anhembí. No mês passado, Helinho participou de audiência com a secretária estadual de Meio Ambiente, Infraestrutura e Logística, Natalia Resende, que confirmou o início das obras para breve.

Dessa reunião participaram o subsecretário de Logística e Transportes, Ricardo Volpi, e do assessor parlamentar da pasta, José Messina. Helinho Zanatta, conhecido por sua forte atuação na Região Metropolitana de Piracicaba, tinha levado à

secretária e a sua equipe algumas demandas da cidade de Piracicaba e da região.

Segundo o deputado, naquela época, a secretária confirmou para breve a emissão da Ordem de Serviço para a execução da recuperação e recapeamento da Rodovia Samuel de Castro Neves, importante melhoria para os produtores rurais, moradores e usuários da via das duas cidades. Serão recuperados cerca de 60 km, com investimento de R\$ 100 milhões.

A secretária Natalia Resende, como enfatizou o deputado, tem ampla visão da gestão pública. "Ela nos atendeu muito bem e, na ocasião, destacou que o governo do Estado reconhece a importância dessas obras". Helinho enfatizou que essa obra foi também



Recuperação e recapeamento da Rodovia SP-147 "Samuel de Castro Neves", que liga os municípios de Piracicaba e Anhembí

pedida por se tratar de uma recuperação importante pelo grande fluxo de veículos e por ser um corredor de escoamento de produtos agrícolas.

Helinho Zanatta, durante a reunião, enfatizou a confiança no governador do

Estado, Tarcísio de Freitas, e em sua equipe, que têm trabalhado com planejamento para melhorar o Estado. Para o deputado, "o governador compreende a relevância de projetos como esse para aprimorar o Estado e a vida de nossa população".

Mais uma vez, Helinho disse que "essas melhorias na Rodovia Samuel de Castro Neves representam um passo significativo para a infraestrutura da região, promovendo maior mobilidade e segurança para os cidadãos e contribuindo para o desenvolvimento regional".

Capacitação para Jovens

Pescar recebe inscrições para turma de 2024

Folha de Piracicaba

A Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba), por meio do projeto Pescar, está com inscrições abertas para jovens de 16 a 19 anos interessados em participar de um completo programa de capacitação socio-profissionalizante. As inscrições podem ser feitas, gra-

tuitamente, pelo link: <https://l1nq.com/PescarAcipi> até hoje, dia 22.



Com vagas limitadas, o projeto, em parceria com a Fundação Pescar, oferece alimentação, transporte e uniformes, além de vivências aos jovens em situação de vulnerabilidade para que possam ser, inclusive, encaminhados ao mercado de traba-



Foto: Banco de Imagem

As inscrições estão abertas para a turma de 2024



Os jovens do Pescar participam, ao todo, de 960 horas de aulas e vivências voltadas à capacitação socio-profissional

lho. No total, são 960 horas de aulas/vivências, voltadas ao autoemprego, educação financeira, marketing, sustentabilidade, funções do comércio, matemática, lógica e raciocínio, entre outras disciplinas. *Os jovens participam do projeto no período da manhã, das 8h às 12h30, de segunda a sexta e à tarde seguem para o ensino médio. A participação é aberta também para os interessados que já concluíram o ensino médio e estão em busca de capacitação, den-

tro da faixa etária do projeto*. A educadora social do Pescar na Acipi, Thais Maia, fala com empolgação sobre a abertura das inscrições para 2024. "Iniciamos a primeira turma do Pescar na Acipi este ano e o desenvolvimento dos nossos 17 jovens tem sido incrível. Vemos, dia a dia, o crescimento deles, tanto em termos pessoais quanto de visão como futuros profissionais. Esperamos que mais jovens se interessem a participar conosco. Sem dúvida, é uma oportunidade única de apoio,

aprendizado e construção como seres humanos", afirma a educadora social do Pescar na Acipi, Thais Maia. O início das aulas está previsto para 23 de janeiro e seguirão até 12 de dezembro de 2024.

SERVIÇO:

Inscrições abertas - Projeto Pescar Acipi
Público-alvo: jovens de 16 a 19 anos

*Gratuito

Informações: pescar@acipi.com.br

Com voto de Alex Madureira, Alesp aprova parcelamento de débitos dívida ativa

Foto: Aldo Guimarães

Projeto de lei permite que dívidas classificadas como irrecuperáveis ou de difícil recuperação tenham concessões de descontos nas multas e juros

Folha de Piracicaba

Com voto favorável do deputado Alex Madureira, a Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo aprovou, na noite da última terça-feira (17), o projeto de lei que cria o programa “Acordo Paulista”, que inova a transação tributária no Estado de São Paulo e permite o parcelamento, em até 145 vezes, de débitos inscritos em dívida ativa.

“O projeto visa facilitar o pagamento de débitos inscritos na dívida ativa estadual. Para isso, a proposta pretende modernizar seu método de cobrança e criar um ambiente jurídico favorável à quitação desses débitos”, afirmou Alex Madureira.

O texto final aprovado,

que ainda precisa de sanção do governador para virar lei, contou com apoio na elaboração da Procuradoria Geral do Estado e da Secretaria de Saúde.

“Esse projeto de lei simplifica a regularização de débitos inscritos na dívida ativa estadual e cancela as multas aplicadas pelo descumprimento de normas de enfrentamento à pandemia da Covid-19”, explicou Alex Madureira que também é o corregedor da Alesp.

O Acordo Paulista também permite a utilização de créditos de precatórios e de acumulados de ICMS, além de oferecer conformidade fiscal dos contribuintes.

“Além disso, o texto aprovado concede descontos e a possibilidade de parcelamento para o pagamento dessas dívidas. Para pesso-



Com voto favorável do deputado Alex Madureira, a Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo aprovou o projeto de lei que cria o programa “Acordo Paulista”

as naturais, microempresas e empresas de pequeno porte, por exemplo, o parcelamento chega a 145 vezes e o desconto a 70%”, completou o deputado estadual.

Descontos e parcelamento

A proposta prevê que os débitos classificados como

irrecuperáveis ou de difícil recuperação tenham concessões de descontos nas multas, juros e demais acréscimos legais até o limite de 65% do valor total transacionado. Pessoa física, microempresa ou empresa de pequeno porte poderão obter descontos de até 70% do valor total transacionado, com paga-

mento em até 145 parcelas. Para os demais casos, o pagamento de débito poderá ser feito em até 120 parcelas, utilizando créditos de precatórios e acumulados de ICMS. Outro benefício é a previsão de transação de débitos de pequeno valor e de dívidas relativas a casos de relevante e disseminada controvérsia jurídica.

Simespi encerra outubro com palestras e curso

Fotos: Divulgação

Temas envolvem planejamento sucessório, gerenciamento de processos de negócios e LGPD

Na reta final do mês de outubro, o Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras) mantém sua intensa programação de cursos e palestras. Há oportunidades para quem busca ampliar os conhecimentos sobre planejamento patrimonial e sucessório, gerenciamento de processos de negócios e implantação da LGPD (Lei Geral de Proteção de Dados) nas empresas.

No próximo dia 27, acontece a palestra on-line e gratuita sobre A Importância do Planejamento Patrimonial e Sucessório Diante da Majoração do Imposto sobre o Patrimônio e a Herança que Vem Aí. O tema será abordado pelos advogados José

Ademir Crivelari, Karina Padoveze e Fernanda Bazzo, do escritório Crivelari & Padoveze Advogados. “O objetivo é levar esclarecimentos sobre a importância do planejamento patrimonial em razão das mudanças trazidas pela reforma tributária”, explica Crivelari. A palestra acontece a partir das 8h30 e, para receber o link de participação, é preciso inscrever-se pelo e-mail cursos@simespi.com.br.

Definido como rol de práticas com foco total na modelagem de processos de uma empresa, voltado à melhoria contínua, o Business Process Management é o assunto da palestra Com Processos Não Tem Fracassos, que será ministrada pelo especialista Raphael Alves Ferreira. O evento acontece no próximo dia 30, a partir das 18h30, e é gratuito para empresas associadas



Os cursos e palestras oferecidos pelo Simespi são oportunidades para quem busca ampliar os conhecimentos sobre planejamento patrimonial e sucessório, gerenciamento de processos de negócios e implantação da LGPD

ao Simespi. Inscrições podem ser feitas pelo e-mail cursos@simespi.com.br. Os organizadores pedem a doação de lenço de cabeça, hidratante à base de aloe vera e protetor solar para a campanha Guerreiras de Lenço, que serão

entregues a entidades que atendem mulheres em tratamento contra o câncer.

Fechando a programação do mês de outubro, no dia 31, a partir das 17h30, acontece o módulo 2 do curso De Diretrizes à Prática: Implementan-

do a LGPD nas Empresas. O tema Navegando no Mundo dos Crimes Cibernéticos será apresentado pelas advogadas Mayara Noveleto e Caroline Valentim. As inscrições devem ser feitas pelo e-mail cursos@simespi.com.br.

Bebel foi a única deputada da cidade a votar contra anistia a infratores das medidas sanitárias na pandemia

Fotos: Divulgação

Projeto aprovado anistia o ex-presidente Bolsonaro, políticos de direita, estabelecimentos comerciais e SP deixará de arrecadar R\$ 73 milhões

Vanderlei Zampaulo

A deputada estadual Professora Bebel (PT) foi a única parlamentar com domicílio eleitoral em Piracicaba a se posicionar e votar contrária ao Projeto de Lei 1245/2023, do governador Tarcísio de Freitas (PR), que estabeleceu uma espécie de “jabuti”,

criando um artigo específico, para anistiar multas aplicadas durante a pandemia contra aqueles que desrespeitaram normas sanitária, como o uso de máscara. O projeto que simplifica a regularização de débitos inscritos na dívida ativa estadual foi votado na noite da última terça-feira, 17 de outubro, e aprovado com 52 votos favo-

ráveis, entre eles dos deputados Alex Madureira (PL) e Helinho Zanatta (PSD), e registrou 26 votos contrários e duas abstenções.

Para a deputada Bebel, infelizmente, com esta votação, a maioria dos deputados da Assembleia Legislativa de São Paulo, se mostrou negacionista, e deu um péssimo



A parlamentar destaca que a bancada do Partido dos Trabalhadores votou contra essa imoralidade e certamente irá à Justiça

| Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo | | | | | |
|---|-----------|-----------|-----------------------|-----------|-----------|
| Relatório de Verificação de Votação | | | | | |
| PL 1245/23 DESTACADAMENTE ART.36 | | | | | |
| 45ª Sessão Extraordinária de 17/10/2023 às 19:10:00 | | | | | |
| VERIFICAÇÃO REQ. P/ DEP. PAULO FIORILO | | | | | |
| Parlamentar | Partido | Voto | Parlamentar | Partido | Voto |
| ANA CAROLINA BERRA | FED PSDB | Obstrução | L. CARLOS CEZAR | PL | Sim |
| ANALICE FERNANDES | FED PSDB | Obstrução | CONTE LOPES | PL | Sim |
| BARROS MUNHOZ | FED PSDB | Sim | DANI ALONSO | PL | Sim |
| BRUNA FURLAN | FED PSDB | Não | DELEGADA GRACIELA | PL | Sim |
| CARLÃO PIGNATARI | FED PSDB | Sim | FABIANA BOLSONARO | PL | Sim |
| CARLA S. MORANDO | FED PSDB | Obstrução | GIL DINIZ | PL | Sim |
| DIRCEU DALBEN | FED PSDB | Obstrução | LUCAS BOVE | PL | Sim |
| MARIA LUCIA AMARY | FED PSDB | Obstrução | MAJOR MECCA | PL | Sim |
| MAURO BRAGATO | FED PSDB | Sim | MARCOS DAMASIO | PL | Sim |
| RAFA ZINSALDI | FED PSDB | Sim | PAULO MANSUR | PL | Sim |
| ROGÉRIO SOUZEIRA | FED PSDB | Obstrução | RICARDO MADALENA | PL | Sim |
| L. VIMCÍUS CAMARINHA | FED PSDB | Sim | RODRIGO MORAES | PL | Sim |
| CARLOS GIANNAZI | FED PSOLI | Não | TENENTE COIMBRA | PL | Sim |
| EDIANE MARIA | FED PSOLI | Não | THIAGO ALURICCHIO | PL | Sim |
| GUILHERME CORTEZ | FED PSOLI | Não | VALERIA BOLSONARO | PL | Sim |
| MARINA HELOJ | FED PSOLI | Não | CLARICE GANEM | PODEMOS | Sim |
| L. MONICA PRETAS | FED PSOLI | Não | DR. EDUARDO NÓBREGA | PODEMOS | Sim |
| PAULA B. FEMINISTA | FED PSOLI | Não | L. GERSON PESSOA | PODEMOS | Sim |
| ANA PERUJIMI | FED PT/PC | Não | RICARDO FRANCA | PODEMOS | Não |
| BETH SAHÃO | FED PT/PC | Não | CAPITÃO TELHADA | PROGRESS | Sim |
| DONATO | FED PT/PC | Não | L. DELEGAÇÃO OLIM | PROGRESS | Sim |
| DR. JORGE DO CARMO | FED PT/PC | Não | LETICIA AGUIAR | PROGRESS | Sim |
| EDUARDO SUPUCY | FED PT/PC | Não | ANDREA WERNER | PSB | Não |
| EMÍLIO DE SOUZA | FED PT/PC | Obstrução | L. CAIO FRANCA | PSB | Não |
| L. ENIO TATTO | FED PT/PC | Não | VALDOMIRO LOPES | PSB | Sim |
| LECI BRANDÃO | FED PT/PC | Não | HELINHO ZANATTA | PSD | Sim |
| LUIZ C. MARCOLINO | FED PT/PC | Não | MARTA COSTA | PSD | Sim |
| LUIZ FERNANDO | FED PT/PC | Não | OSEIAS DE MADUREIRA | PSD | Sim |
| MÁRCIA LIA | FED PT/PC | Obstrução | L. PAULO CORREA JR. | PSD | Sim |
| MAURICI | FED PT/PC | Não | RAFAEL SILVA | PSD | Sim |
| L. PAULO FIORILO | FED PT/PC | Não | L. ALTAIR MORAES | REPUBLICA | Sim |
| PROF BEBEL | FED PT/PC | Não | EDNA MACEDO | REPUBLICA | Sim |
| REIS | FED PT/PC | Não | GILMACI SANTOS | REPUBLICA | Sim |
| RÔMULO FERNANDES | FED PT/PC | Não | G. JORGE WILSON | REPUBLICA | Sim |
| SIMÃO PEDRO | FED PT/PC | Não | RUI ALVES | REPUBLICA | Sim |
| TEONILIO BARBA | FED PT/PC | Obstrução | SEBASTIÃO SANTOS | REPUBLICA | Sim |
| THAINARA FARFA | FED PT/PC | Obstrução | TOMÉ ABDUCH | REPUBLICA | Abstenção |
| L. ITAMAR BORGES | MDB | Sim | VITÃO DO CACHORRÃO | REPUBLICA | Sim |
| JORGE CARLOS | MDB | Sim | L. ÁTILA JACOMUSSI | SOLIDARIE | Abstenção |
| LÉO OLIVEIRA | MDB | Sim | DANIEL SOARES | UNIÃO BRA | Sim |
| ROGÉRIO SANTOS | MDB | Sim | DR. ELTON | UNIÃO BRA | Sim |
| L. LEONARDO SIQUEIRA | NOVO | Obstrução | EDMIR CHEDIO | UNIÃO BRA | Obstrução |
| L. MARCIO NAKASHIMA | PDT | Obstrução | FELIPE FRANCO | UNIÃO BRA | Sim |
| AGENTE FEDERAL DANILO BALAS | PL | Sim | GLITO ZACARIAS | UNIÃO BRA | Sim |
| ALEX MADUREIRA | PL | Sim | L. MILTON LEITE FILHO | UNIÃO BRA | Sim |
| P. ANDRÉ DO PRADO | PL | — | RAFAEL SARAIVA | UNIÃO BRA | Sim |
| BRIUNO ZAMBELLI | PL | Sim | SOLANGE FREITAS | UNIÃO BRA | Não |

| | |
|------------|----|
| Votos Sim | 52 |
| Votos Não | 26 |
| Abstenção | 2 |
| Em Branco | 0 |
| Presidente | 1 |
| Total | 81 |

| PARTIDOS EM OBSTRUÇÃO | |
|---|----------|
| UNIÃO BRASIL, FED PSOL/REDE, FED PT/PC DO B, PODEMOS, FED PSDB/CIDADANIA, PSB, NOVO, SOLIDARIEDADE, PDT, REPUBLICANOS | Aprovado |

exemplo aos cidadãos paulistas, aprovando projeto de lei, que em seu artigo 36º garante a anistia às multas administrativas aplicadas a pessoas físicas e jurídicas por não utilizarem máscaras durante o período de pandemia da Covid 19, descumprindo o disposto no decreto 64.959, de 04 de maio de 2020.

A medida vai beneficiar o ex-presidente Jair Bolsonaro, além de vários outros políticos e militantes negacionistas da extrema direita.

Bebel adverte que o ex-presidente da República Jair Bolsonaro está inscrito na Dívida Ativa do Estado pelo não pagamento de multas no valor total de R\$ 1.062.416,65 em decorrência do não uso de máscara durante a pandemia. O próprio Bolsonaro fez um depósito em juízo no valor de R\$ 913 mil em agosto. Com a aprovação do projeto de lei, porém, o dinheiro será devolvido ao ex-presidente. Já o restante da dívida será perdoado. As multas foram aplicadas pela Secretaria Estadual de Saúde. O governo

também diz que foram realizadas mais de 10 mil multas em estabelecimentos comerciais ou festas clandestinas, além de 579 pessoas pelo não uso de máscara, em 135 municípios paulistas no período da pandemia.

“Com essa anistia, São Paulo deixará de arrecadar R\$ 73 milhões, que poderiam ser investidos em educação e saúde. No total, mais de 11 mil infratores serão anistiados”, denuncia a deputada Professora Bebel.

A parlamentar destaca que a bancada do Partido dos Trabalhadores votou contra essa imoralidade e certamente irá à Justiça, uma vez que esta anistia não poderia constar da propositura aprovada. “É vergonhosa a atitude do governador Tarcísio. É no mínimo um desrespeito com as 700 mil pessoas que morreram durante a pandemia e também com seus familiares e amigos. Um triste capítulo, que muito nos envergonha, que marcará a trajetória do governador de São Paulo”, escreveu Bebel em suas redes sociais.

Unimed Piracicaba lança Assistente Virtual

Foto: Felipe Paes/Studio 47

Com acesso via WhatsApp, ferramenta agiliza atendimento de beneficiários

Juliano Fantazia/Unimed Piracicaba

Sempre inovando, a Unimed Piracicaba lança a assistente virtual Malu, ferramenta que dá acesso rápido a informações e facilita o atendimento de beneficiários, via WhatsApp - 0800 774 7775. Prática e segura, a novidade cumpre as normas da LGPD (Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais).

“A tecnologia transforma o atendimento para os mais de 200 mil beneficiários da cidade e região. Mais uma vez, apostamos na tendência mundial para melhoria de fluxos e processos que envolvem nosso maior patrimônio, o beneficiário”, disse Carlos Joussef, presidente da Cooperativa.

De última geração, Malu foi

desenvolvida para oferecer uma experiência de atendimento ágil e eficiente, aperfeiçoando a maneira como os clientes interagem com a Unimed. Agendamentos e cancelamentos de exames e curativos, boletos, status de autorizações de guias, cartão virtual, resultados de exames e guia médico são alguns dos itens disponibilizados.

“Com a crescente demanda por informações de saúde e serviços médicos, a assistente virtual surge como uma solução para sanar dúvidas, fornecer dados essenciais e auxiliar nas necessidades sobre o plano”.

Benefícios da Tecnologia

A Unimed Piracicaba tem se destacado por investir em tecnologia e inovação

para aprimorar a experiência de seus beneficiários. A introdução da Malu, no WhatsApp, representa um avanço significativo na busca por soluções eficazes e modernas. Alguns dos benefícios da nova ferramenta incluem:

Agilidade no atendimento: Malu está disponível 24 horas por dia, proporcionando respostas instantâneas às perguntas mais comuns dos clientes Unimed, eliminando tempos de espera e garantindo um atendimento ágil.

Facilidade de acesso: por meio do número 0800 774 7775 no WhatsApp, os beneficiários podem acessar a Malu de forma simples e conveniente, sem a necessidade de baixar aplicativos ou ligar para uma central de atendimento.



Malu está disponível 24 horas por dia, proporcionando respostas instantâneas às perguntas mais comuns dos clientes Unimed

Respostas precisas: a assistente virtual foi treinada para fornecer informações precisas sobre coberturas, rede credenciada, agendamento de consultas, exames e muito mais. Isso permite que os clientes encontrem as respostas de que precisam de maneira confiável.

Personalização: Malu pode fornecer informações

específicas para cada beneficiário, levando em consideração seu plano de saúde e histórico, garantindo um atendimento ainda mais personalizado.

Centrais de atendimento: com Malu acompanhando consultas mais simples e frequentes, a equipe de atendimento agiliza fluxos e processos mais complicados.

Artigo

Das linhas de produção ao plenário da Câmara

Os últimos trens cargueiros ainda trafegavam pela linha férrea em meados dos anos 1980 e passavam por dentro da cidade de Piracicaba. Garotos das redondezas costumavam brincar de pegar carona na rabeta dos trens. Subiam, quando estes saíam da Estação da Paulista, e, ainda em movimento, pulavam da embarcação quando passavam ao lado de um monte de areia no pátio da Prefeitura, logo à frente. Um desses adolescentes ousados viria a se tornar o Diretor do Centro Cultural da Paulista, quase vinte anos após: Pedro Moitiro Kawai.

Natural de Piracicaba, Pedro nasceu e cresceu no bairro da Paulista. cursou o primário na escola João Conceição, em que lecionava sua mãe, Inês Teresinha — neta de italianos —, e o ginásio, no Jorge Coury. Gostava de acompanhar o pai, Naoki Kawai, mais conhecido como Pedro Fuji — neto de japoneses —, no negócio da família — a Vidraçaria de Box Fuji. Via o pai fumar cerca de 60 cigarros por dia e, quando passou a trabalhar na loja de calçados Atuante, juntou-se aos colegas fumantes porque tinham

permissão para fazer intervalos periódicos de 5 minutos. Assim, aprendeu a fumar.

O pai decepcionara-se, tre-



mendamente, ao descobrir que Pedro fumava. Num gesto impulsivo, como a tentar reparar o mau exemplo que dera ao filho, atirou o maço de cigarros nas águas do rio Piracicaba, no Tanquã, dizendo que nunca mais fumaria.

Aos 20 anos, ainda morando com os pais, Pedro construiu seu quarto na lateral da residência. Certa vez, planejando passar a noite em casa, comprou um maço de cigarros e alugou vários filmes — queria maratona. No dia seguinte, acordou passando mal, com a boca amarga, com dores de cabeça e assustou-se ao

ver o cinzeiro repleto de bitucas — restavam apenas 4 cigarros dentro do maço. Daquele dia em diante, parou de fumar.

O ex-fumante é — e sempre será — um adicto. Se fumar um cigarro, pode voltar ao ritmo de consumo indesejado. A definição de adição é vício que se associa ao consumo abusivo de algo. O tabagista possui uma doença crônica causada pela dependência à nicotina que, segundo a OMS, se classifica no grupo de transtornos mentais e de comportamento em decorrência do uso de substâncias psicoativas. (CID: F17.1)

No ano seguinte, em 1992, incentivado por amigos, decidiu emigrar para o Japão. O Brasil vivia a década perdida, como ficaram conhecidos os anos de 1980, com a inflação galopante, o desemprego em alta e o aumento da desigualdade social. Juntou-se aos outros decasségus — brasileiros descendentes de japoneses que emigraram para o Japão à procura de melhores oportunidades de trabalho. Na cidade de Ota, pertencente à metrópole de Tóquio, empregou-se, junto com mais 15 parentes e inúmeros

brasileiros, na fábrica da montadora de automóveis Subaru. Morou no alojamento da empresa e trabalhava 9,5 horas por dia. Lá, aprendeu o básico do idioma, mas, sobretudo, a ter foco, paciência, disciplina e discrição.

A prevalência de tabagismo entre os homens no Japão era altíssima — recorda-se de que, na seção em que trabalhava, dos 15 homens, apenas 1 não fumava. A convivência com os fumantes provocou-lhe algumas recaídas. Numa ocasião, durante partida de truco com os amigos, fez brincadeira molhando, com cerveja, seus cigarros. Um deles o desafiou dizendo que deveria ter medo de voltar a fumar. Ao que respondeu:

“Esse objeto tão pequenino não pode ser mais forte do que eu!”. Acendeu e fumou vários cigarros. Poucas horas depois, vomitando e atordoado, deu o braço a torcer.

O programa nacional antitabagismo do Ministério da Saúde considera o acompanhamento profissional especializado demasiado importante nos meses seguintes ao fumante largar os

cigarros. Objetiva-se educar o paciente a reconhecer situações com potencial risco de recaída, como estados emocionais negativos, conflitos interpessoais e pressão social, por exemplo.

Quando Graciani, sua esposa, sansei como ele — termo dado aos brasileiros netos de japoneses —, engravidara, resolveram retornar a Piracicaba. Com a rede de amigos e de influência que criou, logo encontrou lugar de destaque na cidade com o convite do amigo e prefeito Barjas Negri para dirigir o recém-criado Centro Cultural da Paulista. De lá para a Câmara de Vereadores, encontrou caminho pavimentado e está, hoje, no seu terceiro mandato.

Em março de 2023 retornou ao Japão numa posição de honra e de destaque. Convidado pelo cônsul japonês, integrou uma comitiva de estudantes, de empresários e de políticos — apenas 10 representantes brasileiros — e viajou ao Japão para conhecer as cidades de Tóquio, de Hamamatsu e de Fukushima com suas indústrias tecnológicas, seus costumes e sua cultura.

Juliana Previtalli é médica, idealizadora da campanha antitabagista Paradas Pro Sucesso



Dia 28 tem Sábado Sem Câncer de Mama no CECAN

Foto: Marcelo Germano

Programa foi implantado em 1997 e já atendeu mais de 5 mil pessoas em ações preventivas aos cânceres de mama, próstata, fígado e colo do útero

Folha de Piracicaba

Para lembrar a todos que “Um Toque Pode Mudar Sua Vida”, o CECAN- Centro do Câncer da Santa Casa de Piracicaba, promove no próximo dia 28 de outubro, mais uma edição do programa Sábado Sem Câncer que, desta vez, vai prevenir e rastrear gratuitamente casos de câncer de mama mediante doação voluntária de um quilo de alimento não perecível e distribuição de 500 senhas a partir das 8 horas, em sua sede, à Av. Independência, 953.

O evento conta com apoio da Prefeitura, Diocese de Piracicaba, Acipi, Direção Regional de Ensino e plano Santa Casa Saúde Piracicaba. “São parceiros valiosos, que nos auxiliam a levar a informação a empresários, às

comunidades nas igrejas, nas unidades básicas de saúde e a crianças, adolescentes e professores nas escolas; pois as pessoas precisam se conscientizar de que, apesar de ser uma das doenças que mais matam no mundo, o câncer tem cura”, disse o oncologista Fernando Medina, articulador da Campanha.

Ele lembra que o atendimento ao público será feito por uma equipe composta por 11 profissionais médicos e outros 50 profissionais das áreas de enfermagem e apoio, a partir das 8 horas, com extrema tranquilidade, mediante todos os protocolos de segurança.

“Ao chegarem, as mulheres passarão por uma entrevista para elaboração de ficha cadastral com dados civis, idade, endereço e escolaridade; em se-



Campanhas do CECAN atraem grande número de participantes pela seriedade da iniciativa

guida serão atendidas por médicos oncologistas para levantamento dos fatores de risco, como histórico familiar positivo para o câncer, data da última menstruação, menarca precoce e estilo de vida, entre outras informações importantes”, disse Medina.

Ele informa que, mulheres com mais de 40 anos que apresentarem fatores de risco importantes, serão encaminhadas para mamografia feita pelo Instituto de Radiologia da Santa Casa pelo SUS- Sistema Único de Saúde; casos em que a mamografia apresentar dúvi-

das, serão encaminhados para ultrassonografia, principalmente mulheres mais jovens, com mamas densas. Se, ainda assim, a dúvida persistir, a mulher então, passará por biopsia anatomopatológica e, se necessário, será submetida à cirurgia pelo SUS. Mulheres com menos de 40 anos que não apresentarem esses fatores de risco, serão liberadas.

“Pela experiência que temos neste tipo de ação, pelo menos 2% das participantes apresentarão câncer de mama, sem saber que estão com a doença”, disse Medina. Ele lembra que a

CECAN promove o Sábado Sem Câncer desde 1997, quando a primeira campanha gratuita foi realizada com apoio do então secretário estadual da Saúde, José da Silva Guedes.

“De lá para cá, atendemos mais de 5 mil pessoas no Sábado Sem Câncer”, disse Medina, exaltando o perfil preventivo do CECAN, que atua também com o Outubro Rosa, Novembro Azul, palestras preventivas nas empresas e ações direcionadas a pacientes em tratamento. “Precisamos extirpar ou pelo menos controlar essa doença na face da terra”, disse.

Artigo

Ergonomia e Fisioterapia

Postura correta sentada no trabalho

Para encontrar posições confortáveis para o trabalho sentado, o primeiro passo é ajustar a cadeira ao seu corpo. E em seguida, ajustar a cadeira ao posto de trabalho e às necessidades práticas.

Existem alguns passos para sentar-se de forma correta:

Escolha uma cadeira ergonômica com apoio lombar e braços, além de regulagem de altura; A altura certa do assento é aquela em que os pés ficam bem apoiados no chão, sem pressionar as coxas; a coluna deve ficar reta e apoiada no encosto da cadeira; os joelhos e quadris precisam formar um ângulo igual ou maior que 90 graus; as dobras dos joelhos devem encostar-se à borda do assento da cadeira, porém sem fazer pressão; os ombros devem estar relaxados com cotovelos próximos ao corpo; antebraços apoiados no tampo da mesa (importante ressaltar que a borda tem que ser arredondada); a cadeira precisa se encaixar embaixo da mesa, porque cadeiras com braços altos (que não entram embaixo da mesa) obrigam a pessoa a manter-se longe, aumentando a tendência de levar o corpo para frente para digitar.

Monitor bem a frente da pessoa, teclado centralizado e o mouse ao lado do teclado; à distância olho - tela deve ser de 50 a 70

cm, a primeira linha do alto do monitor na altura da linha dos olhos, o notebook tem que ter suporte com regulagem, teclado e mouse externo; apoio de punho para teclado e apoio de punho para mouse.



O suporte de apoio para os pés é indicado para pessoas com estatura abaixo de 1,70 de altura. O mesmo deve apresentar regulagem e antiderrapante. Esse recurso é um ajuste do posto de trabalho e é utilizado para que não haja compressão da parte posterior da coxa contra o assento da cadeira e não prejudique a circulação.

Segue exemplos de modelo de suporte

de notebook com regulagem; apoio de punho para mouse e suporte de apoio para os pés e teclado, respectivamente.



O esforço postural (estático) e as solicitações sobre as articulações são mais limitados na postura sentada que na em pé. A postura sentada permite melhor controle dos movimentos pelo que o esforço equilíbrio é reduzido. É, sem sombra de dúvida, a melhor postura para trabalhos que exijam precisão.

De maneira geral, os problemas lombares advindos da postura sentada são justificados pelo fato de que a compressão dos discos intervertebrais ser maior na posição sentada que na posição em pé. No entanto, tais problemas não são apenas decorrentes das cargas que atuam sobre a coluna verte-

Dra. Beatriz Abrahão
Fisioterapeuta e Especialista em Ergonomia
CREFITO - 3/105890 - F



bral, mas, principalmente, da manutenção estática. A imobilidade postural constitui um fator desfavorável para nutrição do disco intervertebral que é dependente do movimento e da variação da postura. A incidência de dores lombares é menor quando a posição sentada é alternada com a em pé. (fonte: Manual de Ergonomia - NR - 17)

As pausas e alternância de postura são de extrema importância para quem trabalha por longos períodos na posição sentada. A recomendação é de uma pausa de 10 minu-



tos a cada 50 minutos trabalhados. Os benefícios das pausas são: aumento do tônus dos membros inferiores, interação com os colegas, prevenção de LER / DORT; ativação da circulação sanguínea.

A prevenção é o melhor caminho!
Cuide-se, seu corpo agradece!

Sindicato dos Bancários completa 64 anos neste domingo

Entidade comemora uma história de trabalho, lutas e conquistas para a categoria

Paulo Roberto Botão

O Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região completa 64 anos neste domingo. Nasceu no dia 22 de outubro de 1959, como Associação dos Bancários de Piracicaba, sob a liderança do bancário Gelson Aparecido Diniz, do

sociais para os trabalhadores e trabalhadoras”, afirma o seu presidente José Antonio Fernandes Paiva.

O Sindicato participa ativamente do Instituto Intersindical de Piracicaba, no qual ocupa atualmente a vice-presidência, da Feeb SP/MS (Federação Estadual dos Bancários de São Paulo e Mato

Nacional dos Bancários.

Graças a essa inserção e ao trabalho de mobilização local, a categoria bancária conta com uma das mais completas convenções coletivas de trabalho vigentes. “Nós temos garantido não só reajuste e aumento de salários, mas também benefícios sociais e econômicos, como a PLR (participação nos lucros e resultados), e cláusulas de proteção do emprego, saúde e condições de trabalho”, explica Paiva.

Em âmbito local, a entidade também está inserida em diversos órgãos que debatem temas de interesse da cidade. Seus diretores integram conselhos nas áreas de saúde, mobilidade urbana, segurança alimentar, direitos da pessoa com deficiência, trabalho, emprego e renda, expansão e desenvolvimento industrial e comercial, segurança comunitária, entre outras.

Está presente também em mobilizações mais amplas da sociedade local e regio-



Paiva: “O SindBan é referência de combatividade, organização e inovação no movimento sindical”..

Bradesco. Mas, rapidamente a entidade foi transformada em Sindicato, em 1961. Representa hoje cerca de dois mil trabalhadores, presentes em 22 cidades, e além da sede em Piracicaba, possui sub-sedes em Capivari, Santa Bárbara d’Oeste, São Pedro e Tietê.

“Nosso Sindicato tem uma história muito rica, que se entrelaça com a trajetória de organização e fortalecimento do movimento sindical brasileiro. Desde a sua criação, enfrentou os difíceis tempos da Ditadura Militar, entre 1964 e 1985, e foi protagonista na reconstrução da democracia e dos direitos

Grosso do Sul), também ocupando a vice-presidência,

“Nosso Sindicato tem uma história muito rica, que se entrelaça com a trajetória de organização e fortalecimento do movimento sindical brasileiro. Desde a sua criação, enfrentou os difíceis tempos da Ditadura Militar, entre 1964 e 1985, e foi protagonista na reconstrução da democracia e dos direitos sociais para os trabalhadores e trabalhadoras”

cia, e de todos os órgãos de mobilização da categoria nas campanhas salariais, com destaque para o Comando

nal, como atualmente no movimento pela instalação de uma universidade federal em Piracicaba, no campus Taquaral da Unimep. “Nosso Sindicato mantém uma militância social em defesa da cidadania e dos direitos sociais”, explica Paiva.

Outra vertente de atuação da entidade está ligada ao oferecimento de benefícios diretos aos associados. Atualmente, o Sindicato mantém mais de 70 convênios e ainda o atendimento direto em assessoria jurídica e no Núcleo de Saúde e Qualidade de Vida, com profissionais de psicologia, nutrição, oste-

Fotos: Divulgação



Sindicato mantém sede principal em Piracicaba, na rua Boa Morte.



Paiva, atual presidente, e Angela Savian, que já presidiu o Sindicato e hoje ocupa a vice-presidência.

versário estão acontecendo durante todo o mês, por meio de ações sindicais junto aos bancários nas agências, eventos na sua sede - como as reuniões de conselhos municipais - e também a participação dos diretores em atividades externas.

Ontem, 21, reuniu a categoria em um evento festivo, o SindBan Chopp Fest 6.4; e na segunda-feira, 23, realiza uma plenária especial do seu Sistema Diretivo, com a presença do presidente da Feeb SP/MS (Federação Estadual dos Bancários de São Paulo e Mato Grosso do Sul), Davi Zaia.

opatia, quiropraxia, assistência social e o Espaço Beleza.

Comemorações

As comemorações do ani-



Sindicato realiza manifesto e coleta de assinaturas pela Duplicação da SP 304, em 1997.



Protesto contra o assédio e o racismo, em frente ao banco Itaú, em 2009.

Prefeitura abre consulta pública sobre a revitalização da praça José Bonifácio

Por meio da consulta, a população poderá tirar dúvidas e sugerir mudanças ao projeto

Texto CCS

A Prefeitura de Piracicaba disponibilizou a partir da última sexta-feira, (20/10), consulta pública para receber dúvidas e sugestões sobre o projeto de revitalização da praça José Bonifácio e seu entorno. Qualquer pessoa pode participar da consulta, que vai ficar disponível por 30 dias no site consultaspublicas.piracicaba.sp.gov.br/projetos/revitalizacao-praca-jose-bonifacio/. Para isso, é necessário fazer cadastro. O objetivo é abrir espaço para que a população opine sobre o projeto, sugerindo alterações e novas ideias.

acredito que a revitalização vai trazer melhorias. Mas é importante que a Prefeitura abra esse espaço para ouvir a população”, disse.

Participaram da apresentação os titulares das secretarias de Obras e Zeladoria (Semozel), Trânsito e Transportes (Semuttran), Ação Cultural (Semac), Governo (Semgov) e de Habitação e Gestão Territorial (Semuhget). Também integrou o secretário de Transportes Internos (Semutri) e presidente da Câmara dos Dirigentes Logistas (CDL), Reinaldo Pousa.

“O intuito da apresentação foi de mostrar o projeto conceitual da revitalização da praça José Bonifácio e discu-



O anúncio da consulta pública foi feito ontem, 19-10, durante apresentação do projeto no Clube Coronel Barbosa

O anúncio da consulta pública foi feito dia 19/10, durante apresentação do projeto conceitual a lojistas, usuários e moradores do entorno e da região central, no Clube Coronel Barbosa. A revitalização da praça José Bonifácio busca ampliar e enaltecendo o acesso turístico no município, bem como favorecer a ocupação habitacional da área central. A proposta está alinhada ao Masterplan, um estudo da área central, incluindo pontos estratégicos, desenvolvido em parceria entre a Prefeitura e Acipi.

Comerciante há 23 anos da praça José Bonifácio, Silvia Sonalis Simões dos Santos disse que o projeto impacta positivamente para quem trabalha no local. “Falando da praça em si,

tir ideias com a população e com os lojistas e comerciantes do entorno, para entendermos o que é e o que não é relevante, para só depois colocarmos em andamento o projeto executivo”, explicou a diretora de projetos especiais da Semgov, Rose Massaruto.

A titular da Semuttran, Jane Franco Oliveira, ressaltou ainda que a consulta pública é, justamente, para saber e considerar a opinião pública antes de qualquer aplicação do projeto. “Queremos ter essa participação de todos”, completou.

O PROJETO – O projeto de modernização foi desenvolvido após estudo que avaliou as condições gerais de mobilidade, como infraestrutura para pedestres,



A diretora de projetos especiais da Semgov, Rose Massaruto, explicou que o intuito da apresentação foi mostrar o projeto conceitual e discutir ideias

ciclistas, transporte coletivo e individual e fluxo de trânsito. Também contou com um estudo ambiental das árvores que estão no espaço, considerando graus alto e médio das que possuem algum risco de queda e as saudáveis, além das árvores de pequeno porte que podem ser remanejadas e replantadas em outra parte da praça. O novo projeto prevê o aumento do número de árvores para 110, como forma de ampliar a área de sombra e trazer vitalidade para a região.

As propostas são de revitalização total da área, com abertura da rua Moraes Barros em frente à Catedral de Santo Antônio, alongamento da praça José Bonifácio e elevação do piso das vias no entorno, inversão de mão

na rua Prudente de Moraes (a partir da avenida Armando de Salles Oliveira a via segue para a direção da Rua do Porto, como forma de integração), ampliação das vagas de estacionamento, criação de corredor gastronômico e comercial, instalação de espaços dedicados ao lazer e esporte, criação de ambiente direcionado a eventos, remodelação dos canteiros e berços das árvores e modernização dos equipamentos estruturais, como bancos e iluminação.

A intenção é tornar a praça um espaço pulsante, reorganizando os usos e implantando atrações atualizadas que tragam público diversificado, garantindo, assim, a ocupação da praça central em diferentes horários e dias da semana, já que o estudo notou

que o local tem constante fluxo de pessoas durante a semana, mas que diminui aos sábados e domingos.

Além da Praça José Bonifácio, o Masterplan integra também um pacote de obras de revitalização, melhorias e modernização, contemplando ainda a remodelação viária da Rua do Porto, instalação de cicloviárias, desassoreamento e limpeza do rio Piracicaba, chamamento para aluguel de patins e bicicletas elétricas e a nova rodoviária. Os projetos estão em desenvolvimento.

O projeto conceitual foi apresentado também para diretores e associados da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba) e para membros da Diocese de Piracicaba em setembro.



Entre as modernizações, estão a criação de corredor gastronômico e comercial e instalação de espaços dedicados ao lazer e esporte

Fotos: CCS

Aprendizes do Instituto Formar desenvolvem habilidades na Frias Neto



Fotos: Divulgação

Imobiliária é parceira da instituição há mais de 10 anos e já ajudou a formar dezenas de jovens de Piracicaba

O Instituto Formar tem ao longo de sua trajetória uma parceria duradoura com a Frias Neto Consultoria de Imóveis. A responsabilidade social também é uma marca da imobiliária que acredita e apoia a formação de jovens pela aprendizagem profissional há mais de uma década. Ações e parcerias como esta fazem parte das diretrizes em ESG (Environmental, Social and Governance) da empresa, que pondera ações sustentáveis, sociais e de governança em sua rotina.

O investimento em novos talentos vindos do Instituto Formar, desenvolvendo pessoas com capacitações e mentorias no dia a dia da rotina da imobiliária, é um compromisso social considerado estratégico e fundamental para a empresa. "A Frias Neto sempre teve uma parceria muito forte com o Instituto Formar. Temos uma preocupação em inserir o jovem no mundo do trabalho. Trabalhamos muito de perto com o Formar e sabemos que eles têm essa preocupação e trabalham o lado pedagógico, psicológico e a inserção dos jovens em projetos culturais", pontuou a supervisora de Recursos Humanos da Frias Neto, Cristiane Boaretto Bacchin.

Com 180 colaboradores e 4 aprendizes atualmente na empresa, a Frias Neto desenvolve os jovens nas áreas administrativas. "A empresa acolhe os aprendizes, e temos profissionais dispostos a desenvolvê-los no ambiente de trabalho. Essa experiência é muito positiva, visto que temos jovens efetivados que estão até hoje em nosso quadro de funcionários, tanto na área comercial, quanto na administrativa", disse a supervisora.

Os aprendizes se dividem entre as aulas teóricas na instituição e a prática realizada nos setores administrativos de Locação, Manutenção

e Cadastro, Renovação e Contratos, onde desenvolvem atividades de atendimento, acesso ao sistema, desenvolvimento de planilhas, entre outras funções administrativas.

Retenção de Talentos

Oferecer oportunidades de aprendizado na empresa é um ganho em todos os lados. Com essa chance do primeiro emprego formal no mundo do trabalho, a Frias Neto coleciona diversos casos, em que o aprendiz se tornou colaborador. Um dos casos de sucesso é a história do corretor associado, Leandro Otávio da Silva Pereira, ex-aprendiz e atual Corretor Associado de Locação. A Frias Neto faz parte da vida de Leandro desde 2012, quando era aprendiz da antiga Guarda Mirim de Piracicaba, hoje, Instituto Formar.

A supervisora de RH, Cristiane conta que Leandro inclusive trabalhou com ela no setor e depois surgiu a oportunidade de efetivação. Diante de uma excelente performance como aprendiz, Leandro foi efetivado de 2014 a 2022 no quadro administrativo, em gestão de carteira. "Ele pediu uma oportunidade para ser corretor de imóveis, e hoje ele está no quadro Comercial de Locação atuando como corretor. Para ele foi um diferencial e para nós um ganho."

Leandro conta que entrou no Instituto Formar aos 16 anos de idade e dali em diante, sua vida mudou bastante. "Vejo a instituição como uma grande oportunidade, se não fosse essa passagem pelo Formar no começo da minha adolescência, eu não chegaria onde estou hoje".

Ele conta que a Frias Neto foi a sua primeira entrevista como aprendiz onde foi aprovado e continua até os dias de hoje. Para Leandro, o Instituto Formar e a Frias Neto têm uma



Laura Dias Lopes, Maiane Gadotti, Isabela Marcuz, Cristiane Boaretto Bacchin e Stefany Fioravante de Araújo

parceria que vale a pena e que pode transformar muitas vidas. "Eu era um adolescente visando um futuro, uma oportunidade de trabalho, nunca tinha passado pela minha cabeça trabalhar em imobiliária, hoje me tornei um Corretor de Locação e para mim, isso foi um grande crescimento onde lá atrás foquei, fiz meus planejamentos e deu tudo

certo", declarou.

A Frias Neto é um exemplo de contribuição com o crescimento e o desenvolvimento humano, com as oportunidades geradas através da aprendizagem profissional, o que contribui para tornar o ambiente empresarial em constante evolução, com características ino-

vadoras e aberto a novas ideias, à criatividade e à diversidade. Mostrando que honram o lema que levam, de agentes do desenvolvimento do mercado imobiliário de Piracicaba, através da inserção de novos profissionais nas áreas administrativas e comerciais, movimentando o mercado e construindo futuros.



Leandro Pereira e Cristiane Boaretto Bacchin

SEU CONDOMÍNIO CONECTADO EM UM SÓ APP

- ▶ ABERTURA E FECHAMENTO DE PORTÕES REMOTAMENTE
- ▶ HISTÓRICO DE ACESSO
- ▶ AGENDAMENTO DE ÁREAS COMUNS
- ▶ AUTORIZAÇÃO DE PESSOAS E VEÍCULOS
- ▶ MONITORAMENTO DE ACESSO
- ▶ CONTROLE DE ENTREGAS E OBJETOS
- ▶ NOTIFICAÇÕES PERSONALIZADAS

(19) 3437.2776
condominios@smdsolucoes.com.br
smd.condominios
Av. Dr. Paulo de Moraes, 890
Piracicaba/SP



Grupo BOM JESUS
Assistência Funeral

Atendimento 24h
(19) 3422-7617

Amparo e profissionalismo, no momento que você mais necessita.

Matriz Piracicaba/SP
Rua José Pinto de Almeida, 689
Telefone: (19) 3422-7617

Rio Claro/SP
Rua Seis, 783 - Centro
Telefone: (19) 3524-5252

Rio das Pedras/SP
Rua Nove de Julho, 20 - Centro
Telefone: (19) 3493-4005

São Pedro/SP
Av. Saudade, 156
Telefone: (19) 3481-3322

www.bomjesuspiracicaba.com.br

SR. CELSO MORETTI, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba aos 91 anos de idade e era casado com a Sra. Fumio Oda Moretti. Era filha do Sr. Telespri Moretti e da Sra. Amelia Ghidini, falecidos. Deixa os filhos: Paulo Oda Moretti casado com Liliane Ap. Fazanaro Moretti, Celio Oda Moretti, Fabio Oda Moretti casado com Jussara Albino Oda Moretti. Deixa netas, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp as 16:45h, saindo a urna mortuária do Velório no Parque da Ressurreição - Sala B, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA EVANGELISTA DE SOUSA, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba aos 95 anos de idade e era viúva do Sr. Artiolino Egidio Chagas. Era filha do Sr. Sebastião Casemiro de Sousa e da Sra. Geralda Evangelho de Jesus, falecidos. Deixa os filhos: Ailton Chagas de Souza casado com Maebe Clara Candido de Souza, Marlei Chagas Pires casada com Marcos Ap. Pires, Marizete Chagas de Souza, Marilene Chagas de Souza, Josias Chagas de Souza casado com Maria Rodrigues de Jesus, Jose Chagas de Souza casado com Candida Ap. Pacheco Chagas, Marli Chagas de Souza Santos viúva de Jose Rodrigues dos Santos, Maria Chagas viúva de Antonio Rodrigues, Marilane Chagas de Souza (falecida), Ednaldo Chagas de Souza (falecido), Marlene Chagas de Oliveira (falecida) - foi casada com Lauro Martins de Oliveira (falecido). Deixa netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O Velório ocorreu dia 14pp no Memorial Metropolitan de Piracicaba - Sala Esmeralda das 16:00hs as 19:00hs, no dia 15pp retornou as 07:30hs. O seu sepultamento deu-se dia 15pp as 12:30hs, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. REINALDO LUIZ BERNARDES, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba aos 77 anos de idade e era casado com a Sra. Tania Maria Bernardes. Era filho do Sr. Dorviro Antonio Rita e da Sra. Maria Senhorinha de Jesus, falecidos. Deixou os filhos: Marcelo Antonio Bernardes; Lilian Maria Bernardes casada com Fabio Albino. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 15pp as 10:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. TAKAARI KAWAI (PAULO FUJI), Faleceu dia 15pp na cidade de Piracicaba aos 86 anos e era viúvo da Sra. Maria Ines Casarin Kawai. Era filho do Sr. Motoihiro Kawai e da Sra. Kisino Kawai, falecidos. Deixa os filhos: Paulo Roberto casado com Faikao, Katia, Kelly casada com Nilson Onishi, Marcos casado com Tikky, Ernesto já falecido. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 15pp as 17:00h, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 03, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

DR. DECIO TEIXEIRA, Faleceu dia 15pp na cidade de Piracicaba aos 87 anos e era

casado com a Sra. Maria Helena Lorenzi Teixeira. Era filho do Sr. Francisco Teixeira e da Sra. Iraquel de Oliveira Teixeira, falecidos. Deixa os filhos: Monica, Luis Fernando, Cristiane e Luis Claudio. Deixa netos, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 15pp na Sala Diamante no Memorial Metropolitan de Piracicaba a partir das 16:30h até as 17:45h e as 18:00h houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

MENINO - BENJAMIN RAFAEL NOLASCO, Faleceu dia 15pp na cidade de São Paulo, era filho do Sr. Murilo Basso Nolasco e Sra. Daiane Raquel Neves Nolasco. Deixa demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado para Piracicaba e o seu sepultamento deu-se dia 16pp as 10:00h, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal de Iracemópolis. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. DEUZA MARIA LIBARDI DELABIO, Faleceu dia 16pp na cidade de Piracicaba, aos 77 anos de idade e era casada com o Sr. Vicente Delabio. Era filho do Sr. Narciso Libardi e da Sra. Maria Lidia Cucolo Libardi, falecidos. Deixa os filhos: Rogerio Delabio (falecido), Gisele Delabio Auer casada com Celso Garcia Auer, Alessandra Delabio Leite casada com Paulo Leite. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 17pp as 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório no Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. FRANCISCO BARTOLOMEU FURTADO LEITE, Faleceu dia 16pp na cidade de Piracicaba aos 60 anos de idade e era casado com a Sra. Francisca Salileia Rodrigues Amaro Furtado. Era filho do Sr. João Furtado Pereira e da Sra. Rita Risalva Furtado Leite. Deixou os filhos: João Paulo Furtado e Rodrigo Furtado. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp as 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Memorial de Capivari - Sala Diamante, e seu corpo foi trasladado para a cidade de São Joaquim Distrito de Umburanas - CE, seguindo para o Cemitério de São Joaquim Distrito de Umburanas - CE. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

CELIA MARIA DOMINGUES DE OLIVEIRA, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 72 anos de idade e era filha do Sr. Sebastião Domingues de Oliveira e da Sra. Vicentina Lambertucci, falecidos. Deixa ainda irmãos, cunhados, sobrinhos e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 17pp as 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 03, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. GERSON TOBIAS DOS SANTOS, Faleceu dia 16pp na cidade de Piracicaba, aos 54 anos de idade. Era filho do Sr. Lazaro Tobias dos Santos; falecido e da Sra. Eurides Machado dos Santos. Deixa os filhos: Jamile, Jeferson, Maycon, Deivid. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepul-

tamento deu-se dia 18pp as 13:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

MENINA - ANTONELLA CARDOZO LIBERATO DA SILVA AMARAL, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba e era filha de Jhonathan Cardozo Correia e de Geovanna Liberato da Silva Amaral. Deixa parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp as 15:00hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende - Sala - 02, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. LOURDES APARECIDA CERIGNONI COELHO, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 72 anos de idade e era casada com o Sr. Vitor Leite Coelho. Era filha do Sr. Pedro Cerignoni e da Sra. Helena Menegatti Cerignoni, falecidos. Deixa os filhos: Juliana Cerignoni Coelho, Vitor Antonio Cerignoni Coelho. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp às 10:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 04, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. APARECIDA DE LURDES BERTONI ITO, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba aos 67 anos e era casada com o Sr. Kazuo Ito. Era filha do Sr. Sebastião Bertoni e da Sra. Carmen Ribas Bertoni, falecidos. Deixa os filhos: Edinéia Claudia Ito casada com Valtair Hartung Ventura, Andréia Carla Ito, Fábio Marcelo Ito casado com Tatiane Fernanda Bonassi Ito. Deixa netos. O velório ocorreu dia 19pp na Sala Esmeralda no Memorial Metropolitan de Piracicaba a partir das 07:30hs até as 10:30hs, em seguida houve a Cerimônia de homenagens póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. PEDRO SHIGUERU KATAYAMA, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 74 anos de idade e era casado com a Sra. Ruth Albuquerque Katayama. Era filho do Sr. Masae Katayama e da Sra. Kiku Katayama, falecidos. Deixa os filhos: André Albuquerque Katayama, Thais Albuquerque Katayama Romanini casada com Plinio Cesar Romanini, Patrick Albuquerque Katayama, Cindy Albuquerque Katayama. Deixa a neta Naomi Rodrigues Katayama, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 15:30hs saindo a urna mortuária do Velório no Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. VALDOMIRA ALBERTINO ALECIO, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 78 anos de idade e era viúva do Sr. Armando Paulo Alecio, era filha do Sr. João Albertino e da Sra. Maria Aparecida Albertino, falecidos. Deixou os filhos: Jose Nivaldo Alecio casado com Sonia Aparecida Santim Alecio; Laudir Antonio Alecio casado com Sandra Regina Correa Alecio; Sebastiao Aparecido Alecio; Paulo Cesar Alecio casado com Marli Aparecida Raimundo Alecio. Deixa ainda 05 netos, 03 bisnetos, demais parentes e amigos.

O seu sepultamento deu-se dia 20pp às 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério Parque da Ressurreição - Sala-C, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. IRACEMA DE OLIVEIRA NECO, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 84 anos de idade e era viúva do Sr. João Neco. Era filha do Sr. Domervil Augusto de Oliveira e da Sra. Nelsa Augusta de Oliveira, falecidos. Deixou os filhos: Carlos Augusto Neco; Gerson Antonio Neco; Ligia Silvia de Oliveira Neco; Sandra Marcia de Oliveira Neco. Deixa ainda netos, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado para a cidade de Votuporanga e seu sepultamento deu-se dia 20pp as 11:00hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Votuporanga, seguindo para o Cemitério Municipal de Votuporanga. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. LUIZ VLAUDIR SARTORE, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba aos 71 anos de idade e era casado com a Sra. Vanilde Antoneli Sartore. Era filho do Sr. Luiz Sartore e Sra. Idalina Ferraz, falecidos. Deixa os filhos: Reginaldo, Rogerio, Alexandre, falecido, Karina e Eduardo. Deixa netos, 1 bisneta, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 10:30h, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ELIAS AMARO DE ALMEIDA, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba aos 79 anos de idade. Era filho do Sr. Benedito Ferraz de Almeida e da Sra. Aparecida Maria de Almeida. Deixa os filhos: Oswaldo Rodrigo de Almeida, Teresa Cristina de Almeida. Deixa a neta: Luiza de Almeida, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 17:00h, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. APARECIDA TEIXEIRA BRONEL, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba aos 74 anos de idade e era casada com o Sr. Sergio Bronel. Era filha do Sr. Antonio Teixeira e da Sra. Maria Jesus, falecidos. Deixa os filhos: Gerson Bronel casado com Simone Batista Bronel, Sandra Ap. Bronel Cominato casada com Valdemir Aparecido Cominato, Mara Cristina Bronel, Daiane Aline Bronel casada com Fernando D'Amico, Marcia Regina Bronel Montagner casada com Edson Montagner. Deixa netos, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 20pp na Sala Esmeralda no Memorial Metropolitan de Piracicaba a partir das 07:30h até as 15:45h e as 16:00h houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ROBERTO JUSTINO MARQUES, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba aos 43 anos, era filho do Sr. Arlindo Justino Marques e da Sra. Iracema Rodrigues Marques, falecida. Deixa 01 filha: Rebeca de Campos Marques. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 13:00 horas, saindo a

urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ISMAEL TEIXEIRA FRANCO - Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 82 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Lucia Possatto Teixeira. Era filho do Sr. Sebastião Teixeira Franco e da Sra. Brasilisa Bicudo Teixeira, falecidos. Deixa os filhos: Marcio Jose Teixeira Franco casado com Adriana Eufrazio Teixeira, Lucia Cristina Teixeira Matias casada com Irineu Matias e Renata Teixeira Monteiro casada com Carlos Monteiro. Deixa também netos, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Iracemópolis e o seu sepultamento deu-se dia 20pp às 15:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Iracemópolis, seguindo para o Cemitério Municipal de Iracemópolis. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. EDILENE MARIA PEREIRA, Faleceu dia 19pp na cidade de Rio das Pedras, aos 56 anos de idade e era filha do Sr. Cicero Pereira e da Sra. Maria das Dores Pereira, falecidos. Deixa os filhos: Liniker e Lais. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 16:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras seguindo para o Cemitério Municipal naquela localidade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. VANTUIL PEREIRA SOARES, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 70 anos de idade e era filho do Sr. Lucas Pereira dos Santos e da Sra. Maria pereira Soares, falecidos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 13:30 hs no Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANDRE POZAR, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba aos 90 anos e era viúvo da Sra. Cecília Santin Pozar. Era filho do Sr. Santo Pozar e da Sra. Elydia Jordão, falecidos. Deixa os filhos: Gilberto Pozar, Ivani Pozar Otsuki casada com Massami Otsuki. Deixa netos e bisnetos. O velório ocorreu dia 21pp na Sala Esmeralda no Memorial Metropolitan de Piracicaba a partir das 07:30h até as 15:45h e as 16:00hs houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. OSMAR ROBSON SILVA, Faleceu dia 20pp na cidade de Valparaíso, aos 57 anos de idade e era casado com a Sra. Ivete da Silva. Era filho do Sr. Obede da Silva e da Sra. Lairde Medeiros da Silva. Deixa os filhos: Osemir William Moreira da Silva, Paola Flaviane Moreira da Silva. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Piracicaba e o seu sepultamento deu-se dia 21pp as 17:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 3, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

REVISTA
UUs

22 de outubro de 2023

Fred Garcia

Com exclusividade para a PiraCult,
ele fala sobre carreira, bullying e mais!

Decor *Cobogó e muxarabis como elementos
estéticos e funcionais*

Filhos *Como orientar os filhos diante
da guerra em Gaza*

Vida Saudável *Saiba o porquê você não deve
pular refeições*

Comportamento *Somatização: o que é o conjunto
de sintomas físicos agravados pelas emoções*



piracult

Menino Multifacetado

Sim, eu também me confundi quando vi a versão infantil de Caio, o personagem de Cauã Reymond, se afogando na novela "Terra e Paixão". O ator mirim era um tanto familiar, e na verdade ele faz outro papel no mesmo folhetim. Desde o início da trama, Fred Garcia já vinha interpretando o Bento, personagem pré-adolescente que pratica bullying na escola; e acabou sendo escalado para a cena flashback do Caio criança. Antes de brilhar em dose dupla no horário nobre global, ele já passou pela Record, atuando nas produções "Jesus" e "Gênesis"; além de uma experiência teatral gigante: 12 peças para um ator de apenas 13 anos; quase uma por ano de vida. Por essas e outras, ele é o entrevistado de hoje da coluna na série de atores mirins que ganharam o coração do Brasil.

PiraCult: Você começou no teatro aos 5 anos de idade; e já são 12 peças encenadas em 8 anos de carreira. O que te despertou pra carreira artística? Fui para carreira artística por acaso, uma situação da minha mãe numa escolinha de futebol ocasionou minha ida para uma aula experimental de teatro e eu adorei estar no palco. Daí me despertou também a vontade de fazer cinema e TV.

PiraCult: Seu personagem em "Terra e Paixão" tem uma forte carga emocional, já que é o Bento quem pratica bullying contra o Cristian. Como está sendo pra você digerir uma pauta tão pesada? Não é fácil. Mas tudo é feito com muito cuidado e atenção. Por outro lado, fico feliz em trazer esta pauta para o horário nobre da TV Globo.

PiraCult: Você está virando uma referência em interpretar protagonistas na chamada

"primeira fase" das novelas. Foi o Zé Leônico criança no remake de Pantanal, e agora faz também o Caio menino em "Terra e Paixão". Na hora de construir essas versões mirins, o contato com os atores da fase adulta tem influência? Fico muito feliz em ter estas oportunidades. Acho importante e me ajuda bastante observar os atores adultos, levando em conta as características de cada personagem.

PiraCult: Além da novela, você acabou de estrear como Tarzan no teatro; um espetáculo que exige de você atuação e bastante preparo físico. Como é a sua rotina entre palco e TV? Minha rotina é bem corrida. Para Tarzan, além dos ensaios, eu fiz aulas de tecido. É preciso conciliar os horários de ensaio, gravação e os dias que estarei no palco. Ainda tem as



atividades da escola, mas eu gosto muito dessa adrenalina. Com ajuda da minha mãe e, às vezes, uma negociação nos horários, vai tudo dando certo, graças à Deus.

PiraCult: Seu currículo acumula além do teatro passagem por mais de uma emissora de TV, além de um longa-metragem e algumas séries. Nesses 8 anos de estrada, o que te deu mais prazer em fazer? Tudo foi bem legal, sempre aprendo bastante, conheço pessoas talentosas e vivo belas experiências. Mas, o que eu mais gostei de fazer foi o remake Pantanal, aprendi a andar à cavalo, viajei para o Pantanal, e abrir uma novela das 21h na Globo, foi bem emocionante.

PiraCult: Na adolescência começam a surgir interesses mais concretos sobre futuro

profissional. O Fred de hoje se vê nas artes depois de adulto, pensa em atuar nos bastidores ou sonha com uma carreira totalmente diferente? Sim, eu me vejo adulto nas artes, seja na frente das câmeras atuando, ou também nos bastidores. Adoro observar como os diretores trabalham, cada um com o seu jeito de conduzir a cena. O mundo das artes é fascinante.

PiraCult: A gente sempre fecha nossa conversa perguntando: qual a dica de ouro pra quem quer começar uma carreira artística, independentemente da idade que tenha? Acredite no seu sonho e em você. Seja perseverante. Estude bastante pra estar preparado para quando surgir um teste. E o mais importante, seja feliz no processo. ■



Fred em três tempos: dividindo o papel com Cauã Reymond...



...no set da Globo com Felipe Melchiadés...



...e se preparando para ser Tarzan no teatro.

O Menino e o Mundo

A animação brasileira "O Menino e o Mundo", primeira obra brasileira do gênero indicada ao Oscar, é o filme em cartaz na próxima segunda, dia 23, às 13h30 na Biblioteca Municipal Ferraz de Arruda Pinto. A sessão, gratuita, é uma realização da Biblioteca,

mantida pela Prefeitura, por meio da Semac, em parceria com o MISP (Museu da Imagem e Som de Piracicaba), MIS (Museu da Imagem e Som) e com o projeto Pontos MIS. Uma obra linda de viver, abordando o êxodo rural sob uma estética de encher os olhos. ■



Alê Abreu é o diretor e animador da obra

Henrique e Juliano

Piracicaba receberá uma das maiores duplas da atualidade no cenário da música sertaneja: Henrique & Juliano. E o local escolhido para essa apresentação é um espaço bem conhecido dos amantes do estilo musical: no Unileste, que é reconhecido por sediar a tradicional Festa do Peão de Piracicaba.

Os portões do evento serão abertos às 19h, e a

realização está a cargo da Organização Estrela, ES Agência de Eventos e da Azzo Produções.

Para atender à diversidade de preferências dos espectadores, serão disponibilizados quatro tipos de ingressos: Arena, Área Vip, Camarote Front Stage e Open



Surreal. A aquisição dos ingressos pode ser realizada de forma conveniente através do site da Guichê Web, e a gente facilita para os leitores da coluna. É só clicar no QRCode abaixo e acessar a página de vendas. ■



Dica da Semana

com Nathalia Felipe
@nathaliarfelippe



Big Hero

Na recomendação de hoje, trago um filme distinto e intrigante entre as animações da Disney, que segue uma abordagem com super-heróis. Hiro Hamada é um jovem de 13 anos, incrivelmente inteligente, que cria um

robô de alta potência para competir em lutas clandestinas. No entanto, seu irmão decide tirá-lo desse caminho e o leva para seu trabalho em uma escola. Hiro se encanta com o lugar e conhece Baymax, um robô inflável criado por seu irmão Tadashi. Então Hiro se

prepara para uma apresentação a fim de ingressar na escola, mas uma tragédia o deixa deprimido.

Em um momento de tristeza, Baymax é ativado e eles se tornam grandes amigos. Neste meio tempo, a cidade em que vivem é ameaçada por robôs malévolos, o que os leva a unir forças com seus amigos e robôs para proteger a cidade desse novo perigo. Prepare a pipoca e desfrute desta empolgante trama no Disney Plus, que certamente vale a pena conferir. ■



2ª Mostra Ronaumrose

Próximo sábado, dia 28, rola a 2ª Mostra de Teatro Ronaumrose aqui na cidade. Às 16h30 tem "Charanga da Tramp" com a Cia. Tramp de Palhaços na Casa do Povoador; e às 20h tem "Eh, Turtuvia" na Sala 2 do Losso Neto com a Cia. Fratri Alatere. Tudo de graça! Bora prestigiar? ■



Democracia e Direito

Vem aí a Pré-Conferência Municipal de Cultura de Piracicaba, sob o tema "Democracia e Direito: por um Sistema Municipal de Cultura". O evento será sediado no Armazém Maria Dirce de Alemida Camargo, na Estação

da Paulista (Av. Dr. Paulo de Moraes, 1580), e acontece na próxima terça, dia 24 de outubro, às 19h. Uma realização do Conselho Municipal de Cultura (CoMcult) e Prefeitura de Piracicaba por meio da Semac. ■



Tupi já teve seu Cinema

Adolpho Queiroz, com a colaboração de Márcio Rezen-de Ribeiro Soares e Antonio Angolini

São poucas e raras as histórias dos 234 bairros da cidade de Piracicaba e seus distritos. Fiz, para esta edição, uma pesquisa a partir de dois relatos que consegui sobre o distrito de Tupi e uma das suas histórias saborosas. Encontrei no Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado para obtenção do título de Engenheiro Agrônomo, de Márcio Soares pela ESALQ, em 2017, que ora transcrevo. A ela, juntei parte dos originais que o historiador do bairro, Antonio Angolini, está coletando para a formatação de um livro sobre a história centenária daquela localidade, hoje muito conhecida pela sua tradicional festa junina, pelos excelentes resultados da escola estadual "Pedro Melo" e também pelas corridas de automóveis no ECPA, liderado pelo empresário Dito Gianetti.

Segundo Arruda e Angolini (1974), o Distrito de Tupi teve seu início com a Estação da Companhia Paulista de Estradas de Ferro de Tupi, construída para facilitar o escoamento da produção agrícola local. A partir de então, o território local, até então, eminentemente rural, começou a se desenhar com características próprias de pequeno vilarejo, pela ação da população ali residente, que se organizou nas redondezas da ferrovia e às margens dos rios pertencentes à bacia do Piracicaba.

A figura que ilustra essa matéria, evidencia a localização da então fazenda Morro Grande que ficava próxima à estação ferroviária de Tupi. A Estação Ferroviária foi inaugurada em 1922 (Relato de Antônio Carlos Angolini, 2017). Naquela época, o dono da fazenda Morro Grande e outros sitiantes do local, doaram uma área para o que Governo Federal fundasse uma estação experimental de algodão, sendo que alguns anos depois, as terras passaram a ser do Governo Estadual e foi criado o Horto Florestal de Tupi.

De acordo com Arruda e Angolini (1974), com o andamento da construção da estação ferroviária, já em 1921, a Câmara Municipal de Piracicaba adquiriu uma área, nessas proximidades, que foi dividida em quarteirões, loteados e vendidos pela Prefeitura, nascendo assim um povoado. Os primeiros moradores da vila vieram de fazendas e sítios da região e pequeno comércio foi sendo implantado. A partir de 1924 foram instituídas ali várias organizações básicas, como a agência de correios, a Igreja de São José, a escola e o cartório. Em 23 de dezembro de 1936 o distrito de Tupi é criado pelo Decreto Lei Estadual

número 2783.

Arruda e Angolini (1974) afirmam que a década de 1960 foi de declínio para o distrito de Tupi, pois muitos moradores foram residir em outros municípios em busca de melhores oportunidades de trabalho. Porém, a na década de 1970 já houve um maior impulso no desenvolvimento do distrito, pois, além da instalação da empresa norte americana Caterpillar, houve um avanço na infraestrutura como, a perfuração de um poço semi artesiano para o fornecimento de água para os moradores, construção de rede de esgoto, melhoria no sistema de ensino e foi feito o loteamento Parque das Indústrias.

Segundo Terzi et al. (2005), no início dos anos de 1970, o então prefeito de Piracicaba, Adilson Maluf, foi até os Estados Unidos para negociar a vinda da Caterpillar (fabricante de equipamentos de construção e mineração, motores a gás natural e diesel, turbinas industriais e locomotivas elétricas a diesel - inclusão do autor) para o município. Na época, a empresa já estudava a possibilidade de instalar uma filial no interior do Estado de São Paulo. A indústria instalada em Tupi teve grande influência para o desenvolvimento do distrito a partir de 1975. Próximo ao local foi surgindo um bairro que recebeu o nome de Peoria, nome da cidade sede da Caterpillar nos Estados Unidos (REVISTA IGPH, 2014).

De acordo com Arruda e Angolini (1974), partir do início desta década, o número de moradores do distrito que estava em declínio, caindo de 2382 para 1545 habitantes nos censos de 1960 e 1970, respectivamente, passou a aumentar e hoje se encontra com o total de 4271 residentes, segundo o último censo do IBGE (2010), e no censo de 2022, aproximam-se de oito mil moradores.

Sobre o Distrito de Tupi

Os dados sobre área, hidrografia, fronteiras geográficas e área urbana de Tupi foram obtidos no Instituto de Pesquisas e Plane-

mens e 2 066 mulheres, possuindo um total de 1 440 domicílios particulares.

As propriedades rurais de Tupi são, predominantemente, pequenas e médias. As que são mais próximas à área urbana geralmente são chácaras usadas para lazer, principalmente nos finais de semana. E as propriedades mais distantes geralmente são de tamanho médio, usadas para o cultivo de cana, que vendem o seu produto para a Usina da região, e outras práticas agropecuárias, como cultivo de hortaliças e produção de leite.

Cine Tupi

Em 1952, um grupo de moradores, teve a ideia de montar uma sociedade e inaugurar um cinema, no Distrito de Tupi, município de Piracicaba. A ideia cresceu e aderiram ao plano, os irmãos Carlos de Sordi e Josefina (Pina) Dela Modesta, os irmãos Barroso, Sebastião, Hermínio e Mário, os irmãos Boaretto, Romano e Mário, e Alcides Angolini.

Em janeiro do ano seguinte, fez-se a primeira reunião com a arrecadação de 10.000 cruzeiros de cada sócio, tendo o proponente, Carlos de Sordi, entrado com Cr\$5.000,00 a mais. Formou-se um capital de Cr\$85.000,00.

A primeira medida foi a de adquirir um terreno que, depois de estudado, foi comprado de Armando Marengo, ao preço de Cr\$7.000,00. Gastou-se mais Cr\$1.800,00 de escritura e registro, enfim, até o mês de agosto daquele ano, Cr\$58.905,40 já tinham sido empregados na execução desse plano.

O capital de Cr\$15.000,00, de Carlos de Sordi, ficou por conta dos serviços de pedreiro, por ele assumido, na construção do prédio. Na contabilidade dessa obra, aparece com muitos dias de trabalho, como auxiliar, João Jorge, entre outros. O projetor de filmes - 16 mm, foi adquirido na Casa Peu, por Cr\$12.000,00. Carlos Alberto de Sordi, "Carlinhos", o primeiro a iniciar como operador, logo substituído por Mauro José Dechem que, por muitos anos,



Cine Tupi

deixam a sociedade, sendo as suas cotas rateadas pelos sócios restantes. Em 28 de outubro, foram contabilizadas as primeiras receitas do ano, com o início das exposições cinematográficas, com os filmes; Bela e Bandida e Bola de Cristal, com a arrecadação de Cr\$2.266,00. Está registrado que, em abril de 1954, aconteceu o primeiro baile, no

utilizado apenas para promoções de bailes, festas juninas e carnaval. Foi tentado colocá-lo em funcionamento, mas durou pouco tempo, sendo desativado definitivamente.

O prédio foi vendido ao Sr. Laurindo Boldrim que transfere seu armazém, o São João, e sua residência, para esse local.



Festas no Cinema

salão, com uma arrecadação de Cr\$64,00 e o primeiro show foi de Algodão e Nhá Rita, com a arrecadação de Cr\$260,00.

Assim foram os primeiros anos de nosso Cine Tupi, não sendo, de maneira alguma, um investimento rentável aos sócios, e sim, uma oportunidade de entretenimento para a população. Foram anos de diversão e alegria para todos. Às quartas-feiras, sábado, domingo; com a matinê e a noite eram exibidos bons filmes. Mas em 1961, o prédio do cinema passou a ser

Aquela década foi caracterizada por um período de decadência no Tupi. Velhos moradores deixaram o bairro em busca de recursos na cidade. Em consequência, são fechados, além do cinema o Cartório de Registro Civil, o Correio e a Estação. Por outro lado, o aspecto do Tupi é mudado com a construção da praça, com o assentamento de guias nas ruas, a construção de novo prédio para a Escola. Mais tarde, surge o loteamento Parque Peoria e Bartira que permitiram a expansão do Distrito.

Tabela 1

| Área de Tupi, Piracicaba - SP | | |
|-------------------------------|----------------|------|
| ZONA | M ² | % |
| Urbana | 2.083.297,07 | 3,8 |
| Rural | 53.083.042,93 | 96,2 |
| Total | 55.166.340,00 | 100 |

jamento de Piracicaba (IPPLAP, 2013). A tabela 1 mostra a relação das áreas do Distrito de Tupi.

O distrito de Tupi faz divisa com os municípios de Rio das Pedras, Santa Bárbara d'Oeste, Limeira e Iracemápolis, estando há 12 Km do centro de Piracicaba. O censo do IBGE de 2010 aponta o total de 4271 habitantes sendo 2 205 ho-

operou esse ofício.

Foram adquiridas 10 dúzias de cadeiras, ao preço de Cr\$4.320,00. Em 22 de outubro, os sócios entraram com mais Cr\$1.500,00 cada um, para equilibrar as contas da sociedade. Um tempo depois, por motivos de mudança com toda a família para Jundiá, Carlos de Sordi e Josefina Dela Modesta,



Vila Nova da Constituição por volta de 1885, atual Piracicaba. Destaque à fazenda Morro Grande, próxima da instalação da estação ferroviária.

Doces caseiros

Brownie de chocolate

Que tal preparar um delicioso brownie para comer com a família no lanche da tarde? O passo a passo é bem simples e fácil de fazer.



Ingredientes

- 2 xícaras de achocolatado em pó
- 1 xícara de farinha de trigo
- 1 xícara de açúcar
- 200 gramas de manteiga
- 4 ovos

Modo de Preparo

Um uma tigela, coloque os ovos, o açúcar e bata com a ajuda de um fouet ou garfo;

Em seguida, adicione a manteiga e o achocolatado em pó; Misture tudo e depois adicione a farinha de trigo; Mexa a massa até que fique homogênea; Depois, despeje a massa em uma forma untada com achocolatado em pó; Leve para assar em forno preaquecido a 180 graus Celsius por 35 minutos; Retire do forno e sirva!

Pudim de leite condensado

Uma sobremesa clássica brasileira. Simples de preparar, a receita leva apenas 4 ingredientes que você provavelmente tem em casa: açúcar, leite condensado, leite e ovos. Quem não gostaria de surpreender a todos com um pudim lisinho? Nesta receita você aprende a técnica simples e fácil para conseguir um pudim sem furinhos.



Ingredientes

- 6 colheres de sopa de açúcar
- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de leite, use a mesma medida do leite condensado
- 3 ovos

Modo de Preparo

Numa forma para pudim, de 20 centímetros de diâmetro, coloque 6 colheres de sopa de açúcar e leve ao fogo médio até virar uma calda caramelada, por mais ou menos 3 minutos.

Retire do fogo e vá virando a fôrma, de modo que a calda forre todo o fundo e la-

teral da mesma. Reserve.

Num liquidificador coloque uma lata de leite condensado, uma lata de leite, a mesma medida da lata de leite condensado, e 3 ovos e bata bem por mais ou menos 1 minuto.

Desligue o liquidificador e deixe a mistura descansar por 15 minutos.

Com esta espera a espuma fica sobre a superfície, o pudim fica sem furinhos, mas macio.

Com a ajuda de uma colher segure a espuma que está na superfície e despeje o conteúdo do liquidificador, com cuidado, na fôrma caramelada reservada acima e leve ao forno médio, em banho-maria, a 180 graus Celsius por uma hora e meia.

Retire do forno, deixe esfriar e leve à geladeira por mais ou menos duas horas. Desenforme e sirva em seguida.

DICA para o pudim ficar lisinho e sem furinhos: não se esqueça de deixar a mistura descansar no liquidificador por 15 minutos. Durante este tempo, a espuma vai subir e você conseguirá separá-la, retirando-a da mistura antes de assar. Isso vai evitar que seu pudim tenha furinhos.

VALORES MARNITEX

MINI R\$18,00
MÉDIA R\$20,00
GRANDE R\$24,00
EXTRA GRANDE R\$29,00
EXTRA GRANDE COM DIVISÓRIAS R\$30,00

SELF SERVICE A VONTADE

SEGUNDA A SEXTA **R\$24,90**

SÁBADO **R\$29,90**

CAÇAROLA Paulista
RESTAURANTE

19 99804-6443 R. DONA LICA 119

Está procurando algum lugar especial para fazer uma confraternização de final de ano?

FAÇA SEU EVENTO NO Givaldo's

Reservas
19 3374-4917
98766-8484 / 99288-7149
Av. Presidente Kennedy, 1437 - Nova Piracicaba

Escuna
Choppes Artesanais desde 1976

MEGA PROMOÇÃO

COPÃO EM DOBRO
02 COPÃO R\$ 15,99
QUALQUER MARCA COPO DESCARTÁVEL 500ml

TORRE EM DOBRO
02 TORRES R\$ 89,90
QUALQUER MARCA 3,5L C/ CREME

COD. 87.3 COD. 87.4
COD. 87.2 COD. 87.1
986.1 986.2 986.3 986.4

ALMOÇO E COSTELÃO DO KAI PIRA SEM SAIR DE CASA, É SO LIGAR

DISK ENTREGA

KAI PIRA
RESTAURANTE E COSTELARIA
DISK ENTREGA
3302-9515 99277 2630
AV. POMPEIA, 1018 - PIRACICAMIRIM

Tumores que se alimentam de hormônios: saiba mais sobre os miomas e como atingem até 60% das mulheres

É a localização no útero que vai diferenciar os miomas

Imagem: Divulgação



Repletos de artérias e veias, compostos de células do músculo do útero e de tecido fibroso, miomas podem ser verdadeiros “sugadores” de energia. Totalmente disformes, a esses tumores benignos, costumam estar associados sintomas como maior fluxo menstrual, dores no abdômen (as famosas cólicas) e, dependendo do quadro, uma anemia severa, com um maior cansaço no cotidiano, especialmente quando se trata da necessidade de maior esforço físico.

“Porém, em sua maioria, são assintomáticos. Têm origem, em parte, pelo componente genético e também devido aos hormônios, como progesterona e estrogênio, que promovem o crescimento deles. Assim, as células desse tecido se multiplicam desordenadamente, fazem uma espécie de novo a partir das fibras musculares do útero e vão formando nódulos”, explicou a ginecologista e obstetra, especialista em Reprodução Humana e integrante da Famivita, Mariana Grecco.

Bastante frequentes na população feminina - a estimativa é que até 60% das mulheres em idade fértil sejam afetadas pela condição - eles são responsáveis por um grande número de intervenções cirúrgicas ginecológicas. “Por isso, trazer mais informações a respeito do assunto é fundamental, de modo a colaborar para que o tratamento aconteça da melhor forma possível, de um jeito minimamente invasivo”, acrescentou a especialista.

É a localização no útero que vai diferenciar os miomas, segundo pontuou a médica. “O formato desse órgão é de uma pera invertida, como um triângulo de cabeça para baixo. Ele apresenta uma parede, uma parte interna e outra externa. Se o mioma está, por exemplo, situado dentro da cavidade do útero, é chamado de submucoso. Já o que se encontra na parede, no meio do músculo, é conhecido como intramural, e o que está por fora, na parte externa, é o subseroso”, detalhou.

Acerca disso, é interessante mencionar que um mioma que possua, por

exemplo, aproximadamente 1 centímetro e esteja dentro da cavidade do útero - sendo considerado, portanto, submucoso - é capaz de provocar muito mais sintomas do que um nódulo de 9 centímetros que se localize fora da parede uterina. “A depender do tamanho deles, os externos podem causar mais dores pélvicas e compressão de órgãos adjacentes”, disse Mariana.

Assim, é de acordo com essa localização, mas também com o tamanho e número que os sintomas variam e, igualmente, a indicação terapêutica. Por outro lado, nem todas as mulheres precisam realizar o tratamento, pois não apresentam manifestações clínicas, mas nesses casos é importante monitorar os miomas, por meio de exames de imagens anuais. “Desse modo, através desse acompanhamento, é possível verificar se está havendo um crescimento ou há uma estabilidade”, afirmou Mariana. Diante da evolução do mioma, é necessário efetuar um planejamento de tratamento.

Tenho mioma: posso engravidar?

Uma das principais preocupações de quem está fazendo o planejamento familiar e recebe o diagnóstico de mioma é acerca da possibilidade de gravidez. Vale ressaltar que a existência deles nem sempre impede que ela seja obtida. Todavia, dentro da cavidade uterina, por exemplo, mioma é capaz de atrapalhar o desejo de uma gestação. “Sendo intramural, igualmente, e crescendo muito na gravidez, devido aos hormônios estarem aflorados, pode acarretar dificuldades durante o pré-natal. Não pode haver um mioma competindo com o bebê, por isso a indicação é a retirada do tumor antes de tentar engravidar, uma vez observada que essa localização está causando prejuízo”, assinalou a médica.

Miomas também podem atingir a fertilidade feminina em outras frentes: obstruindo o caminho do esperma através do útero para as tubas, impedindo a fertilização; deformando a cavidade onde o embrião vai se desenvolver; comprometendo a vascularização e o fluxo sanguíneo, dificultando a implantação do embrião; aumentan-



25 de outubro
Dia do Cirurgião-Dentista:
Essenciais
como um
sorriso!

Homenagem da Uniodonto à todos cirurgiões-dentistas, em especial aos mais de **22 mil cooperados do Sistema Uniodonto.**

uniodonto

Piracicaba

O nosso sorriso é **único.**

Rua Alferes José Caetano, 1352

t. 19 3401-1770 | Centro

[uniodontopiracicaba](#)

do as contrações uterinas; e liberando substâncias que favoreçam a inflamação no local. Vale lembrar que na menopausa, como há uma queda acentuada na quantidade de hormônios, os miomas tendem a regredir.

Tratamentos

No que se refere aos tratamentos, a primeira linha para isso é clínica, efetuada usualmente a partir de anti-inflamatórios e substâncias que controlem o sangramento, bem como métodos hormonais.

Outra opção é a via hormonal com análogos do hormônio liberador das gonadotrofinas (GnRH), propondo uma espécie de menopausa artificial, que pode fazer com que os miomas murchem, ou seja, regredam.

Outras alternativas incluem as cirurgias, que ocorrem com a retirada apenas do mioma (miomectomia) ou com a extração parcial ou total do útero (histerectomia) e, na atualidade, ambas podem ser realizadas de um jeito minimamente invasivo, segundo acrescentou Mariana.

Telemedicina
SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA
0800-000-3009

ATENDIMENTO MÉDICO
24 horas

Caso apresente sinais ou sintomas persistentes, fale com um médico através desse novo canal.

SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA
O Plano que tem Saúde Inteligente

EVENTOS PADARIA RIVANA

COFFEE BREAK RIVANA

ORÇAMENTO 3435-1282

AQUELE CAFÉ EXECUTIVO A RIVANA REALIZA PARA SUA EMPRESA
*AGENDE SUA DATA

RIVANA
PADARIA DELICATESSEN
1954-1997

Saiba o porquê você não deve pular refeições

A importância de se alimentar com regularidade, mesmo possuindo uma rotina mais agitada

Foto: Divulgação



Patrícia De Moraes Portilho

Pular refeições é uma prática que pode ter consequências prejudiciais para a saúde humana. Existem diversos motivos pelos quais devemos evitar essa prática e cuidar da alimentação de maneira regular e equilibrada.

Em primeiro lugar, quando pulamos uma refeição, deixamos de fornecer ao nosso corpo os nutrientes essenciais para seu bom funcionamento. Deixamos de aproveitar oportunidades para obter vitaminas, minerais, proteínas, carboidratos e gorduras necessárias para o funcionamento adequado do organismo. A falta desses nutrientes pode levar a deficiências nutricionais, enfraquecimento do sistema imunológico e comprometimento da saúde em geral.

Além disso, essa prática pode resultar em desequilíbrios no metabolismo. Quando passamos muito tempo sem comer, o corpo entra em um estado de privação de nutrientes. Isso faz com que o organismo desacelere o metabolismo para conservar energia e garantir sua sobrevivência. Como resultado, a queima de calorias pode diminuir, tornando mais difícil o controle de peso e podendo levar ao ganho de peso a longo prazo. Outro risco do jejum prolongado é perda de massa muscular ao invés de massa gorda, levando a riscos, principalmente no processo de envelhecimento.

O jejum intermitente pode até ser uma estratégia para perda de peso, mas não apresenta os mesmos resultados para todas as pessoas. Para que essa estratégia possa ser utilizada a pessoa deve ser avaliada por um profissional capacitado, que poderá recomendar ou não essa estratégia e deverá ser acompanhada por esse profissional para evitar prejuízos à saúde.

De acordo com a coordenadora do curso de Nutrição da Faculdade Anhanguera, Patrícia De Moraes Portilho, outro problema decorrente de pular refeições é o descontrole na ingestão de alimentos nas refeições subsequentes. "Quando ficamos com muita fome devido ao jejum prolongado, é mais provável que tenhamos tendência a comer em excesso e escolher alimentos pouco saudáveis. Isso pode levar ao consumo de calorias em excesso, ganho de peso e dificuldade em manter uma alimentação equilibrada", analisa.

Confira abaixo algumas estratégias listadas pela docente que podem ajudar a possuir um ciclo de alimentação constante, mesmo possuindo uma rotina agitada:

Planejamento e preparação: Reserve um tempo no final de semana ou em um momento mais tranquilo para planejar suas refeições e preparar alimentos saudáveis. Isso pode incluir cozinhar em lotes e armazená-las em recipientes adequados para fácil acesso ao longo da semana. Ter refeições prontas ou ingredientes pré-preparados facilita o processo de alimentação regular durante o dia.

Lanches saudáveis: Tenha sempre opções de lanches saudáveis, como frutas, oleaginosas, iogurte, barras de cereais integrais ou vegetais cortados em porções. Esses alimentos podem ser facilmente transportados e consumidos em momentos de pausa durante o dia, ajudando a evitar longos períodos sem comer.

Agende horários fixos para as refeições: Mesmo que seu dia esteja cheio, tente estabelecer horários fixos para suas refeições principais. Determine momentos específicos para o café da manhã, almoço e jantar e tente segui-los sempre que possível. Isso ajudará



a regularizar seu sistema digestivo e fornecerá uma estrutura para sua rotina alimentar.

Faça pausas para comer: Mesmo que você esteja ocupado, é importante reservar um tempo para fazer uma pausa e se concentrar em suas refeições. Evite comer enquanto trabalha ou realiza outras atividades. Dedique um momento para saborear e apreciar sua comida, permitindo que seu corpo e mente se concentrem na alimentação adequada.

Esteja preparado fora de casa: Se você estiver fora de casa durante o dia, leve consigo uma lancheira ou bolsa térmica com alimentos nutritivos. Isso pode incluir uma salada, sanduíches saudáveis, frutas frescas, iogurte ou alimentos que

você tenha preparado antecipadamente. Ter opções saudáveis à disposição evitará que você recorra a alimentos ultraprocessados ou lanches pouco nutritivos quando estiver com fome.

Mantenha-se hidratado: Lembre-se de beber água ao longo do dia. A desidratação pode muitas vezes ser confundida com a sensação de fome. Tenha uma garrafa de água com você e faça pausas regulares para se hidratar. Isso também ajudará a controlar o apetite e manter uma rotina alimentar mais equilibrada.

Priorize a alimentação saudável: Mesmo com um dia agitado, esforce-se para escolher alimentos saudáveis e nutritivos sempre que possível. Opte por refeições

balanceadas, ricas em vegetais, proteínas magras, grãos integrais e gorduras saudáveis. Evite alimentos processados, ricos em açúcar e gorduras saturadas, que podem comprometer sua saúde a longo prazo.

Em conclusão, pular refeições não é uma prática recomendada para a saúde humana. Ao fazer isso, estamos privando nosso corpo de nutrientes essenciais, comprometendo o metabolismo, desequilibrando a ingestão de alimentos, afetando o funcionamento do cérebro e criando um ciclo negativo em relação à alimentação saudável. É fundamental manter uma rotina alimentar regular e equilibrada, garantindo que nosso corpo receba os componentes necessários para uma vida saudável.



VENHA EXPERIMENTAR! VEJA O CARDÁPIO EM NOSSAS REDES SOCIAIS



RUA PROFESSOR JOSÉ BENEDITO DE CAMARGO, 53 - PIRACICABA

Como proceder com os filhos diante da guerra em Gaza: orientações para os pais

É importante que os pais estejam presentes e atentos às necessidades emocionais de seus filhos durante momentos de crise e conflito

Foto: Divulgação



A guerra em Gaza tem sido um assunto amplamente discutido e acompanhado pelos meios de comunicação em todo o mundo. Diante dessa realidade, é natural que os pais se questionem sobre como abordar o assunto com seus filhos e qual a melhor forma de lidar com as emoções e preocupações que podem surgir.

A neuropsicóloga Juliana Gebrim destaca a importância de os pais estarem presentes e atentos às necessidades emocionais de seus filhos durante momentos de crise e conflito. Ela ressalta que cada criança é única e reage de maneira diferente diante de situações traumáticas, portanto, é fundamental adaptar as orientações de acordo com a idade e o desenvolvimento de cada criança.

Juliana separou algumas dicas para orientar os familiares, confira!

1. Avalie a idade e o desenvolvimento da criança: Antes de decidir se a criança deve assistir às notícias ou falar sobre o assunto, é importante considerar sua idade e maturidade emocional. Crianças mais novas podem ter dificuldade em compreender a complexidade do conflito e podem se assustar com imagens violentas. Nesses casos, é recomendado protegê-las de informações excessivas e perturbadoras.

2. Mantenha um ambiente seguro: É essencial que os pais criem um ambiente seguro e acolhedor para que as crianças possam expressar suas emoções e fazer perguntas. Estar disponível para ouvir e responder às dúvidas dos filhos é fundamental para ajudá-los a processar o que estão vivenciando.

3. Seja honesto e use uma linguagem adequada: Quando

as crianças perguntarem sobre a guerra em Gaza, é importante ser honesto, mas adaptar a linguagem à idade delas. Explique de forma clara e simples o que está acontecendo, evitando detalhes gráficos ou assustadores. Lembre-se de que a verdade é importante, mas também é necessário proteger a inocência das crianças.

4. Limite a exposição às notícias: A exposição excessiva às notícias pode ser prejudicial para as crianças, causando ansiedade e medo. É recomendado limitar o tempo que elas passam assistindo às notícias e, se possível, assistir juntos para poder explicar e contextualizar as informações.

5. Estimule a expressão de emoções: Encoraje seus filhos a expressarem suas emoções, seja através de desenhos, brincadeiras ou conversas. Mostre que é normal sentir medo, tristeza ou raiva diante de situações de conflito, e que eles podem contar com o apoio dos pais para lidar com essas emoções.

6. Promova a empatia e a solidariedade: A guerra em Gaza pode despertar sentimentos de impotência nas crianças. É importante promover a empatia e a solidariedade, mostrando que existem formas de ajudar, como doações para organizações humanitárias ou envio de mensagens de apoio. Isso ajuda a criança a se sentir mais ativa e a lidar com a sensação de impotência.

7. Busque apoio profissional, se necessário: Se a criança apresentar sinais de ansiedade, medo excessivo, pesadelos recorrentes ou mudanças significativas de comportamento, é recomendado buscar apoio profissional. Um psicólogo ou neuropsicólogo pode auxiliar no processo de compreensão e superação das emoções relacionadas à guerra.

“Os pais devem estar presentes, acolher as emoções dos filhos e adaptar as informações de acordo com a idade e o desenvolvimento de cada criança. É fundamental criar um ambiente seguro, limitar a exposição às notícias, estimular a expressão de emoções, promover a empatia e buscar apoio profissional, se necessário. O cuidado e o suporte dos pais são essenciais para ajudar as crianças a enfrentarem esse momento difícil e a desenvolverem resiliência emocional”, finaliza a especialista.

SOB MEDIDA
FÁBRICA DE BOTAS E CALÇADOS
Venda e conserto de calçados
tênis, cintos, malas e bolsas em geral

CONCERTOS

SOB MEDIDA

Malusa CALÇADOS

Av. Rui Barbosa, 532 - V. Rezende
19 9441 0989 / 3302 9706
www.malusacalçados.com.br
malusacalçados

Malusa CALÇADOS
CALÇADOS - TÊNIS - CINTOS - MALAS - BOLSAS

ELITE
Pizzaria

O VERDADEIRO SABOR DA PIZZA
Rua Luiz Razera 253, Jd Elite
Disk Pizza: (19)3426-2777-3426-4777
Das 18:00 às 00:00

Nova vacina de alta proteção contra a gripe para idosos 60+!

O imunizante é quadrivalente e protege contra duas cepas da Influenza A e duas da B, além de apresentar **4x mais** antígenos que a dose padrão.

Conte com uma orientação médica e profissionais comprometidos com a sua saúde e bem-estar!

(19) 9999 5 3322

CdVac

Médico Responsável
Dr. Paulo T. Falanghe
CRM/SP 31868

Somatização: o que é o conjunto de sintomas físicos agravado pelas emoções

Foto: Divulgação

Paciente sente dores que estão ligadas a problemas com a saúde mental; diagnóstico nem sempre é fácil e envolve equipe multidisciplinar.

Úrsula Neves

Não é difícil encontrar pessoas que se queixam há anos de dores que não são detectáveis em exames de imagem e enfrentam dificuldades para obter um diagnóstico. Saber diferenciar os sintomas físicos de origem psíquica é um dos grandes desafios tanto para os médicos quanto para os pacientes. A resposta para esse intrincado mistério é a somatização, que é uma condição psicossomática que se manifesta como uma desordem física no corpo, originada ou agravada pelas emoções do paciente.

A somatização pode surgir após um trauma, separação, luto, episódio de estresse, entre outras causas. Geralmente, explicamos especialistas, aqueles que somatizam percebem apenas os sintomas físicos e não os relacionam a algum transtorno mental.

“Costumo explicar que a somatização é um termo guarda-chuva que se refere a um conjunto de sintomas físicos relacionados a algum conflito intrapsíquico, mental ou estresse vivenciado por uma pessoa que tem dificuldade de falar sobre ou lidar com seus sentimentos e emoções”, explica o psiquiatra Luiz Gustavo Vala Zoldan, coordenador médico de saúde mental do Hospital Israelita Albert Einstein.

Ele diz que esse conflito interno acaba se expressando em sintomas físicos, que podem incluir dores pelo corpo, como articulares, musculares, de cabeça e abdominais, podendo até parecer uma gastrite, mas não se limitando a isso.

“A somatização pode ainda causar taquicardias, dormências, formigamentos em partes do corpo, distúrbios na fala, alterações na marcha ou até mesmo um tipo de paralisia de algum membro inferior ou superior”, diz Zoldan.

Conforme a Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde (CID), para ser considerado um somatizador, o paciente deve apresentar mais de três sintomas, de sistemas orgânicos diferentes, por mais de dois anos. São eles:

- **Dolorosos:** dor de cabeça, nas costas ou articular;
- **Gastrointestinais:** náusea, diarreia ou vômito;
- **Cardiorrespiratórios:** falta de ar, palpitação, taquicardia ou aperto no peito;
- **Neurológicos:** lapsos de memória, visão embaçada/turva ou dificuldade de raciocínio, dormências, paralisias, distúrbios na fala ou alterações na marcha;
- **Sexuais/reprodutivos:** baixa libido, dores na relação sexual ou alterações no ciclo menstrual.

Somatização: sintomas são reais ou inventados?

O psiquiatra explica que é muito importante esclarecer que esses sintomas, dores e sensações são reais, não imaginários.

“É diferente do que chamamos de simulação ou outros processos. Na simulação, de fato, o paciente produz algum tipo de sintoma intencionalmente para algum ganho secundário. Já na somatização, não há nenhum ganho secundário. É basicamente uma resposta do corpo, como um mecanismo de proteção por não conseguir lidar com uma situação dolorosa ou estressante. É tudo real: dores, paralisias, formigamentos, espasmos em partes da musculatura, falta de sensibilidade em áreas do corpo, tudo isso sendo evidenciado por exame físico e que pode ser mensurado”, afirma.

Apenas aqueles que passaram ou estão passando por um processo de somatização compreendem o peso dessa carga, que frequentemente perdura por anos.

Mecanismo de ‘luta e fuga’

No processo de somatização ocorre o mecanismo de “luta ou fuga” decorrente da preocupação excessiva com os sintomas apresentados, o que leva o organismo a liberar uma série de hormônios.

“Algumas pesquisas já revelaram que o sistema nervoso simpático guarda uma relação íntima com o estresse. Essa divisão do sistema nervoso autônomo controla as respostas do organismo em situações de perigo iminente. Por meio de uma onda de adrenalina e cortisol, o sistema nervoso simpático faz o coração bater mais rápido, a pressão arterial subir, a respiração acelerar e as pupilas dilatarem, entre outros efeitos sistêmicos que preparam o corpo para responder rapidamente em situações de luta ou fuga”, explica a coordenadora da pós-graduação em Endocrinologia do Instituto Superior de Medicina (ISMD), Claudia Chang.

Como deve ser feito o diagnóstico?

Segundo Zoldan, o diagnóstico correto de somatização é obtido por meio de uma história clínica bem-feita, uma anamnese psiquiátrica adequada, além de exames físicos e psíquicos.

“Os exames físicos, em especial, são fundamentais, uma vez que em casos de paralisias, parestesias ou mesmo dores é possível perceber incongruências em relação à região paralisada e que podem sugerir um diagnóstico mais somático. Ainda assim, serão necessários exames complementares para eliminar a possibilidade de causas orgânicas e fechar o diagnóstico de somatização”, explica o psiquiatra do Eins-

tein.

O tratamento da somatização deve ser sempre com uma equipe multidisciplinar, envolvendo a participação de médicos, psicólogos e psiquiatras. O objetivo é ajudar o paciente a entender a relação entre os seus sintomas físicos e a sua saúde mental, além de desenvolver mecanismos de enfrentamento para lidar com o estresse e as emoções negativas.

“Algumas vezes o processo envolve ainda a indicação de medicamentos psiquiátricos, principalmente quando é diagnosticada uma depressão, ansiedade ou outro transtornos psiquiátricos. Nesses casos, são indicados antidepressivos, ansiolíticos ou até mesmo antipsicóticos em doses mais baixas. Entretanto, o tratamento principal da somatização é a psicoterapia, seja através de Terapia Cognitivo Comportamental (TCC), Terapia Interpessoal (TIP), psicanálise, entre outras linhas”, ressalta o especialista.

O psiquiatra sempre orienta seus pacientes diagnosticados com somatização a iniciar o processo de psicoterapia, cuidar da higiene do sono, buscar novas formas de incluir mais momentos de bem-estar e atividades prazerosas em seu dia, além de procurar maneiras diferen-



tes de lidar com seus problemas, com apoio social e rede de proteção.

Outra recomendação essencial é não ingerir bebidas alcoólicas, drogas ilícitas ou medicamentos por conta própria, uma vez que isso pode agravar os sintomas da somatização. “Mesmo que gere uma sensação de melhora provisória, isso pode fazer com que os sintomas voltem com muito mais força”, alerta Zoldan.

Atividade física faz parte do tratamento

A prática regular de atividades físicas também é recomendada, pois o movimento é uma excelente maneira de lidar com o estresse e as dificuldades da vida. Além disso, aumenta a produção de endorfina, que, por sua vez, promove uma

sensação de bem-estar e auxilia na gestão do estresse.

“A endorfina é um hormônio que é produzido pela hipófise anterior em resposta a alguns estímulos, dentre eles, a atividade física. Assim como outros hormônios e neurotransmissores, como a serotonina, a ocitocina e a dopamina, possuem ação em determinadas áreas do cérebro envolvidas no mecanismo de prazer e recompensa”, explica a endocrinologista Chang. “A partir do momento em que essas áreas são ativadas, há uma redução no mecanismo de ansiedade e na ativação corticotrófica (via do cortisol), atenuando os sintomas psíquicos e, conseqüentemente, também os físicos decorrentes do quadro de somatização”, finaliza.

Fonte: Agência Einstein

Star Delivery
(19) 99623-6648

- File de Costela** R\$ 39,90 kg
- Assado de tiras Angus** R\$ 69,90 kg
- Picanha (Nobre)** R\$ 89,90 kg

Star Delivery 19 99623-6648

Cobogós e muxarabis como elementos estéticos e funcionais para espaços internos

Um dos símbolos da arquitetura nacional, o cobogó traz na forma e função a beleza da criação em projetos arquitetônicos e de design de interiores. Oriundo dos muxarabis, trazidos para o Brasil por influência da cultura árabe, se diferencia por seus contornos mais modernos. Surgido na década de 1920, em Recife - PE, tem seu registro a partir da união da primeira sílaba do nome de seus idealizadores (Amadeu Oliveira Coimbra, Ernst August Boeckmann e Antônio de Góes). Antes produzidos em concreto para amenizar a temperatura das casas, como opção em relação a paredes, assim como os muxarabis, hoje se incorpora a projetos em diferentes opções de materiais. A partir do olhar criativo de arquitetos e designers de interiores, a Celmar desenvolve cobogós e painéis de muxarabis, que com precisão em recortes, transforma o madeirado em ex-

pressão de arte, design e funcionalidade em diferentes padrões de cores e acabamentos. Cobogós podem dividir espaços parcialmente sem comprometer a iluminação natural ou mesmo o projeto luminotécnico. O design em formas exclusivas contribui ainda para circulação de ar, mantendo o conceito de espaço aberto.

Da mesma forma, podem servir de paredes, gerando integração dos espaços de convívio a partir de estruturas geométricas com elementos vazados.

Ambientes corporativos também podem ser setorizados com painéis em cores que harmonizam e dão mais vivacidade, servindo também como ornamento.

Em projetos residenciais, os painéis de muxarabi conferem continuidade aos espaços, garantindo um conforto visual como solução para salas, quartos e espaços de interação.

Fotos: Divulgação Celmar



Especializada em Mudanças Residenciais e Comerciais Montagem e Desmontagem Serviços Especiais Equipe Especializada

Av. Piracicamirim, 2847 - Vila Monteiro - Piracicaba - SP
Tel.: (19) 3424.3474 - Fax: (19) 3424.2295
CEP: 13417-780
camossi@camossitransportes.com.br

ÓPTICA SÃO JOÃO

UM NOVO CONCEITO DE ÓTICA!

ESTILO, BELEZA E OUSADIA

OPTICASAOJOAO
R. SÃO JOÃO, 1246
(19) 99919-5660



Feridas em pets: conheça as causas e como tratá-las corretamente

Um cuidado importante que os tutores devem tomar é manter o local das feridas limpo conforme as recomendações do veterinário

Divulgação



As feridas em cães e gatos podem surgir por diversas causas. Além disso, variam em termos de gravidade e nem sempre são fáceis de tratar. “Apesar disso, a boa notícia é que muitas vezes se diagnosticadas de maneira assertiva, as chances de sucesso no tratamento são altas, prevenindo inflamações graves e complicações”, explica a médica-veterinária Stefanie Poblete, analista técnica de marketing da Syntec do Brasil.

A veterinária esclarece que “as feridas são comuns na rotina clínica e cirúrgica dos pets, as causas principais são mordidas, acidentes de trânsito, lacerações por objetos pontiagudos, lesões térmicas e lesões cirúrgicas são fatores que causam esses machucados.”

Os tratamentos podem variar de acordo com o nível de contaminação da ferida. “As feridas limpas são feitas em cirurgias,

em condições assépticas. As feridas contaminadas são aquelas que entraram em contato com algum agente contaminante, nelas é possível observar a presença de reações inflamatórias. As feridas infectadas, por sua vez, apresentam características visíveis de infecção. A identificação do tipo de ferida é essencial para a escolha do tratamento adequado”, explica Stefanie.

A veterinária alerta para o surgimento de feridas que podem estar também relacionadas à má higiene do ambiente onde o pet vive, ou até mesmo devido a infecções causadas por contato com fungos, ácaros, mofo ou bactérias. “Além disso, as feridas podem indicar que algo está errado com a saúde do animal, como em algumas raças que apresentam predisposições a dermatites”, esclarece.

Um cuidado importante que os tutores devem tomar é manter o local das feridas limpo conforme as recomendações do veterinário.

“Ao limpar as feridas deve-se usar luvas para evitar contaminações, usar gaze, pois não deixam fibras na ferida como o algodão e não se deve deixar os pets lambem ou coçarem os ferimentos. Proteger as lesões também é muito importante para evitar complicações”, explica a analista. A cicatrização de feridas é um processo complexo, que requer acompanhamento médico veterinário.

GBN MULTIMARCAS

- VENDA
- TROCA
- COMPRA
- CONSIGNAÇÃO
- FINANCIAMENTO

19 98382-0454 ANDRE
19 99856-0344 ALEXANDRE
19 99737-2863 RADAMES
AV. INDEPENDÊNCIA, 1813, PIRACICABA - SP

REMOLD DIRETO DA FÁBRICA - NOVOS E USADOS
COMPRA DE CARÇAÇA - MÁQUINAS E FERRAMENTAS

Mega PNEUS

19 981659369

FAÇA UM ORÇAMENTO • CONTATO ARV

R. José Alves de Mattos, 144 - Jardim Asturias I, Piracicaba - SP

Maior vazão do mercado

Equipamento nacional com suporte da fábrica.

Mais de 12 variações pré montadas disponíveis.

FURLAN
COMPRESSORES, BOMBAS, MÁQUINAS

3434-9943

JP NEWS
PIRACICABA - 99,5 FM

OUÇA A MELHOR PROGRAMAÇÃO NO SEU CELULAR

Baixe agora mesmo o app da JP News Piracicaba

Google Play | App Store

Vantagens do ALUGUEL de uma IMPRESSORA A LASER

- ✓ Instalação
- ✓ Manutenção
- ✓ Suprimentos
- ✓ Tudo incluso (exceto o papel)

TC TONER COPY

tonercopy@terra.com.br | (19) 3433-0600 | (19) 3433-0777 | www.tonercopy.com.br



Coplacana: 75 anos

A Coplacana (Cooperativa dos Plantadores de Cana do Estado de São Paulo), que desde o seu início tem erguido pilares sólidos e robustos no setor, deixando sua marca indelével no agronegócio brasileiro, celebrou 75 anos de sua fundação. O evento solene aconteceu no auditório da cooperativa e homenageada por diversas empresas pela brilhante trajetória mantendo sua essência cooperativista. Na oportunidade, aconteceu o lançamento do livro que conta a história de mais de sete décadas semeando e transformado gerações no agro. Em seguida, os convidados participaram de delicioso jantar na sede da cooperativa.

Fotos: Mateus Medeiros



Composição da mesa principal e extensão da mesa na solenidade: José Antônio Nogueira Junior, Paulo Roberto Artioli, Marcos Farhat, Mariana Novello, Luciano Almeida, Edivaldo Del Grande, Arnaldo Bortoletto, José Coral, Roberto Rodrigues, Helinho Zanatta, Fabio Veloso, Roberto Rossi e Guilherme Piai



Guilherme Gorga Mello, Marcos Farhat, Arnaldo Bortoletto e Maurício Benato



Wander e Tatiana Rossette, Adriana Viotti e Carlos Joussef



Geraldo Dário, Pedro Mizutani e Iuri Dário e Maurício Benato



Marcos Farhat e José Paulo Stupiello



Renata Chinelato, Evandro Piedade do Amaral, Andressa Silva, Nivaldo Camilo e Dalton Dorighello



Thiago Gimenes e Neto Perez



Arnaldo e Sara Bortoletto



Sonia e José Coral



Fátima Farhat, Sonia, Ana Paula e Klever Coral



Fotos: Mateus Medeiros



Wilson Tietz, Rico Veneno, Antonio e Sandra Bonassi



Maj PM Julião, Cel PM Rodrigo, Arnaldo Bortoletto, Jose Coral, Tem Cel PM Silvia Mantoani e Ten Cel Alípio



Rodrigo e Fernanda Sgarbiero, Arnaldo e Débora Bortoletto



Alex Adami, Emerson e Zuleica Gardenal



Gilmar Rotta, Arnaldo Bortoletto e Arthur Ribeiro



Fabiano Ravelli, Charles Semmler e Guilherme Mônico Mello



Beatriz e Erick Gomes, Gilmar Rotta e José Luiz Ribeiro



Eliete Silva Souza e Sebastião de Souza



Valkíria Callovi e Helinho Zanatta



Vanessa Casachi, Vitório Brunheiroto, Cinira Bricoli e Luciana Garcia



Anne e Ana Claudia Ferraz, Sidney Nunes e Isabelle Ferraz



Francisco José Severino, Stella Colegari, Marina Bortoletto, Mariane Natera e Sérgio Santin



SIMPÓSIO NA UNIMED

No último fim de semana, o 1º Simpósio Multiprofissional em UTI da Unimed Piracicaba movimentou médicos e equipes de saúde, que se reuniram, no Centro Administrativo da Cooperativa, para troca de experiências e atualização de temas ligados à terapia intensiva. Por lá...

Fotos: Filipe Paes/Studio47



Carlos Joussef, João Paulo Mainardi e Tiago Elia



Bruna Sturion, Daniel Alveno, Daniel Valim e Débora Sacconi



Ary Pedroso Junior, Francisco Castro Neves e Tufi Chalita



Gislene Milanez e Graziela Vitti



Joselyne Prata, Virgínia Baptista e Nathália Sandu



Douglas Koga, Pedro Checoli, Lucas Cruzatti e Lucas Salgado



Thaís Ferraz, Maria Alice Frederici, Ediane Bresciani e Luciana Araújo

NOVA BRINQUEDOTECA

A diretoria do presidente Carlos Joussef reinaugurou a brinquedoteca do Hospital Unimed Piracicaba, que atende crianças internadas na Pediatria. O evento contou com a presença de lideranças e colaboradores da Cooperativa.

Na foto, Carlos Joussef entre Nivaldo Cunha, administrador hospitalar; Rafaela Schmidt, coordenadora de enfermagem da área materno infantil; Silvana Maricone, gerente de Atendimento do HU e Ana Júlia Miguel, pedagoga hospitalar.





Festa Dia das Crianças

A Festa do Dia das Crianças realizada no último dia 12, no Engenho Central, surpreendeu positivamente. Foi um sucesso. E o melhor: valeu cada sorriso!

O evento foi uma parceria entre a Acipi, Simespi, Unimed e Prefeitura de Piracicaba. Mais de mil crianças se divertiram durante todo o dia nos brinquedos, se deliciaram com pipoca, algodão doce e muitas guloseimas. Teve pinturinha fácil, música, caricaturas, cabine fotográfica, contação de histórias e distribuição de livros. Muita diversão, do jeitinho que elas curtem.

Fotos: Assessoria de Imprensa Acipi



Rodrigo Santos, vice-presidente da Acipi, comemorou o sucesso da festa dedicada às crianças



Carlos Beltrame, Luciano Almeida, Carlos Joussef, Branca, Rodrigo Santos, Erick Gomes, Juliano Padovani, Rogério Nicola e André Simioni.



Durante todo o dia, as crianças aproveitaram as brincadeiras, muita pipoca e algodão doce



Silvanete Neves, Sandra Novaes, Ane Castro, Rosana Zaccaria e Elisângela Libardi



Mais de mil crianças passaram pelo Engenho Central no dia dedicado à infância



Evandro Evangelista, Sérgio Furtuoso, Carlos Joussef, Gilmar Rotta, Rodrigo Santos, Elisângela Libardi e Barbosa Neto



Jussara Lima, Valéria Rueda, Evandro Evangelista e Erick Gomes



Personagens e atrações garantiram a diversão da gartoda



Patricia Simioni, André Simioni e José Rogério Nicola



Lucia Lacorte, Giovanna Oliveira e Juliano Fantazia



Thaís Brunheira e Juliano Padovani



Dia do Médico no HFC Saúde

No último dia 18/10 o HFC Saúde celebrou o Dia do Médico. Esse profissional que tem a nobre missão de cuidar de pessoas. Profissionais que fazem a diferença na vida das pessoas. A medicina é uma área em constante evolução, mas também carrega no

seu legado a empatia, o respeito e o atendimento humanizado. Tratar agrada, mas cuidar encanta. Os médicos fortalecem o propósito do HFC Saúde de cuidar e encantar as pessoas. Nosso muito obrigado.



Sônia e José Coral



Thais Machado e Luiz Prada



Sônia Coral, Lucimeire Peixoto, Cinthia Molina



Marcos Farah, Clovis Casarin, Arnaldo Bortoletto, Luiz Prado, Rafael Tinelli, Douglas Koga, José Coral, Lucimeire Peixoto



Henrique Chiquito, Íris Bomfante, Andrea Oliveira, Jessica Passari - Equipe Sicoob Unicentro



Gustavo Nicoletti - Sicoob UniCentro



Equipe HFC Saúde

Visita

Esta semana, os alunos do Colégio Atlântico receberam a visita do escritor e jornalista Ricardo Viveiros, que compartilhou parte da sua experiência profissional em um bate-papo inspirador. Durante o encontro, ele relembrou a cobertura de fatos históricos no Brasil e no mundo, além de entrevistas com personalidades. Em tempo: tema muito pertinente em tempos de vestibular.



Rosângela Camolese, proprietária do Colégio Atlântico e Ricardo Viveiros

ERRATA

Diferentemente do que foi publicado na edição do jornal Folha de Piracicaba no último Domingo, dia 15/10/2023, as fotos da coluna social do colunista Juliano Fantazia, intitulada "Autoridades prestigiam Outubro Rosa no CECAN", localizada nas páginas 32 e 33, são dos fotógrafos Mara Santos e Marcelo Germano.



Barjas Negri foi homenageado pelos 35 anos do SUS

Fotos: Divulgação

O ex-prefeito de Piracicaba e ex-ministro da Saúde (2002), Barjas Negri, foi uma das personalidades homenageadas no aniversário de 35 anos do Sistema Único de Saúde, com a medalha de honra ao mérito da gestão em Saúde "Walter Leser". O SUS foi criado na gestão do presidente Fernando Henrique Cardoso. A entrega aconteceu na Sala São Paulo, com a participação do governador do Estado, Tarcísio de Freitas, e do prefeito de São Paulo, Ricardo Nunes. **SOBRE A MEDALHA** - A medalha foi criada pelo Decreto Estadual nº 53.337/2008m como símbolo de uma boa gestão do serviço público, que leva o nome do sanitarista e ex-secretário de Estado da Saúde, Walter Sidney Pereira Leser, que morreu em 2004.



Gilberto Kassab e Barjas Negri



Barjas e Marina Negri



Barjas Negri recebendo a medalha de honra ao mérito da gestão em Saúde "Walter Leser", junto as autoridades

Evento Solene homenageou o atleta piracicabano Guilherme Giovannoni

Fotos: Divulgação

O piracicabano Guilherme Giovannoni passou pelas categorias de base do basquete do Clube de Campo e do Cristóvão Colombo. No profissional, destacou-se pelo Esporte Clube Pinheiros, COC Ribeirão Preto, Brasília Basquete, C. R. Vasco da Gama, S. C. Corinthians Paulista e em equipes da Espanha, Itália e Ucrânia, além de ter jogado 16 anos pela Seleção Brasileira.

Na manhã de sábado, (21), o Mandato Coletivo concedeu o título mencionado a Guilherme Giovannoni, durante evento solene realizado no Ginásio Municipal de Esportes Waldemar Blatkauskas.

O evento contou com o apoio da SELAM (Secretaria Municipal de Esportes, Lazer e Atividades Motoras), do CCP (Clube de Campo de Piracicaba) e do CCRCC (Centro Cultural e Recreativo Cristóvão Colombo), e contou também com uma listinha de basquete aberta ao público participante, com o objetivo de integração e confraternização entre os presentes após a solenidade.

A Vereadora Silvia Morales - Mandato Coletivo enfatizou que "Além do merecimento da homenagem e do reconhecimento à história e à importância do Giovannoni no basquete brasileiro e internacional, temos a oportunidade de registrar nas memórias do município as contribuições desse grande piracicabano".



O piracicabano Guilherme Giovannoni

Triângulo das Serras

Fotos: Divulgação

A região da Mantiqueira Paulista, mais especificamente o Triângulo das Serras, é um conjunto vibrante e exuberante que envolve os municípios de Campos do Jordão, São Bento do Sapucaí e Santo Antônio do Pinhal. Este refúgio oferece paisagens naturais de tirar o fôlego, além de uma tradição cultural e gastronômica riquíssima. Nesse contexto desponta o luxuoso Botanique Hotel&Spa situado em meio a estas mon-

tanhas. O nome "Mantiqueira", de origem indígena, traduz-se como "montanhas que choram", refletindo a biodiversidade da região, repleta de florestas densas, cachoeiras, picos e trilhas.

Reconhecida por sua culinária, que une tradições locais a influências internacionais, a região é um deleite para os amantes da boa mesa. Trutas, cogumelos e outros ingredientes frescos são destaques locais. São Bento do Sapucaí e Santo Antônio do

Pinhal têm bistrôs aconchegantes, com ênfase em ingredientes locais. Vinhos e azeites da Mantiqueira também são estrelas em ascensão, com várias fazendas abertas para degustação e passeios. Em sintonia com os atrativos da região, o Botanique Hotel & Spa oferece programas para vivenciar a riqueza desta rica tapeçaria tecida com natureza exuberante, gastronomia, vinhos e arte.



Atelier Eduardo Miguel Pardo

1. Ateliês

O local é um caldeirão fervilhante de talentos. São Bento do Sapucaí e Santo Antônio do Pinhal, por exemplo, são repletos de ateliês que exibem tudo, desde esculturas a pinturas. O Botanique Hotel&Spa oferece visitas a ateliês renomados como o de Morito Ebine, Eduardo Miguel Pardo, Atelier Ditinho e Jardins de Barro. Destaque para os belíssimos móveis artesanais de design contemporâneo, feitos com a técnica milenar de encaixes, dispensando o uso de pregos ou parafusos, especialidade de Morito Ebine com a premissa de respeitar acima de tudo a sustentabilidade na produção do mobiliário através do uso adequado da matéria prima que a natureza fornece. No atelier de Eduardo Miguel Pardo, o artista transforma caroço de pêssego em joaninha. Além da oficina, há um bellissimo jardim com lago e Viveiro de Plantas, um dos pontos altos da visita que invariavelmente termina no Show Room e Café com a famosa torta de Maçãs e o Café expresso.

2. Sítios e Agricultura

A agricultura de pequena escala é uma tradição na Mantiqueira. Muitos sítios e fazendas oferecem experiências "da fazenda para a mesa", onde os visitantes podem colher seus próprios ingredientes e aprender sobre produção sustentável.

- Alguns desses locais se especializam em produtos específicos, como queijos artesanais, mel, frutas orgânicas, vinhos e azeites. No capítulo azeites, em especial, o Botanique convida os hóspedes a conhecer uma oliveira de 300 anos plantada por espanhóis no Uruguai e que está na fazenda dopremiado Azeite Sabiá, em Santo Antônio do Pinhal. Caminhar pelo meio das árvores, aprender sobre o cultivo, visitar o lagar, degustar e descobrir o mundo de sensações que o azeite pode proporcionar, tudo isso em meio à paisagem bucólica da Serra da Mantiqueira torna o passeio memorável.



Lagar do Azeite Sabiá- foto de Eduardo Siqueira



Exemplar Vinícola Santa Maria

3. Vinhos e Gastronomia

A vinícola Villa Santa Maria, em São Bento do Sapucaí, representa uma história de amor e redescoberta, culminando em vinhos premiados e uma experiência gastronômica inesquecível na Bruscherteria da Villa. Sua história começou como a de outras tantas famílias, que um dia saem do interior para morar na capital, e depois de um tempo passam a sonhar em voltar para o interior. Em 2005, plantaram cerca de 4.500 mudas de uvas, entre elas as uvas bordalesas Cabernet Sauvignon, Cabernet Franc, Merlot e Syrah. O resultado foi um vinho de excelente qualidade, segundo os padrões que buscavam. buscando. Bruscherteria da Villa é um aconchegante restaurante, disposto ao longo de varandas de vistas privilegiadas. Da cozinha, saem pratos modernos que unem a culinária italiana à internacional, de maneira despojada.

4. Sorvetes

A Fazenda Eisland, por sua vez, oferece gelatos feitos com leite fresco de seu próprio rebanho composto de gado jersey. A marca tem todos os sentidos voltados para a perfeição do produto - essa é a maneira como se trabalha na fazenda, localizada em meio a muito ar puro e clima agradável da exuberante Serra da Mantiqueira Paulista, na estância climática de Santo Antônio do Pinhal, bairro do Lageado. Para produção dos gelatos Eisland utilizam leite e creme de leite fresco de alta qualidade do próprio gado acrescido de base especial desenvolvida pela sorveteria e concentrado de fruta do pomar ou de produtores locais, assim como geléias e compotas da fazenda, sem adição de qualquer outro tipo de gordura. Todo esse cuidado com a qualidade reflete em um gelato de sabor e textura surpreendentes. Pertinho do hotel, a visita à fazenda é imperdível.



Fazenda Eisland .



Cervejaria Araukarien

5. Cervejaria

A Araukarien carrega tradição e memória afetiva. A história começa em Santo Antônio do Pinhal, em 2013 com a família do Thiago Carvalho (mestre cervejeiro) e sua irmã Patrícia. Apaixonados por cervejas, começaram os experimentos com água puríssima da Serra da Mantiqueira. Cervejas nobres e premiadas resultaram da iniciativa bem sucedida. Vale destacar a West Coast Brown Ale. Além de uma dose especial de lúpulos americanos, traz o dulçor dos maltes caramelizados. A visita guiada, sugerida pelo Botanique inclui degustação das geladas da casa, acompanhadas de petiscos e lanches em um delicioso deck ao ar livre e mesinhas a sombra de uma bela e acolhedora árvore.

6. Botanique Hotel&Spa

Localizado entre Santo Antônio do Pinhal, São Bento do Sapucaí e Campos do Jordão, no charmoso Vale dos Mellos, o Botanique Hotel & Spa ocupa uma área privilegiada de 1,2 milhão de metros quadrados por onde se distribuem as 20 acomodações, entre suítes e vilas. O hotel reflete em sua concepção a riqueza encontrada em seu território: uma paisagem única que cerca sua arquitetura sublinhada por descobertas de materiais e interiores com peças assinadas somente por designers nacionais assim como as obras de arte e a música ambiente; os ingredientes para compor uma cozinha autoral do campo para a mesa, e seu aclamado Spa, com toda a expertise e os tratamentos únicos com os quais cuida de seus hóspedes.

Referência da hotelaria nacional de alto padrão, desde sua criação em 2013 mantém o resgate de suas características mais genuínas, que transformaram a propriedade icônica da Serra da Mantiqueira em sinônimo de conforto e elegância singulares. Este ano iniciou processo de retrofit para aprimorar a aura de luxo e sofisticação que nortearam o projeto original do empreendimento.



Botanique Hotel & Spa