

Morte súbita: entenda os sinais

Foto: Divulgação



Estudo mostra que sinais aparecem horas antes de uma parada cardíaca; homens sentem mais dor no peito e falta de ar enquanto as mulheres têm mais falta de ar

Metade dos pacientes que sofrem uma parada cardíaca fora do hospital apresentam pelo menos um sintoma nas horas ou dias anteriores, mostra um novo estudo

americano publicado no The Lancet, feito pelo Cedars-Sinai Health System, em Los Angeles. O objetivo dos autores era ajudar a identificar sinais precoces, já que

esse evento tem uma altíssima taxa de mortalidade, chegando a 90% quando ocorre fora de uma unidade de saúde.

Pág. 3

Cultura

Pág. 19

Cidade

Auxílio-acidente: benefício do INSS pouco conhecido e que muitos trabalhadores podem ter direito

Foto: Divulgação



Em regra, quando o segurado do INSS sofre um acidente - seja de trabalho ou não - recebe, num primeiro momento, o auxílio por incapacidade temporária (antigo auxílio-doença)

Pág. 08

Cidade

Campanha do Hemonúcleo instiga doações de sangue no Dia Nacional do Doador

Pág. 13

Cidade

Metalúrgicos: Mobilização do Sindicato e trabalhadores garantem aumento real

Pág. 10

Cidade

Perigos de misturar produtos químicos para limpeza

Pág. 11



FRIASNETO for business

Cidade

Esteatose Hepática, mais conhecida como "gordura no fígado", pode causar cirrose? Como prevenir?

Foto: Divulgação



Diferentemente do que reza a crença popular, o fígado quando danificado não se regenera totalmente.

Pág. 04

Cidade

Atendimento rápido na UPA Vila Cristina salva a vida de criança picada por escorpião

Pág. 16

Cidade

Governo construirá mais de 370 unidades do "Minha Casa" em Piracicaba

Pág. 11

You Tube

NESTA TERÇA 28/11

Metade dos pacientes apresenta algum sintoma antes da morte súbita



Estudo mostra que sinais aparecem horas antes de uma parada cardíaca; homens sentem mais dor no peito e falta de ar enquanto as mulheres têm mais falta de ar

Fotos: Divulgação



Gabriela Cupani

Metade dos pacientes que sofrem uma parada cardíaca fora do hospital apresentam pelo menos um sintoma nas horas ou dias anteriores, mostra um novo estudo americano publicado no The Lancet, feito pelo Cedars-Sinai Health System, em Los Angeles. O objetivo dos autores era ajudar a identificar sinais precoces, já que esse evento tem uma altíssima taxa de mortalidade, chegando a 90% quando ocorre fora de uma unidade de saúde.

Embora o infarto seja a causa mais associada a uma parada cardíaca, outras condições como doenças congênitas do coração e arritmias também podem estar por trás do problema. Já os casos relacionados a traumas e uso de drogas foram excluídos da pesquisa.

Os autores fizeram um estudo observacional ava-

liando dois conjuntos de pacientes que acionaram serviços de emergência relatando sintomas similares e que tinham testemunhas do evento capazes de relatar como eles se sentiam no momento do evento ou horas antes. Um deles, com cerca de 400 indivíduos, de fato tinha sofrido uma parada cardíaca. Eles foram comparados a um grupo controle com mais de 1.100 pessoas que apresentaram outros problemas de saúde. Assim, conseguiram delinear quais seriam os sintomas mais associados a problemas no coração.

Entre os cardíacos, metade apresentou um sintoma horas antes ou no dia anterior. Os mais comuns foram dor no peito e falta de ar, que apareceram em mais de 30% dos casos, além de transpiração intensa e uma espécie de convulsão, caracterizada por alterações nos movimentos e na visão. Os ho-

mens tiveram mais dor no peito, falta de ar e transpiração excessiva, enquanto as mulheres sentiram mais falta de ar. Tontura, problemas abdominais, fraqueza e náusea foram menos comuns do que no outro grupo de pacientes.

Embora os autores reconheçam as limitações da metodologia - incluindo imprecisões nos relatos dos sintomas e o fato de comparar dois grupos não necessariamente com as mesmas características - os dados reforçam os indícios mais comuns que merecem atenção redobrada. Um estudo anterior já havia demonstrado que apenas uma minoria (cerca de 19%) procura ajuda médica antes de um colapso, nos primeiros sinais de que há algo errado.

"Estudos mostram que homens e mulheres podem apresentar sintomas diferentes antes de uma parada cardíaca por infarto", diz a cardiologis-

ta Patrícia Guimarães, do Hospital Israelita Albert Einstein. "Questões anatômicas, biológicas, além das diferenças hormonais contribuem para alterações nos vasos do coração", explica.

Por isso, elas costumam sentir mais os chamados sintomas atípicos como, falta de ar, fraqueza, náuseas, dor nas costas e até no pescoço e mandíbula - e não necessariamente a dor clássica no meio do peito. Mas a cardiologista explica que todo sintoma novo ou diferente, ou ainda, que chame a atenção, merece uma investigação.

Vale lembrar que a melhor forma de evitar um ataque cardíaco é a prevenção precoce, com um acompanhamento feito por especialista. "Cada indivíduo é diferente e tem sintomas diferentes, por isso cada um deve ter uma estratégia para prevenir e detectar precocemente problemas cardíacos", fri-

sa a médica.

"É importante a individualização do tratamento, levando em conta a história de vida, os antecedentes familiares, hábitos e a presença de outros fatores de risco, como hipertensão e colesterol alto. O médico vai traçar uma estratégia para cada um, incluindo exercícios, dieta e medicamentos, se for preciso."

Diante de um paciente com suspeita de parada cardíaca, a primeira coisa a ser feita é chamar o socorro - seja bombeiros ou Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu). "Nosso ímpeto é querer ajudar, mas o atendimento sozinho não adianta. O socorro envolve um trabalho em equipe e chamar ajuda é o que faz o atendimento mais preparado chegar a tempo. Isso é o que salva vidas", ressalta a cardiologista.

Fonte: Agência Einstein

Esteatose Hepática

Diferentemente do que reza a crença popular, o fígado quando danificado não se regenera totalmente.

Há muitos mistérios ao redor do fígado. De acordo com o médico Miki Mochizuki, formado em medicina pela Unicamp, possui residência médica em cirurgia geral e cirurgia do aparelho digestivo pela mesma universidade. É mestre em cirurgia, Titular Especialista pelo Colégio Brasileiro de Cirurgias e pelo Colégio Brasileiro de Cirurgia Digestiva. Professor da Disciplina de Cirurgia da UAM – Piracicaba, médico cooperado da Unimed Piracicaba e atua no GastroCentro Piracicaba, há quem acredite que o fígado se regenera tal qual rabo de lagartixa, o que não é verdade. Para algumas civilizações o fígado abrigava a alma humana e o centro das emoções, tanto que diziam que humores produzidos pelo fígado, no caso a bile, definiria se um indivíduo era colérico (bile amarela) ou melancólico (bile negra, de melânos (negro)). Há ainda quem acredite que as dores de cabeça são causadas por problemas no fígado, mas a verdade é que na medicina ocidental o fígado, diretamente, não tem relação com nada disso.

“O fígado é o maior órgão interno do ser huma-

no. Fica protegido pelas costelas, principalmente do lado direito, possuindo mais de 500 diferentes funções identificadas. Para se ter uma ideia, praticamente todo sangue que passa pelo trato digestório é transportado para o fígado, que processa os nutrientes, medicamentos e toxinas absorvidas pelos intestinos, funcionando como um filtro e principalmente produtor de uma série de substâncias vitais para nossa sobrevivência. Não é possível viver sem o fígado. Diferentemente do que reza a crença popular, o fígado quando danificado não se regenera totalmente. Quanto se retira uma parte do fígado, sabe-se que a porção remanescente pode crescer de 28 a 65% para suprir as funções da parte removida. Não é a porção perdida que ressurge, mas a parte remanescente que cresce. Isso significa que, dependendo da causa e da constância da agressão ao fígado, até mesmo esse órgão de incrível resiliência sucumbe, levando a uma insuficiência fatal. Portanto, precisamos cuidar muito bem dele! Uma das situações que pode danificar o fígado de forma definitiva e que vem

crescendo na população é a tal da gordura no fígado em pessoas que aparentemente não têm nenhuma causa popularmente conhecida de lesão hepática, como o álcool, drogas ou infecções!”

Imagem 1 – A Imagem mostra a posição do fígado no corpo humano, localizado à direita no abdome superior, protegido pelos arcos costais, sendo possível se sentir apenas o bordo inferior do órgão à palpação. Ocupa parte do abdome superior à esquerda. É dividido, grosseiramente, em lobo direito e esquerdo, sendo anatomicamente dividido em oito segmentos função de sua vascularização e drenagem biliar.

Motivo de muita preocupação por aí, ressalta o médico, na maior parte das vezes a presença de gordura no fígado não implica necessariamente em doença, ao contrário do que se ouve



Miki Mochizuki, formado em medicina pela Unicamp, possui residência médica em cirurgia geral e cirurgia do aparelho digestivo pela mesma universidade.

na população. É comum pessoas que nunca beberam chegam trazendo laudos ultrassonográficos com o diagnóstico de esteatose hepática, popularmente conhecido como “gordura no fígado”, indagando sobre a gravidade desse quadro.



Grupo Planalseg
Corretora de Seguros

Você sabia que tem seguro de vida para pessoas com mais de 66 anos?

planalseg.com.br 19 3447-2000

De forma resumida, Mochizuki dá um panorama sobre essa entidade. "O fígado, como mencionado anteriormente, recebe e processa todos os nutrientes absorvidos pelos intestinos, naturalmente também funcionando como um ponto de armazenamento de energia, de forma que é normal encontrarmos um pouco de gordura no fígado. Quando esse acúmulo excede 5% começa-se a falar de "gordura no fígado" ou esteatose hepática. O termo médico utilizado é NAFLD (Nonalcoholic Fat Liver Disease), que significa Doença gordurosa do fígado não alcoólica (DGHNA). A esteatose hepática acomete até 46% da população dos Estados Unidos da América do Norte. Estudos brasileiros falam de 18 a 29% da população, sendo que esses números vêm aumentando em função de um outro problema que aflige a população mundial: a obesidade. Mas vamos focar aqui no fígado. Os indivíduos portadores de esteatose hepática são ainda divididos naqueles que apresentam ou não inflamação, ou seja, portadores de esteatohepatite (esteatose hepática com inflamação) e aqueles com fígado gorduroso apenas. Os termos médicos para essas duas entidades são NASH (Nonalcoholic Steatohepatitis, ou esteatohepatite não alcoólica(EHNA)) e NAFL (Nonalcoholic Fat Liver, ou Fígado gorduroso não alcoólico(FGNA))".

pode trazer muita confusão, portanto o médico simplifica ao máximo, com o risco de ser excessivamente minimalista na explicação. "Um indivíduo com gordura no fígado deve se preocupar em saber se essa gordura implica em inflamação ou não. A terminação "ite" implica inflamação, portanto quem tem inflamação no fígado tem uma hepatite associada a esse acúmulo de gordura. E todos sabem que hepatite com o passar do tempo leva a um quadro chamado de cirrose hepática. Opa! Ai tem outra confusão, muita gente acha que hepatites são apenas aquelas causadas por vírus como os das hepatites A, B ou C para citar as principais, mas não! As hepatites podem ser causadas também pelo consumo de álcool, medicamentos e doenças metabólicas, entre elas a que leva ao acúmulo de gordura no fígado, a esteatohepatite! Como ocorre em todo ferimento, e a hepatite fere o fígado, existe um processo de cicatrização também no fígado com a formação de cicatrizes, que no fígado chamamos de fibrose hepática, levando nos casos mais graves ao processo de cirrotização hepática".

Então gordura no fígado pode causar cirrose? A resposta é sim, afirma! Mochizuki ressalta que em até 5% dos casos de pessoas portadores de gordura no fígado (esteatose hepática) pode haver o desenvolvi-

sadoras de hemorragias digestivas altas gravíssimas e muitas vezes fatais; aumento do tamanho do baço, com subsequente redução da contagem de plaquetas circulantes, implicando em fenômenos hemorrágicos; presença de "água na barriga", a ascite, dificultando a alimentação e a respiração; além de todas as alterações decorrentes da insuficiência e falência desse importante órgão, o fígado! A cirrose hepática ainda implica no surgimento de tumores malignos! É melhor prevenir essa evolução, portanto".

Para prevenir a esteatose hepática precisamos saber o que a causa, certo? Alguns fatores são bem estabelecidos, mas ainda não se conhecem todos os mecanismos envolvidos. Sabe-se que "a resistência a insulina, presente nos diabéticos e nos obesos tem um papel fundamental, que pode ainda ser potencializado por outros fatores como alterações genéticas predisponentes, alterações do metabolismo do ferro, deficiência de fatores antioxidantes e modificações das bactérias que habitam nossos intesti-

nos. Alimentação, atividade física e modificações no estilo de vida, portanto, são essenciais para lidar com a esteatose hepática! Isso mesmo, como a resistência à insulina está no fulcro dessa doença, precisamos agir para reduzir essa resistência. Sabe-se que a perda saudável de peso, através de cuidados com a alimentação e da realização de atividades físicas é parte fundamental".

O médico faz um alerta muito importante quanto a medicação. Ele enfatiza que medicamentos podem e são utilizados para auxiliar o controle do quadro de esteatohepatite, portanto como parte do tratamento que necessariamente passa pelo controle de peso, cuidados alimentares, parar de ingerir bebidas alcoólicas e atividade física. "São utilizados vitaminas e medicamentos para controle de diabetes entre outros, que devem ser utilizados sob supervisão médica! O tratamento, portanto, é multidisciplinar, envolvendo médicos, nutricionistas, psicólogos, educadores físicos e um

componente fundamental: a família".

O sucesso do controle da doença, ressalta, é medido através dos mesmos exames que são utilizados para aferir a intensidade e a gravidade da doença em cada caso, como exames laboratoriais (exames de sangue, essencialmente), exames de imagem, como a ultrasonografia, a elastografia, tomografia e ressonância nuclear magnética, conforme a necessidade de cada caso. "Algumas vezes medidas mais invasivas como a biópsia hepática pode ser necessária. A esteatose hepática é uma doença quase sempre silenciosa. A única alteração física que se detecta, eventualmente, é um discreto aumento do tamanho do fígado, percebido pela palpação abdominal. Manifestações clínicas surgem apenas como consequência de danos à estrutura e à função do fígado, como comentado anteriormente. O acompanhamento deve ser feito de forma periódica e os cuidados devem ser mantidos de forma constante, pois prevenir ainda é a melhor solução."

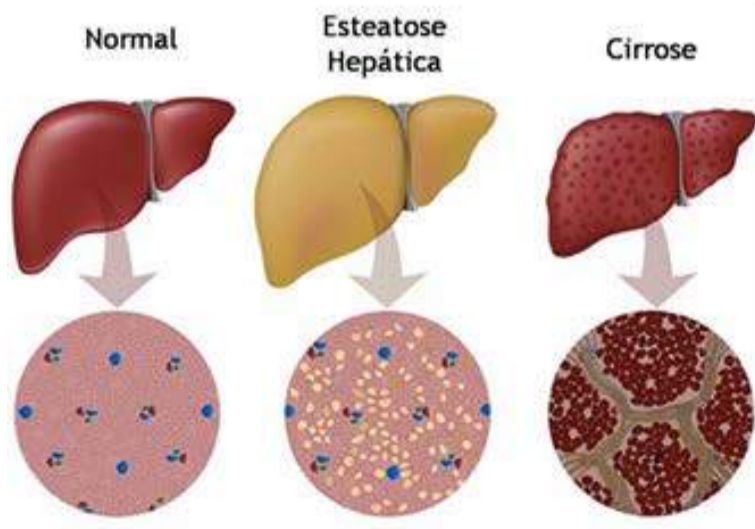


Figura 2 – A imagem mostra o aspecto esquemático de um fígado normal, do fígado com infiltração gordurosa e do fígado cirrótico tanto no aspecto macroscópico, como no aspecto microscópico.

Essa profusão de siglas

mento de esteatohepatite, que pode culminar em cirrose hepática. "E cirrose hepática implica em uma série de complicações como as derivadas do aumento da pressão nos vasos que levam sangue ao fígado, com o consequente surgimento de varizes esofágicas, cau-

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

Mirante apresenta Plano Águas de Verão 2023/2024 a vereadores

Encontro ocorreu na Câmara de Piracicaba na última quarta-feira (22)

Com o objetivo de apresentar o Plano Águas de Verão 2023/2024, representantes das áreas de Serviços, Jurídico, Comunicação e Responsabilidade Social da Mirante – empresa da Aegea Saneamento, a maior do setor privado do país, se reuniram com vereadores, na manhã da última quarta-feira (22), na Câmara Municipal de Piracicaba.

O evento aconteceu na Sala de Reuniões da Presidência e contou com a presença dos vereadores Josef Borges, Acacio Godoy, Sergio da Van e o assessor do vereador Pedro Kawai, Geraldo Junior. O vereador Thiago Ribeiro também esteve no local.

A coordenadora de Comunicação e Responsabilidade Social da Mirante, Andréia Ferreira, explicou aos vereadores que o Plano Águas de Verão tem o objetivo de conscientizar e educar a população para reduzir a quantidade de lixo descartado indevidamente e orientar sobre a

separação da rede pluvial da rede de esgoto.

“Este é um trabalho de escuta ativa, de parceria e de compartilhamento da missão de melhorar a qualidade de vida da população. É dessa forma, com diálogo aberto e muito trabalho, que estamos movimentando e transformando a realidade de centenas de vidas na cidade”, disse Andréia Ferreira.

Durante a reunião, Andréia enfatizou que a rede de esgoto não é projetada para escoar a água das chuvas e que a junção dessas tubulações pode causar entupimentos e extravasamento. “Pequenas atitudes podem ser determinantes para evitar problemas como extravasamento, tão comuns nesse início do período chuvoso. Quanto mais limpos estiverem os caminhos da chuva em nossas cidades, menos problemas nós e nossos vizinhos vamos enfrentar nessa época do ano”, explicou.

O supervisor de Serviços da conces-



Reunião ocorreu na manhã da última quarta-feira na Câmara de Vereadores

sionária, Guilherme Baldo Cyrino, tirou dúvidas dos vereadores, endossou a importância do uso correto da rede coletora de esgoto e lembrou ainda a importância da abertura de Ordem de Serviço pela população, em casos relacionados ao esgotamento sanitário, através do Semaec (por meio do 115, 0800 772 9611 ou pelo Whatsapp 19 3403-9608).

PLANO ÁGUAS DE VERÃO

Em meio a alertas sobre o alto volume de chuvas para este ano, o Plano Águas de Verão 2023/2024 foi lançado no início de outubro durante reunião com lideranças comunitárias e a imprensa. O Plano também está sendo desenvolvido

em bairros de Piracicaba, no sentido de orientar a população sobre o uso correto da rede coletora de esgoto e a separação da rede pluvial da rede de esgoto. Assim, a Mirante busca minimizar os impactos de fenômenos extremos no município.

Quem somos

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 (SP), município que em 2014 atingiu a universalização do serviço de saneamento. A operação funciona por meio de uma PPP (Parceria

Público-Privada) com o Semaec (Serviço Municipal de Água e Esgoto) de Piracicaba.

Saiba mais em <https://www.miranteppp.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>

ACADEMIA FEMININA

ESPAÇO FITNESS

DESCUBRA O SEU MAIS ALTO POTENCIAL

VEM PRO TREINO!

CONSTÂNCIA É O SEGREDO!

Vem treinar conosco Academia Feminina Espaço Fitness Academia 100% feminina

PLANOS À PARTIR DE R\$ 74,90

TREINO PERSONALIZADO ESPECIALISTA EM TREINO FEMININO ACOMPANHAMENTO DOS RESULTADOS

Academia Feminina **espaço Fitness** (19) 2537-2277

19 993776299

As Fases do Luto: Uma Jornada Pessoal de Aceitação e Lembrança

Quando perdemos alguém querido, inevitavelmente enfrentamos fases comuns. A dor inicial é avassaladora, fazendo com que o coração pareça prestes a se despedaçar, e a ideia de seguir adiante parece impossível. No estágio inicial, estamos em choque, incapazes de enxergar uma saída para a intensidade do sofrimento. É crucial aceitar essa dor e vivenciá-la plenamente. Não devemos “esconder” ou “abafar” nossos sentimentos, pois, em algum momento, eles emergirão.

Conforme o modelo de estágios do luto de Elisabeth Kubler-Ross, explicamos as cinco etapas que uma pessoa vivencia ao lidar com a perda: negação, raiva, barganha, depressão e aceitação.

1. A primeira fase do luto é a negação, onde as pessoas negam a situação para combater as emoções que estão experimentando devido a sua perda.

2. Após isso vem a raiva, que ocorre quando os efeitos da negação começam a se desgastar. Raiva envolve uma efusão de emoções da pessoa que sofre, que pode sentir-se irritada com a pessoa que a deixou.

3. Quando a raiva termina, as pessoas entram na fase de negociação. Esta negociação pode envolver Deus para pedir que a pessoa perdida seja devolvida, ou a pessoa de luto pode experimentar pensamentos do tipo “se apenas...”. Por exemplo, a pessoa de luto pode pensar que a pessoa perdida poderia ter vivido se ela tivesse encorajado a pessoa a ir mais ao médico.

4. A quarta fase do luto é a depressão, que surge quando as pessoas têm de enfrentar os aspectos práticos da sua perda. Durante esta fase, a pessoa que está sofrendo requer uma série de cuidados e atenção de seus entes queridos.

5. A quinta fase do luto é aceitação, após externar sentimen-

tos e angústias, inveja pelos vivos e saídos, raiva pelos que não são obrigados a enfrentar a morte, lamento pela perda iminente de pessoas e de lugares queridos, a tendência é que o paciente terminal aceite sua condição e contemple seu fim próximo com mais tranquilidade e menos expectativa.

É importante esclarecer que não há uma sequência fixa para os estágios de luto, mas é comum que as pessoas que passam por esse processo apresentem pelo menos dois desses estágios.

Entender essas etapas é fundamental para reconhecê-las em seu próprio processo de luto e alcançar o estado de aceitação da perda.

Além disso, convidamos você a participar das nossas missas diárias às 7h, na acolhedora Capela do Cemitério Parque da Ressurreição, um local que transmite calma e apoio durante esses momentos desafiadores.



Foto: Divulgação

É crucial aceitar a morte e vivenciar essa dor plenamente

Para mais informações sobre os serviços oferecidos pelo Cemitério Parque da Ressurreição de Piracicaba, acesse o site parquedaressurreicao.com.br

ou entre em contato pelo WhatsApp do Cemitério Parque da Ressurreição (19) 3426-4877 e da Funerária Ressurreição (19) 3376-0853.



Um lugar voltado para a vida
Todos os dias missas às 7h

Jazigos para compra e aluguel

Serviços: Floricultura, Velórios, Sepultamentos, Exumação, Lanchonete, Playground

Funerária 24h
(19) 3426-4877

Av. Comendador Luciano Guidotti, 1754, Bairro Jardim Caxambu, Piracicaba | SP
www.parquedaressurreicao.com.br



Auxílio-acidente: um benefício do INSS pouco conhecido e que muitos trabalhadores podem ter direito

Guilherme Chiquini

Em regra, quando o segurado do INSS sofre um acidente – seja de trabalho ou não – recebe, num primeiro momento, o auxílio por incapacidade temporária (antigo auxílio-doença). Este é um benefício previdenciário devido às pessoas que ficam incapacitadas para o trabalho ou atividade habitual por mais de 15 (quinze) dias consecutivos. Há situações em que, após a cessação do benefício temporário, o trabalhador fica com uma sequela que reduz a sua capacidade laboral, ou seja, em decorrência do acidente sofrido não consegue mais realizar as mesmas tarefas e atividades que realizava antes da ocorrência do acidente.

O que muitos trabalhadores desconhecem é que, mesmo

após retornar ao trabalho, ele pode ter direito a um benefício do INSS, o auxílio-acidente. Pouco conhecido pelo trabalhador, o auxílio-acidente é um benefício do INSS pago ao segurado da previdência social que, em razão de um acidente sofrido, teve a sua capacidade laboral reduzida de maneira parcial e permanente. Muita gente acredita que só tem direito ao benefício o empregado que sofreu um acidente de trabalho. No entanto, ainda que o acidente sofrido não tenha relação com o trabalho, é plenamente possível a concessão do auxílio-acidente. Existe uma grande diferença entre o acidente de trabalho e o “comum”. Acidente de trabalho é aquele que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço de empresa, provocando lesão corporal ou perturbação funcio-

nal que cause a morte ou a perda ou redução, permanente ou temporária, da capacidade para o trabalho e, acidente “comum” é aquele que se dá fora do ambiente profissional e não guarda relação com o trabalho do segurado. Em ambos os casos é perfeitamente possível a concessão do auxílio-acidente por parte do INSS.

Na maioria dos casos o auxílio-acidente é concedido após a cessação do auxílio por incapacidade temporária (antigo auxílio-doença), ou seja, o trabalhador sofre um acidente, recebe auxílio-doença, e, em decorrência desse acidente fica com uma sequela que diminui sua capacidade laboral, passando então a ter direito ao auxílio-acidente. É possível ainda requerer o auxílio-acidente mesmo sem ter recebido o auxílio por incapacida-



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

de temporária. São os casos por exemplo da redução da capacidade laboral em decorrência de doença do trabalho ou doença profissional.

Para finalizar, o auxílio-acidente é um benefício previdenciário de cunho indenizatório devido ao segurado acidentado, quando, após a consolidação das lesões decorrentes de um aci-

dente, resultarem sequelas que impliquem redução da capacidade para a atividade laborativa habitual. Como se trata de uma indenização paga mensalmente pelo INSS, o recebimento do auxílio-acidente não impede a pessoa de continuar trabalhando, ou seja, é recebido pelo segurado cumulativamente com o salário.



O FUTURO DO SEU FILHO
É NO COLÉGIO POLIBRASIL:

**MATRÍCULAS ABERTAS
PARA ENSINO FUNDAMENTAL
E ENSINO MÉDIO COM**

**30% de
DESCONTO!**

VAGAS LIMITADAS!

(19) 3417-5200 (19) 98962-8642

RUA MORAES BARROS, 422 - CENTRO, PIRACICABA - SP

f /colegiopolibrasil @colegiopolibrasil

colegiopolibrasil.com.br



Em encontro com presidente do FDE, Helinho faz balanço sobre investimentos em andamento na região

O deputado também ressaltou outras demandas de Piracicaba e região para melhorar a Educação

O deputado estadual e vice-presidente da Alesp, Helinho Zanatta (PSD), reuniu-se na última quarta-feira (22) em seu gabinete com o presidente da Fundação para o Desenvolvimento da Educação (FDE), Jean Pierre Neto, e a chefe de Gabinete, Sara Suely Sobrinho Lopes. O encontro foi marcado pela discussão de temas importantes relacionados à educação e a infraestrutura escolar no Estado e na Região Metropolitana de Piracicaba.

O presidente do FDE confirmou a Helinho as seguintes obras em Piracicaba:

1-) Escola Estadual "Pedro de Mello", no bairro de Tupi, será contemplada a pedido do parlamentar, com revisão da cobertura, revisão elétrica, instalação de forro de PVC,

reformas da quadra e da cozinha e adequação de sanitários para acessibilidade;

2-) A Escola Estadual "Prof. Francisco Mariano da Costa", no Novo Horizonte, receberá adequações de padrão de energia, reforma do telhado e manutenção predial;

3-) Também confirmou que irá acelerar as obras das escolas estaduais "Prof. Euir Scarpari" (bairro Alvorada), "Prof. José Romão" (Vila Rezende)

4-) Conclusão da nova escola estadual do bairro Vida Nova.

Na região, o presidente do órgão também confirmou a manutenção geral e obras de acessibilidade da Escola Estadual "Prof. Pedro Crem Filho", que fica no bairro de Recreio

em Charqueada.

Helinho Zanatta, com sua experiência de prefeito eleito e reeleito de duas cidades (São Pedro e Charqueada), apresentou diversos pedidos de investimentos para a melhoria da qualidade da educação, uma das principais bandeiras do governador Tarcísio de Freitas e também do deputado. Helinho integra a base e apoiou Tarcísio nas eleições de 2022, desde o primeiro turno.

Entre os pleitos apresentados de diversas cidades paulistas, muitas delas da região de Piracicaba, estão construção e reformas de escolas, quadras esportivas e equipamentos, transporte escolar, mobiliários e materiais peda-



O encontro foi marcado pela discussão de temas importantes relacionados à educação e a infraestrutura escolar no Estado e na Região Metropolitana de Piracicaba

gógicos de ponta.

O deputado reafirmou seu empenho como homem público em fazer da educação um instrumento cada vez mais transformador na vida dos estudantes paulistas e reiterou pedidos de melhorias em outras escolas da cidade de Piracicaba e região. Ele classifica a interlocução com o presidente do FDE, Jean Pierre Neto, como de

grande importância.

"Por meio dessa parceria e diálogo contínuo, é possível direcionar recursos e esforços para melhorar ainda mais o sistema educacional do Estado e, em especial, da nossa cidade e região de Piracicaba. Foi prefeito e sei da importância desses investimentos do governo estadual em nossas escolas.", disse Helinho.

Prevenção ao câncer de próstata é tema de talk show no Simespi

O urologista Fábio Watanabe e o psicanalista Helio Hintze são os convidados do evento nesta terça-feira (28)

O Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras) encerra a campanha Novembro Azul, de prevenção ao câncer de próstata, com talk show que vai reunir o médico urologista cooperado da Unimed Piracicaba, Fábio Watanabe, e o psicanalista, professor e escritor Helio Hintze. O bate-papo, que acontece a partir das 18h30 no auditório da entidade, será mediado pelo diretor das rádios Educadora AM e Jovem Pan FM, Jairinho Mattos.

Idealizado pelo Comespi (Conselho da Mulher Execu-

tiva) do Simespi, o evento é aberto ao público e gratuito. Os objetivos são multiplicar o conhecimento por meio de ações de promoção de saúde, prevenção e combate ao câncer de próstata; incentivar a adoção de hábitos de vida saudáveis que reduzem os fatores de risco para o câncer de próstata; e destacar a importância do autocuidado com foco na prevenção.

O urologista Fábio Watanabe é diretor técnico do Espaço Longevidade, é membro titular da Sociedade Brasileira de Urologia, especialista em andrologia, medicina sexual, cirurgia a laser e cirurgia robótica. Helio Hintze é psicanalista do Atelier do Sujeito Psicanálise, coorde-



O psicanalista Helio Hintze lança livro durante o evento

nador do Observatório do Machismo, doutor em ciências (USP), pós-doutorado em Economia, Administração e Sociologia (USP); pós-graduando em Psicopatologia, Psicanálise e Clínica Contemporânea; autor do livro Desnaturalização do Machismo Estrutural

na Sociedade Brasileira, que será lançado no evento que acontece no Simespi.

As inscrições gratuitas devem ser feitas pelo e-mail cursos@simespi.com.br até segunda-feira, dia 27. Os organizadores pedem a doação

de protetor solar ou hidratante à base de aloe vera para entrega a entidades que cuidam de pacientes em tratamento contra o câncer.

A sede do Simespi fica na rua Samuel Neves, 1601, no Bairro dos Alemães.

Relator do Orçamento estadual, Alex Madureira se reúne com Secretário da Fazenda

Deputado foi indicado devido sua experiência quanto ao orçamento estadual

Folha de Piracicaba

Na última terça-feira (22), o deputado e relator da Lei Orçamentária Anual (LOA) para o ano de 2024, Alex Madureira, se reuniu com o Secretário da Fazenda e Planejamento do Estado de São Paulo, Samuel Kinoshita. A pauta do encontro versou sobre cenário econômico estadual para o próximo ano.

“Tenho mantido um diálogo contínuo com o Governo do Estado e agora, como relator da Lei Orçamentária para o exercício 2024, vamos intensificar essas conversas para buscarmos melhorar cada vez mais a qualidade de vida da população paulista”, informou o parlamentar.

Em seu segundo mandato, o deputado estadual Alex Madureira foi nomeado pela

Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo (Alesp), no dia 7 de novembro, durante a reunião da Comissão de Finanças, Orçamento e Planejamento (CFOP).

“Estou à disposição do Executivo para dialogar e discutirmos os números reais da economia dentro do atual cenário econômico e fiscal do Estado de São Paulo”, afirmou Alex Madureira.

A proposta orçamentária, apresentada sob o Projeto de Lei nº 1449/23, é um documento crucial que delinea como os recursos estaduais serão alocados e investidos pelo Poder Executivo em áreas essenciais, tais como saúde, educação e infraestrutura. O processo de análise e votação da LOA é um momento crucial na gestão financeira do estado, influenciando diretamente a quali-

dade de vida dos cidadãos.

Após a designação de Alex Madureira, a matéria agora passará por discussões detalhadas e votação pelos membros da comissão. Caso a proposta seja aprovada, ela seguirá para o Plenário da Assembleia Legislativa, onde será submetida a uma discussão mais ampla e, posteriormente, à votação final.

Uma vez aprovada no Plenário, a LOA será preparada e encaminhada ao Governo do Estado. O governador terá a oportunidade de sancionar o projeto, transformando-o em lei estadual, consolidando, assim, o orçamento para o ano de 2024.

Esta não é a primeira vez que Alex Madureira assume o papel de relator em questões orçamentárias. Em 2019, durante seu primeiro mandato, ele atuou como



Foto: Aldo Guimarães

Deputado estadual Alex Madureira em reunião com o Secretário da Fazenda e Planejamento do Estado de São Paulo, Samuel Kinoshita

relator da Lei de Diretrizes Orçamentárias (LDO) e da LOA para o ano de 2020. No atual mandato, ele desempenhou um papel fundamental como relator da Redação Final do Orçamento Paulista para 2023 e, anteriormente neste ano, como relator da LDO para 2024, a qual define as prioridades orçamentárias do Executivo

para o próximo ano.

Além de sua atuação na Assembleia Legislativa, Alex Madureira presidiu audiências públicas em diversas cidades, incluindo Piracicaba, Itapeva, Cubatão e Mococa, demonstrando seu compromisso com a transparência e o envolvimento da comunidade no processo orçamentário.

Metalúrgicos: Mobilização do Sindicato e trabalhadores garantem aumento real

Aumento real é conquistado pela primeira vez aos trabalhadores metalúrgicos

Flavia Vieira

A Campanha Salarial do Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de Piracicaba e Região, garantiu para a categoria entre muitos benefícios, o reajuste salarial a partir de 01 de janeiro de 2024, de 5,1% com aumento real e reposição do Índice Nacional de Preços ao Consumidor (INPC), direito a todos na Participação de Lucros e ou Resultados independentemente do número de contratados, a cesta básica passa de R\$ 405,00 a R\$ 430,00 mensais e em caráter excepcional, o vale alimentação especial de Natal de 12%.

A Convenção Coletiva referente a Campanha 2023 foi assinada entre a diretoria do Sindicato dos Trabalhadores e o Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras (Si-

mespi), na última sexta-feira, dia 17.

Segundo o presidente do Sindicato dos Trabalhadores, Wagner da Silveira (Juca), a taxa Selic, que no mês de novembro estava em 12,25%, está sendo sentida pelo trabalhador, já que inibe consumo, crédito e a geração de empregos. As portas das empresas foram locais de mobilização e aprovação ao trabalho da diretoria. “Foram árduas rodadas de negociações com o Sindicato Patronal, e mesmo assim, garantimos a renovação de todas as cláusulas da Convenção. Todos os direitos conquistados ao longo da história do Sindicato também foram mantidos. Com isso, a diretoria e trabalhadores revelaram seu protagonismo na busca de direitos”.

Entre os benefícios da renovação de todas as Cláusulas da Convenção Coletiva de Trabalho, estão: garantia de emprego ao empregado víti-



Foto: Alexandre Noaves

Assembleia Geral com os trabalhadores

ma de acidente no trabalho, hora extra e adicional noturno maiores que a lei, saúde e segurança do trabalhador, seguro de vida e garantia ao empregado em vias de aposentadoria.

Para o presidente do Sindicato dos Trabalhadores, é

fundamental o trabalhador ter a consciência de que a Convenção vale mais do que a lei, por isso, da importância do Sindicato e do apoio dos trabalhadores, “Se a empresa não cumprir a Convenção, o trabalhador deve entrar em contato com o Sindicato.

A denúncia pode ser também anônima”.

As denúncias anônimas podem ser feitas pelo trabalhador metalúrgico, direto no site www.metalpiracicaba.com.br ou pelo 19 - 3417 8140.



Bebel: governo Lula construirá mais de 370 unidades do “Minha Casa” em Piracicaba

Com esta medida, o presidente Lula cumpre promessa feita na campanha eleitoral do ano passado

Vanderlei Zampaulo

O governo do presidente Lula estará retomando a construção de unidades habitacionais do Programa Minha Casa Minha Vida, em Piracicaba, destinada a famílias da faixa 1. A informação é da deputada estadual Professora Bebel (PT), principal liderança do Partido dos Trabalhadores na região, quem manteve contato com o Ministério das Cidades nesta semana, quando foi informada que foi baixada a Portaria N° 1.482, no último dia 21 de novembro, estabelecendo a construção de dois conjuntos habitacionais em Piracicaba, com 186 unidades cada, denominados de Residencial Pelourinho I e II.

A deputada Professora Bebel comemora a construção de unidades habitacionais na cidade, através do Programa Minha Casa Minha Vida, para atender principalmente a população de menor poder aquisitivo, ressaltando a importância da construção de moradias para a população de baixa renda. “Com esta medida, o presidente Lula cumpre promessa feita na campanha eleitoral do ano passado, de retomar esse programa que garante a construção de moradias e ao mesmo tempo contribui para avançar a economia do país”, diz a parlamentar.

Para garantir a retomada do programa, o presidente Lula sancionou em junho deste ano a medida provisória (MP



A deputada estadual Professora Bebel destaca que o presidente Lula cumpre compromisso feito em campanha de retomar o programa volta a construir moradia à população de baixa renda

1.162/2023), aprovada pelo Congresso Nacional. O Minha Casa, Minha Vida foi criado em 2009. Em 2020, foi extinto pelo governo de Jair Bolsonaro e substituído pelo Casa Verde e Amarela. O programa já havia entrado em vigor, mas precisava da aprovação do Congresso Nacional e, depois, ser sancionado para não perder a validade. “Esta novas unidades já são com base nesta nova legislação sancionada pelo presidente Lula”, diz Bebel.

Como forma de contribuir com as famílias de baixa renda e consequentemente com a própria economia, a deputada estadual Professora Bebel (PT) também destaca que o governo federal do presidente Lula baixou neste ano, no último mês de outubro, a Portaria 1248, determinando que pessoas que estão no Cadastro Único e recebem o Novo Bolsa Família e o Benefício de Prestação Continuada (BPC) que moram em habitações financiadas pelo programa Minha Casa Minha Vida

ficarão isentos do pagamento das parcelas dessas habitações. A medida beneficia boa parte das pouco mais de 17 mil famílias que adquiriram em Piracicaba sua habitação própria através do Programa Minha Casa Minha Vida, e a isenção do pagamento é automática e as famílias já estão recebendo o aviso do governo federal. “É uma medida de um governo que pensa em políticas sociais e que beneficiará milhares de famílias em todo país”, destaca a deputada estadual Professora Bebel.

Perigos de misturar produtos químicos para limpeza

Em 2020, a Anvisa identificou um aumento de 23% nos casos de intoxicação em adultos, devido ao mau uso de produtos de limpeza: foram mais de 1.500 casos, entre janeiro e abril daquele ano de pandemia, em relação ao mesmo período do ano anterior. Principalmente na Internet, são muitas as fontes duvidosas, compartilhando mitos e receitas acessíveis financeiramente, com promessas milagrosas para extrair manchas, odores, ou deixar pisos e superfícies limpos em minutos.

“O risco de misturar produtos de limpeza é de eles reagirem e haver uma liberação de gases irritantes”, explica o especialista em Alergologia e Imunologia Clínica pelo São

Cristóvão Saúde e Membro da ERS (European Respiratory Society), Alexandre Okamori. Entre os possíveis sinais de intoxicação, o médico destaca:

- Crises de tosse;
- Falta de ar e chiado;
- Coceira na pele;
- Sintomas de coriza;
- Espirros;
- Obstrução nasal, em pacientes alérgicos.

“Além disso, se a pessoa for alérgica a algum componente desses produtos, pode ter uma reação de pele ao contato ou até queimaduras”, sinaliza o alergista. Outro fator é que, dependendo da mistura realizada, os componentes podem até mesmo causar explosões, colocando pessoas e



Alergista destaca riscos à saúde e razões pelas quais nunca se deve realizar alquimias caseiras

suas residências em risco.

Armazenamento

Também é comum pessoas guardarem esses produtos clandestinos em embalagens inadequadas, como em potes de alimentos, garrafas de refrigerante, de leite ou shampoo. Para isso, além de jamais

realizar misturas por conta própria, é preciso ler atentamente os rótulos e embalagens dos produtos, para seguir recomendações dos fabricantes.

No site Pode Misturar, é possível verificar se substâncias químicas são seguras de se misturar. Porém, vale ressaltar: esses pro-

duto não são testados por profissionais e sua potência pode ser prejudicada, anulando o efeito desejado.

Em caso de suspeita de intoxicação química, ou qualquer exposição a produtos de limpeza, deve-se buscar atendimento imediato. Afinal, nenhuma limpeza vale tanto quanto a saúde.

Assembleia Legislativa promoverá sessão solene em homenagem aos 110 anos do XV de Novembro

Sessão de homenagem foi proposta pela deputada Professora Bebel

Vanderlei Zampaulo

Por iniciativa da deputada estadual piracicabana Professora Bebel (PT), a Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo promoverá homenagem aos 110 anos do EC XV de Novembro de Piracicaba, completados no último dia 15 de novembro. A sessão solene acontecerá amanhã, segunda-feira, 27 de novembro, às 10 horas, no plenário da Juscelino Kubitscher, e será marcado por homenagens à direção do XV de Novembro, assim como a ex-presidente, ex-diretores, conselheiros, jogadores e ex-jogadores que muito contribuíram para a história do Nhô Quim piracicabano.

Para a deputada Professora Bebel, a data é muito importante para todos os piracicabanos. "Como deputada e piracicabana, faço questão de promover esta solenidade na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo para marcar esses 110 anos do nosso XV de Novembro



O ex-jogador Chicão, que iniciou a carreira no XV, atuou pelo São Paulo, Atlético e Seleção Brasileira, está na lista dos homenageados

de Piracicaba, que desde criança, ainda moradora no distrito de Artemis, presenciei a alegria e o entusiasmo do piracicabano com o nosso XV de Novembro, que é um dos grandes orgulhos da nossa cidade", ressalta.

O Esporte Clube XV de Novembro de Piracicaba foi fundado no dia 15 de novembro de 1913, por meio de uma fusão entre duas outras equipes da cidade, o Esporte Clube Vergueirense e o 12 de Outubro, que decidiram formar uma única agremiação. Ao longo desses 110 anos, o XV de Novembro de Piracicaba se tornou um clube respeitável nacionalmente, conquistando importantes vitórias

e títulos, assim como revelando grandes jogadores para o futebol nacional e internacional, que inclusive defenderam a camisa da Seleção Brasileira de Futebol. "Destacar esta história e homenagear muitos dos que participaram de toda esta jornada deste clube que é um orgulho para nós piracicabanos é que me faz promover esta sessão solene na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo e para a qual já estendo o convite a todos os piracicabanos, que, como eu, amam e vibram com o nosso XV de Novembro", destaca Bebel.

HOMENAGEADOS - Na sessão solene na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo serão homenageados as seguintes personalidades que contribuíram e contribuem com a história do XV de Novembro de Piracicaba: Maria ngela Barbieri (atual) - uma das primeiras conselheiras do XV; Renata Perazoli, uma das primeiras conselheiras do XV e primeira Ouvidora do XV; Joao Luís de Almeida, historiador do XV e ex-secretário do Conselho Deliberativo; Rui Alexandre Kleiner, ex- conselheiro do XV, historiador e músico.

Da torcida organizada serão homenageados a Associação Esportiva Cultural Amor Real (ARXV), através do seu presidente, Antônio Carlos de Sousa Leite; Torcida Esquadrão XV de Piracicaba, através do seu presidente Vitinho; o ex-técnicos, Laurence Moisés Camargo



O ex-presidente do XV, João Paulo Araújo, será um dos homenageados na solenidade

Egert, que também jogou no XV; Cléber Nelson de Andrade Raphaelli, o Cléber Gaúcho, que como jogador do XV foi campeão brasileiro da Série C do Campeonato Brasileiro de 1995 e como técnico bicampeão da Copa Paulista 2016 e 2022.

Também serão homenageados os ex-jogadores Reginaldo Amsalden (Biluca), jogador de carreira internacional e campeão brasileiro da Série C do Campeonato Brasileiro de 1995; Cláudio Batista dos Santos (Claudinho) jogador de carreira internacional e ex-técnico do XV; Marlon Tadeu Ferreira (Marlon) - ex-jogador do Cruzeiro-MG e Vasco da Gama-RJ, fez parte do elen-



O ex-presidente Romeu Ítalo Ripoli, que marcou época na presidência do XV, será um dos homenageados

co quinzista que conquistou os acessos da Série A3 para a A2, no ano de 2010, e da A2 para a A1, tendo, inclusive, convertido o pênalti que deu o título ao clube em 2011. Atingiu a marca de 300 partidas pelo time; Francisco Jesuino Avanzi (Chicão), in memoriam, que começou a carreira no XV, e também atuou pela Ponte Preta, São Paulo, Atlético Mineiro, Santos e Seleção Brasileira; José Ademir Carloni (Mika), revelado no futebol profissional E.C. Corinthians Paulista, passou pelo Figueirense FC, de Santa Catarina, Operário FC, de Campo Grande, e XV de Novembro de Piracicaba, onde jogou por nove anos, e tarde passou também pelos times do Dracena FC, Novo Horizonte FC, União Agrícola Barbarense FC, e retornou para o XV, onde encerrou a carreira, tendo sido vice vice-campeão Paulista com o XV em 1976; Paulo Luiz Massariol (Paulinho Massariol), começou a carreira no XV, foi transferido para o Vasco da Gama/RJ, onde foi artilheiro do campeonato brasileiro de 1978, também jogou no Palmeiras, em 1981 e Grêmio de Porto Alegre, e também atuou pela Seleção Brasileira.

Na lista também estão os ex-presidentes Adilson Benedito Maluf (in memoriam), nos anos de 2006-2007; João Paulo Araújo, nos anos de 2001-2002; Arnaldo Antônio Bortoletto, nos anos de 2018-2020; Romeu Ítalo Ripoli (in memoriam), nos anos de 1959 - 1962/1964 - 1974/1983; Rodolfo Geraldi - presidente executivo 2021/2022, e Luís Ro-



Fotos: Divulgação

A deputada piracicabana Professora Bebel que propôs e irá presidir a sessão solene na Assembleia Legislativa

berto Lordello Beltrame, presidente entre 2018-2012, atualmente conselheiro vitalício do Clube.

Já os ex-presidentes do Conselho Deliberativo que serão homenageados estão Jonas Tadeu Parisotto (2006/2016),



O ex-jogador Paulinho Massariol, que começou no XV, atuou pelo Vasco da Gama e Palmeiras, também será

José Antonio Fernandes Paiva (2005/2006), José Silvestre da Silva - 2000. A deputada Professora Bebel também estará homenageando na solenidade o atual presidente do XV de Novembro de Piracicaba, Luis Guilherme

Schnor; o atual presidente do Conselho Deliberativo, Marcelo Magro Maroun, e os veículos de comunicação JP News (Marcelo Sá), Rádio Educadora de Piracicaba (Jairo Meirelles Ribeiro de Mattos - Jairinho); Difusora/Passe de Letra (Luiz Dirceu Tarantini); assim como os apoiadores Roberto Carlos Zaratini (Beto da RosFrios), que foi secretário do conselho deliberativo do XV e empresário que liderou vários empresários para ajudar o XV em 2001, assim como Wagner da Silveira (Jucão do Sindicato dos Metalúrgicos); Luiz Carlos Furtuoso, que foi presidente do conselho deliberativo do XV e empresário que liderou vários empresários para ajudar o XV em 2001. Na lista de homenageados também Douglas Pimenta, ex-atleta do XV e gestor de futebol desde julho do ano passado; Israel Martins, empresário e gestor administrativo financeiro e de operações do clube; Luis Henrique Marangoni (Cartunista oficial do XV), e João Paulo Arioza (Peixe Pichado).



O ex-presidente do XV, Adilson Benedito Maluf, será homenageado in memória pelo trabalho desenvolvido á frente do Nhô Quim

Campanha do Hemonúcleo instiga doações de sangue no Dia Nacional do Doador

Em Piracicaba, o espaço está disponível para doação desde o último sábado, 25 de novembro e 02 de dezembro, das 7h30 às 12h

Foto: Divulgação



A assistente social do Hemonúcleo, Luciana Sacheto Bueno; e a médica responsável

Em uma era em que a conexão virtual domina, o Hemocentro Unicamp, o qual o Hemonúcleo da Santa Casa de Piracicaba é integrante, desafia a bolha digital com a campanha "Saia dessa bolha. Doe Sangue". Marcando o Dia Nacional do Doador de Sangue, celebrado em 25 de novembro, influenciadores da região competem para impulsionar a presença física de doadores nos postos de coleta.

De acordo com a assistente social do Hemonúcleo, Luciana Sacheto Bueno, a 'competição', que teve início dia 6 de novembro, engaja os influenciadores a convocarem seus seguidores a abandonarem o mundo virtual temporariamente e se dirigirem aos postos de coleta para contribuírem com doações de sangue. "O influenciador que conseguir mais doadores até o dia 30 de novembro será nomeado Embaixador do Hemocentro no ano de 2024, ganhando o título de 'Embaixador do Sangue que Salva'", explica. Os influenciadores participantes podem ser identificados no Instagram do Hemocentro por meio do perfil @hemocentrounicamp.

No intuito de facilitar e

ampliar as oportunidades para doações, vale lembrar que o Hemonúcleo funciona de segunda a sexta das 7h30 às 13h. Em Piracicaba, o espaço também esteve disponível no sábado, 25 de novembro, das 7h30 às 12h, e no 02 de dezembro, das 7h30 às 12h.

Além disso, em 28 de novembro, no Festival do Amor - Dia de Doar, uma celebração especial acontecerá na unidade do Hemonúcleo de Piracicaba, onde os doadores poderão participar e contribuir para a data. "25 entidades assistenciais de Piracicaba se uniram para essa data especial. Cada entidade trará a sua contribuição; a nossa será a arrecadação de sangue. É só chegar", diz Luciana.

Para doar, é necessário ter entre 16 e 69 anos (menores de idade devem estar acompanhados do responsável legal), estar em boas condições de saúde e apresentar um documento oficial com foto.

O Hemonúcleo, por meio desta competição e celebração, busca não apenas reconhecer a generosidade dos doadores, mas também conscientizar a comunidade sobre a importância vital da doação de sangue para

salvar vidas. "Doar sangue é um ato fundamental e altruístico que salva vidas. Sua importância transcende os limites individuais, impactando diretamente a saúde e a sobrevivência de inúmeras pessoas. O ideal é que as pessoas sejam doadores recorrentes e que doem, pelo menos, de duas a três vezes no ano", salienta Luciana.

POR QUE DOAR?

Salva Vidas: As doações de sangue são vitais para pacientes em procedimentos médicos complexos, como cirurgias, tratamento de câncer, transplantes e



Doar é rápido e seguro; uma única doação pode salvar até quatro vidas

ÓPTICA SÃO JOÃO
UM NOVO CONCEITO DE ÓTICA!
ESTILO, BELEZA E OUSADIA
@OPTICASAOJOAO
R. SÃO JOÃO, 1246
(19) 99919-5660

acidentes graves. O sangue doado fornece elementos essenciais para a recuperação e sobrevivência desses pacientes.

Não Tem Substituto Artificial: Apesar dos avanços na medicina, o sangue não pode ser fabricado artificialmente. Portanto, a única fonte de obtenção é por meio de doações voluntárias.

Tempo de Vida Limitado: Componentes do sangue, como plaquetas e hemácias, têm uma validade relativamente curta, tornando-se inviáveis para uso após um determinado período.

Doar regularmente ajuda a manter um suprimento constante e fresco para atender às necessidades médicas.

Diversidade de Tipos Sanguíneos: Existem diferentes tipos sanguíneos e nem sempre um paciente necessitado terá acesso

imediatamente ao tipo compatível em momentos de emergência. A doação regular garante a existência de uma variedade de tipos sanguíneos prontamente disponíveis.

Sensação de Contribuição: Doar sangue é uma maneira tangível de fazer a diferença na vida de alguém. Esse ato solidário pode trazer satisfação pessoal ao saber que se está ajudando a salvar vidas.

Benefícios à Saúde: Além de ajudar os receptores, a doação de sangue também pode trazer benefícios ao doador, como estimular a produção de novas células sanguíneas, ajudando na renovação celular.

Consciência Coletiva: Cultivar uma cultura de doação de sangue fortalece a noção de solidariedade e empatia na sociedade. Isso encoraja mais pessoas a se envolverem em ações altruístas

Integra Mais chegou no HFC Saúde

Integração entre colaboradores e tecnologia

O HFC Saúde é um hospital que está sempre em busca de investir em tecnologias que facilitam os processos e melhoram a comunicação dentro do ambiente hospitalar.

Pensando nisso, o Integra Mais chegou para tornar a comunicação mais ágil, transparente e conectar o Grupo Afocapi (HFC Saúde, Operadora HFC Saúde e Afocapi). “Essa é uma plataforma digital, um novo canal de comunicação

que vai integrar comunicação interna os colaboradores do Grupo AFOCAPI e corpo clínico do hospital”, disse o presidente do HFC Saúde, José Coral.

O lançamento da nova plataforma aconteceu essa semana e os colaboradores receberam treinamento para usar os recursos, entender as funcionalidades e os benefícios de toda comunicação em um só lugar.

“Mais protagonismo e voz para os colaboradores,



Aline Zocca, Leticia Verderami, Amanda de Queiroz, Juliana Mazzone, Renan Medina, Daniele Rodrigues, Kauan Andrade

com o Integra Mais todos poderão comentar e compartilhar. Teremos mais agilidade na informação,

mobilidade na palma da mão com acesso à informação quando e onde quiser”, disse a diretora do Grupo

AFOCAPI, Lucimeire Ravelli Peixoto.

Inovação também faz parte da missão do HFC Saúde.



Marcia Neves e Cristiane de Brito



Carolina de Abreu, Nayra Lima e Camilly Cavalcante

Dicas de Filme

AS RENÚNCIAS DA VIDA

Às vezes, desistir. Outras, insistir.
Há tempos de persistir. Outros, de deixar ir.

Há tempos de persistir. Outros, de deixar ir.

Sabe aqueles dias em que o treino está difícil de “engatar”, mas quando vai chegando ao fim, depois de insistir, ele começa a fluir? Então, assim no treino, assim na vida!

Existem momentos de insistir um pouco mais e deixar que, no seu devido tempo, as coisas se ajustem, no seu devido lugar.

Em contrapartida, existem outros momentos em que persistir de nada vai adiantar, pois a situação só vai se desgastar (quando não, agravar). Daí, pode ser necessário recuar, ou até mesmo, se afastar. Ir em direção onde você possa ver as coisas de um outro lugar. Onde você possa realmente se escutar.

Mas, para que isso aconteça, é preciso saber re-

nunciar.

Os barulhos do dia podem acabar por te distrair, daquilo que você não quer ouvir. É tanta cobrança, tanta pressão, que a vida pode acabar passando, em vão. Enquanto isso, se recolher pode ser uma estratégia para combater esta exaustão.

Corrigir a rota e realinhar de acordo com a sua intuição. Até mesmo porque a

real mudança só acontece quando é pautada pela sua escolha, e não mais por uma obrigação.

Tudo bem se no meio do caminho houver alguma recaída, até mesmo porque poucas coisas são como uma exponencial, na vida. Mas, nem por isso, você precisa “descontar” tudo na comida.

Não tem regra, tampouco manual.

Até mesmo porque ninguém é assim, tão igual.

Só você sabe as renúncias que faz para ter a vida “fácil” que tem, afinal.

Beatriz Frias é Administradora de Empresas por formação e Estudante de Nutrição por paixão. Sempre em busca de um estilo de vida mais consciente e saudável, compartilha dicas em seu Instagram @biafriasnutri.



Beatriz Frias



Ergonomia e Fisioterapia

11 Benefícios da Atividade Física e do Exercício Físico para o Organismo

Atividade Física ou Exercício Físico?

Agora que já entendemos o que representa o comportamento sedentário e quais são os seus riscos, chegou a hora de falar sobre como passar longe dele, seja por meio da atividade física ou do exercício físico. Como você deve imaginar ambos são semelhantes de alguma forma, mas escondem algumas diferenças como explica Paula Sandreschi a seguir:

Atividade Física

É um comportamento que envolve os movimentos do corpo, que são feitos de maneira intencional. Além disso, a atividade física também envolve uma relação com a sociedade e com o ambiente no qual a pessoa está inserida. Isso quer dizer que: a sua atividade pode estar presente no lazer, nas tarefas domésticas ou no deslocamento para a escola ou o trabalho. Por estar presente de uma forma mais ampla no cotidiano, ela pode ser indicada por qualquer profissional da saúde.

Exercício Físico

Quando a atividade física é planejada e estruturada com o objetivo de melhorar ou manter os componentes físicos, como a estrutura muscular, a flexibilidade e o equilíbrio, estamos falando do exercício físico. Nesse caso, ele geralmente é orientado por um profissional de educação física, ou seja, todo exercício físico é uma atividade física, mas nem toda atividade física é um exercício físico.

Qual o melhor?

Segundo Paula, existem evidências científicas que apontam benefícios tanto de um quanto de outro. Em relação à atividade física, ela pode reduzir os riscos de mortalidade e de desenvolver doenças como o câncer, diabetes, diabetes gestacional, hipertensão, acidente vascular cerebral (derrame) e doenças do coração.

Já o exercício físico, além de trazer todos os benefícios que a atividade física também traz, é eficaz para manter o con-

trole do peso, a redução dos sintomas depressivos e para melhorar a qualidade do sono e a preservação da cognição, além de também ajudar no tratamento e controle de diversas doenças crônicas.

Além de um benefício geral, Paula explica que a prática regular de ambas as modalidades também proporciona vantagens específicas para cada faixa etária como, por exemplo, reduzir o índice de quedas de idosos e melhorar o desempenho escolar de crianças e jovens.

Para cada fase da vida, uma orientação!

Levando em consideração as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Ministério da Saúde orienta que as pessoas devem praticar 150 minutos semanais de atividade física moderada ou pelo menos 75 minutos de atividade física de maior intensidade por semana.

Mas entrando um pouco mais na realidade de cada faixa etária e suas respectivas necessidades, Paula Sandreschi sugere algumas orientações para cada fase da vida. Olha só:

Crianças e jovens de 5 a 17 anos:

Pelo menos 60 minutos de atividade física por dia, incluindo as que fortalecem músculos e ossos, pelo menos 3x na semana.

Adultos:

Pelo menos 150 minutos de atividade física por semana, sendo que atividades que trabalham os músculos devem ser incluídas pelo menos 2x na semana.

Idosos:

As recomendações são as mesmas que a dos adultos, mas os idosos devem adicionar exercícios de equilíbrio para auxiliar na prevenção de quedas e na manutenção das capacidades para realização das atividades diárias.

Dica Extra:

As quantidades recomendadas acima representam os tempos mínimos recomenda-

dos pela OMS. Sendo assim, se for possível praticar a atividade física por mais tempo, os ganhos para a saúde podem ser ainda maiores.

(Fonte: <https://www.gov.br>)

A prática de exercícios físicos ajuda a saúde mental, emocional e também o cérebro. Confira abaixo os benefícios para saúde física e mental de forma mais detalhada:

- ✓ Melhora das estruturas ósseas e musculares;
- ✓ Ajuda ao sistema imunológico para combater doenças;
- ✓ Prevenção de osteoporose, diabetes e risco de infarto;
- ✓ Melhora da postura;
- ✓ Redução de doenças crônicas como: obesidade, diabetes e pressão alta.
- ✓ Melhora do HDL (colesterol bom) e diminuição do LDL (colesterol ruim);
- ✓ Aumento da resistência de músculos, ligamentos e tendões;
- ✓ Melhora do sistema cardiorrespiratório;
- ✓ Contribuição para a absorção dos nutrientes pelo organismo;
- ✓ Retardamento do envelhecimento;
- ✓ Melhora da qualidade do sono.
- ✓ Diminui o estresse;
- ✓ Aumento da produção de serotonina (hormônio do bem-estar), consequentemente, melhora do humor;
- ✓ Aumento da produção de endorfina (é um analgésico natural, quando liberada no sangue alivia dores, provoca relaxamento e reduz a ansiedade e a depressão);
- ✓ Ajuda a desenvolver e aumentar a autoestima;
- ✓ Melhora o fluxo de sangue para o cérebro, desenvolvendo raciocínio e memória; melhora do fluxo sanguíneo do corpo como um todo;
- ✓ Melhora nas interações sociais;
- ✓ Aumento da disposição para realizar as Atividades da Vida Diária (AVDs) e da vida profissional.

A vestimenta é um item fundamental para que os exercí-

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



cios sejam executados de forma confortável e eficiente.

Calçado adequado é o tênis, com sistema de amortecimento e uma palmilha de acordo com sua pisada (pronada, supinada ou neutra). O ideal é que, entre o dedão e a frente do tênis, sobre um espaço de aproximadamente um centímetro.

"Márcio Atalla explica que o amortecimento de um bom calçado, em média, dura por cerca de 600 quilômetros. Esse é um bom parâmetro".

(Fonte: <https://cbn.globoradio.globo.com>).



Alongamento deve ser realizado diariamente, independente do exercício ou atividade que será realizada. O alongamento melhora a flexibilidade do corpo possibilitando movimentos mais amplos, além de reduzir o risco de lesões. E ao finalizar a atividade ou exercício o objetivo é evitar dores.

O alongamento é uma das mais importantes categorias de exercícios físicos que podem ser prescritos para manter e restaurar o equilíbrio normal dos músculos, tendões e ligamentos.

Antes de iniciar uma prática de exercício físico é de extrema importância procurar um clínico geral ou um cardiologista, para saber se você está apto para realizar os exercícios. Outro profissional que necessário consultar é uma nutricionista

para prescrever uma dieta adequada, de acordo com seu objetivo, se é perda de peso ou ganho de massa muscular.

A prevenção é o melhor caminho!

Cuide-se, seu corpo agradece!



Sindicato vai fazer campanha e fiscalizar condições de trabalho nas agências

Os pontos de atenção principais são os problemas em equipamentos de ar-condicionado, situações de desrespeito aos funcionários da parte de clientes e a sobrecarga de trabalho.

O Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região promoverá campanha de conscientização sobre o trabalho dos bancários, exigindo respeito, e irá intensificar a fiscalização sobre as condições existentes nas agências e postos de atendimento da cidade e região.

A decisão foi tomada na plenária do Sistema Diretivo da entidade, no último dia 22, quando os diretores apresentaram diversas reclamações que vêm sendo feitas pela categoria. Os pontos de atenção principais são os problemas em equipamentos de ar-condi-

cionado, situações de desrespeito aos funcionários da parte de clientes e a sobrecarga de trabalho.

Além da fiscalização e apuração das denúncias, o Sindicato irá desenvolver campanhas de conscientização sobre o tema, tendo como foco o respeito aos bancários. "Nós vamos fazer tudo o que estiver ao nosso alcance para garantir condições adequadas aos trabalhadores. Vamos cobrar medidas dos bancos e fazer um trabalho educativo junto aos clientes", afirma o presidente do SindBan Piracicaba, José Antonio Fernandes Paiva.

Paiva lembra que no caso do ar-condicionado, os problemas se intensificaram nas últimas semanas, com o aumento das temperaturas, mas são recorrentes, pois muitos bancos não realizam a manutenção dos equipamentos. Com isso, bancários e clientes ficam submetidos ao calor extremo, com pouca circulação de ar, o que resulta em um ambiente insalubre e favorece a proliferação de doenças, especialmente respiratórias.

"É um descaso que os bancos, com lucro na casa das centenas de bilhões, não solucionem este problema, pondera Paiva, lembrando que a entidade mantém, há alguns anos a campanha "Sem ar não tem clima para trabalhar", que será intensificada.

Além disso, quando receber denúncias de quebra ou mau funcionamento dos equipamentos irá exigir providências imediatas, inclusive acionando o Cerest (Centro de Referência de Saúde do Trabalhador de Piracicaba), que possui equipamentos para verificar a qualidade do ar e protocolos para garantir as providências legais cabíveis.

Agressões

Outro problema levantado durante a plenária foi o aumento de



Diretores fazem apresentação sobre curso de formação focado na história e trabalho dos Sindicatos.

casos de desrespeito aos bancários por parte de clientes de diversos bancos e agências da cidade. Os casos envolvem desde agressões verbais até situações mais graves, como a de um cliente que atirou uma caneta em uma bancária, e ameaças de agressão física.

"Nós vamos apurar cada caso e exigir providências de acordo com a gravidade. É obrigação dos bancos garantir a segurança dos trabalhadores em sua atividade e o Sindicato vai tomar providências visando o cumprimento dessa obrigação", explica Paiva.

Além da fiscalização e denúncia, a entidade vai realizar uma campanha educativa junto aos clientes, com a produção de material de comunicação sobre o tema. "Nós entendemos os problemas que afetam as pessoas, mas é preciso entender que os

bancários estão apenas fazendo o seu trabalho, são funcionários e não têm responsabilidade sobre as decisões dos bancos", afirma Paiva.

O dirigente observa que o problema tem se agravado em função da política dos próprios bancos, que têm insistido no fechamento de agências e postos de atendimento e na demissão de bancários. "Isso ocasiona sobrecarga de trabalho e certamente prejudica os clientes, com o aumento no tempo de espera para atendimento", salienta.

Paiva acredita que uma campanha certamente irá sensibilizar os clientes, melhorar o relacionamento e estimular um ambiente de respeito e mais seguro para o trabalho. "O atendimento deve ser pautado pelo respeito ao ser humano, pela cordialidade, vamos insistir nessa abordagem", conclui.



Paiva ressalta que o Sindicato vai fiscalizar condições de trabalho e fazer campanha de conscientização.

Atendimento rápido na UPA Vila Cristina salva a vida de criança picada por escorpião

Na madrugada da última quarta-feira (22), uma paciente pediátrica de 6 anos, chegou à UPA (unidade de pronto atendimento) Vila Cristina acompanhada de sua mãe, após 20 minutos de ter sido picada no pescoço por um escorpião.

A vítima chegou a unidade queixando-se de dor intensa, com quadro de vômitos coerzivos, taquicardia, agitação e com elevação da pressão arterial. O estado clínico da criança no momento em que chegou a UPA era moderado, mas evoluiu rapidamente para grave.

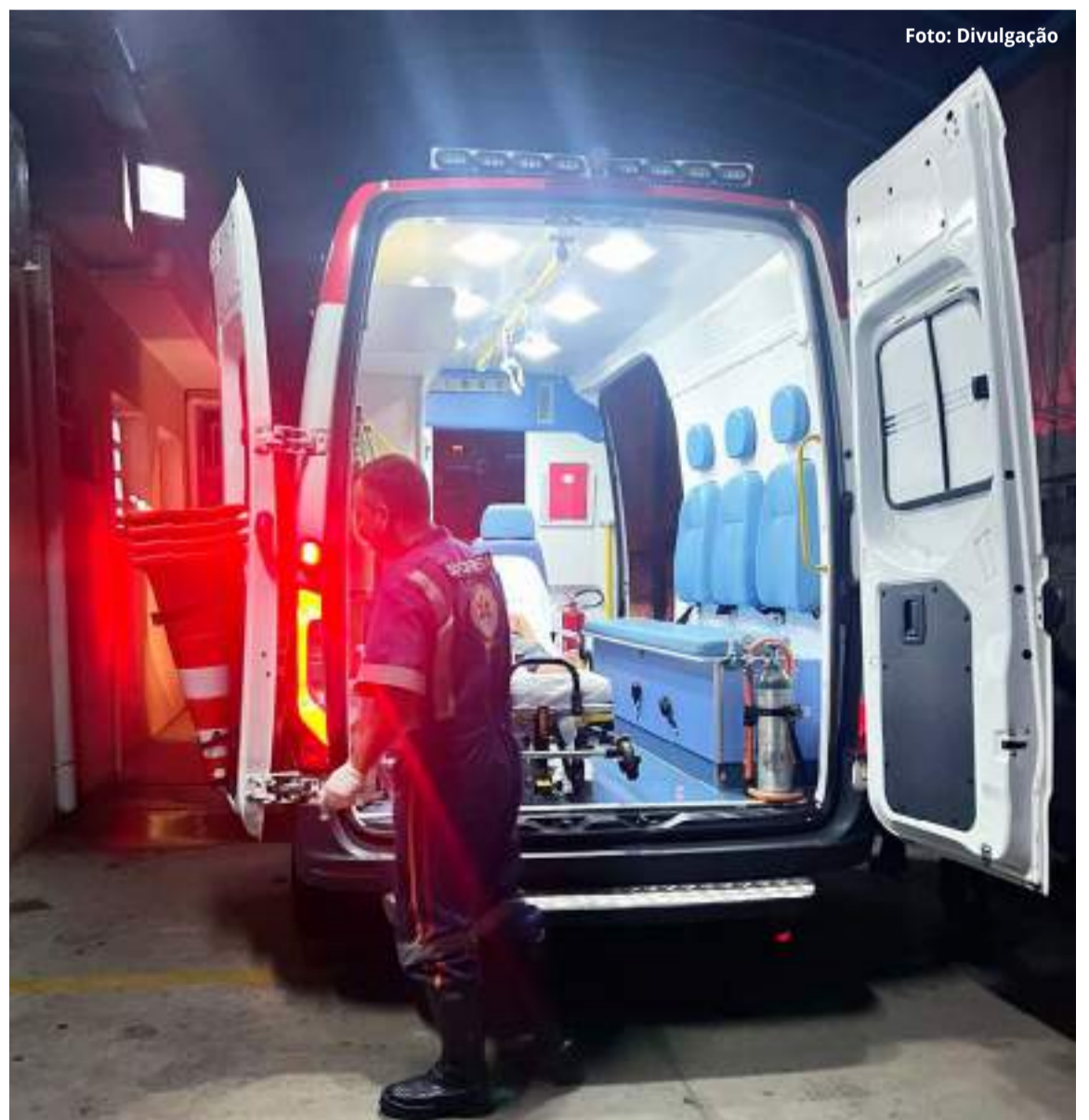
Segundo o Diretor Técnico da UPA, Dr. Robert Castro, foi realizado um atendimento em conjunto com uma enfermeira e enquanto a colaboradora co-

ordenava a assistência à criança, o médico já a estava inserindo no sistema de regulação e entrando em contato com o SAMU (serviço de atendimento móvel de urgência).

Em menos de 10 minutos do início do atendimento, foi administrado o soro antiescorpionico intravenoso e anestésico local e, quase que imediatamente, a paciente apresentou melhora clínica.

Quando a equipe do SAMU chegou à unidade de pronto atendimento, a criança estava estabilizada clinicamente, mas inspirava cuidados e observação.

Após todo esse processo, a criança foi transferida, fora de perigo, para a Santa Casa de Misericórdia de Piracicaba.



Em menos de 10 minutos do início do atendimento, foi administrado o soro antiescorpionico intravenoso e anestésico local

Apartamento com iluminação natural?

Descubra quais são as vantagens do sol da manhã e do sol da tarde



Investir em apartamentos com uma boa iluminação natural é uma ação de sustentabilidade e que traz economia de recursos naturais e de energia elétrica

Existem alguns detalhes na hora de escolher um imóvel que podem ser essenciais, entre eles está a incidência de luz solar. A capacidade de um espaço em aproveitar a iluminação natural traz inúmeros benefícios, mas é preciso considerar o horário de maior aproveitamento dessa luz, e também o que se tem em mente para o espaço. Por isso, a Frias Neto Consultoria de Imóveis destaca as vantagens do sol da manhã e da tarde, para quem deseja comprar o apartamento ideal.

Investir em apartamentos com uma boa iluminação natural é uma ação de sustentabilidade e que traz economia de recursos naturais e de energia elétrica, pois reduz a necessi-

dade de lâmpadas, luminárias e secadoras. Também promove a melhoria no bem-estar, resultado da capacidade da luz natural aumentar o ânimo, reduzir o estresse e melhorar a qualidade do sono. Com menos luminárias, ainda é possível economizar em espaço.

Contudo, o período em que o sol consegue adentrar nos ambientes pode alterar os hábitos da família e interferir enormemente na decoração – considerando a preservação dos móveis e eletrodomésticos. A posição do sol pode ainda influenciar na temperatura, atividades domésticas e sono.

Vantagens do sol da manhã

Depois de uma noite inteira sem sol, os raios suaves da ma-

nhã encontram um ambiente fresco. Isso gera uma boa sensação térmica de contato com a luz do sol.

A iluminação solar pela manhã é ainda capaz de oferecer um despertar mais natural, respeitando o ciclo do sono e caso você seja daqueles que preferem dormir até mais tarde, poderá instalar no quarto uma cortina blackout para não ter seu sono interrompido.

Plantas que não gostam de muito calor também podem aproveitar melhor a luz mais suave da manhã para fazer fotossíntese e ficarem ainda mais bonitas, sem queimar flores e folhas.

Vantagens do sol da tarde

Para quem vive em regiões mais frias ou simplesmente ama o calor, a iluminação vespertina é uma vantagem por si só. Após um dia inteiro de incidência solar, o ambiente já está mais quente quando os raios solares começam a entrar no apartamento, dando aquela última aquecida antes de começar a noite.

Quem tem plantas de regiões quentes, desérticas ou tropicais, deve aproveitar essa qualidade do imóvel. Elas podem ainda trazer um pouco mais de umidade para o ambiente e também ajudar a diminuir um pouco a temperatura interna.

Mudanças nas estações do ano

No Outono e Inverno, devido à inclinação do eixo da Terra, a incidência do sol nos ambien-

tes da casa ou apartamento costuma ser mais presente de maneira horizontal – que você pode verificar através da luz que entra suavemente pelas janelas. Já no verão e na primavera, o sol fica mais alto no céu, também mais quente e mais presente em entradas como clarabóias. Ou seja, é sempre bom ter em mente o período que te deixará mais confortável em conviver com a iluminação natural.

Escolha onde morar com um especialista

Vale a pena considerar projetos arquitetônicos que possam atender suas demandas e estilo de vida, os apartamentos 360°, por exemplo, oferecem abundância de ilu-

minação solar nos dois períodos.

Visitar o espaço em diferentes horários, pela manhã e pela tarde, pode te dar informações valiosas sobre qual apartamento escolher para morar. Te ajuda ainda a se preparar para esta mudança!

Para entender realmente o que precisa, um corretor especialista pode fazer uma grande diferença na hora de avaliar os detalhes de um imóvel.

A Frias Neto Consultoria de Imóveis atua com profissionais especialistas nas áreas de compra, aluguel e lançamentos. E, enquanto uma das empresas líder do mercado, possui uma grande variedade de opções para as mais diversas necessidades e desejos.

BOX FUJI

VIDROS, BOX E TELA MOSQUITEIRA

- Box de Vidro Temperado
- Box de Acrílico
- Espelhos Cristais
- Tela Mosquiteira

BOX DE CRISTA VIDRO INCLUIR BOM TEMPERADO - 407 21 JUNHO BRANCO

- Tampos Bisotes
- Molduras em Alumínio
- Aquários
- Vitraux

TAMPO DE VIDRO TEMPERADO INCLUIR BOM

Rua do Resúrio, 2298
8º Paulista - Piracicaba-SP

☎ 3433.1632
☎ 9 7168.3292

📍 Fuji Kawai
📱 @boxfujividraçaria

10 PÉS SOL - ZHP

2 Cilindros em V
1 estágio - 140 lbf/pol²

Compressor de Ar
10 REX-T
Média Pressão
140 lbf/pol²

MOTOR
ZHP Cust Proctor
Têrnicos

FACILIDADE
UTILIDADE
NOBILIDADE

COMPACTO ROBUSTO
VERSÁTIL EFICIENTE

CHIAPERINI CERTIFICADO

FURLAN
COMPRESSORES, BOMBAS E MÁQUINAS
☎ 3434-9943



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. JOÃO BRÁS MACHI, Faleceu dia 18pp na cidade de Saltinho, aos 71 anos de idade e era casado com a Sra. Isabel Mendes Machi. Era filho do Sr. Fernando Machi e da Sra. Amelia Jeronimo Machi, falecidos. Deixa ainda Irmãos, Cunhados, Sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp às 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Saltinho, seguindo para o Cemitério Municipal de Saltinho. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ALZIRA OLIVEIRA DOS SANTOS, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 79 anos de idade e era viúva do Sr. Jose Vieira dos Santos. Era filha do Sr. Manuel Cardoso de Oliveira e da Sra. Alsira Maria de Jesus, falecidos. Deixou os filhos: Gilvan Oliveira dos Santos; Janilson Oliveira dos Santos, já falecido; Gilmar Oliveira dos Santos; Gilda Oliveira dos Santos; Jose Alfredo Oliveira dos Santos. Deixa ainda netos, Genro, Noras e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp às 16:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. IDALINA MARIA DA CONCEIÇÃO ALVES, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era viúva do Sr. Rubens Alves Rodrigues. Era filha do Sr. Luiz Antonio Rodrigues e da Sra. Maria Francisca de Moraes, falecidos. Deixa os filhos: Noemi Alves Rodrigues Colette casada com Gilberto Colette, Neiva Alves Rodrigues Junqueira de Castro casada com Edgar Junqueira de Castro, Nelci Alves Rodrigues casada com Lilian Aparecida Alves dos Santos. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp às 09:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Vila Rezende - Sala 01, seguindo o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. HENRIQUETA LATANZZE BERTHO, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era viúva do Sr. Silvio Bertho. Era filha do Sr. Januário Latanzze e da Sra. Paschoina Moretti, falecidos. Deixa os filhos: Antônio Carlos Bertho, Geraldo Antonio Bertho; falecido, Sílvia Regina Bertho Carraro. Deixa 03 netos, 01 bisneto, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado para a cidade de São Pedro e o seu sepultamento deu-se dia 19pp às 16:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Bom Jesus - São Pedro, para o Cemitério Municipal de São Pedro. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. WALDIR JOSÉ FAGANELLO, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 81 anos de idade e era casado com a Sra. Sonia Aparecida Lopes Faganello. Era filho do Sr. Constante Faganello e da Sra. Adelina Dallavilla Faganello, falecidos. Deixa o filho: Ricardo Antonio Faganello casado Marilena Raimundo Santos Faganello. Deixa a neta: Laura Beatriz Faganello, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp às 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. DILMA BROSSI, - Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 95 anos de idade e era filha do Sr. João Brossi e da Sra. Esther Andriotti Brossi. Deixa a irmã Marlene Luiza Brossi Garcia, demais irmãs falecidas, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp às 15:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade Sala - 06 seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos

enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. FRANCISCO PIGORETTI, - Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 92 anos de idade e era casado com a Sra. Aracy Cera Pigoretti, era filho do Sr. Setimo Pigoretti e da Sra. Gioconda Senicato, falecidos. Deixa os filhos: Edson Valdemar Pigoretti casado com Marisa Aparecida Costa Pigoretti e Wilson Dirley Pigoretti casado com Eliane Pigoretti. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp às 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição Sala - A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ERICA PATRICIA ALVES COELHO, Faleceu dia 18pp na cidade de Campinas, aos 45 anos de idade e era casada com o Sr. Edinaldo Coelho. Era filha do Sr. Ademir Jose Alves e da Sr. Ana Maria Martins Alves. Deixa o filho: Ector Alves Coelho. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp às 17:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende Sala - 02, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. NELIDA FERNANDES RAYA, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 98 anos de idade e era viúva do Sr. Helio Raya. Era filha do Sr. Jorge Fernandes e da Sra. Rosa Maria Strube, falecidos. Deixa os filhos: Carlos Edinei Fernandes Raya casado com Edna Matthiesen Leister Raya, Cesar Lionel Fernandes Raya casado com Perola Encarnação Martins Trigo Raya, Claudia Eliane Fernandes Raya, Claudio Ivan Fernandes Raya - Falecido. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 19pp na Sala Diamante no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 14:30hs. O seu sepultamento deu-se dia 19pp às 16:30hs, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. FRANCISCO LUIS EDUARDO AGODI, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 85 anos de idade e era casado com a Sra. Cristiane Mara Jana Agodi. Era filho do Sr. Santos Agodi e da Sra. Linda Murri Santos Agodi, falecidos. Deixa a filha: Maria Fernanda Jana Agodi, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 20pp na Sala Diamante no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 09:00hs até as 14:00hs em seguida houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. SERGIO LUIZ ANTUNES VARELLA, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 70 anos de idade e era filho do Sr. Rubens Fleury Varella e da Sra. Odila Antunes Varella, falecidos. Deixa os filhos: Ricardo Antonio Faganello casado Marilena Raimundo Santos Faganello. Deixa a neta: Laura Beatriz Faganello, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Santos e seu velório ocorrerá no Crematório Memorial de Santos a partir das 9:00hs do dia 20pp. As 14:00hs haverá a cerimônia de homenagens póstumas no mesmo local. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO DA SILVA, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 67 anos de idade. Era filho do Sr. Naziazeno da Silva e da Sra. Josefa Maria da Silva, falecidos. Deixa os filhos: Luiz Ricardo de Souza Silva casado com Meire Cristina de Paula, João Victor de Souza Silva, Larissa Mariana da Silva. Deixa netos: Marina, Luiz Gustavo e Otavio,

demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp às 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ANA DO AMARAL BENTO, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era viúva do Sr. Santos Bento. Era filha do Sr. Salvador Pinto do Amaral e da Sra. Rosa Lourenço do Amaral, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 20pp na Sala Rubi no Memorial Metropolitano de Piracicaba das 12:30 até as 16:30 horas, e o sepultamento deu-se dia 20pp saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Rubi, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO CARLOS RITTER, Faleceu dia 19pp na cidade de Limeira, aos 71 anos de idade e era viúva do Sr. Luzia de Fatima Apolinario Ritter. Era filho do Sr. Florindo Ritter e da Sra. Maria da Conceição Ritter, falecidos. Deixa os filhos: Luciano, Luis Fabiano, falecido; Andreia, Andre, Jean Carlos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp às 14:00 horas, seguindo para o Cemitério Municipal de Iracemópolis. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. BENEDITA APARECIDA BOARETO DORASSI, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 66 anos de idade e era viúva do Sr. Valdir Dorassi. Era filha do Sr. Ernesto Boareto e da Sra. Antonia Bueno Boareto, falecidos. Deixa os filhos: Bremmer Felix Dorassi casado com Sandra Oliveira Costa Dorassi, Nadeia Dorassi Queiroz casada com Celso Queiroz. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. DR. MARIO SERGIO CALDANA, Faleceu dia 20pp na cidade de São Paulo, aos 70 anos de idade e era casado com a Sra. Rosângela Arlene Merone Caldana. Era filho do Sr. Mario Caldana e da Sra. Talze Ibraim Caldana, falecidos. Deixa o filho: Mario Cesar Merone Caldana. Deixa demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 21pp na Sala Rubi no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 08:00hs até as 18:00hs em seguida houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. LAURA DA CONCEIÇÃO CAMARGO, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 95 anos de idade e era viúva do Sr. Ary Ribeiro de Camargo. Era filha do Sr. Jose Gomes e a Sra. Leopoldina da Conceição, falecidos. Deixa os filhos: Valeria Camargo e Silva, Valquiria Rodrigues Martins e Valdeci Camargo Almeida Pereira casada com Carlos Eduardo de Almeida Pereira. Deixa netos, bisneto, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 21pp na Sala Diamante no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 11:30hs até as 17:00hs em seguida houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ILDA FERREIRA OLIVIERI, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 88 anos de idade e era viúva do Sr. José Olivieri Filho. Era filha do Sr. Joaquim Antonio Ferreira e da Sra. Luiza dos Santos, falecidos. Deixa os filhos: Maria Lucia Olivieri das Neves,

Claudio Donizete Olivieri casado com Jeni Olivieri e Cristina de Fatima Olivieri Quintana. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 15:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 03, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. CELSO VITORINO DE ALMEIDA, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 63 anos de idade e era filho do Sr. Amado Vitorino de Almeida e da Sra. Zenaide de Almeida, falecidos. Deixa os filhos: Diogo Bortolazzo de Almeida casado com Emily de Almeida, Natalia Bortolazzo de Almeida casada com Iuri Rocha, Guilherme Bortolazzo de Almeida casado com Paloma Argeo. Deixa netos, irmãos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp às 10:30hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 02 seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. APPARECIDA RODRIGUES DEFAVARI, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 87 anos de idade e era viúva do Sr. Celestro Defavari. Era filha do Sr. Andre Rodrigues e da Sra. Thereza de Godoy Rodrigues, falecidos. Deixa os filhos: Maria José Defavari Prezotto casada com Osvald Ap. Prezotto, José Geraldo Defavari casado com Maria Damiana Defavari, José Sergio Defavari casado com Marilsa Defavari, Jose Nelson Defavari, José Celso Defavari, falecido, Aparecida de Fatima Defavari Altarjujo casada com Gentil Altarjujo, Angela Maria Defavari Segali casada com Osmir Segali. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 16:00hs saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 01 seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

MENINO - MATEUS MELLO SILVA, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, e era filho de Rafael Lucio Silva e Dayane Simone de Mello Silva. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 15:00hs, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO CARLOS FERNANDES, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 63 anos de idade e era filho do Sr. Joaquim Fernandes e da Sra. Cesarina de Paula, falecidos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp às 10:00hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 03, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA BENEDITA APARECIDA GALVÃO, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 76 anos de idade. Era filha do Sr. Benedito Galvão e a Sra. Benedita Barbosa Galvão, falecidos. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 22pp na Sala Esmeralda no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 07:30hs até as 16:00hs, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. NIVALDO ANTONIO PREZOTTO, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 77 anos de idade e era casado com Sra. Natalina Aparecida Ortiz Prezotto. Era filho do Sr. Miguel Prezotto e da Sra. Maria Julia Grandis, falecidos. Deixa as filhas: Marisol Prezotto, casada com Alexandre Augusto C. Camargo; Marilu Prezotto casada com Fabio Alessandro Francisco. Deixa os netos: Filipe e João Pedro. O velório ocorreu dia 22pp na Sala Rubi no Memorial Metro-

politano de Piracicaba a partir das 08:30h até as 14:00hs em seguida houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. LUIZA BAZAGLIA ESCOBAR, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 94 anos de idade e era viúva do Sr. Edgard Frota Escobar. Era filha do Sr. Antonio Bazaglia e da Sra. Angelina Frassetto, falecidos. Deixa os filhos: Mario Augusto Teixeira Escobar casado com Ana Regina Rocha Bueno, Aracelis Bazaglia Escobar de Carvalho casada com João Evangelista de Carvalho Filho, Edgard Frota Escobar Filho, (já falecido) e Carlos Alberto Bazaglia Escobar. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp às 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala Premium, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOVEM - LEONARDO HENRIQUE GOES MALAGOLI, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 30 anos de idade e era casado com Ariane da Silva Rodrigues. Era filho do Sr. Jose Adalberto Malagoli - (falecido) e da Sra. Raquel Conceição Goes. Deixa irmãs, irmão, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp às 16:45hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição Sala - A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. TERESA RIBEIRO GUARNIERI, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 69 anos de idade e era viúva do Sr. Jose Valentino Guarnieri. Era filha do Sr. Domingos Aparecido Ribeiro e da Sra. Francisca Ambrosio Ribeiro, falecidos. Deixou os filhos: Taina Ribeiro Guarnieri; Tiago Ribeiro Guarnieri casado com Camilla de Mattos Banwart. Deixa ainda 02 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp às 16:30hs saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério Parque da Ressurreição - Sala A seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. VALMIR ALVES FRANÇA, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 88 anos de idade e era viúva do Sr. Maria do Socorro Silva França. Era filho do Sr. Virgilio França e da Sra. Valdelice Alves França, falecidos. Deixa os filhos: Anderson Tadeu Ribeiro França, Valeria Aparecida Ribeiro França. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp às 17:00hs saindo a urna mortuária do Velório do Lar dos Velhinhos, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. RITA DE CASSIA DA SILVA COSTA, Faleceu dia 24pp na cidade de Rio das Pedras, aos 64 anos de idade e era viúva do Sr. Jesuino Job da Costa. Era filha do Sr. Sebastião Gabriel da Silva e da Sra. Wanda de Lourdes Giovanni da Silva, falecidos. Deixa os filhos: Bruno Rafael Lopes casado com Estefane Lopes, Helen Joice da Silva Costa casada com Valdir Santos, Cristiano Job da Costa. Deixa demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 25pp no Velório Municipal de Rio das Pedras das 07h30 as 11h00, seguindo em auto fúnebre para o Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Diamante onde deu-se continuidade das 11h30 as 14h15. Após houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

Papai Noel

Em entrevista exclusiva
(e inusitada) para a PiraCult

Comportamento Síndrome de fim de ano

Filhos Parto humanizado “fura bolha” e ganha cada vez mais espaço

Vida Saudável Obesidade e fertilidade

Pet Cuidados paliativos para pet

Gastronomia Panettone e criatividade

Foto Zoom



Velhinho é quem não se reinventa

Definitivamente a coluna PiraCult perdeu todos os limites. Entrevistar Papai Noel no último domingo de novembro é no mínimo insano e no máximo ousado. Pra muita gente, o Bom Velhinho nem existe. Para outros, que morrem de medo ou rejeitam a sua figura associada ao Natal, o personagem não deveria nem existir. O fato é que não há um só Noel, mas vários! Atores do mundo inteiro encarnam a figura que (pasmem) é histórica e real; e esse colunista é um deles. Nos dois últimos meses do ano, o jornalista e ator divide o seu tempo para viver a persona que sai dos livros de história para aparecer em eventos, festas, ações sociais; e neste ano em dois projetos bem ousados: um show de stand-up e um podcast. No melhor estilo neurótico delirante, Maurício Ribeiro conversa com o Papai Noel que traz dentro de si. Ou será o Velhinho que carrega a essência do ator?

PiraCult: Eu penso que nós precisamos começar essa entrevista com a questão principal: Papai Noel existe? Evidente que sim. Tanto existe que estou aqui, falando com você (ho, ho, ho)... Brincadeiras à parte, somos muitos Noéis espalhados pelo mundo; alguns de barba postiça (como eu), outros de barba natural (um sonho); mas todos representando um Noel que existiu. Um Noel primeiro, de carne e osso, que nem se chamava Noel mas ainda assim vem inspirando a missão de outros Noéis há centenas de anos. Ele se chamava Nicolau. O registro histórico diz que ele foi um bispo católico romano que viveu no século IV, na Turquia, e que realizava um trabalho social muito bonito junto aos mais pobres. Depois de sua morte, muitos milagres foram atribuídos a ele, o que fez a igreja canonizá-lo como santo. Virou São Nicolau. Mesmo quem não sabe, está representando e prestando homenagem a um cristão que foi um exemplo vivo de solidariedade e caridade.

PiraCult: E mesmo sendo a representação de um santo católico, a figura de papai Noel associada ao Natal encontra muita resistência em alguns meios cristãos, correto? Ah, com certeza! Polêmica é o que não falta. O Natal em si já tem uma gênese polêmica. Pretende celebrar o nascimento de Jesus mas foi adaptado de uma festa pagã celebrada no dia 25 de dezembro desde a Antiguidade. É comemorado no último mês do ano, mas provavelmente Jesus não nasceu nessa época, já que os registros do seu nascimento falam de pastores a noite no campo, o que seria impossível por conta do clima gelado daquela região em dezembro. Até o pinheiro enfeitado encontra rejeição

em algumas comunidades ditas cristãs... Então, um personagem inspirado em um cristão que viveu e fez o bem, assim como Jesus, é apenas uma polêmica a mais.

PiraCult: Mas existe a tese de que o personagem nasceu mesmo de uma campanha publicitária da Coca-Cola... Uma grande bobagem. A Coca, como toda empresa capitalista, soube aproveitar uma figura iconográfica para aumentar as suas vendas. O principal legado da marca foi repaginar Papai Noel para as cores que ele traça hoje: o vermelho e o branco. Mesmo assim, há Noéis com visuais bem alternativos espalhados pelo mundo. A expressão artística é livre!

PiraCult: E como foi o nosso encontro; o do ator e jornalista com o símbolo mais emblemático do Natal, você lembra? Ah sim, não daria pra esquecer... Década de 90, no Rio de Janeiro, pertinho de onde hoje está instalado o Projac. Era um dia de festa comunitária na rua onde sua avó morava. Cada família levaria um prato de doce ou salgado, refrigerantes, e as crianças fariam troca de presentes de amigo-oculto (o amigo-secreto dos cariocas). Mas naquele ano não ia ter Papai Noel, porque quem interpretava o personagem na rua era o Ricardo, irmão do seu tio Sérgio, e ele morreu deixando a fantasia. Você tinha treze anos, enfiou a roupa numa mochila, pulou o muro, andou duas quadras até um terreno baldio e se vestiu ali, do jeito que deu. Logo estava chegando na festa, de surpresa, sem avisar ninguém; e tem criança daquela época que até

hoje não sabe quem estava dentro da fantasia. E lá se vão 35 anos...

PiraCult: Boas lembranças... E mais de três décadas depois eu mudei bastante, né? Claro que sim! Todos nós mudamos, por dentro e por fora. Foram muitos gorros, botas, trajes e perucas; sempre buscando caprichar um pouco mais em um detalhe aqui e ali. Fora que os anos trazem mais experiência, mais maturidade... Hoje você resiste melhor ao calor que faz dentro da roupa porque entende que a missão de fazer uma criança sorrir é maior. E por falar em maior, a barriga sua também cresceu... Pela primeira vez em 35 anos você não vai precisar de prótese...

PiraCult: Táí uma coisa que você não precisava mencionar... Nesses 35 anos, qual foi o momento mais marcante que nós vivemos? Olha, foram muitos; muitos mesmo... Centenas de famílias visitadas, animação em festas de empresas, ações em comunidades carentes... Mas talvez o momento mais emocionante de todos foi uma vez quando estivemos no evento QAP (Quartel Aberto ao Público), promovido pela Base Aérea do Águia da Polícia Militar em Piracicaba. São mais de 10 anos marcando presença nessa festa, que já chegou a ter 1500 crianças em uma só edição; mas a grande emoção mesmo foi quando colocaram um menino com deficiência visual para tocar o nosso rosto. Mesmo sem enxergar, ele passou as pontinhas dos dedos pelos cabelos, a barba, o óculos... Aquele dia a emoção bateu muito forte. Tivemos que segurar o choro para não deixar a peteca cair...

PiraCult: Foi muito emocionante mesmo. E ainda assim tem gente que não gosta de Papai Noel, né? Olha, tem gente que não gosta, e tem gente que tem medo. O medo pode ser inconsciente, por uma pressão na infância pra se aproximar dessa figura enorme, vestida de vermelho, com uma verdadeira juba de cabelo e barba... As famílias precisam ter muito critério, não forçar, respeitar a opinião da criança de não se sentir confortável em chegar perto, abraçar. E ter muito critério também com quem veste a roupa mas não honra a santidade do personagem. Nós temos um amigo, por exemplo, adulto, profissional de imprensa, que morre de medo de Papai Noel porque sofreu um abuso por parte de um homem que estava usando a fantasia. Isso é muito triste, muito covarde, muito sujo, mas que precisa ser denunciado. Todo cuidado em não deixar a criança a mercê, porque nem todo mundo que veste o traje é digno de usá-lo.

PiraCult: E você esse ano está vindo com uma novidade; aliás, duas! Noel comediante de stand-up e Noel apresentador de podcast; é isso mesmo? Exatamente! Como eu costumei dizer, velhinho é quem não se reinventa; e 2023 é pra se repaginar. A gente procurou aproveitar essa sua veia pro humor e pro jornalismo e inventamos esses dois projetos aí. O Papo Noel Podcast, que estreia no primeiro sábado de dezembro na Metropolitana, com quatro episódios, cada um trazendo um convidado especial; e o "Oh não, Noel!", um texto de stand-up onde a gente conta algumas histórias engraçadas e outras bem

emocionantes desses 35 anos de parceria.

PiraCult: Muito bacana! E o show estreia quando? Na próxima quarta, dia 29, às 19h30 no Clube de Campo de Piracicaba, com ingressos solidários na Confraria Animal, na Av. São João, 468 – Centro de Piracicaba. É só levar 2kg de alimentos não perecíveis e trocar pelo seu ingresso. E tem temporada também no São Pedro Thermas Resort, em três apresentações exclusivas para os hóspedes, nos domingos 3, 10 e 17 de dezembro, sempre às 21h.

PiraCult: Noel, pra fechar com chave de ouro, que mensagem você quer deixar para os leitores nesse Natal? Olha, eu acho que nós estamos vivendo uma época de muito desencanto das coisas; muita banalização do sagrado, do divino. Panetone por exemplo, é uma crítica que eu faço, é comida de Natal, mas você encontra no mercado o ano inteiro, porque vende, então perde muito do seu encanto, da sua importância. Mesmo que as nossas crianças cada vez mais cedo deixem de acreditar no Noel, vamos investir no personagem. Comprar uma fantasia, vestir a peruca, a barba e o gorro; calçar as botas, visitar uma casa de idosos ou um lar de órfãos, ou um hospital. Decorar a nossa casa, mesmo que com pouco recurso, mas não deixar essa chama da mensagem de Natal se apagar. São valores que nos sustentam, e se a gente souber passar isso para as gerações que estão vindo e que virão; nada disso será em vão. Nada disso se perderá! ■

1ª Feira de cultura na escola “Adolpho Carvalho”, CECAP

Adolpho Queiroz

A criação das escolas em período integral na cidade e, com esse novo modelo, as aulas “eletivas”, trouxeram um olhar de maior proximidade com a realidade local, sua história, cultura, suas artes. Tem sido assim em muitas das 59 escolas mantidas pelo governo do Estado de São Paulo em nossa cidade, em diversos bairros e localidades.

Fui convidado pra prestigiar uma delas, no sábado dia 11 de novembro, na Escola Estadual “Prof. Adolpho Carvalho”, meu quase xará. Havia conhecido sua história quando ainda aluno do curso primário no “Barão do Rio Branco”, numa solenidade alusiva ao 7 de setembro, com óculos e bigode postiço, para surpresa dos meus colegas de classe e dos demais que por lá estavam. Gravei o nome, mas conhecia um pouco apenas da sua história e trajetória. Que se completaram durante a visita, quando passei os olhos por mais um projeto desenvolvido nas eletivas, pelos professores Aparecido Barbosa e Vanessa Seppelfeld F. Reche. Também com seus alunos da eletiva, visitaram a Esalq, onde o patrono lecionou e mencionaram também suas passagens pelo meu velho “Barão”, onde foi professor e diretor e pelo “Sud Mennucci”, escola que também frequentei na juventude, onde formou-se na primeira turma de normalistas da escola, tornando-se professor nas áreas de português, inglês e do latim, que era ensinado antigamente aos alunos.

Há também rastros da sua história na criação da Escola de Comércio “Cristóvão Colombo”, que formou gerações de administradores e contabilistas na cidade; na Esalq, onde igualmente lecionou idiomas; na escola “Baronesa de Rezende”, onde ajudou a pensar e planejar a construção e funcionamento da instituição e no famoso Colégio Piracicaba onde também co as mesmas qualidades, ensinou idiomas e sentia-se mais em casa, por conta de suas convicções como metodista. Foi também articulista da imprensa na época, espalhando seus conhecimentos pela cidade.

Nascido em 8 de abril de 1822 e falecido em 7 de janeiro de 1955, residia na Rua Boa Morte e consta que sua residência foi decorada pelo pintor Miguelzinho Dutra, assim como outras casas de nossa cidade. Em 1982, a pedido dos moradores da região do Cecap, o governo do Estado de São Paulo lançou a pedra fundamental da escola que leva o seu nome, finalmente inaugurada em 1983, hoje com 430 alunos, 222 professores e atendendo, para além dos moradores do bairro Cecap, os dos bairros Eldorado, Chapadão, Perdizes, São Francisco, Taquaral e Terra Rica.

Além de ser uma foto na parede da entrada do prédio da “sua” escola e do livro em sua memória, Carvalho também abriu as portas aos alunos e professores da instituição, para que recontassem um pouco a história do bairro, preservando, através da história oral dos antigos moradores do bairro, um pouco das suas origens. A começar pelo nome do bairro, que na verdade foi o nome herdado da construtora escolhida para

implementá-lo. A Companhia estadual de Casas Populares, iniciais de Cecap. O projeto é dos anos 1980, e o terreno escolhido ficava a 16 km. do centro de Piracicaba, o sorteio das casas ocorreu em 1981 e, com uma longa estrada de terra, ligou a região do Morumbi/Piracicamirim, aos descampados do Cecap. Mérito também aos autores de aproximarem seus alunos desta parcela da história. E os depoimentos de antigos moradores como Benedito Rubens de Oliveira (Binho) e de Amezinha Moraes, que ajudaram a recontar e reconstruir essa história. Além disso o livro mostra nomes dos diretores desde o início da instituição, até o atual Diego de Godoy Evangelista, professores de outras épocas, que dão pistas para novos e futuros projetos.

SEMANA CULTURAL

Ocorreu no sábado, dia 11 de novembro, a 1ª edição da Feira Cultural daquela unidade escolar. Cada área, junto com os alunos envolvidos, apresentou um tema. Segundo a professora Andrea Tano Gianoni, “A equipe de Linguagens ficou responsável pela Variação Linguística: Os causos mineiros, as gírias e suas tribos, o Hino do XV de Piracicaba, Histórias em Quadrinhos e o Vocabulário Caipiracicabano baseado no livro “Arco, Tarco e Verva”. Fizemos uma oficina com a revista “Os 100 anos da Estação da Paulista” de Antônio Alleoni Corrêa de Godoy. Essa revista foi um presente do professor Adolpho Queiroz que muito nos alegrou com sua visita.”

Os alunos protagonistas, produziram os cartazes, o mapa do Brasil, mostrando as variedades regionais e explicando sobre os conteúdos. Nas outras áreas, foram abordados temas como: Consciência Negra; Aprendendo a Matemática com receitas culinárias; Maquetes e Atividades realizadas na disciplina de Práticas Experimentais (PEX). No laboratório de ciências, aconteceu uma exposição e apresentação sobre os cuidados com os olhos, bactérias, vírus e pH da água. Havia também no refeitório, alunos trabalhando confecção de massas sem glúten, transformadas em enrolados e esfirras distribuídas, junto com o “juju” de vários sabores aos presentes. E no encerramento houve um Concurso “Beleza Negra” e as devidas premiações.

Para a professora Andrea, “sem dúvida, foi um sábado de muito aprendizado, troca de informações e conhecimentos”. Igualmente feliz com a iniciativa, o diretor da unidade, prof. Diego de Godoy Evangelista, que dirige a escola desde o ano passado, igualmente agradeceu a colaboração dos professores, alunos, seus pais e moradores do bairro e da região, que visitaram a escola durante esta primeira feira Cultural, “e que venham as próximas, foi uma grande e importante experiência e vivência pra todos nós.”

Outra intervenção cultural importante ocorreu recentemente, quando um grupo de alunos da instituição participou de um concurso e ficou responsável pela pintura de um painel nos muros da escola sob o tema “alimentação saudável”.

A iniciativa que levou o grafite aos muros das escolas estaduais na cidade de Piracicaba e movimentou mais de 1.160 alunos do Ensino Fundamental II foi o projeto Muros com Arte, uma ação da Horizonte Educação e Comunicação, com apoio da Secretaria de Estado da Cultura, realizada em parceria com a Secretaria da Educação, por meio da FDE, e com a Diretoria de Ensino de Piracicaba. Lançado em agosto, com oficinas educativas para conhecimento do tema e para ativar a curiosidade, a ação estimulou a produção dos desenhos e culminou em um concurso entre os estudantes das escolas da região, em que os projetos vencedores coloriram os muros de três unidades do município. Inspirados no tema “Alimentação Saudável”, a disputa contou com 135 trabalhos e sob os critérios de criatividade, originalidade, pertinência ao tema e desenvolvimento pedagógico, a comissão julgadora escolheu 17 finalistas, para eleger entre a comissão e voto popular os três premiados.

Imagens: Divulgação



Um dos muros grafitado da escola, pelos próprios alunos.



O patrono, prof. Adolpho Carvalho.



O XV, na homenagem aos 110 anos por alunos e professores da escola.



O lançamento do livro “100 anos da Paulista”, de Antonio Godoy Alleoni, com as presenças da profa. Andrea Tano Gianoni e do prof. prof. Diego de Godoy Evangelista, ao meu lado.



No laboratório de ciências, várias experiências mostradas pelos alunos, sob o olhar atento do diretor, prof. Diego de Godoy Evangelista.

Últimos dias para visitar gratuitamente a STEAM XP Universo Curioso em Piracicaba

Numa experiência inédita, imersiva e dinâmica, público é guiado em circuito de conhecimento, ciência e criatividade, voltado a todas as idades, no Engenho Central

Daniele Ricci

Este é o último final de semana para visitar gratuitamente a STEAM XP Universo Curioso, exposição itinerante inédita na região, montada no galpão 14-C do Engenho Central, em Piracicaba. Mais do que uma mostra de ciência, conhecimento e curiosidade, trata-se de uma experiência imersiva, que tem atraído cerca de 500 pessoas por dia. A STEAM XP segue até o dia 1º de dezembro (próxima sexta-feira), com ingressos gratuitos que devem ser retirados pela plataforma Sympla. Funciona de terça a domingo, das 9h às 18h, para pessoas de todas as idades.

Apesar do calor de Piracicaba, o público aguarda a entrada em ambiente climatizado, com bancos para acomodação, água gratuita e acessibilidade. Mesmo assim, por serem horários agendados, não é necessário chegar com muita an-

tecedência. O passeio tem cerca de uma hora de duração e o visitante é guiado por um circuito dinâmico e interativo, composto por seis ambientes temáticos representados por ícones escolhidos por sua trajetória: Leonardo Da Vinci, Steve Jobs, Marie Curie, Arquimedes, Tarsila do Amaral e Santos Dumont.

Com direção artística e cenografia de Alan Moraes, a composição dos ambientes considera a abordagem pedagógica interdisciplinar STEAM, que prevê a integração colaborativa e criativa dos conhecimentos em Ciências, Tecnologia, Engenharia, Artes & Design e Matemática. Assim, a condução do visitante ocorre por experiências interativas pelos princípios dos processos criativos, da inovação e da inventividade.

Embora a STEAM XP Universo Curioso tenha como público-alvo estudantes na faixa dos cinco aos 11 anos, é aberta ao público em geral pela curiosidade

que desperta em todas as idades. Cada ambiente conta com uma atividade relacionada ao personagem. O encantamento ocorre no entendimento da ciência por trás das brincadeiras, como montar invenções e engenhocas de Leonardo Da Vinci, utilizar catapultas para lançar objetos luminosos na Sala Archimedes, contemplar uma incrível réplica do 14-Bis e de um dirigível de Santos Dumont, entre outras participações.

A curadoria é de João Epifânio Regis Lima, um dos responsáveis pela primeira experiência de implementação do STEAM no Ensino Médio no Brasil. "STEAM é um grande exercício colaborativo entre diversas áreas de conhecimento, que viabiliza realizar uma ideia na prática", afirma o curador.

STEAM XP Universo Curioso é uma realização da ID4! Produtora Cultural e Ministério da Cultura, pela Lei de Incentivo à Cultura, com patrocínio da ArcelorMittal

Foto: Divulgação



Entrada da a STEAM XP Universo Curioso

tal, por meio da Fundação ArcelorMittal e apoio da Prefeitura Municipal de Piracicaba, por meio da Secretaria Municipal de Ação Cultural (Semac). Esse evento compõe os investimentos da Fundação ArcelorMittal na difusão da abordagem STEAM, oportunizando o aprendizado dentro e fora da sala de aula.

Serviço

Últimos dias da STEAM XP Universo Curioso. Até 1º de dezembro, de terça

a domingo, das 9h às 18h, no Galpão 14-C do Engenho Central (av. Dr. Maurice Allain, 454), em Piracicaba-SP. Duração da visita: uma hora. É necessário retirar ingressos na plataforma Sympla. Realização - ID4! Produtora Cultural LTDA. Lei Rouanet de Incentivo à Cultura; patrocínio ArcelorMittal, por meio da Fundação ArcelorMittal. Apoio Prefeitura de Piracicaba, por meio da Secretaria Municipal de Ação Cultural (Semac).



Marie Curie



Leonardo Da Vinci



Tarsila do Amaral

Tuberculose: diagnóstico precoce favorece tratamento e cura

Em 2022 foram registrados 7,5 milhões novos casos da doença no mundo, segundo levantamento divulgado este mês pela OMS

Imagem: Divulgação



Descoberta no século XIX, a tuberculose pode ser prevenida, tem cura, mas no ano passado foi a segunda doença infecciosa que mais matou em todo o mundo, depois da covid-19. Ela é também a principal causa de morte de pessoas com HIV e uma das principais relacionadas à resistência antimicrobiana. Em 2022, estima-se que foram 1,3 milhões de mortes por tuberculose, incluindo 167 mil pessoas com HIV no mundo.

Ainda que tenha estatísticas elevadas, existe vacina contra a tuberculose, disponível no Brasil desde a década de 1970, e tratamento eficaz disponível no SUS.

Causada pelo bacilo de Koch, uma bactéria chamada Mycobacterium tuberculosis, a tuberculose é uma doença infecciosa e transmissível que afeta prioritariamente os pulmões, mas também pode acometer outros órgãos, podendo se tornar fatal se não tratada adequadamente. A transmissão acontece por via respiratória, por meio da tosse, fala ou espirros de uma pessoa infectada. O bacilo é sensível à luz solar e a circulação de ar ajuda na dispersão de partículas, por isso é importante manter ambientes ventilados e com luz natural para diminuir o risco de transmissão.

Entre os sintomas mais comuns da tuberculose estão a tosse seca ou com catarro por três ou mais semanas, febre vespertina, sudorese noturna e emagrecimento. Ao observar esses sintomas é fundamental procurar um médico.

“O diagnóstico é rápido e muito assertivo, feito por exames como a baciloscopia e, exames de biologia molecular, como PCR e também de cultura, todos realizados com amostra de escarro. Além de exames de imagem, como radiografia e tomografia de tórax”, explica o médico infectologista do Sabin Diagnóstico e Saúde, Alexandre Cunha.

O tratamento deve ser iniciado imediatamente após o diagnóstico positivo, por meio de medicamentos. “Apesar de ser uma doença descoberta há séculos, com uma vacina segura e eficaz, diagnóstico rápido e cura, a tuberculose ainda afeta milhares de pessoas mundo afora e segue ocasionando óbitos”, alerta Cunha.

“A vacina BCG (bacilo Calmette-Guérin) é a principal medida preventiva, o imunizante protege contra formas mais graves da doença e deve ser aplicado ainda na infância, entre o nascer e até completar 5 anos de idade”, complementa o médico. O imunizante está disponível na rede pública e também no Sabin, onde pode

Uma vida saudável e feliz começa com um sorriso

Tenha a melhor cobertura para seu sorriso.

uniodonto

O nosso sorriso é único.

ANS - nº 34.600-4

Responsável Técnico: Dr. Cláudio R. Zambello | CRO-SP nº 12.797 - Uniodonto Piracicaba | CRO nº 2.111

Rua Alferes José Caetano, 1352 - Centro
t. 19 3401-1770 | uniodontopiracicaba.com.br

ser adquirido pelo e-commerce, nas cidades onde há unidade de vacina da empresa.

Nos últimos anos, houve uma redução importante da cobertura vacinal da BCG. Até 2018, o índice de vacinação estava acima do patamar de 95%. Porém, desde 2019, a cobertura não ultrapassa os 88%. Essa queda representa aumento do risco de casos graves e óbito pela doença.

Anualmente, milhões de pessoas sofrem com a enfermidade mundialmente e mais de um milhão vão a óbito por ela, só o Brasil notifica a cada ano cerca de 4,5 mil mortes em decorrência da tuberculose, segundo o Ministério da Saúde.

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

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

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

Obesidade e fertilidade: os efeitos da gordura corporal em excesso na capacidade reprodutiva

Em boa parte dos casos o emagrecimento é capaz de restaurar a fertilidade

Foto: Divulgação



Atualmente, segundo o Ministério da Saúde, estima-se que 22,4% da população adulta brasileira apresenta obesidade. A alta prevalência da doença mostra um panorama preocupante, já que ela costuma estar também associada a outras complicações, sendo um fator de risco, por exemplo, para vários tipos de câncer, problemas cardiovasculares, hipertensão e diabetes. Quando se fala em fertilidade não é diferente - o excesso de peso pode ser realmente um vilão da capacidade reprodutiva.

Segundo a ginecologista e obstetra, especialista em Reprodução Humana e integrante da Famivita Mariana Grecco, o aumento do tecido adiposo, ou seja, a gordura corporal em grande quantidade, pode levar a danos nas células, causados pelo acúmulo de radicais livres, provocando o chamado "estresse oxidativo". Tal contexto traz, ainda, um processo crônico de inflamação ao organismo de homens e mulheres, comumente atingindo a fer-

tilidade, pois afeta o metabolismo, refletindo em alterações hormonais significativas.

Para as mulheres, por exemplo, Mariana explicou que a obesidade pode atrapalhar o ciclo menstrual, o que inclui a ausência de ovulação ou uma ovulação deficiente, diminuindo as chances de engravidar. "Além disso, pode haver uma maior dificuldade para a implantação do embrião no endométrio, que é o tecido que reveste a parte interna do útero", acrescentou. Noutra frente do problema, alterações de um hormônio conhecido como "leptina", que é encontrado em grande quantidade em mulheres com obesidade, também vêm sendo associadas à uma menor fecundidade.

Alguns estudos apontaram, igualmente, que a obesidade está ligada a uma redução dos resultados positivos em tratamentos de reprodução assistida, conforme destacou a especialista.

Em relação aos homens,



o sêmen é como se fosse um indicador da saúde do organismo deles e se há um desequilíbrio no corpo, como aquele provocado pela obesidade, os gametas podem ser atingidos. "Por isso, a qualidade seminal e a menor produção de espermatozoides estão entre os impactos negativos, pois há uma alteração importante nos níveis hormonais masculinos", disse a médica. Assim, esse cenário pode ocasionar, por exemplo, uma menor produção de testosterona e, por conseguinte, a perda da libido e a disfunção

eréttil. **Tenho obesidade: como posso aumentar as chances de engravidar?**

Mariana Grecco pontuou que em boa parte dos casos, o emagrecimento é capaz de restaurar a fertilidade. "Uma capacidade reprodutiva adequada está definitivamente vinculada a uma nutrição saudável. Praticar exercícios físicos e ter uma alimentação balanceada podem ser as primeiras medidas para isso", afirmou. Algumas das intervenções terapêuticas

incluem o uso de suplementos e medicamentos, e Mariana também destacou o quanto agrega ao tratamento dispor de um acompanhamento multiprofissional.

Vale lembrar que a Organização Mundial da Saúde (OMS) descreve que os casais que não utilizam métodos contraceptivos durante 12 meses e não conseguem engravidar podem ser inférteis. Para mulheres acima de 35 anos, a recomendação de avaliação médica é a cada 6 meses de tentativas sem resultado.



VENHA EXPERIMENTAR! VEJA O CARDÁPIO EM NOSSAS REDES SOCIAIS

DOCES/BOLOS		SALGADOS	
	CAFÉS/SUCOS		PÃES
MASSAS		ALMOÇO	

RUA PROFESSOR JOSÉ BENEDITO DE CAMARGO, 53 - PIRACICABA

Síndrome de Fim de Ano: como lidar com os sentimentos de tristeza típicos dessa época

Foto: Divulgação



De acordo com uma pesquisa da International Stress Management Association, 80% das pessoas enfrentam estresse nesse período.

O final do ano se aproxima e, com ele, uma atmosfera de expectativas, planos e reuniões familiares, que compõem, em teoria, um clima altamente festivo. Para alguns, esse momento é de fato marcado pela felicidade, mas para muitos pode desencadear a chamada "Síndrome de Fim de Ano", caracterizada por sentimentos de tristeza e melancolia que surgem especificamente nessa época, podendo até mesmo evoluir para casos de depressão e ansiedade.

"Especialmente nos meses de novembro e dezembro, as sensações de tristeza e de insuficiência ganham maior relevância e a isso se soma uma pressão gerada pela sociedade de se sentir feliz, realizado e com novas metas para o ano que se aproxima", diz Filipe Colombini, psicólogo e CEO da Equipe AT.

Em tempo: de acordo com uma pesquisa da International Stress Management Association, 80% das pessoas enfrentam estresse nesse período, o que é atribuído ao aumento de tarefas, sobrecarga, pensamentos incessantes, ritmo acelerado no trabalho e as férias escolares, além

das projeções para o próximo ano.

Ainda segundo o especialista, essa cultura festiva, muitas vezes, determina uma visão idealizada e altamente positiva, contribuindo para a pressão emocional que algumas pessoas experimentam. "A imposição de positividade a todo custo durante esse período pode gerar situações de desconforto e intensificar sentimentos negativos, tornando mais difícil lidar com emoções autênticas, principalmente em ambientes familiares tóxicos, onde as demandas impostas geram uniões forçadas, com potencial para desencadear sentimentos prejudiciais", complementa.

Três ações que fazem a diferença nessa época do ano

Para lidar com esse turbilhão de emoções e atravessar o período com maior tranquilidade, Colombini destaca a incorporação de três elementos-chave: autoconhecimento, autocontrole e tomada de decisões alinhadas com os valores individuais.

O autoconhecimento, segundo o especialista, é crucial, já que envolve uma reflexão interna para compreender as próprias emoções, gatilhos e

necessidades durante esses meses desafiadores. "Conhecer-se profundamente possibilita a identificação de estratégias personalizadas para enfrentar as adversidades",

destaca o psicólogo.

Com relação ao autocontrole, Colombini sugere a necessidade de gerenciar de maneira consciente as reações emocionais diante das pressões festivas, cultivando a habilidade de evitar respostas impulsivas que possam agravar o estresse emocional.

Por fim, a tomada de decisões alinhadas com valores individuais diz respeito à escolha de atividades e compromissos em sintonia com as próprias prioridades e bem-

-estar, mesmo que isso implique em estabelecer limites ou recusar certas demandas sociais.

"Acima de tudo, é preciso que cada pessoa trilhe um caminho próprio em sintonia com uma rede de suporte saudável, muitas vezes amparada por um profissional de saúde mental. Este não apenas oferece tratamento, mas também um plano de segurança para enfrentar as previsíveis turbulências culturais deste período", afirma o especialista.

Parto humanizado 'fura bolha' e ganha cada vez mais espaço em maternidades e hospitais

Termo ganhou força diante do aumento de cesáreas e dos casos de violência obstétrica; humanização prioriza o protagonismo da parturiente e escolhas compartilhadas.

Foto: Divulgação



Patrícia Figueiredo

A relações públicas Natália Huvos, 36 anos, não sabia muito bem o que significava o termo "parto humanizado" quando ficou grávida pela primeira vez, em 2020. Já a publicitária Manuela Pontual, 34 anos, sempre soube que faria de tudo para ter um parto humanizado e, ao longo da sua gravidez, escolheu estudar ainda mais sobre esse universo.

Apesar de terem tido expectativas diferentes para suas gestações, as duas gestantes tinham uma coisa em comum: queriam, desde o início, ser respeitadas e ouvidas durante a gravidez, o trabalho de parto e o puerpério. E isso é, segundo o obstetra Rômulo Negrini, a principal premissa do parto humanizado.

"O parto humanizado é aquele parto feito com

respeito, em que aquela família é o centro das atenções, e que não envolve intervenções desnecessárias. Isso é o que deveria ocorrer em todo parto, na verdade", explica Negrini, que é professor na Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo e coordenador médico de obstetrícia do Hospital Israelita Albert Einstein.

A expressão "parto humanizado" se popularizou no Brasil a partir do final dos anos 2000, em um cenário de aumento no percentual de cesáreas e nos relatos de violência obstétrica.

"É um termo que define o que teoricamente todo parto deveria ter. Ele se baseia em duas coisas: respeito e embasamento em evidências científicas", explica a obstetra Paloma Ortolani, que é bacharel em Obstetrícia pela Escola de Artes, Ciências e Humanidades (EACH) da Universidade de São Paulo (USP).

Ainda que não seja neces-

sariamente conhecido por todas as gestantes, o parto humanizado descreve uma condição que a maioria das mulheres brasileiras já buscam no atendimento.

"Como eu já sabia que o Brasil é um país com uma taxa muito alta de cesárea desnecessária, e onde rola muita violência obstétrica, eu já tinha essa preocupação e queria fugir disso, e por isso veio a busca pela humanização e por uma maior participação no processo todo", afirma a publicitária Manuela Pontual, que é mãe de Flor, que nasceu em 2022.

Essa participação da família nas decisões relacionadas ao parto, que foi uma prioridade para ela e seu parceiro, é um dos pilares do parto humanizado, segundo o médico Mariano Tamura, supervisor do Programa de Residência Médica em Ginecologia e Obstetrícia do Hospital Israelita Albert Einstein. "Um parto humanizado deve ocorrer da forma mais respeitosa

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

CONCERTOS

SOB MEDIDA

MALUSA CALÇADOS

Malusa
CALÇADOS

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

CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS

possível, em um ambiente acolhedor e seguro onde a parturiente seja o centro das atenções e participe de todas as decisões", define.

Para o obstetra Negrini, o parto humanizado já "furo a bolha" à qual estava restrito antes e se popularizou nos últimos anos. Um exemplo disso, segundo ele, é a oferta de terapias como aromaterapia e musicoterapia durante o parto em hospitais do Sistema Único de Saúde (SUS).

"É uma tendência que veio para ficar, e acho que tem que ser assim mesmo, porque é um momento diferente para cada família. A gente tem que acomodar essas particularidades, seja no SUS, com aromaterapia e musicoterapia, seja numa maternidade particular. Quem não entrar nesta tendência não vai ter espaço no futuro", avalia Negrini.

Já a obstetra Ortolani acredita que ainda há certo desconhecimento sobre o universo do parto humanizado entre as famílias que a procuram. "A maioria das mulheres chega por indicação, mas no geral elas não entendem muito bem o que é [o parto humanizado]. Na primeira consulta eu explico para elas o que ele envolve e qual é o papel de cada profissional da equipe", diz.

Evolução do termo

Atualmente, o significado mais abrangente de parto

humanizado já é quase um consenso no meio científico. Embora existam diversas definições, todas elas concordam que o procedimento deve buscar o protagonismo da mãe e evitar intervenções médicas invasivas e desnecessárias.

No entanto, nem sempre foi assim: no início do século 20 a "humanização" do parto era usada para justificar o uso de fórceps e anestesia geral, ambos pouco alinhados com o que se entende por parto humanizado hoje em dia, como explica em sua pesquisa científica a professora Carmen Simone Grilo Diniz, do Departamento de Saúde, Ciclos de Vida e Sociedade na Faculdade de Saúde Pública da USP.

Um dos principais catalisadores dessa mudança de olhar foi a criação da Política Nacional de Humanização da atenção e da gestão no SUS (PNH), em 2003. Embora não seja dedicada exclusivamente ao parto e puerpério, essa política pública foi responsável por promover valores de maior acolhimento no sistema de saúde e de maior participação dos pacientes na tomada de decisões.

Uma chance de participar e entender as decisões médicas é o que move muitas mulheres a procurar profissionais e maternidades específicos em busca do que consideram um atendimento mais respeitoso.

“A primeira pergunta que eu ouvi do meu obstetra foi como eu gostaria que fosse meu parto, se normal ou cesárea. Quando eu respondi que queria parto normal, ele disse que então faria de tudo para que ocorresse dessa forma - e foi como aconteceu. Para mim, era importante poder questionar algumas coisas, ser informada do que estava acontecendo”, lembra a relações-públicas Natália Huvos.

Parto adequado

Embora o parto normal seja o indicado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para a maioria das gestações, a cesárea também pode - e deve - ter um atendimento humanizado, de acordo com Linus Pauling Fascina, gerente do Departamento Materno Infantil do Hospital Israelita Albert Einstein.

“Tanto o parto vaginal quanto a cesárea devem ser humanizados. Recentemente foi criado um termo novo, chamado ‘parto adequado’, que abrange também a cesárea. É aquele parto em que você está oferecendo o melhor da ciência, que é quase sempre o parto via vaginal, tentando buscar a taxa da OMS, que é de 90 a 95% de parto normal, e com isto reduzindo a mortalidade materna e de recém-nascidos”, afirma.

“Mas, dentro do parto adequado, também temos que respeitar a escolha da mulher. A gestante, mesmo com a orientação médica sobre as evidências científicas favoráveis ao parto normal, ainda pode optar por uma cesárea, desde que ela seja esclarecida dos riscos deste procedimento”, disse Fascina. O pediatra explica ainda que o norte a ser seguido sempre tem que ser a segurança da gestante e do feto. “Portanto, o melhor caminho para essa escolha deve ser uma decisão compartilhada entre gestante e o médico que a acompanha”, completa.

Então qual é, afinal, a cara do parto humanizado hoje em dia? Além da maior participação da família e da menor possibilidade de intervenções médicas, outra característica da humanização do parto são ambientes mais acolhedores. Eles podem incluir salas mais espaçosas, com luz natural, banheira ou preparadas para que as mulheres optem por diferentes posições para o parto normal.

Além disso, o parto humanizado também pressupõe que a mulher possa escolher entre diferentes métodos não farmacológicos de alívio da dor, como massagem, uso da água morna e até recorrer a uma analgesia, e que ela seja

Equipes multidisciplinares

Doulas, enfermeiras obstétricas, obstetras, médicos ou médicas obstetras: profissionais diferentes têm papéis diferentes nas diversas fases da gestação e do parto humanizado. No caso da publicitária, a presença do marido, da doula e da obstetra foi essencial para deixá-la mais tranquila durante os momentos mais tensos do trabalho de parto.

A obstetra Paloma Ortolani explica que o acompanhamento deste tipo de profissional envolve a criação de um plano de parto com a gestante que contemple suas intenções e

gico e ajudar a gestante na busca por informações e profissionais. Diferente da obstetra, a doula não tem papel técnico, ou seja, não é responsável por fazer exames de toque, checar os batimentos do bebê ou a dilatação cervical.

No caso da publicitária, a doula enviou uma lista de perguntas sobre as preferências da família que levou o casal a fazer uma extensa pesquisa sobre parto humanizado.

“A doula passou para a gente uma longa lista de perguntas sobre preferências logo no nosso primeiro encontro, e como eram coisas muito específicas, a gente ficou desde o tercei-

sa forma, a doula atua em conjunto com o obstetra para orientar a gestante na tomada de decisões. Já o médico obstetra, por sua vez, é quem têm a responsabilidade médica. É ele quem decide a necessidade de intervenções urgentes e que cuida de eventuais complicações, mas sempre com um ouvido atento às demandas e desejos da mulher.

Nem todo parto humanizado precisa contar com a presença de doula e obstetra, como explicam os médicos obstetras consultados: a humanização do atendimento pressupõe que o médico deve respeitar os desejos da mãe mesmo que ela não tenha esse acompanhamento. Mas, em alguns casos, a atuação dessas profissionais pode ajudar a gestante a se sentir mais confortável.

A relações-públicas Natália Huvos, que não contou com doula ou obstetra no parto de seus dois filhos, em 2020 e 2022, acredita que teria se beneficiado desse acompanhamento.

“Teria sido bom ter uma pessoa que conseguisse responder algumas coisas por mim porque chegou um momento no parto do meu primeiro filho em que eu já estava com tanta dor das contrações que nem sabia o que estava respondendo”, lembra.

Fonte: Agência Einstein

“Ao longo da gestação a gente vai montando o parto ideal pra essa mulher porque a gente entende que parto humanizado não é necessariamente igual sempre. Cada gestante tem um plano diferente”

consultada antes de receber qualquer intervenção.

A presença de acompanhante durante o parto, especialmente nos casos de baixa complexidade, também é um aspecto importante do parto humanizado. Esse acompanhante pode ser o parceiro ou parceira da escolha da gestante, conforme previsto em lei federal. Além da presença do acompanhante, a gestante pode ter na equipe outros profissionais, como doulas e/ou obstetras.

desejos.

“Ao longo da gestação a gente vai montando o parto ideal pra essa mulher porque a gente entende que parto humanizado não é necessariamente igual sempre. Cada gestante tem um plano diferente”, explica Ortolani, que monitorou o trabalho de parto da publicitária desde as primeiras contrações, em casa, e a acompanhou no hospital.

Já a doula fica responsável por dar apoio psicoló-

JP NEWS
PIRACICABA - 99,5 FM
99,5 FM
OUÇA A MELHOR PROGRAMAÇÃO NO SEU CELULAR
Baixe agora mesmo o app da JP News Piracicaba
Disponível na Google Play e na App Store

www.fqgescon.com.br
FQ CONTABILIDADE
SERVIÇOS PREVIDENCIÁRIOS
PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO
AUXÍLIO RECLUSÃO
PENSÃO POR MORTE
APOSENTADORIAS
APOSENTADORIA POR IDADE
RPC - LOAS
AUXÍLIO DOENÇA
LICENÇA GESTANTE
SEGURO DEFESO
APOSENTADORIA POR TEMPO DE CONTRIBUIÇÃO
ENTRE EM CONTATO E SAIBA MAIS
(19) 3301-3681 (WHATSAPP)
contato@fqgescon.com.br

Café Morro Grande dá dicas de receitas refrescantes para amenizar o calor

Fotos: Youtube Cozinha do Bom Gosto

A época mais quente do ano começa em dezembro, mas o calor do Verão está sendo sentido em todo país nos últimos meses e deverá continuar assim até abril de 2024, de acordo com a Organização Meteorológica Mundial (OMM). As ondas de temperaturas extremas geram uma preocupação importante quanto à saúde das pessoas. Por isso, o Café Morro Grande traz aqui receitas refrescantes com café para amenizar o calor.

Em altas temperaturas não existe nada melhor como beber bastante água para se manter hidratado e consumir bebidas e alimentos gelados. Abaixo você encontra receitas como frapês e o famoso juju, geladinho, chup chup ou sacolé, como você preferir chamar o congelado que pode ser servido para a família toda!

Frapê de café

Ingredientes: 1 lata de leite condensado, 2 colheres (sopa) de Café Solúvel Morro Grande; 1 forma de gelo, 4 bolas de sorvete de creme, 1/2 xícara (chá) de água, além de chantilly e café-solúvel para decorar. Rende 4 copos.

Modo de preparo: Coloque a água, o gelo e o café solúvel no liquidificador. Bata

até que todo o gelo tenha sido triturado. Em seguida, acrescente o leite condensado e o sorvete. Bata até ficar bem cremoso. Sirva na hora e finalize com chantilly e café solúvel polvilhado.

Frapê de Café Vegano

Ingredientes: 1 xícara (chá) leite de aveia, 10 cubos de gelo de café (Café Morro Grande passado e congelado), 2 colheres de sopa de aveia (ou 1 bola de sorvete vegano de creme), 1 colher de sopa de melado de cana, rapadura ralada a gosto. Rende 2 copos.

Modo de preparo: Coloque os cubos de gelo de café, o leite de aveia e a aveia (ou sorvete vegano) no liquidificador. Bata até triturar e ficar com consistência de frapê. Divida a bebida em dois copos, polvilhe com rapadura ralada e sirva.

Frapê Especial de Café com Caramelo

Ingredientes para o caramelo: 1 xícara de chá de açúcar, 5 colheres de sopa de água, 1 xícara de chá de creme de leite fresco amornado, 1/2 colher de café de sal.

Ingredientes para o café: 100 ml de Café Morro Grande Extraforte (ou café expresso Morro Grande), 1/2 xícara de chá de leite gelado,



2 bolas de sorvete de creme, além de chantilly para decorar. Rende 2 copos.

Modo de preparo do caramelo: Coloque o açúcar e a água numa panela, misture e leve ao fogo médio até engrossar e ficar com cor caramelo. Acrescente o creme de leite amornado (alguns segundos no microondas ou em uma panela) e misture bem. Junte o sal, mexa e reserve.

Modo de preparo do café: No liquidificador, coloque 1/2 xícara de chá do caramelo frio, café, leite e sorvete. Decore os copos com o caramelo restante, coloque a bebida e enfeite com o chantilly.

Juju de café e creme de avelã

Ingredientes: 200 ml leite

condensado, 200 ml de creme de leite, 100 ml de Café Morro Grande Extraforte já passado, 1 pote pequeno de creme de avelã e 7 saquinhos para juju. Rende 7 jujus.

Modo de preparo: Misture o leite condensado e o creme de leite, acrescente o café passado e reserve. Com ajuda de uma colher de chá, coloque o creme de avelã dentro do saquinho de juju. Dica: deixe o saquinho franzido de modo que você consiga colocar o ingrediente no fundo dele, que é fechado. Espalhe o creme pelo interior do saquinho amassando levemente, como se estivesse abrindo uma massa. Vagarosamente, coloque a mistura com café dentro do saquinho. Feche com um ou dois nós e leve para

o congelador/freezer até ficar sólido.

Juju de cappuccino com doce de leite

Ingredientes: 400 g doce de leite cremoso, 500 ml de leite, 1 lata de creme de leite, 1 lata de leite condensado, 100g de Cappuccino Morro Grande, 16 saquinhos de juju. Rende 16 jujus.

Modo de preparo: bata todos os ingredientes no liquidificador até misturar tudo e reserve. Insira nos saquinhos de juju o doce de leite, espalhando o ingrediente por todo seu interior. Depois, coloque nos saquinhos o líquido que foi batido, feche com um ou dois nós e leve ao congelador/freezer até ficar sólido.



Panettone e criatividade: receitas fáceis e saborosas com um clássico

O panettone é um clássico que não pode faltar na mesa do brasileiro no fim do ano. Os produtos com frutas cítricas ou recheio de chocolate têm muitos adeptos. Versáteis, combinam com vários momentos do dia, no café da manhã, sobremesa, lanche da tarde e são ótimos ingredientes no preparo de receitas diferenciadas.

“O panettone pode ser usado como base para receitas criativas e variações diferentes de preparações doces. É possível fazer pratos cheios de sabor

e que não sejam tão elaborados, mas que certamente vão agradar a muitos paladares”, diz a nutricionista do Oba Hortifruti, Renata Guirau.

No entanto, a especialista alerta. “Deve ser consumido com moderação ou adaptado à rotina de acordo com as necessidades nutricionais de cada pessoa. Mas, sem exceder no consumo, não será um problema em relação ao teor de nutrientes presentes na alimentação. Por exemplo, uma fatia de panettone pode substituir o pão no café da

manhã ou o bolo do lanche da tarde”.

Para ajudar os fãs de panettone a desvendarem os segredos desse universo, o Oba Hortifruti criou um quiz divertido, que, com base nos gostos pessoais e formas de consumo, vai definir o perfil e a receita que mais combina. Para saber.

A nutricionista ensina receitas fáceis de fazer, e o chef Benedito Tersi desenvolveu uma receita exclusiva com panettone.

Fotos: Divulgação



Picolé de panettone de gotas de chocolate

- 200g de panettone com gotas de chocolate
- 50g de creme de leite de caixinha
- 50g de leite condensado
- 250g de chocolate amargo
- 50g de óleo de coco

Modo de preparo:

Corte o panettone em fatias médias, cerca de 2 dedos de espessura ou do tamanho que você quer o picolé. Com as mãos, modele as fatias para deixá-las com o formato de pico-

lé. Faça uma calda fria misturando o creme de leite e o leite condensado. Espete os palitos no meio dos panettones modelados e umedeça-os com a calda. Leve para gelar no freezer por 30 minutos. Derreta o chocolate e misture com óleo de coco até que fiquem de uma cor uniforme. Banhe os picolés até o final. Disponha em uma forma com papel manteiga e leve para a geladeira para secar. Decore como preferir e sirva. Dica: não esquite muito o chocolate para que não queime. A temperatura ideal para banhar os picolés é de 34°C caso possua um termômetro culinário.

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

Escuna 1976

Happy Hour

COPÃO EM DOBRO 02 COPÃO 15,99 500ml COPO DESCARTÁVEL

TORRE EM DOBRO 02 TORRES 89,90 2,5L. C/ CREME QUALQUER MARCA

87.3 87.4 87.45 87.15 87.2 87.1 87.40 87.58 986.1 986.2 986.3 986.4

Todos os dias das 16:00 às 02:00

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

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

DISK ENTREGA

KAI PIRA

RESTAURANTE E COSTELARIA

DISK ENTREGA

3302-9515 99277 2630

AV. POMPEIA, 1018 - PIRACICAMIRIM



Rocambole de panettone

1 panettone de 1kg
1 lata de leite condensado
1 colher de sopa de manteiga
2 colheres de sopa de cacau em pó
200g de chocolate amargo ralado

Modo de preparo:

Em uma panela, derreta a manteiga e acrescente o leite condensado e o cacau em pó. Cozinhe em fogo baixo até que se forme um brigadeiro de colher. Corte o panettone em tiras e amasse com a ajuda de um rolo de massa. Recheie as tiras com o brigadeiro e faça rolos. Se preferir rolos maiores, emende uma tira na outra. Cubra com o chocolate amargo ralado e sirva.

Leve todos os ingredientes para o fogo e mexa bem até formar uma geleia.

An advertisement for Givaldo's restaurant. The background shows a restaurant interior with tables and chairs. Text includes: "Está procurando algum lugar especial para fazer uma confraternização de final de ano?", "FAÇA SEU EVENTO NO Givaldo's", a WhatsApp icon, and contact information: "Reservas 19 3374-4917 98766-8484 / 99288-7149 Av. Presidente Kennedy, 1437 - Nova Piracicaba".



Biscoitos de panettone

5 fatias de panettone
Açúcar
Canela

Modo de preparo:

Corte as fatias de panettone bem finas e leve ao forno em temperatura baixa para ficar uniformemente assadas. Quando estiverem levemente douradas, retire do forno, salpique açúcar e canela e sirva



Docinho de panettone

½ panettone de 1kg
1 xícara de chá de creme de leite
2 colheres de sopa de vinho branco
400g de chocolate amargo

Modo de preparo:

Derreta o chocolate amargo e misture o vinho e o creme de leite até formar um creme homogêneo. Esfarele o panettone e misture com o creme. Faça bolinhas e leve à geladeira. Se desejar, enrole no cacau em pó, em castanha de caju triturada, lascas de amêndoas ou em chocolate granulado amargo.

An advertisement for Rivana Coffee Break. The background shows a coffee break spread with various pastries, sandwiches, and coffee. Text includes: "EVENTOS PADARIA RIVANA", "COFFEE BREAK RIVANA", "ORÇAMENTO 3435-1282", "AQUELE CAFÉ EXECUTIVO A RIVANA REALIZA PARA SUA EMPRESA *AGENDE SUA DATA", a WhatsApp icon, and the Rivana logo: "RIVANA PADARIA DELICATESSEN 1984 1997".

Área social integrada e décor contemporâneo

A cor como ingrediente na decoração de cozi cor como ingrediente na decoração de cozinhas

Mais do que funcionalidade, as cozinhas devem reunir outros atributos para tornar os ambientes mais convidativos. Cada vez mais integradas às áreas de convívio, quando pensadas para além do dia a dia, tornam-se espaços muitas vezes preferidos para receber. Em tonalidades e texturas vibrantes, aconchegan-

tes e até mais clássicas, armários, bancadas e acessórios ajudam a trazer mais personalidade a este espaço de vivências, experiências e experimentos. Com mais de 720 cores em portfólio, a Celmar Móveis oferece tecnologias, variedade de acabamentos e design em soluções exclusivas para projetos.



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

Fotos-Guilherme-Pucci

Em uma tonalidade de rosa retrô, presente na marcenaria desenvolvida pela Celmar, e em outros elementos que abraçam o espaço, a cozinha se apresenta como um lugar convidativo e acolhedor para inspirar novos preparos e receber pessoas.



Cozinha Funcional Bruno-Moraes



Loft Três-Arquitetura-CASACOR-2023-Denilson-Machado

Foto-Lucas-Ohana

Em destaque, o azul evidencia o projeto com referências vintage, reforçado por elementos como as portas com molduras e os puxadores em design de concha.



Belém-PA

Fotos: Samuel Berger

O madeirado Sequoia que reveste armários da cozinha e do bar, somado a pintura personalizada na tonalidade caramelo, cria uma proposta mais intimista que valoriza o aconchego.



Loft Cosmopolita - Marcelo Lopes - CASACOR-PR

Foto: Eduardo Schiming



Celmar Campolim - Camila Amaral

E os tons mais clássicos, como branco, em composição com revestimentos em pedra e madeira dão a sensação de amplitude aos ambientes.

Foto: Sidnei Doll



Showroom Celmar - Katty Kaitazoff

Foto: Eduardo Schiming

Já a paleta de cinzas e preto transita entre os estilos clássico e industrial contemporâneo, trazendo sofisticação e equilíbrio com acabamentos, acessórios e eletrodomésticos.



Cozinha projeto Arquitetura Silvia-Vania



Celmar Tatui-SP - Studio Elo Arquitetura

Cuidados Paliativos para pets: entenda o que são e quando o método é indicado

A importância da família quando os pets entram em paliativos



Divulgação

O cuidado paliativo é uma especialidade cada vez mais comum para os pets, que tem como objetivo cuidar de animais com doenças crônicas ou graves que podem ameaçar a vida, entre elas: doença oncológica, renal, disfunção cognitiva, dores crônicas, insuficiência cardíaca, entre outras.

Bruna Bianchini, médica veterinária do Veros Hospital Veterinário explica que assim que a família recebe o diagnóstico, um médico da área já deve ser procurado. "É uma especialidade em que animal e família estão no centro do cuidado, então é possível procurar esse serviço quando os sintomas do animal precisam ser mais controlados, quando há necessidade de melhorar a qualidade de vida ou quando a família está com dúvidas para tomar alguma decisão em relação à saúde do seu pet".

O cuidado não adia ou antecipa a vida dos animais, mas promove o conforto do

paciente sanando os principais sintomas das doenças como cansaço, náusea, dificuldade de se alimentar, dores em geral e mais. "Dependendo do grau da doença, o cuidado pode ocorrer tanto em casa quando no hospital. Existem médicos veterinários que realizam o trabalho na casa dos pacientes para que o animal tenha mais conforto até o fim da sua vida", explica Bruna Bianchini.

A decisão de tratar o paciente com cuidados paliativos é da família, que é parte fundamental deste processo, porque são eles que convivem e cuidam do pet no dia a dia. Os familiares são os responsáveis por comunicar aos especialistas como o animal se comportou em casa após o tratamento, essas informações são essenciais para os médicos tomarem decisões sobre a continuidade do procedimento.

Eutanásia

A eutanásia é o ato intencional de proporcionar a

morte indolor para aliviar o sofrimento causado por uma doença incurável ou dolorosa. Dentro da medicina veterinária, a eutanásia é um procedimento legalmente autorizado e regido

GBN MULTIMARCAS
F (019) 98382-0454
WWW.GBNMULTIMARCAS.COM.BR

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 ARY

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

por algumas diretrizes éticas. "Procuramos entender a fase de doença daquele paciente, o que, dentro dos sinais que ele apresenta, faz parte do processo natural da morte, se estamos prolongando a vida com medidas artificiais e quais as possibilidades de cuidado do animal", explica Bruna.

O principal intuito dos métodos paliativos é trazer o máximo de conforto possível ao animal. Por isso, Bruna ressalta a importância dos exames e consultas

em hospitais veterinários. "Manter uma rotina de exames e visitas ao veterinário é fundamental para o diagnóstico precoce de doenças graves, evitando assim o sofrimento do animal e aumentando a chance de cura", conclui.

O Veros Hospital Veterinário conta com uma equipe ampla e especializada nas principais áreas da medicina veterinária, entre elas, o cuidado paliativo para todas as raças e espécies de animais.

Vantagens do ALUGUEL de uma IMPRESSORA A LASER

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

TC TONER COPY

(19) 3433-0600
(19) 3433-0777

tonercopy@terra.com.br www.tonercopy.com.br



Acipi recebe João Adibe em noite de motivação e inspiração para vendas

Com mensagens diretas e exemplos práticos, João Adibe envolveu o público que acompanhou a palestra gratuita promovida pela Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba) no salão de cristal do Clube de Campo, na noite do último dia 20. O CEO da Cimed e fenômeno das redes sociais dividiu o palco com o filho Adibe Marques. Em vários momentos, a dupla compartilhou dicas de vendas aplicáveis a todos os tamanhos de empresa, reforçando que “o segredo do sucesso é ser líder todo dia”. A palestra “Bate-papo com quem entende de negócio que vende” teve como objetivo promover as vendas no Natal e potencializar os resultados das empresas nesta reta final do ano.

Fotos: Marcelo Germano



Palestrante João Adibe



Leticia Correr, Gustavo e Rodrigo Caçado, Bianca Schiavuzzo, Marcelo Caçado, João Adibe, Roberta, Caren e Ramon Caçado



Jorge Aversa Junior, Maurício Benato, João Adibe, Marcelo Caçado, Rodrigo Santos e Adibe Marques



Odair Renosto, Damaris Verderame e Marcos Silveira



Daniella Giannetti e João Francisco e Aline Bonassi



Andre e Juliana Pachane



Danilo Vendemiatti, Guilherme Mônico de Mello e Guilherme Gorga Mello



João Adibe entre Rodrigo e Antônio Santos



Eliana e Paola Aguilera



Mariana Guidi e João Adibe



Jaime e Carla Curcio



Fabio e Elisabete Pinazza



Andrea e Ronaldo Menegalli



Mariana Tanno e Thais Dumas



Raquel Martinho Miguel e Cali Miguel



30 anos dos Comitês PCJ Valeu cada sorriso!

Para celebrar seus 30 anos, os Comitês PCJ promoveram, na semana passada, duas importantes ações comemorativas: o Seminário Internacional "Comitês PCJ - 30 anos: Avanços e Perspectivas na Gestão dos Recursos Hídricos" e a sessão de homenagens a pessoas importantes e fundamentais para edificação dessas três décadas dos Comitês PCJ Paulista, 20 anos dos Comitês Federal, 15 anos do Comitê Mineiro PJ1. Um dos destaques, na sexta-feira (17) foi o reforço da parceria com a Agência de Água Loire-Bretagne e o Escritório Internacional da Água (OiEau) por meio do projeto M.A.R.U (Monitoramento de Águas Residuais Urbanas), que já está possibilitando a realização de um trabalho inovador no monitoramento dos rios Piracicaba, Capivari e Jundiá. Alguns cliques desta programação mais do que especial.

Fotos: Divulgação



Nancy Thame recebeu as homenagens póstumas pelo legado de seu marido Antonio Carlos Mendes Thame



Cesar Louvison; Sergio Razera; James Alexandre Landmann; Rui Brasil; Vanessa Longato; Roseli Assis e André Navarro



Domenico Tremaroli; Hugo Leme; Paulo Takeyama; Francisco Moschini; Roseli Assis; Vanessa Longato e André Navarro



André Navarro; Roseli Assis; Rui Brasil; Cláudio Di Mauro; Cláudia Di Mauro e Sergio Razera

Todos os serviços que seu **CONDOMÍNIO** precisa em um só lugar!

GRUPO **PRO CONT**
CONTABILIDADE, CONDOMÍNIO E BPO

ISO 9001 CERTIFICADO

(19)3301-3966 grupoprocont.com.br



André Navarro; Thomaz Toledo; Cesar Louvison; Rui Brasil



Mathieu Rivallain; Sergio Razera; Marie-Noël Teyssier d'Orfeuil e Yves Teyssier d'Orfeuil

UNIMED EM SP

Foi em solenidade no Palácio da Justiça, em São Paulo, que o presidente da Unimed Piracicaba, Carlos Joussef, prestigiou o lançamento do programa Conciliando com a Saúde, iniciativa do Tribunal de Justiça de São Paulo que media ações envolvendo planos de saúde e beneficiários. Durante o evento, a Cooperativa recebeu o certificado de adesão do programa Conciliando com a Saúde, que tem o compromisso de disseminar a cultura da pacificação social por meio da utilização de métodos alternativos de solução de conflitos. Na foto, o dirigente com a coordenadora do Núcleo Permanente de Métodos Consensuais de Solução de Conflitos (Nupemec), a desembargadora Maria Lúcia Ribeiro de Castro Pizzotti Mendes.

Foto: Divulgação



Cinco teleféricos para contemplar a Madeira de um ponto de vista único

Foto: Nuno Andrade

A Ilha da Madeira, território português localizado em meio ao Oceano Atlântico, é uma ilha vulcânica de perfil acidentado. Devido a esta característica geológica, o arquipélago possui vários teleféricos, que são utilizados como meio de transporte, tanto por moradores quanto por turistas. No entanto, os teleféricos da Madeira vão além de meras infraestruturas de transporte.

Do alto, permitem que os seus passageiros tenham uma visão privilegiada do destino, que é, invariavelmente, dominada pelo azul do céu, que se mistura com o do mar, o verde da natureza exuberante da ilha e o laranja dos telhados, que polvilham praticamente toda a encosta.

Os teleféricos são autênticas atrações turísticas, procurados por visitantes que querem contemplar a Madeira de um ponto de vista único e ter uma experiência memorável. Com o privilégio de estarem um pouco mais perto do céu, podem então admirar, de forma segura e tranquilamente, as belezas desse destino português.

O Teleférico do Jardim Botânico e o Teleférico do Funchal fazem a ligação da cidade do Funchal à freguesia do Monte. O Teleférico do Jardim Botânico une o Largo das Babosas ao Jardim Botânico, em um percurso de 1.600 metros sobre o vale da Ribeira de João Gomes, local de exótica e rara beleza natural, que permite uma vista panorâmica da lindíssima cidade do Funchal.

Já o Teleférico do Funchal faz a ligação da cidade do Funchal à freguesia do Monte, vencendo um desnível de 560 metros. Partindo do centro histórico, o cabo de aço estende-se por 3.200 metros e oferece uma vista sobre a área urbana da capital madeirense. Uma vez no Monte, os visitantes podem conhecer os jardins tropicais e o patrimônio arquitetônico ou se divertir com os icônicos carrinhos de cesto.

Em Porto Moniz, **o Teleférico das Achadas da Cruz**, que liga as Achadas da Cruz à pacata fajã da Quebrada Nova, oferece uma vista panorâmica sobre uma paisagem costeira inigualável, marcada pela presença do mar límpido e das colinas verdejantes. Chegando à fajã da Quebrada Nova, os visitantes podem usufruir da tranquilidade que caracteriza o local, tanto na pequena praia de calhau quanto nos terrenos cultivados que embelezam as paisagens.

Já o **Teleférico do Rancho** permite ao visitante acessar a praia da Fajã do Cabo Girão, em Câmara de Lobos, um dos locais mais especiais da costa sul da Ilha da Madeira. O teleférico faz a ligação entre o sítio do Rancho e a praia da fajã do Cabo Girão, propiciando aos visitantes uma confortável viagem de apenas alguns segundos, com uma vista panorâmica ímpar sobre os típicos socalcos madeirenses localizados à beira-mar.

Por último, o **Teleférico da Fajã dos Padres**, um pequeno paraíso madeirense, tem atraído cada vez mais turistas. A natureza que

Foto: Visit Madeira



Teleférico do Jardim Botânico



Teleférico do Rancho

Foto: Tiago Machado



Teleférico das Achadas da Cruz

Foto: Visit Madeira



Teleférico do Funchal

cerca Fajã dos Padres é um espetáculo à parte e vale a visita. Para chegar até Fajã, os visitantes podem utilizar o teleférico, que passa pela enorme encosta de forma rápida e confortável, garantindo um visual incrível. O teleférico tem cerca de 300 metros de altura e vai do Miradouro até a praia da Fajã dos Padres em menos de três minutos.

SERVIÇO

Teleférico do Jardim Botânico: Duração: 9 minutos

Teleférico do Funchal: Duração: 15 a 25 minutos

Teleférico das Achadas da Cruz: Duração: 5 minutos

Teleférico do Rancho: Duração: 6 minutos

Teleférico da Fajã dos Padres: Duração: cerca de 3 minutos