

FOLHA DE PIRACICABA

O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

Piracicaba, domingo, 03 de dezembro 2023 | www.folhadepiracicaba.com.br



Dezembro Laranja: hora de falar sobre câncer de pele

Foto: Divulgação



Bastante comum, o câncer de pele é considerado um dos tipos mais frequentes na população mundial.

Conhecida como o maior órgão do corpo humano, a pele é composta por três camadas: a epiderme (camada externa), derme (camada intermediária) e a hipoderme (camada mais profunda).

Uma de suas funções é proteger o corpo da ação de agentes externos — como é o caso dos raios solares, por exemplo.

No entanto, em determinadas situações essa função fica compro-

metida, aumentando o risco de o indivíduo desenvolver câncer de pele.

Pág. 3

Cultura

REVISTA **Us**
03 de dezembro de 2023

Dani Flomin
Da novela "Elas por Elas" pra PiraCult

Saúde Saiba como a deficiência de ferro no sangue afeta a saúde da mulher
Comportamento Comprar para se sentir melhor?
Filhos O que pode estar por trás de uma aparente birra?
Gastronomia Saiba o que consumir para os cuidados com a saúde masculina
Vida Saudável Posso viajar de avião após uma cirurgia?

Pág. 21

Cidade

Celulite: será que os cosméticos realmente funcionam?

Foto: Divulgação



Como a boa alimentação e exercícios ajudam a ter uma pele mais saudável

Pág. 05

Cidade

Programação de Natal da Acipi tem show natalino, trenó do Papai Noel e iluminações especiais do Luz & Arte

Pág. 18

Cidade

Dia Mundial de Combate à Aids: desafios e avanços rumo ao fim da epidemia

Pág. 11



COMECE SEU NEGÓCIO COM QUEM VOCÊ JÁ CONFIA!

Conte com nossos especialistas para encontrar o imóvel ideal para sua empresa.

FRIASNETO
for business

Cidade

Medicina X Espiritualidade. Os impactos da fé durante o tratamento de doenças

Foto: Divulgação



Como a espiritualidade interfere de forma positiva nos pacientes

Pág. 04

Cidade

Saiba qual a maneira correta de se pedir um benefício no INSS; ela fará a diferença para a concessão!

Pág. 09

Cultura

197ª Festa do Divino, entre as alegrias e emoções de ser festeira

Pág. 24

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

FOLHA DE PIRACICABA
O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE



@FolhadePiracicaba

NESTA

TERÇA
05/12



Artigo

A mediocridade como mérito

A mediocridade se traveste de mérito quando apoiada por grupos que a rodeia e se incumbem de falar de mérito onde só existe o antônimo e aflora a mentira, mesmo que os gritos dos justos apontem a falta de méritos. O medíocre se contenta com os sussurros dos limpadores da lama que vai deixando, mesmo que nada tenha construído de bom e, somente, um amontoado de discurso fantasioso reproduzido a exaustão pelos bajuladores oficiais, o travestido de mérito e reforçado pelo caráter dúbio aceita que escondam a realidade. Aceitar esse caldo, em que a incompetência é colocada num frasco com rótulo de imitação ou invenção de poder, é mediocridade.

Mérito é um termo abrangente que possui, numa consulta rápida, vinte e três sinônimos. Mas cada um deles exprime qualificações, como: análise de mérito. Análise de mérito é uma resposta sobre o que se está a analisar, não sendo uma abordagem sobre o mérito na sua totalidade. Assim, caminha à especulação de mérito. Pois, a escolha pela meritocracia, vários itens do valor mérito deve estar presentes conjuntamente.

A contemporaneidade política no Brasil se opõe às inovações e mudanças, pois com o aparecimento do reformista liberal emergem, no mesmo instante, os agentes do passado com suas convicções imitativas no equilíbrio entre o que imita e inventa. A soberba do poder imitativo, em que a moralidade não se exige, é a glória do medíocre. Por outro lado, o mérito exige visão de prosperidade e imaginação criadora em busca de aperfeiçoamento fundamentado na experiência.

O mérito, quando se faz necessário, onde se é administrado pela mediocridade, é apenas uma sombra. A curiosidade dos justos força o aparecimento da couraça da insignificância, sendo a mediocridade perigosa, pois cria normas e leis inexistentes, impondo o medo e a male-

dicência aos seus opositores. Até vidas ceifadas é atribuída aos que revelam o poder medíocre de quem fala de méritos; que no individual pouca relevância se tem, mas, no conjunto, formam um regime absolutista e autoritário que apequena a imaginação dos direitos e de futuro.

A sociedade, dominada pelo poder dos imitadores de uma política do passado, não percebe que não avança; nem nos laços do progresso e nem na luz de seus sonhos. Fica presa a criticar os "liberais-reformistas-democráticos" e na cumplicidade de ideologias que não cansam de prometer o paraíso e que até agora só entregaram o indesejável. Os discursos para sustentação de cargos a indivíduos medíocres conseguem cegar a sociedade até nas perfeições da natureza, no sonho dos sábios que quer livrá-la da dominação, calar as orações que confortam a vida e condenam os que se envolvem com a ilusão de uma cultura superior - acadêmica - a uma ação vegetativa, tolhendo a existência da beleza de liberdade e o estreitamento da admiração humanitária pelo sucesso do indivíduo.

Na rede de discursos confusos e arbitrários, a mediocridade consegue voz na sociedade, onde a imparcialidade seria o mérito, mas que o soldo subverte os valores, falseando verdade como: ser digno e uma irreverência; justiça é apenas detalhe; sinceridade é para fracos; louvar a Deus é ingenuidade e ter admiração à virtude é imprudência. Assim, cria-se uma pátria de valores fictícios que favorece o protagonismo dos obtusos a tecerem sua surda teia entorno dos gênios, dos justos e dos heróis, impedindo no povo a admiração de suas glórias. Quanta maledicência o mérito ainda tem de suportar?

Idico Luiz Pellegrinotti - professor universitário.

Artigo

Em Defesa da Educação e dos Serviços

No dia 28 de novembro, professores e professoras, estudantes, integrantes de movimentos sociais, trabalhadores da SABESP, CPTM, Metrô e outras estatais, além do funcionalismo público em geral deram uma demonstração de unidade e compromisso com os serviços públicos oferecidos à população, realizando uma greve estadual e uma grande manifestação na Assembleia Legislativa de São Paulo.

Unidos, pudemos expressar em alto e bom som que não aceitamos corte de verbas na Educação, privatizações e desmonte nos serviços que o Estado, com o dinheiro dos nossos impostos, precisa disponibilizar para a população que mais precisa, com qualidade e fácil acesso em todas as regiões e municípios.

O Governo do Estado, que lamentavelmente a maioria do eleitorado escolheu, em vez de oferecer diálogo, faz ameaças, assedia, persegue trabalhadores e lideranças. Ne Educação, além de promover o corte de R\$ 10 bilhões (que iremos barrar na ALESP), institui agora um sistema de gestão que visa, mais uma vez, vigiar, pressionar e assediar diretores(as) de escolas, supervisores(as) de ensino, professores(as), funcionários(as) e até mesmo estudantes. Nenhuma melhoria nas escolas, apenas resoluções para pressionar a comunidade escolar e esconder a incompetência desta gestão.

Na mesma semana em que o governo Tarcísio quer acelerar a tramitação da PEC 9/2023, que realiza o corte de verbas, o presidente Lula anuncia a criação de um fundo para destinar um total de R\$ 20 bilhões (iniciando-se com R\$ 6 bilhões) para destinar bolsas de estudos aos estudantes do ensino médio para que possam frequentar escolas de ensino integral. A diferença entre um governo que quer construir educação de qualidade acessível a todos e um que só pensa em destruir as políticas públicas é evidente.

No plano federal, o governo do presidente Lula enviou à Câmara dos Deputados um projeto que recupera grande parte daquilo que a famigerada reforma do ensino médio deturpou e retirou da juventude brasileira. Na quarta-feira, dia 6 de dezembro, às 14 horas, na ALESP, nosso mandato popular irá realizar uma audiência pública para conhecer e debater essas mudanças. Lembremos que o Ministério da Educação fez uma consulta pública nacional para conhecer as opiniões da sociedade sobre o assunto e que a proposta prevê a volta da carga horária de 2.400 horas para a Formação

Geral Básica (todas as disciplinas regulares da Base Nacional Comum Curricular).

Enquanto isso, em São Paulo, o Secretário Renato Feder, sem debater com ninguém, decidiu alterar a matriz curricular do ensino médio, reduzindo a carga horário de Artes, Filosofia, Sociologia, manteve 40% da matriz para a parte diversificada e os tais "itinerários formativos", introduzindo entre eles "educação financeira". Realmente o foco na formação de cidadãos, pessoas intelectualmente capazes de decidir seus caminhos, ascender profissionalmente e atuar para transformar a sociedade não está na perspectiva do governo bolsonarista de São Paulo.

Na semana que se inicia em 4 de dezembro o Governo Tarcísio de Freitas pretende votar a privatização da SABESP, uma empresa lucrativa e eficiente que vem garantindo o abastecimento de água e o saneamento básica a milhões de paulistanos, moradores da Grande São Paulo e mais de 300 municípios no estado.

Todos nós, cidadãos e cidadãs, sobretudo os que pertencemos às camadas populares temos que nos posicionar claramente contra essa privatização. Privatizar a SABESP significa aumentos de tarifas e significa o abandono dos projetos de saneamento básico nos municípios menores, com maior taxa de vulnerabilidade, pois empresas privadas não obtêm lucros realizando obras de saneamento. E o que a empresa privada quer é lucro, acima de tudo.

Enquanto promove esses ataques, o Projeto de Lei Complementar 143/2023, que visa corrigir parte dos absurdos contidos na Lei Complementar 1374/2022, que instituiu o subsídio e desmonta a nossa carreira, não merece atenção por parte da base do governo na ALESP. O PLC 143/2023 retira obrigatoriedade de realização as Atividades Pedagógicas Diversificadas em local de livre escolha, volta da fala-aula, retirada da jornada como critério principal para atribuição de aulas e outras mudanças.

São muitos e diversificados ataques, mas estamos mobilizados, na luta para defender os serviços públicos, a Educação e os direitos do funcionalismo e da população.

Professora Bebel
Deputada Estadual - PT
Segunda Presidenta da APEOESP

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

Dezembro Laranja: prevenção ao câncer de pele

Foto: Marcelo Germano

Bastante comum, o câncer de pele é considerado um dos tipos mais frequentes na população mundial.

Conhecida como o maior órgão do corpo humano, a pele é composta por três camadas: a epiderme (camada externa), derme (camada intermediária) e a hipoderme (camada mais profunda). Uma de suas funções é proteger o corpo da ação de agentes externos — como é o caso dos raios solares, por exemplo.

No entanto, em determinadas situações essa função fica comprometida, aumentando o risco de o indivíduo desenvolver câncer de pele.

O câncer de pele é um tipo de câncer que se forma nas células da pele, informa o oncologista Fernando Medina, diretor do CE-CAN- Centro do Câncer da Santa Casa de Piracicaba. É mais comum em pessoas de pele clara, devido à sua menor quantidade de melanina, que oferece proteção contra os raios solares. No entanto, pessoas de pele mais escura também estão suscetíveis a desenvolver a doença.

“A incidência do câncer de pele tem aumentado tanto no Brasil quanto no mundo. No Brasil, segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA), é o tipo de câncer mais comum, correspondendo a cerca de 30% de todos os diagnósticos da doença no país. Estima-se que, anualmente, sejam diagnosticados mais de 180 mil novos casos de câncer de pele no Brasil”.

Medina nos informa os fatores de risco para o desenvolvimento do câncer de pele incluem:

1. Exposição excessiva e desprotegida à radiação ultravioleta (UV) do sol: a exposição prolongada aos raios solares ao longo da vida, principalmente durante a infância e adolescência, aumenta o risco.

2. Histórico familiar: pessoas com familiares que tiveram câncer de pele têm

maior predisposição para desenvolvê-lo.

3. Pele clara: pessoas com pele, cabelos e olhos claros têm menor quantidade de melanina, que protege a pele contra os danos causados pelo sol.

4. Idade: o risco de câncer de pele aumenta com a idade, principalmente a partir dos 50 anos.

5. Exposição a substâncias químicas e agentes carcinogênicos: exposição a compostos químicos como arsênio, alcatrão, piche, entre outros, aumentam o risco.

6. Lesões de pele prévias: pessoas com cicatrizes, queimaduras, feridas crônicas, úlceras ou lesões de pele prévias têm maior risco de desenvolver o câncer de pele.

É importante ressaltar, diz o médico, que o câncer de pele pode ser prevenido em grande parte dos casos por meio de medidas simples, como proteção solar adequada, uso de chapéus, óculos escuros e roupas de proteção, além do uso regular de protetor solar. “É fundamental também estar atento aos sinais da pele, como pintas e manchas assimétricas, com bordas irregulares, mudanças de cor, tamanho ou aparência, e buscar a avaliação de um dermatologista em caso de qualquer alteração suspeita”.

O oncologista cita os três principais tipos de câncer de pele: carcinoma basocelular, carcinoma espinocelular e melanoma.

1. Carcinoma Basocelular: É o tipo mais comum de câncer de pele. Surge nas células basais da epiderme, camada mais externa da pele. Geralmente ocorre em áreas do corpo mais expostas ao sol, como face, pescoço e orelhas. Apresenta crescimento lento e



Fernando Medina, oncologista

raramente se espalha para outras partes do corpo. O tratamento geralmente envolve a remoção cirúrgica do tumor.

2. Carcinoma Espinocelular: Ocorre nas células escamosas da pele. É menos comum que o carcinoma basocelular, mas pode ser mais agressivo. Também está frequentemente relacionado à exposição ao sol e pode se desenvolver em áreas expostas, como rosto, pescoço, orelhas e dorso das mãos. O tratamento envolve a remoção cirúrgica do tumor, podendo ser necessária a radioterapia em casos mais avançados.

3. Melanoma: Considerado o tipo mais perigoso de câncer de pele, o melanoma tem origem nos melanócitos, as células responsáveis pela produção de melanina. Pode começar a partir de uma pinta pré-existente ou se formar como uma nova lesão. Se não for diagnosticado e tratado precocemente, pode se espalhar para outras partes do corpo, tornando-se mais difícil de tratar. O tratamento inclui cirurgia para remover o tumor, além de terapias adicionais, como quimioterapia, imunoterapia e radioterapia, dependendo do estágio e do grau de progressão do melanoma.

“É fundamental que qualquer suspeita de câncer de pele seja diagnosticada e

tratada o mais cedo possível. Consultar um dermatologista regularmente é importante para a detecção precoce e tratamento adequado desses tipos de câncer de pele”.

Nos últimos anos, houve importantes avanços na prevenção e tratamento do câncer de pele. Medina esclarece alguns dos principais:

1. Melhor conscientização sobre a importância da proteção solar: As campanhas de conscientização sobre a importância do uso regular de protetor solar, roupas de proteção, chapéus e óculos escuros têm aumentado significativamente. Essa conscientização ajuda a prevenir a exposição excessiva ao sol e a reduzir o risco de desenvolvimento do câncer de pele.

2. Novas tecnologias de proteção solar: Além do protetor solar convencional, novas tecnologias têm sido desenvolvidas para aumentar a eficácia da proteção solar, como roupas com fator de proteção UV integrado, filtros solares mais eficientes e produtos com maior durabilidade na pele.

3. Avanços em diagnóstico precoce: O desenvolvimento de técnicas de diagnóstico mais precisas, como a dermatoscopia e a microscopia confocal, têm

ajudado a identificar lesões suspeitas de câncer de pele de forma mais eficiente. Isso permite um tratamento mais precoce e maior chance de cura.

4. Terapias-alvo e imunoterapia: No caso do melanoma avançado, foram desenvolvidas terapias-alvo e imunoterapias que têm mostrado resultados promissores no combate ao câncer de pele metastático. Essas terapias visam especificamente as mutações genéticas presentes nas células cancerígenas ou estimulam o sistema imunológico a combater a doença.

5. Cirurgias menos invasivas: No tratamento do câncer de pele, técnicas cirúrgicas menos invasivas, como a cirurgia micrográfica de Mohs, têm se tornado mais comuns. Essa técnica permite a remoção precisa do tumor, preservando ao máximo o tecido saudável ao redor e aumentando a taxa de sucesso do tratamento.

“É importante ressaltar que, apesar dos avanços, a prevenção e a detecção precoce continuam sendo fundamentais no combate ao câncer de pele. Portanto, é essencial adotar medidas de proteção solar, realizar exames de rotina com um dermatologista e estar atento a qualquer alteração suspeita na pele”.

Os impactos da fé durante o tratamento de doenças

Fotos: Divulgação

Especialista comenta como a espiritualidade interfere de forma positiva nos pacientes

Segundo uma pesquisa realizada pela National Library Of Medicine (NIH), a espiritualidade pode ajudar as pessoas na diminuição de conflitos psicológicos, principalmente entre os homens. Quando o assunto é o Câncer de Próstata, que corresponde a 13,5% total de todos os cânceres do mundo segundo da Organização Mundial da Saúde (OMS), o sexo masculino é o que mais desencadeia sentimentos que impactam de forma negativa o tratamento, como ansiedade e depressão.

E isto tem uma razão científica: o conflito psicológico. De acordo com a pesquisa do NIH, alguns pacientes lamentam a escolha e o processo do tratamento. Tal fato está associado à menor qualidade de vida física e mental.

Além da ansiedade e depressão, cerca de 25% dos pacientes

tendem a ter taquicardia, falta de ar, aperto no peito, sensação de desespero ou até mesmo quadros depressivos como tristeza, perda de energia e perda de prazer. "Mesmo que a pessoa saiba que existem tratamentos eficazes, estes sentimentos podem atrapalhar durante o tratamento oncológico", explica o médico psiquiatra, Ismael Sobrinho.

Como forma de apoio, a espiritualidade é um grande aliado nestes momentos. "Vários estudos mostram que a fé se torna um mecanismo de ajuda e socorro para estes pacientes. De fato, a espiritualidade nos mostra que Deus tem o controle sobre nossas vidas, a Bíblia nos diz que não há nada ou nenhum sentimento que esteja fora do alcance dele.

Desta forma, a fé nos faz olhar os recursos não apenas espirituais, mas também físicos,



Como forma de apoio, a espiritualidade é um grande aliado nestes momentos

ou seja, a cirurgia, e os tratamentos físicos e emocionais", ressalta o profissional.

Quando as pessoas estão diante de um diagnóstico de câncer, é importante entender que o corpo, a alma e o espírito devem ser tratados. A medicina, os recursos emocionais e a fé andam juntos para trazer melhores resultados.

Os devocionais diários, isto é, momentos de dedicação, de devoção ou de declarar o amor a Deus, também é uma prática recomendada, pois serve como forma de auxílio para as pessoas manterem uma rotina saudável. Com o Glorify, por exemplo, é possível realizar um momento devocional diário, ler a Bíblia, fazer orações individuais ou compartilhadas, escutar músicas e

testemunhos e muito mais.

"Pessoas que possuem espiritualidade durante o tratamento de alguma doença têm uma evolução melhor de bem-estar, respondem melhor ao tratamento e tem menos efeitos colaterais de quimioterapia e radioterapia. Ela serve como um mecanismo de proteção mental", reforça Sobrinho.

LANÇAMENTO

BELMONTE
PIRACICABA

O MELHOR LUGAR DO MUNDO: A SUA CASA, DO SEU JEITO.

LOTEAMENTO FECHADO

LOTES A PARTIR DE:

300 M²

100%

PRONTO PARA VOCÊ
IDEALIZAR O PROJETO
DA SUA VIDA

210 MIL

MAIS DE 210 MIL M²
DE ÁREA VERDE
E LAZER

13 MIL

CLUBE PRIVADO
COM 13 MIL M² COM
DIVERSAS OPÇÕES

APROVEITE O ÚLTIMO MÊS COM CONDIÇÕES ESPECIAIS DE LANÇAMENTO!

BIOMETRIA FACIAL
PARA ACESSO
DOS MORADORES

CÂMERAS DE
MONITORAMENTO

CERCA
ELÉTRICA

Quadra de tênis

Quadra poliesportiva

Campo de futebol gramado

Quadra de beach tennis

Club House

Área gourmet

Piscina

Academia

Espaço zen

Espaço pet

Playground

VISITE O STAND E SEJA BEM-VINDO AOS MELHORES DIAS DA SUA VIDA | RUA MOACYR CORRÊA - BAIRRO CAMPESTRE | PIRACICABA

APONTE SUA CÂMERA E SAIBA MAIS

Cidade limpa, povo civilizado. Não jogue este impresso em via pública. Loteamento aprovado pela Prefeitura do Município de Piracicaba sob Protocolo nº 338.157 de 15/05/2023 com Alvará Municipal de Licença N° 0002/2023 e Registro de Loteamento R-12/86846 do 2° Oficial de Registro de Imóveis de Piracicaba. As obras de infraestrutura encontram-se executadas conforme TVO N°0005/2022 (processo N°82.086/2009) datado de 17/02/2022. Impresso em dezembro/2023.

Intermediação:

FRIASNETO
CONSULTORIA DE IMÓVEIS

Incorporação e Construção:

PAEZ DE LIMA
CONSTRUÇÕES | EMPREENDIMENTOS

Celulite: será que os cosméticos realmente ajudam a combatê-la?

Imagens: Divulgação



Dermatologistas explicam como boa alimentação e exercícios ajudam a ter uma pele mais saudável; confira o que é mito e o que é verdade em relação ao problema

Thais Szegö

A maioria das mulheres tem celulite: o aspecto de “casca de laranja” da pele atinge nada menos do que 95% das mulheres, especialmente após a puberdade. Por isso, a indústria de cosméticos investe pesado em produtos para reduzir ou eliminar essa alteração no corpo, que insiste em aparecer principalmente no bumbum e nas coxas. Mas será que esses produtos realmente cumprem o que prometem? E diante de tantas opções disponíveis no mercado, em quais devemos apostar?

De acordo com os especialistas, as fórmulas podem, sim, ajudar a amenizar o problema, que é provocado pelo aumento das células de gordura (adipócitos), desencadeado por hábitos impróprios,

como dieta inadequada e sedentarismo. A celulite surge porque a ampliação dos adipócitos acaba prejudicando a circulação sanguínea, dificultando a chegada de oxigênio e nutrientes a algumas regiões do corpo, o que leva ao acúmulo de toxinas e favorece inflamações.

A ação de hormônios, especialmente o estrogênio, piora ainda mais a situação, pois favorece o acúmulo de líquido entre os adipócitos, contribuindo para as temidas irregularidades da pele. Para completar a questão, as fibras que conectam a pele aos músculos se enrijecem, puxando o tecido para baixo e formando os buracos característicos da celulite.

Os ingredientes mais indicados nesse caso são retinol, cafeína, extratos de plantas como centella

asiática e arnica, e antioxidantes, como as vitaminas C e E. A escolha entre os produtos vendidos em farmácias ou lojas de cosméticos e os manipulados depende da decisão do paciente em conjunto com seu médico.

“Os manipulados têm a vantagem de permitirem a personalização da concentração dos ativos, o que é muito útil para quem necessita de uma dosagem específica que pode não estar disponível nos produtos comerciais”, diz a médica Bárbara Miguel, dermatologista do Hospital Israelita Albert Einstein.

“No entanto, é importante notar que muitas opções disponíveis atualmente no mercado passam por um processo de fabricação que envolve alta tecnologia e pesquisa de ponta para o seu desenvolvimento. Portanto, a sua eficácia

não deve ser subestimada e o essencial é encontrar o que funciona melhor para cada um e, se houver dúvidas, conversar com o especialista”, acrescenta.

Não espere milagres

Apesar de essas fórmulas ajudarem a melhorar o aspecto da celulite, seus resultados podem ser sutis e temporários. “Isso sem falar que as evidências científicas que respaldam os estudos que sugerem que eles são eficazes são limitadas e eles, muitas vezes, são feitos com amostra reduzida de pacientes”, afirma a dermatologista.

A especialista explica que, para que os produtos tenham ação efetiva, é muito importante aplicá-los diariamente, sem erro, por um período extenso e, de preferência,

após o banho, quando os poros estão dilatados e a absorção dos princípios ativos fica mais fácil. Utilizá-los após atividades físicas também é uma boa ideia, já que a circulação sanguínea está acelerada.

No entanto, é importante deixar claro que, para que a pele fique realmente mais lisinha, o ideal é combinar os cosméticos com mudanças no estilo de vida, como praticar exercícios, abandonar vícios como o cigarro e investir em uma alimentação mais saudável, com quantidades reduzidas de sal, bebidas alcoólicas, açúcar e alimentos processados, e rica em fibras e água. Investigar como andam os hormônios também pode ser uma boa ideia, já que eles influenciam bastante na lipodistrofia ginoide, que é o nome científico da celulite.

“Ter paciência também é essencial, pois a melhora do caso pode levar um tempo e a constância é fundamental”, ressalta a dermatologista Leticia Oba Galvão, membro da Comissão de Cosmiatria da Sociedade Brasileira de Dermatologia e coordenadora dos ambulatórios de Psoríase e Cosmiatria do Hospital Regional da Asa Norte (HRAN), em Brasília.

Investir em outros cuidados com a pele também é primordial. “Mantê-la bem hidratada, bebendo bastante água e aplicando loções e cremes ajuda a melhorar a sua textura e reduzir a aparência da celulite”, diz Galvão. Ela chama atenção também para massagens, como a drenagem linfática, que melhora a circulação e reduz a retenção de líquidos. “Os tratamentos estéticos feitos por especialistas, a radiofrequência, a lipocavitação e subcision, por exemplo, também são muito bem-vindos para amenizar o quadro”, exemplifica.

Mitos e verdade em relação à celulite

A Agência Einstein pediu às dermatologistas ouvidas na reportagem que contassem se o que mais se fala por aí sobre o problema é verdade ou não. Confira:

1 - Refrigerante causa celulite

Mito. Até o momento, não existem estudos que comprovem que os refrigerantes são a causa direta da celulite. No entanto, os que têm muito açúcar, sódio e calorias podem favorecê-la.

2 - Celulite é irreversível

Verdade em partes. A reversão ou a cura completa é um desafio para a dermatologia, pois até o momento não há uma solução definitiva. A associação de hábitos mais saudáveis e tratamentos

como drenagem linfática, subcision e radiofrequência podem melhorar muito, mas não vão acabar com a celulite de vez.

“Apesar da variedade de tratamentos disponíveis, é importante ressaltar que a eficácia dessas abordagens é imprevisível, pois cada indivíduo pode responder de maneira diferente”, explica a dermatologista do Einstein.

“Por isso, a busca por soluções continua sendo um campo de estudo ativo na área da dermatologia estética. Enquanto isso, é fundamental manter expectativas realistas e consultar um profissional de saúde para avaliar as opções disponíveis para cada caso.”

3 - A celulite é formada por gordura localizada?

Verdade. Ela de fato é ligada ao acúmulo de gordura sob a pele, o que resulta nas ondulações e irregularidades na superfície do tecido. Entretanto, essa não é a única causa do problema. Acredita-se que múltiplos fatores estejam por trás do aspecto de casca de laranja, como os genéticos, hormonais, circulatórios, alterações no tecido conjuntivo, inflamações e estilo de vida pouco saudável.

4 - Exercício físico reduz a celulite

Verdade. A prática regular de exercícios, especialmente os que visam tonificar os músculos, é, de fato, uma recomendação valiosa. A atividade física não apenas favorece a melhora da composição corporal, como também contribui para a redução da visibilidade da celulite. Além disso, os exercícios auxiliam na melhora da circulação e na eficiência da drenagem linfática realizada naturalmente pelo organismo.

5 - Só as mulheres têm celulite

Mito. Ela não é uma

exclusividade feminina. Apesar de aparecer predominantemente nas mulheres, os homens também podem apresentá-la, embora em prevalência bem menor, estimada em cerca de 10%. Essa diferença é atribuída à estrutura do tecido conjuntivo. Nas mulheres, as fibras do tecido conectivo que dão sustentação à pele são mais verticais, enquanto nos homens são mais cruzadas ou em forma de rede. Essa particularidade faz com que o time feminino seja mais suscetível ao desenvolvimento do quadro, já que a estrutura vertical facilita a “pressão” da gordura através do tecido, criando a aparência de irregularidades na pele.

6 - Ela está ligada ao excesso de peso

Verdade em partes. De fato, esse é um fator que aumenta as chances da lipodistrofia ginoide aparecer, pois o excesso de peso pode acentuar a aparência da celulite devido

ao aumento na deposição de gordura, porém, não é a única causa envolvida. Portanto, é importante reconhecer que a celulite pode afetar pessoas em diferentes faixas de peso e que abordagens globais são fundamentais para a melhora do problema.

7 - A alimentação interfere na celulite

Verdade. Alguns estudos sugerem que uma alimentação rica em proteínas pode contribuir para a redução na classificação da celulite e que a perda de peso, independentemente do tipo específico de dieta, pode melhorar a aparência do quadro. “No entanto, é importante notar que esses estudos envolveram uma amostra pequena de pacientes”, pondera a dermatologista do Einstein.

De qualquer forma, nesse caso é muito importante manter um estilo de vida saudável, o que inclui alimentação equilibrada. “Um cardápio rico em alimentos processados, açú-

car e gorduras saturadas pode contribuir para o ganho de peso e agravar o caso, já uma dieta equilibrada, rica em frutas, legumes e proteínas magras, pode ajudar a reduzi-lo”, diz a médica da Sociedade Brasileira de Dermatologia. É válido ressaltar mais uma vez que, embora a alimentação possa desempenhar um papel significativo, a celulite é uma condição complexa com causas multifatoriais.

8 - Fatores genéticos influenciam na celulite

Verdade. A hereditariedade é um fator muito importante nesse caso. A genética também conta muito, ou seja, a etnia, o biótipo e a distribuição corporal podem fazer muita diferença. As mulheres mais curvilíneas, como as latinas, têm mais risco de sofrer com o problema do que as eslavas, por exemplo, que têm o corpo mais reto e alongado.

Fonte: Agência Einstein



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



ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL "A CIGARRINHA"

"Quem ensina com amor, ensina melhor"

FORMATURA & CONFRATERNIZAÇÃO

Quinta, 7 de Dezembro às 19:00h.

TEATRO DA ACIPI

(R. do Prudente de Moraes, 463 - Centro)

PRÉ II 2023



Beatriz Torres Falci



Benjamin Franco
Bruno



Benjamin Martinelli
Lobello



Bruna Alves
Domingues



Clara Fuzinelli Mader



Enrico Menegatti
Corrêa



Enzo Rodrigues Silva



Helena Mion
Marchezan



Heloisa Helena
Cassiano Alencar



Joaquim Romano
Novaes



Julio Cezar
Vasconcelos Martinez



Laura Bueno
Migliorin



Luisa Simprini de
Filippis



Manuela Maria
Rodrigues Kanamaru



Marcella Defende
Torrezan



Mariana Simal
Woltzenlogel



Michaela Chagas
Figueira



Nicolas Ryu Koana
Furlan



Rachel Diehl
Germano



Rafael Henrique de
Miranda Mainardes



Rebeca Ferreira
Alves



Tatiane Franco
Ramos Berti



Isabela Corrêa

Convite

"Estamos chegando ao final de mais um ano letivo onde tudo transcorreu com muita amizade, paz e dedicação. Neste clima de alegria, realizaremos nossa Festa de Formatura e Encerramento."

Maria Inês Faleiros Pinheiro, Diretora e Pedagoga.



Mirante promove palestra sobre o Novembro Azul

Carla Bakhos Milani, coordenadora Assistencial Oncológica do HFC Saúde, explicou a importância da prevenção ao câncer de próstata

A campanha de prevenção ao câncer de próstata, realizada anualmente dentro do Novembro Azul, foi tema de palestra ocorrida na tarde da última segunda-feira (27), na ETE (Estação de Tratamento de Esgoto) Ponte do Caixão, para os colaboradores da Mirante, empresa da Aegea Saneamento – a maior do setor privado do país. A ação foi realizada pela área de Recursos Humanos (RH) da concessionária.

De acordo com a analista de RH, Sofia Chingui Caxias, os 'meses coloridos' do ano, como por exemplo o Outubro Rosa, são trabalhados intensamente com os cola-

boradores da unidade. "É importante que nossos funcionários tenham acesso a todo tipo de informação, especialmente quando tratamos de campanhas de prevenção, como é o caso do Novembro Azul", afirmou Sofia.

A palestra de segunda-feira ficou a cargo de Carla Bakhos Milani, coordenadora Assistencial Oncológica do HFC Saúde, que explicou sobre a prevenção e tirou dúvidas dos presentes. Além disso, esse ano houve a participação de um senhor que contou aos presentes a experiência que viveu ao enfrentar o câncer de próstata.

Honorio Santos Pinheiro contou que está livre da doença



Palestra sobre o Novembro Azul aconteceu na tarde da última segunda-feira, 27

graças ao diagnóstico precoce. "Não podemos descuidar da saúde, precisamos fazer os exames periódicos porque, assim, conseguimos a cura", comentou. Honorio afirmou ainda que a luta não foi fácil, mas enfrentou com coragem a doença.

A iniciativa foi super aprovada por colaboradores da Mirante. "Esse tipo de informação é muito relevante, mesmo que este seja um

assunto tratado com frequência dentro da empresa", afirmou o coordenador de Operações e Serviços, Alan Pedra. Ele observou ainda que o homem ainda é mais descuidado com a saúde, por isso palestras como essa são tão importantes.

O assistente administrativo, Allan Gustavo Marcheto, disse que a palestra foi "de muita edificação e conhecimento para nós jovens". "A

importância do autocuidado e da conscientização foi destacada, incentivando todos a realizarem exames regulares. A palestra reforçou a necessidade de quebrar tabus e promover a saúde masculina, lembrando que a prevenção é muito importante. Esse tipo de atividade (palestra) incentiva os homens a cuidarem da própria saúde", finalizou Allan.

ACADEMIA FEMININA

ESPAÇO FITNESS

DESCUBRA O SEU MAIS ALTO POTENCIAL

Vem treinar conosco
Academia Feminina
Espaço Fitness
Academia 100% feminina

VEM PRO TREINO!
CONSTÂNCIA É O SEGREDO!

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

Saiba qual a maneira correta de se pedir um benefício no INSS; ela fará a diferença para a concessão!

Guilherme Chiquini

Quem acompanha nossa coluna sabe o quão valiosas podem ser as dicas e informações que semanalmente aqui trazemos. Neste primeiro domingo de dezembro não será diferente, e acredite, esse texto poderá fazer a diferença para a concessão de seu benefício pelo INSS.

As agências da Previdência Social de todo o país já não disponibilizam mais os mesmos serviços de outrora. Principalmente após a pandemia provocada pela Covid-19, a função das agências do INSS tem girado em torno de acolher os segurados que possuem algum serviço agendado, sobretudo perícia médica para concessão de benefício por incapacidade. Os serviços que, antigamente eram realizados de maneira presencial, como "dar entrada" em aposentadorias, pensão por morte e auxílios passaram a ser solicitados de maneira "on-line", por meio do "INSS Digital".

Desde que os requerimentos de benefícios junto ao INSS passaram a ser feitos de forma digital – através da plataforma "Meu INSS" – muitos segurados têm realizado o seu pedido de forma equivocada ou deixando de juntar documentos indispensáveis para a análise daquele tipo benefício. Na coluna dessa semana, demonstraremos a importância de se fazer corretamente o pedido de benefício previdenciário junto ao INSS para facilitar a sua concessão por parte do INSS. Com o advento do MEU INSS e do INSS DIGITAL toda pessoa pode fazer por si mesma um pedido de benefício previdenciário (aposentadoria, pensão por morte, auxílio-doença etc.). Pois bem. Quando requerido pelo próprio segurado da previdência - pessoa leiga no assunto – é natural que ocorra equívoco no pedido, pois, ao fazê-lo de sua casa, sem a devida instrução do servidor do INSS, muitos segurados não têm o conhecimento sobre quais documentos precisam ser anexados ou não sabem a

maneira correta de se fazer cada requerimento.

O problema é que recentemente a legislação passou para o segurado a responsabilidade de juntar previamente toda a documentação necessária. Por meio dessa nova regra é permitido que o INSS só comece a pagar o benefício a partir da data em que foram juntados todos os documentos indispensáveis para aquele tipo de benefício e não mais desde o pedido inicial. Por exemplo: se uma pessoa deu entrada em um pedido de aposentadoria no mês de junho deste ano e não juntou um PPP – documento que comprova à exposição a agente nocivo à saúde –, ou pediu uma pensão por morte e eventualmente não juntou a certidão de casamento (indispensável para comprovar a dependência econômica), o INSS pode fazer um pedido de cumprimento de exigência, determinando que o segurado apresente o documento necessário ou até mesmo indeferir o pedido por falta de documentação. Neste caso,



Guilherme Chiquini

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

se o segurado juntar o documento somente em setembro, ele só vai receber o benefício a partir de setembro e não da data do requerimento, feita em junho. Assim, neste exemplo, a pessoa vai deixar de receber estes 3 meses de benefício, perdendo tempo e dinheiro. Então, hoje é mais importante do que nunca fazer corretamente o requerimento do

benefício e saber exatamente quais são os documentos necessários para cada tipo de situação, até mesmo porque com a demora na análise do pedido pelo INSS, poderá levar meses até que o servidor da Previdência identifique a falta de um documento e faça o pedido para que seja apresentado, acarretando mais prejuízo ainda ao segurado.



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



A Jornada da Aceitação: como o Apoio Psicológico no Luto Pode Iluminar o Caminho para a Cura

No turbilhão de emoções intensas e desafios que o luto muitas vezes traz, enfrentar esse período sozinho pode parecer avassalador. É aqui que o apoio psicológico assume um papel vital nessa jornada de enfrentamento.

A perda de alguém querido nos lança em um oceano de emoções, desde uma tristeza profunda até a confusão, raiva e, por vezes, sentimentos de culpa. A maneira como cada indivíduo lida com o luto é única, e sentir-se sobrecarregado é completamente normal. Nesse momento, a orientação de um profissional de saúde mental torna-se inesti-

mável.

Psicólogos e terapeutas especializados em luto são treinados para ajudar as pessoas a compreender e processar suas emoções durante esse período desafiador. Eles oferecem um espaço seguro para discutir a perda, explorar os sentimentos de luto e desenvolver estratégias para enfrentar a dor.

O apoio psicológico é essencial para prevenir complicações de saúde mental que podem surgir durante o luto prolongado. A depressão e a ansiedade são condições comuns em pessoas enlutadas, e a assistência psicológica pode auxiliar na prevenção e trata-



Foto: Divulgação

No Cemitério Parque da Ressurreição compreendemos que a jornada do luto é complexa, e estamos aqui para oferecer suporte e orientação.

mento dessas questões.

Além disso, o apoio psicológico ajuda a lidar com questões práticas relacionadas à perda, como a administração de documentos e decisões que precisam ser tomadas. Os profissionais também oferecem orientação sobre como comunicar a perda a familiares, especialmente a crianças, e auxiliam na reconstrução da vida

após a perda.

No Cemitério Parque da Ressurreição de Piracicaba, compreendemos que a jornada do luto é complexa, e estamos aqui para oferecer suporte e orientação. Encorajamos você a buscar ajuda profissional quando necessário, para encontrar caminhos para a cura e a paz interior.

Convidamos você a conhecer

o Cemitério Parque da Ressurreição, onde as missas matinais, sempre às 7h da manhã, proporcionam um ambiente acolhedor para a oração e a reflexão. Lembre-se: a prece pode aliviar a dor do luto e oferecer suporte na jornada em direção à paz interior e à aceitação.

Estamos localizados na Avenida Comendador Luciano Guidotti, 1754, em Piracicaba.



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.parquedaresurreicao.com.br



Dia Mundial de Combate à Aids: desafios e avanços rumo ao fim da epidemia

Fotos: Divulgação

Equipe do SCIH da Santa Casa de Piracicaba fala sobre conquistas e desafios da doença

O Brasil atingiu uma marca significativa recentemente no combate à epidemia de HIV/Aids, conforme destacado pelo Uniaids (Programa Conjunto das Nações Unidas sobre HIV/Aids). Contudo, desafios persistentes, especialmente relacionados a desigualdades e acesso desigual aos recursos de prevenção e tratamento, continuam a ser os principais obstáculos. No último dia 1º de dezembro, Dia Mundial de Combate à Aids, a enfermeira coordenadora do Serviço de Controle de Infecção Hospitalar da Santa Casa de Piracicaba, Fernanda Rosa, departamento coordenado pelo infectologista Hamilton Bonilha, falou sobre conquistas e desafios rumo ao fim dessa epidemia.

Em julho desse ano, o Uniaids reportou que o Brasil alcançou 88% de pessoas diagnosticadas com HIV, 83% em tratamento retroviral e 95% com carga viral suprimida. No entanto, as desigualdades persistem, afetando grupos vulnerá-

veis, como a comunidade LGBTQIA+. Fernanda destacou que “as desigualdades socioeconômicas e legislações restritivas têm um impacto substancial na disseminação e no controle da Aids. A discriminação e o estigma também são barreiras significativas para alcançar metas mais elevadas de controle da epidemia”.

Segundo dados do Ministério da Saúde, de 1980 até junho de 2022, foram identificados 1.088.536 casos de Aids no Brasil. Além disso, estima-se que cerca de 108 mil pessoas ainda não têm o diagnóstico, sendo a maioria jovens com idade entre 15 e 24 anos, que vivem com o vírus HIV em seu corpo e não sabem. Em 2022, ao menos 13 mil pessoas morreram no Brasil em decorrência da Aids, de acordo com relatório da Uniaids.

No mundo, 39 milhões de pessoas estão vivendo com o HIV. Em 2022, outras 1,3 milhão foram infectadas com o HIV e 630 mil pessoas morreram de doenças relacionadas à Aids.

manejo na atenção às urgências cardiovasculares, por meio da produção de laudos médicos de eletrocardiogramas, 24h por dia e apoio diagnóstico nos casos de protocolo IAM-CSST (Infarto do Miocárdio com supradesnivelamento do segmento ST) e Arritmias.

Durante todo este mês de dezembro, todos os treinamentos na UPA, serão direcionados para a cardiologia.



Segundo dados do Ministério da Saúde, de 1980 até junho de 2022, foram identificados 1.088.536 casos de Aids no Brasil

“A prevenção é fundamental, a exemplo do uso consistente do preservativo [camisinha], tanto externa quanto interna, em todas as relações sexuais, método seguro e eficaz contra o HIV e outras IST. A PREP (prevenção a profilaxia pré-exposição) já é uma realidade e consiste na tomada de comprimidos antes da relação sexual, que permitem ao organismo estar preparado para enfrentar um possível contato com o HIV. Em casos de exposição de risco, a PEP (profilaxia pós-exposição) é outra opção, devendo ser iniciada em até 72 horas”, enfatiza Fernanda.

O diagnóstico precoce e tratamento adequado são essenciais para evitar complicações graves. Automedicação não é recomendada; é essencial buscar orientação de um profissional de saúde. Além disso, alertar as parceiras sexuais ao receber um diagnóstico de IST se faz necessário para que também possam buscar tratamento.

Para Fernanda Rosa, é imprescindível “investimentos contínuos em pesquisas, educação e acesso universal a tratamentos e prevenção. Além disso, políticas inclusivas e uma abordagem não discriminatória são vitais para

enfrentar esse desafio de saúde pública”, alerta ao ressaltar que os avanços para o controle da doença estão sendo feitos, mas que “precisamos manter o foco e intensificar esforços. O fim da Aids até 2030 é uma possibilidade real, mas requer ação coletiva, investimentos adequados e políticas inclusivas para alcançar essa meta”.

O relatório do Uniaids destaca que erradicar a Aids até 2023 é uma escolha política e financeira que requer liderança comprometida, investimentos apropriados e políticas inclusivas para alcançar um futuro livre dessa epidemia devastadora.

Projeto Boas Práticas

Na tarde da última sexta-feira (29), a equipe de enfermagem da UPA Vila Cristina, passou por um importante treinamento online com os responsáveis pelo programa ‘Boas Práticas’.

O Projeto Boas Práticas é uma parceria do Hospital do Coração de São Paulo e Beneficência Portuguesa com o Ministério da Saúde, através dos editais PROADI-SUS que tem como objetivo qualificar o



Equipe de enfermagem da UPA Vila Cristina, passou por um treinamento online com os responsáveis pelo programa ‘Boas Práticas’

Fotos: Divulgação

José Coral é homenageado no HFC Saúde

Revitalização, homenagem e comemoração pela ONA 3

Amanhã da última sexta-feira(1) foi de homenagens, comemorações e conquistas no HFC Saúde. O acesso principal do hospital que é a porta de entrada de centenas de pessoas e familiares passou por uma revitalização. “Queríamos uma entrada mais acolhedora, humanizada e ao mesmo tempo moderna, que o paciente se sinta abraçado assim que passar pela porta de entrada”, disse o presidente do HFC Saúde José Coral.

E por falar em José Coral, ele que desde 1994 está como presidente do HFC Saúde, recebeu uma homenagem de toda equipe do hospital. Já na entrada, uma foto dele foi colocada para enaltecer o líder que inspira todos com a sua responsabili-

dade, com uma gestão presencial e com o amor que ele tem pelo hospital. José Coral um exemplo de gestor, de pai, avô e bisavô. “Ele ama esse hospital. Todos os dias pela manhã meu pai faz questão de vir para o HFC Saúde, ele gosta de acompanhar a evolução do hospital e nós como família acompanhamos juntos”, disse a filha do Coral, Kátia Coral.

Um momento também para comemorar, o HFC Saúde esse ano recebeu a Acreditação ONA 3, a maior certificação que um hospital pode ter na questão de excelência e qualidade no atendimento. “Um dia de gratidão, de reconhecimento, de um trabalho de longo tempo. Temos um time apaixonado e engajado pelo que faz. O hospital

está cada vez mais maduro em gestão, performance e cuidado. Essa certificação demonstra que estamos no caminho certo e que a nossa busca é constante. Estamos nos preparando para ser um hospital digital e trazer cada vez mais segurança, tecnologia e encantamento para os pacientes”, disse a diretora do Grupo AFOCAPI, Lucimeire Raveli Peixoto.

Hoje mais de 80% dos atendimentos são realizados para pacientes do SUS – Sistema Único de Saúde “O HFC Saúde não para de crescer e essa certificação vem para coroar a excelência e processos bem estruturados no atendimento ao paciente. Piracicaba ganha com isso, a população também”, disse o secretário de Saúde, Dr.



João Quartucci – Lions Clube Piracicaba Independência, João Antônio Borges – Governador do Lions Piracicaba e Região, Fábio Franco de Oliveira – Presidente do Lions Clube Piracicaba Independência, Tatiana Leonessa – Diretora de Controles Internos e Riscos do Sicoob Cocre, Paulo Massarutto – Diretor Administrativo Financeiro do Sicoob Cocre, José Coral – Diretor Presidente HFC Saúde, Ricardo Caçado – Drogal, Marcelo Caçado – Presidente ACIPI, Arnaldo Bortoletto – Presidente Coplacana, Alex de Madureira – Deputado Estadual



Nathalia e Antonio Justolin, Isabela Gerolamo, José e Sônia Coral, Keli Carbinatto, Kátia e Marcos Gerolamo, Vinícius Coral, Pedro Carbinatto, Pedro e João Pedro Justolin, Murilo Carbinatto



Bento de Moraes Neto, Arnaldo Bortoletto, Cyro Freitas, José Clóvis Casarin e Marcos Farhat

Douglas Koga.

Representando a equipe médica, o Diretor Técnico do HFC Saúde, Dr. Luiz Pedro Padra Neto falou sobre a emoção de toda equipe por trabalhar em um hospital acreditado pela ONA 3. “É uma segurança e uma honra trabalhar em uma instituição que tem uma estrutura tão robusta quanto o HFC Saúde. Essa certificação veio para atestar todo esse processo dentro do hospital. Para as equipes profissionais, isso é uma segurança muito grande e um orgulho por desenvolver a atividade profissional em uma instituição que tenha essa qualidade na as-

abriu a cerimonia com o Hino Nacional e o hasteamento da Bandeira do Brasil. Autoridades e políticos também participaram desse momento.

Estavam presentes também parceiros do hospital, empresas, instituições, voluntários que entendem, valorizam e contribuem com o trabalho do HFC Saúde. “Esse é o único hospital que sobreviveu na categoria canavieira, lógico com muito trabalho de toda diretoria, equipe e parceiros. Há 30 anos trabalho com José Coral e sei que não existe quem goste mais do hospital do que ele, eu sou testemunha disso”, disse o presidente da



Hasteamento da Bandeira



Equipe HFC

sistência. Eu me lembro do dia da conquista, quantos colaboradores chegaram as lágrimas de emoção por essa certificação. Isso mostra o envolvimento de toda equipe”.

O evento contou com a participação da Banda da Guarda Civil Municipal de Piracicaba, que

Coplacana, Arnaldo Bortoletto.

“Estou muito feliz e honrado por essa homenagem. História que começou com o primeiro presidente, Domingos José Aldrovandi e desde 1994, quando assumi a presidência, o HFC Saúde é a menina dos meus olhos”, finalizou Coral.

Artigo

Entre o público e o privado

Morava na chácara da família no Jardim São Paulo, em Piracicaba. Não tinha vizinhos e nem amigos. Sua melhor companhia era o avô Manoel que sempre trazia um cigarro pendurado na boca — aceso ao apagado. Chegava a queimá-lo por inteiro e, suas cinzas, a caírem ao chão e se apagar. Não tragava.

— Vô, por quê o senhor fica o dia todo com o cigarro na boca? — perguntava o menino.

— É que a fumaça afugenta os mosquitos — ensinava o avô.

— Mas o cigarro está apagado! — constatava o garoto.

— Ah, mas os insetos não sabem disso! — respondia o avô, brincalhão.

Experimentou o primeiro cigarro, roubado do maço de Continental sem filtro do nono, aos 9 anos de idade. Aos 13, saía para comprar seus próprios cigarros. Gostava de Pall Mall, Marlboro e do Benson & Hedges Mentol.

Os cigarros com mentol liberam sabor agradável de hortelã, refrescam e entorpecem a garganta e, assim, mascaram a aspereza da fumaça do tabaco, tornando mais fácil para os fumantes iniciantes tolerarem o tabaco. Concluiu-se que os jovens que começam a fumar com os cigarros mentolados têm maior probabilidade de se tornarem dependentes e fumantes regulares. Com a resolução 14/2012 da AN-VISA, o Brasil tornou-se o primeiro país no mundo a proibir todos os produtos derivados do tabaco que contivessem sabor ou aditivos, inclusive o de menta. Porém, a norma de fato entrou em vigor somente 8 anos depois, em 2020, quando o TRF validou a competência da AN-VISA, bem como a constitucionalidade da RDC que trata do tema, depois de longa batalha judicial contra

a indústria do cigarro.

Estudou nos colégios tradicionais de Piracicaba: Assunção, Dom Bosco e, na adolescência, no CLQ. Durante o terceiro colegial, fora presidente da comissão de formatura e também o orador da turma. O professor de português, Mendes Thame, vaticinara: “Rapaz, um dia você será o prefeito dessa cidade!” O mestre e engenheiro agrônomo, uma vez prefeito e vários mandatos deputado federal, ainda viu o ex-aluno Luciano Santos Tavares de Almeida eleger-se prefeito de Piracicaba em 2020.

Luciano tornou-se fumante regular de cigarros. Consumia 20 por dia. Nunca quis experimentar drogas ilícitas, por receio de perder o controle de si. Formou-se na UNIMEP em administração de empresas e se pós-graduou em administração

a Velho Barreiro, o Banco Luso Brasileiro, o Casagrande Hotel, entre outras.

Na primeira vez que parou de fumar, em 1998, seu filho tinha 3 anos. Fora convidado pelo então prefeito Barjas Negri para assumir a secretaria municipal da indústria e do comércio. Em casa, não permitia que os filhos entrassem no escritório — fumava de portas fechadas. Não queria que tivessem contato com a fumaça. Resolveu procurar ajuda quando o pequeno Luciano Filho dissera, chorando, ao ser impedido de entrar:

— Papai, você gosta mais de cigarros do que de mim!

Passou uma temporada, junto da esposa Andréia, no spa do paradisíaco Casagrande Hotel na praia de Enseada, no Guarujá, com jardins tropicais permeados por piscinas e



e gestão de negócios internacionais em 2003, na Universidade da Califórnia, nos Estados Unidos. Aos 22 anos começou a trabalhar nas empresas da família, o Grupo Tavares de Almeida — holding com participação em diversas empresas como

restaurantes à beira-mar. Correram na praia, fizeram aulas de hidroginástica, de tênis e de aeróbica; as refeições eram balanceadas e dormiam muito cedo. Em 1 semana perderam 6 quilos e largaram os cigarros.

Luciano conseguiu permanecer 7 anos sem fumar. A recaída aconteceu naquele mesmo local, durante as comemorações de uma noite de réveillon. No exato momento da virada, Luciano pegou o cigarro de um amigo. No dia seguinte, fumou um maço inteiro de Marlboro e as-



Juliana Previtali - Médica cardiologista - Idealizadora do projeto Paradas pro Sucesso

sim continuou como se nunca houvesse parado um dia.

Sua carreira política expandiu-se quando, de 2008 a 2009, atuou como secretário adjunto do vice governador Alberto Goldman, na gestão de José Serra e, posteriormente, como secretário de desenvolvimento econômico, ciência e tecnologia do Estado de São Paulo. Contou que o Sr. Goldman fumava charutos dentro de seu gabinete, sem nenhum pudor. O leitor deve se lembrar que foi José Serra, quando ministro da saúde do governo FHC, que implementou a lei nº 9244 de 1996, que proíbe fumar em ambientes fechados coletivos.

Certa vez, quando residia em São Paulo, parado no congestionamento da avenida Rebouças e dentro de um carro oficial do governo, Luciano lançou, através da janela, uma bituca ao chão. Do carro ao lado, um cidadão o advertiu sobre o ato incorreto e questionou sua identidade. Alguns dias depois, tendo o fato chegado às mãos da jornalista Mônica Bergamo, foi manchete no Estadão.

Basta caminhar pelas ruas de qualquer cidade brasileira para ver dezenas de bitucas de cigarro por todo o lado. Pequeninina, parece inofensiva quando lançada nas ruas e avenidas, mas o estrago que causa é imenso. Ela contém mais de 4,7mil substâncias tóxicas que contaminam solo, rios e córregos além de levar até 5 anos para se decompor, principalmente se for jogada no asfalto.

Na segunda vez que decidiu tra-

tar o tabagismo, sentiu muito mais dificuldade. Havia se consultado com um médico da cidade que o assustou com o diagnóstico de enfisema pulmonar. Novamente buscou ajuda no spa do Casagrande Hotel e, com resignação, conseguiu se livrar do vício.

Percebeu a saúde mais fortalecida, o fôlego melhorou e notou, ao contrário de quando fumava, quase nunca mais pegar um resfriado. Gosta de passear com a motocicleta Kawasaki KLR 650, mas lamenta ter que usar capacete. Por isso comprou uma Mercedes 2009 conversível para poder sentir o vento no rosto. Luciano não concorda com o cerceamento dos direitos individuais dos cidadãos, como a obrigatoriedade do uso de capacetes ou do uso do cinto de segurança. Confessou que, na época em que se permitia fumar dentro dos aviões, reservava passagem nas poltronas comuns, mas deslocava-se até a área dos fumantes para acender seu cigarro.

Acredita que o futuro da humanidade deve passar pela busca de um estilo de vida mais saudável através da implementação de políticas públicas voltadas ao bem coletivo. Sabe que remamos contra a força das indústrias fortes como a do tabaco e a dos alimentos ultraprocessados. Recordou-se de quando esteve no Festival de Parintins, às margens do rio Amazonas, para assistir à tradicional disputa entre duas agremiações: a do Boi Caprichoso — que usa a cor azul — e a do Boi Garantido — que se veste na cor vermelha. Viagrou a convite do presidente latino-americano da Coca Cola e pôde constatar sua potência: Parintins é a única cidade no mundo em que há latas e garrafas do refrigerante na cor azul, além da tradicional vermelha.

Entristece-se ao lembrar que a sobrinha use cigarros eletrônicos e a filha Beatriz, de 27 anos, fume palheiro. A história, infelizmente, se repete com as novas gerações, mostrando a perversidade da indústria, sempre um passo à frente.

FOLHA DE PIRACICABA

BOX FUJI

VIDROS, BOX E TELA MOSQUITEIRA

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

BOX DE CANTO VIDRO INCLINADO TEMPERADO - KIT ALUMÍNIO BRANCO

- Tampos Bisotes
- Molduras em Alumínio
- Aquários
- Vitraux

TAMPO DE VIDRO TEMPERADO INCLINADO

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

☎ 3433.1632
☎ 9 7168.3292

📍 Fuji Kawai
@boxfujividraçaria

JP NEWS
PIRACICABA - 99,5 FM

OUÇA A MELHOR PROGRAMAÇÃO NO SEU CELULAR

Baixe agora mesmo o app da JP News Piracicaba

📲 Google Play | 📲 App Store

Ergonomia e Fisioterapia

Tendinite

A tendinite é uma inflamação ou lesão do tendão, fibra responsável por unir o músculo ao osso, como uma corda. Essa condição provoca dor e inchaço na região, podendo afetar qualquer parte do corpo. Porém, são mais frequentes as tendinites no ombro, no punho, no joelho e no tornozelo.

Os tendões ajudam a controlar e a transmitir a força dos músculos, o que torna capaz a movimentação dos ossos. Dessa forma, a tendinite pode dificultar e, até mesmo, impossibilitar a movimentação.

Causas:

A doença costuma surgir na meia idade e em pessoas jovens que se exercitam de forma intensa ou que executam tarefas repetitivas. Ou por fraqueza muscular, o tendão trabalha mais, para compensar a fraqueza e isso gera um processo inflamatório.

Os principais tipos de tendinite são:

Tendinite no ombro (tendinite do manguito rotador)



É a inflamação do tendão do ombro, que causa dores intensas, sensibilidade ao toque e dificuldade nos movimentos por conta da articulação rígida.

Costuma ser mais comum em pessoas que praticam esportes como musculação (em excesso), tênis, natação, vôlei, handebol, basquete e crossfit. Não à toa que a tendinite do manguito rotador é chamada também de “ombro de tenista”. Em alguns casos, requer imobilização com tpoia para total recuperação e fisioterapia.

Tendinite na mão



Esta lesão acomete as “costas das mãos” (dor-

so), levando a formigamentos, inchaço e ardência. Por vezes, pode gerar um incômodo como se um elástico estivesse sendo esticado ao máximo.

É mais habitual em trabalhadores que costumam ocupar-se de trabalhos braçais e repetitivos, como digitadores, faxineiras, pedreiros e artistas visuais.

Tendinite no joelho (tendinite patelar)



A tendinite patelar é a inflamação da patela, uma das estruturas que formam o joelho. Também denominada “tendinite no joelho”, ela costuma acometer indivíduos que forçam o joelho com saltos e corridas constantes, como ao jogar futebol, vôlei, basquete e praticar crossfit e corrida.

Porém, a tendinite patelar costuma ser ainda mais comum em pessoas com sobrepeso e obesidade e/ou sedentárias devido à sobrecarga do peso nos joelhos, que geralmente não estão fortes o bastante para aguentar tal carga. Em casos graves, é necessária a cirurgia.

Quem tem pé chato (plano) e quadris largos (como algumas mulheres) tem maior risco de desenvolver tendinite patelar devido ao desalinhamento dos membros inferiores com os joelhos.

Tendinite no pé (tendinite de Aquiles)



A tendinite no pé é conhecida como tendinite de Aquiles ou tendinite do calcâneo. É uma lesão inflamatória que acomete o tendão de Aquiles, ou seja, o tendão que interliga o calcanhar à panturrilha. A dor costuma ser notada principalmente ao andar e levantar, pois são movimentos que forçam a região afetada. Este tipo de tendinite pode acontecer pelo uso frequente de

calçados sem elevação do calcanhar ou inadequados, além de fraqueza dos músculos da panturrilha ou excesso de carga em treinos (como musculação).

Vale ressaltar que a elevação do calcanhar não implica, necessariamente, em uso de salto alto, mas de sapatos que apresentam alguma plataforma que impeça com que o pé fique totalmente plano no chão. Uma dica é usar tênis macios e com amortecimento.

Pessoas com artrite reumatoide ou que sofreram lesões esportivas, como fraturas e entorses, costumam ter maiores riscos de tendinite no pé.

Tendinite de punho



A tendinite no punho é uma inflamação que causa dormência, formigamento e rigidez no punho, além de dor ao movimentá-lo. Essa lesão tende a ser mais frequente em pessoas que fazem atividades repetitivas e manuais, como aquelas que passam o dia digitando. Assim, é classificada como uma lesão por esforço repetitivo (LER).

Tendinite no braço



A tendinite no braço é uma inflamação que, assim como a tendinite de punho, costuma aparecer devido a esforços repetitivos. Algumas atividades que tornam essa lesão comum envolvem tocar instrumentos musicais, cozinhar, lavar roupa e limpar a casa por horas. Pode resultar em dificuldades para movimentar o braço, principalmente para cima, fraqueza e dificuldade em segurar itens pesados.

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

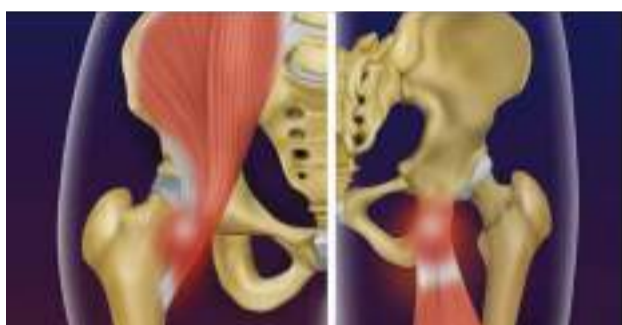


Tendinite de Quervain (tendinite no polegar)



A tendinite de Quervain é uma inflamação que afeta o tendão que liga o polegar ao punho. Acredita-se que esse tipo de tendinite esteja associado a manter a mesma posição por tempo prolongado, esforços repetitivos, sobrecarga e falta de alongamento. Na maioria dos casos, é unilateral, afetando somente uma das mãos.

Tendinite no quadril



A tendinite no quadril é o inchaço do tendão que interliga os músculos aos ossos do quadril. Provoca dores intensas que podem se estender para as pernas, dificultando movimentos e resultando em câimbras constantes. Similar aos demais tipos de tendinite, a tendinite no quadril normalmente tem origem em esforços repetitivos daquela determinada região do corpo.

Tendinite calcárea

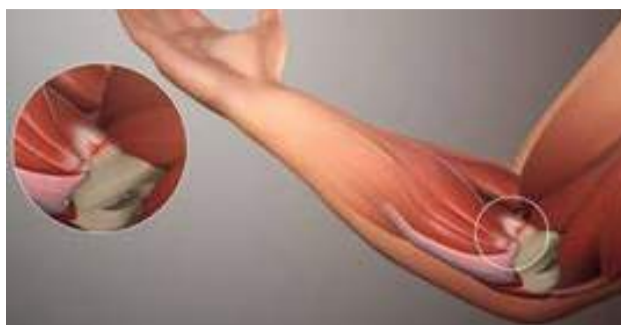


A tendinite calcárea é uma tendinite no ombro decorrente do depósito de cálcio no tendão, podendo reduzir a vascularização, dando brecha ao acúmulo de cálcio. Os primeiros sintomas são dores leves e desconforto na região. Se não tratada, ela pode levar a dores intensas e perda de mobilidade.

Tendinite no cotovelo (epicondilite lateral ou epicondilite medial)

A tendinite no cotovelo é denominada como “epicondilite” (ou, popularmente, “cotovelo de tenista”), causando dores fortes ao movimentar o braço. Apesar de ter origem no cotovelo, pode resultar em fraqueza de todo o braço até o pulso.

A epicondilite, portanto, pode ser dividida em duas categorias:



- **Epicondilite lateral:** dor sentida no osso próximo ao lado externo do cotovelo;

- **Epicondilite medial:** dor sentida no osso do lado interno do cotovelo;

Os sintomas de tendinite mais comuns são: dor local, que pode irradiar para toda musculatura ao redor.

- Fadiga;
- Perda de força;
- Fisgadas e dores ao se movimentar;
- Inchaço;
- Calor;
- Vermelhidão;
- Formigamento;
- Perda da mobilidade;
- Atrofia muscular;

Diagnóstico:

Geralmente é feito por meio da história que o paciente conta ao médico e pelo exame físico. O profissional buscará por sinais de dor e sensibilidade nos locais indicados pelo paciente. Existem testes físicos específicos para cada tipo de tendão. Pode ser, no entanto, que o médico solicite algum exame de imagem que julgar apropriado para certificar-se do diagnóstico, avaliar o grau de inflamação e, também, para eliminar outras possíveis causas de dor.

É comum a dúvida sobre qual o exame mais indicado para descobrir a tendinite. De acordo com o fisioterapeuta Fabiano Fonseca, o método mais usado para o diagnóstico de tendinite é o exame físico. Com isso, o médico poderá checar se o problema é tendinite, lesão muscular ou lesão articular.

Para o diagnóstico de tendinite, os exames de imagem são complementares. Os mais frequentes são a ultrassonografia e a ressonância nuclear magnética.

Tratamento:

Uso de anti-inflamatórios, através de prescrição médica.

- Repouso e evitar movimentos do local afetado (o tratamento para tendinite no ombro, neste caso, pode ser feito com tala e, no pulso, com tala).

- Compressas quentes ou frias;

- Acupuntura;

- Fisioterapia para analgesia e com a evolução do quadro realizar alongamentos e fortalecimento.

O tempo de repouso deve ser determinado pelo médico – períodos de repouso prolongados podem acarretar aderências e atrofia muscular e são prejudiciais.

Há ainda quem se pergunte sobre qual a compressa mais indicada para tendinite. Segundo o fisioterapeuta Marcel Tomonori Sera, o ideal é fazer compressa de gelo para casos agudos (recentes) e compressa de água quente para casos

crônicos (já existem há semanas).

Em alguns casos, quando os tratamentos tradicionais falharem, pode ser necessário realizar um procedimento cirúrgico.

A cirurgia para tendinite é focada em descomprimir um tendão apertado, liberar aderências, limpar inflamações ao redor do tendão, ressecar fibrose ou calcificação dentro do tendão, além de costurá-lo para corrigir uma lesão.

Tem cura?

Quando tratada de forma correta e nos estágios iniciais. O que precisa ser acompanhada é a ocorrência de processos inflamatórios recorrentes, pois eles podem causar danos irreversíveis ao local lesionado. Nesses casos, são indicados tratamentos mais invasivos, como a cirurgia.

Prevenção:

As principais medidas capazes de prevenir tendinite consistem em:

- Evitar movimentos repetitivos;
- Alongamentos diários, variando os grupos musculares;
- Praticar exercícios físicos regularmente;
- Não exceder a intensidade ou peso durante os exercícios;
- Alongar antes e depois de exercícios físicos;
- Prestar atenção na postura.

Assim, a prevenção da tendinite é focada em “fortalecer o tendão e corrigir o movimento durante a prática esportiva, ou seja, melhorar a técnica esportiva”, afirma o ortopedista João Hollanda.

Prognóstico:

No repouso, durante a recuperação, pode-se utilizar uma tala ou um suporte removível. A aplicação de calor ou frio na área afetada também pode ajudar, bem como fisioterapia e acupuntura. Além disso, é importante sempre manter elevado o local de inflamação para reduzir a vermelhidão e o suor nas áreas afetadas. Apesar de o repouso ser uma das medidas mais recomendadas pelos médicos, passar muito tempo sem exercitar o local de inflamação pode agravar a tendinite. Por isso, é importante manter o repouso no início do tratamento, mas, depois, procure acrescentar alguns exercícios leves à rotina para alongar e fortalecer o músculo, evitando atrofia.

A duração de uma tendinite pode variar a depender de cada caso. No geral, em casos mais leves, pode durar de alguns dias a seis semanas. Já em situações mais graves, pode durar até nove meses.

Complicações possíveis:

A tendinite pode ser aguda (história de dor recente, até 45 dias) ou, se não tratada, tornar-se um problema crônico. Sem o tratamento adequado, a tendinite pode levar a problemas mais graves, como a ruptura do tendão, que pode exigir uma cirurgia para reparação dos danos. Pode resultar, também, em outras lesões e na recorrência de tendinite.

Fonte: <https://www.minhavidacom.br/>

A prevenção é o melhor caminho!

Cuide-se, seu corpo agradece!

Alex Madureira participa do lançamento de grupo de apoio aos Bombeiros

Alesp lançou Frente Parlamentar em Defesa do Corpo de Bombeiros

Folha de Piracicaba

O deputado Alex Madureira participou na tarde da última quarta-feira, (29) do lançamento da Frente Parlamentar em Apoio ao Corpo de Bombeiros, criada pela Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo (Alesp).

“Como parlamentar, e estendo isso a todos os demais deputados da Casa, podemos ter um olhar diferenciado sobre o assunto. Buscamos, e sei que isso é possível, criar um ambiente ainda melhor para a corporação”, afirmou o deputado que é o atual relator do Orçamento Estadual de São Paulo.

Uma vez criado, o grupo pretende ampliar investimentos e promover ações de fortalecimento para a corporação, a intenção é chamar a atenção para que outros parlamentares também contribuam com a melhoria das condições de trabalho da categoria.

“Atuando na proteção da vida, do meio ambiente e do patrimônio no Estado, os profissionais da corporação são motivo de orgulho para todos”, afirmou Alex Madureira.

Reconhecimento

Uma das medidas do Parlamento Paulista em defesa do Corpo de Bombeiros foi o Projeto de Lei 1.259/2023. A proposta criou o “Dia do Bombeiro Militar Veterano”, celebrado em 1º de fevereiro, data que remete ao incêndio do Edifício Joelma, ocorrido em 1974. Na ocasião, a ação dos bombeiros salvou centenas de vidas.

263 mil vidas salvas

O Corpo de Bombeiros da Polícia Militar do Estado de São Paulo foi criado legalmente em 1880. A missão primordial da corporação é proteger a vida, o meio ambiente e o patrimônio nas ações de prevenção e pronta resposta às emergên-

cias, além de coordenar o Sistema Estadual de Atendimento às Emergências e fazer cumprir as leis de Segurança Contra Incêndio.

A corporação possui, aproximadamente, 8,4 mil bombeiros e 2,4 mil viaturas. Em 2022, recebeu 2,5 milhões de chamados pelo telefone 193, atendeu 549 mil ocorrências, realizou 235 mil resgates e 71 mil salvamentos, extinguiu 44 mil incêndios, totalizando 236 mil vidas salvas.

Presenças

Além dos parlamentares presentes, o evento também contou com a presença do secretário de Segurança Pública do Estado de São Paulo, Guilherme Derrite; do ex-deputado Coronel Nishikawa; dos comandantes-gerais do Corpo de Bombeiros e da Polícia Militar do Estado de São Paulo, Jefferson de Mello e Cássio Araújo de Freitas, além do vereador da Capital e major da corporação, Marcos Palumbo.

Foto: Aldo Guimarães



Lançamento da Frente Parlamentar em Apoio ao Corpo de Bombeiros



O grupo pretende ampliar investimentos e promover ações de fortalecimento para a corporação

Simespi cria Business Center

Serviço inclui oferta de domicílio fiscal e endereço comercial a empresas e profissionais

Atento às rápidas e constantes mudanças do mercado corporativo e às necessidades das empresas e profissionais, o Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltilho e Rio das Pedras) fecha 2023 com uma novidade: o Business Center. A partir de agora, a entidade patronal passa a oferecer pacotes de serviços

que incluem locação de endereço comercial e domicílio fiscal, recebimento e administração de correspondência, recepção de clientes e fornecedores, uso de estação de trabalho e salas de reunião, envio de recados via e-mail, redirecionamento de chamadas para um número celular ou fixo, recursos para conferência e teleconferência, estacionamento, entre outros.

“Os serviços foram agrupados

em três pacotes (Comercial, Essencial e Standard), com preços a partir de R\$ 79,99 (para associadas) e R\$ 95 (para não associadas”, explica Valéria Rueda Spers, gerente do Simespi.

Entusiasta deste modelo de serviço e um dos responsáveis pela sua implantação na entidade, o segundo vice-presidente do Simespi, André Simioni, explica que muitos profissionais prestadores de serviço como

engenheiros, auditores, peritos, instrutores, entre outros, têm dificuldade para conseguir uma sede fiscal para abertura de suas empresas. “Muitos condomínios verticais e horizontais vedam essa prática. Para isso temos a solução no Simespi”, comenta. Segundo ele, o Business Center pode contribuir com a redução de custos. “Além de contar com um local muito bem preparado e adequado para receber seus clientes ou fornecedores, ainda há a possibilidade de ser sede fiscal de empresas”, reforça.

Simioni pondera que a socie-

dade se desenvolve permanentemente. “A cada novo desafio, novas soluções são criadas. As novas soluções, muitas vezes, suplantam conceitos anteriores, reduzem custos, abordam cada vez mais a ideia de uso coletivo, sustentabilidade, compartilhamento e inovação”, completa.

Empresas associadas ou não ao Simespi, bem como profissionais interessados podem obter mais informações sobre o Business Center pelo e-mail comercial@simespi.com.br e Whatsapp (19) 3417-8600 e pelo

Fotos: Igor Mello



Os serviços foram agrupados em três pacotes: Comercial, Essencial e Standard



Além de ser um local adequado para receber os clientes ou fornecedores, ainda há a possibilidade de ser sede fiscal de empresas

Deputada Professora Bebel propõe R\$ 25 milhões no orçamento estadual para obras em Piracicaba

Fotos: Divulgação

Parlamentar espera que o relator do orçamento, que é piracicabano, tenha sensibilidade de acatar as emendas que beneficiam a cidade

Vanderlei Zampaulo

Com a finalidade de garantir que Piracicaba possa resolver problemas crônicos de mobilidade urbana, de melhoria na saúde da população, assim como garantir espaço para atividades esportivas e recreativas, e de atendimento aos animais, a deputada estadual piracicabana Professora Bebel (PT) apresentou ao orçamento estadual de 2024, do governo estadual, emendas para a região de Piracicaba que totalizam R\$ 25 milhões. As emendas estão sendo analisadas pela Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, que irá votar o projeto orçamentário neste próximo mês de dezembro, a partir de relatório a ser apresentado pelo deputado piracicabano Alex Madureira (PL), do qual a deputada Professora

centro poliesportivo naquela região de Piracicaba”, diz Bebel.

Já para uma ampla reforma e ampliação do Centro de Especialidades do município, localizado no centro da cidade, atrás do Mercado Municipal, a Professora Bebel propôs uma emenda de R\$ 10 milhões. A parlamentar alega que o espaço em que funciona o Centro de Especialidades da cidade, onde é atendida toda população assistida pelo SUS, infelizmente, é da década de 60 e, infelizmente, não tem como atender toda demanda. “Temos que investir e ampliar esse atendimento, que deve ser bom e rápido para a população, tanto na realização de exames como as consultas médicas”, explica de deputada dizendo que com este recurso, se viabilizado, será possível, inclusive, construir um novo pré-



A deputada piracicabana Professora Bebel espera que o relator do orçamento estadual, que também é piracicabano, tenha a sensibilidade de acatar as suas propostas que beneficiarão a cidade



Bebel propôs R\$ 6,5 milhões para construção de alça na Rodovia Cornélio Pires para garantir o acesso de quem trafega pela avenida Laranjal Paulista, no Campestre

Bebel espera que “tenha sensibilidade”, uma vez que também é piracicabano e conhece muito bem as necessidades da cidade.

Uma das emendas propostas é voltada à construção de um centro poliesportivo na região do bairro Água Branca. Para a obra, que a deputada propõe R\$ 3 milhões no orçamento estadual, atendendo reivindicação de moradores daquela região da cidade que alegam não haver nenhum espaço público de lazer e recreação naquela parte de Piracicaba. “Recebi esta demanda apresentada pelo líder comunitário Vicente Duarte, o Zoinho, e entendi que o Estado pode, sim, contribuir com recursos para a construção deste

dio para o Centro de Especialidades.

Para a construção de uma alça de acesso ligando a avenida Laranjal Paulista à Rodovia Cornélio Pires (Piracicaba-Tietê), a Professora Bebel apresentou emenda no valor de R\$ 6,5 milhões. Bebel conta que tomou esta decisão de propor uma emenda parlamentar para garantir recursos para esta obra diante da necessidade testemunhada por todos que passam naquela região. “Cobrei da Artesp (Agência Reguladora do Transporte no Estado de São Paulo), e apesar de informar que estaria cobrado da concessionária Rodovia das Colinas, responsável por melhorias e

manutenção da Rodovia Cornélio Pires (SP-127) “medidas mitigadoras” para melhorar a saída do bairro Campestre, através da avenida Laranjal Paulista, onde diariamente moradores e frequentadores enfrentam longas filas e correm riscos de acidentes para cortar a rodovia, a situação continua a mesma. Entendo que há necessidade de uma intervenção do Estado para solucionar o trânsito naquela região de Piracicaba, uma vez que é eminente os riscos de acidentes, assim como também tem gerado um grande congestionamento na saída do bairro, uma vez é necessário cruzar a Rodovia Cornélio Pires, o que é dificultoso também em função do intenso tráfego de veículos”, conta.

Já para a construção de um estabelecimento veterinário para atendimento de cães e gatos, garantindo amparo e bem-estar aos animais, a Professora Bebel propôs R\$ 500 mil. “Esta emenda parlamentar visa garantir e remanejar recursos financeiros para serem investidos em projetos e programas de infraestrutura para a construção de estabelecimento veterinário na nossa cidade”, completa Bebel.

Para obras de infraestrutura, a deputada Bebel propôs emenda no valor de R\$ 5 milhões, voltada à construção de uma OB “A construção desta ponte em muito contribuiria para desafogar o trânsito na avenida Jaime Pereira, por onde circulam milhares de veículos diariamente,

em função da abertura de novos condomínios residenciais e loteamentos naquela região da cidade”, explica.

Diante destas emendas que considera essenciais para melhorar a qualidade de vida da população de Piracicaba, Bebel tem expectativa de que o relator do orçamento, o deputado Alex Madureira, possa incluí-las no seu relatório. “Espero que tenha a mesma sensibilidade que já tive quando o incluí como coautor no projeto de lei que transformou Piracicaba como Município de Interesse Turístico. Como piracicabanos, temos que unir as nossas forças em prol da nossa cidade e região”, completa a deputada Professora Bebel.



A deputada Professora Bebel propôs emenda ao orçamento para fazer uma ampla reforma no prédio do Centro de Especialidades, que é da década de 60

Programação de Natal da Acipi tem show natalino, trenó do Papai Noel e iluminações especiais do Luz & Arte

Foto: Divulgação

A programação segue ao longo do mês de dezembro.

A iluminação de um dos cartões postais de Piracicaba marcou o início da programação de Natal da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba), no início da noite da última sexta-feira (1º), com o acendimento das luzes da Passarela Pênsil/Rua do Porto. A programação segue ao longo do mês de dezembro com o trenó do Papai Noel percorrendo ruas da cidade, espetáculo musical Circo de Natal, cantatas nas escadas da Catedral de Santo Antonio e janelas do Teatro São José. Todas as atividades são gratuitas e abertas ao público.

O acendimento da Ponte Pensil faz parte do projeto Luz & Arte, em parceria com a Prefeitura de Piracicaba, que chega à sua 15ª edição este ano. Com a presença do Papai Noel e da banda

da Associação Atlética Educando pelo Esporte, o público acompanhou a estreia da iluminação na Ponte Pênsil e, também, no novo prédio da Acipi e Teatro São José.

Para levar o espírito de Natal aos corredores comerciais, o Papai Noel percorrerá as vias de maior movimento entre os dias 4 e 7 de dezembro; 11 ao dia 15, sempre das 10h às 16h, distribuindo balas e pirulitos.

O espetáculo Circo de Natal ocorrerá nos dias 18 e 19, em duas sessões: às 19h e 20h30, no auditório da Acipi. Para participar, será necessária inscrição antecipada, por meio de link que ficará disponível na bio do Instagram da Acipi (@acipipiracicaba).

No dia 22, às 19h, a banda da Associação Atlética Educando para o Esporte e a Guarda Civil Muni-



O auditório da Acipi recebe o Espetáculo Circo de Natal, nos dias 18 e 19, em duas sessões diárias, às 19h e 20h30

pal tocam nas escadas da Catedral de Santo Antônio, no Centro. Às 19h30, haverá apresentação de flauta com as crianças no coreto da Praça José Bonifácio e às 20h, a programação se encerra com Cantata de Natal, nas janelas Teatro São José pelo coral Dicanto.

Para o presidente da Acipi, Marcelo Cança-

do, a programação deste ano foi definida com muito cuidado para levar emoções natalinas aos piracicabanos e, também, para contribuir com uma das datas mais importantes do varejo. "Nossa programação de Natal já é tradicional e a cada ano buscamos fazer algo diferente para

levar alegria e o espírito de esperanças às famílias. Nosso comércio é forte e é fundamental promover essa movimentação nas lojas. Integrar as ações do projeto Luz & Arte também é uma satisfação para a Acipi, porque participamos das ações da cidade como um todo", afirma.

SERVIÇO:

Programação de Natal Acipi 2023

* 04 a 07/12

10h às 16h

O Papai Noel percorre corredores comerciais

Local: Vias da região central e bairros

Acesso: gratuito

* 11 a 15/12

10h às 16h

O Papai Noel percorre corredores comerciais

Local: Vias da região central e bairros

Acesso: gratuito

* 18 a 22/12

16h às 19h

A magia do Natal diretamente do trenó Acipi percorre os principais corredores comerciais da cidade

Local: Região central e bairros

Acesso: gratuito

18/12

19h e 20h30

Espetáculo Circo de Natal

Auditório da Acipi

Local: rua Prudente de Moraes, 463

Acesso: gratuito

19/12

19h e 20h30

Espetáculo Circo de Natal

Auditório da Acipi

rua Prudente de Moraes, 463

Acesso: gratuito

22/12

19h às 20h

19h - Banda Educando para o Esporte com a Guarda Municipal tocam nas escadas da Catedral de Santo Antônio

19h30 - Apresentação de flauta com as crianças no coreto da Praça José Bonifácio

20h - Cantata de Natal, nas janelas Teatro São José, com coral Dicanto

Acesso: gratuito

*Programação sujeita a alterações.



LUZ E ARTE - O acendimento da Ponte Pensil que aconteceu no dia 1º de dezembro, marcando o início da programação natalina da Acipi



TRENÓ DO PAPAÍ NOEL - O Bom Velhinho percorrerá os principais corredores comerciais da cidade

9 Mitos e as verdades sobre a locação de imóveis



Foto Divulgação



Começar uma nova história, seja uma jornada pessoal ou profissional, depende de muita coragem e de escolhas importantes. A decisão sobre alugar ou não um imóvel costuma ser uma delas. Contudo, são muitas as incertezas sobre os melhores caminhos a se seguir. Para você que ainda tem dúvidas, a Frias Neto Consultoria de Imóveis esclarece 9 mitos e as verdades sobre a locação de imóveis. As regras valem para espaços residenciais e comerciais.

1

O Mito: O locatário é responsável por todas as manutenções do imóvel.

A Verdade: Geralmente, a manutenção estrutural é responsabilidade do proprietário, enquanto o locatário deve manter o imóvel em boas condições de uso.

2

O Mito: O locatário pode fazer qualquer alteração no imóvel sem permissão do proprietário.

A Verdade: Na maioria dos casos, é necessário obter permissão do proprietário antes de fazer alterações significativas, como pintura ou reformas.

3

O Mito: O locador pode entrar no imóvel alugado a qualquer momento.

A Verdade: O locador geralmente precisa fornecer aviso prévio e obter permissão do locatário antes de entrar no imóvel, a menos que seja uma emergência.

4

O Mito: O locatário não pode rescindir o contrato antes do prazo estabelecido.

A Verdade: Em alguns casos, o locatário pode rescindir o contrato antes do prazo, mas está sujeito ao pagamento de multa ou outras penalidades.

5

O Mito: O locador é sempre responsável por reparos e substituição de eletrodomésticos.

A Verdade: As responsabilidades para reparos e substituições podem variar de acordo com o contrato. Em alguns casos, o locatário pode ser responsável por certos reparos ou substituições.

6

O Mito: O locatário não pode negociar o valor do aluguel.

A Verdade: Em certas situações, especialmente em um mercado imobiliário competitivo, o locatário pode negociar o valor do aluguel ou outros termos do contrato. Mas o sucesso dessa negociação vai depender também do locatário.

7

O Mito: O locador não pode personalizar o imóvel.

A Verdade: A personalização depende de como foi feito o contrato de locação e das permissões do proprietário, podendo incluir modificações leves e reversíveis, como decoração. Também pode acontecer do locatário permitir as mudanças, mas solicitar que o imóvel seja entregue como em seu estado inicial de contrato.

8

O Mito: É melhor financiar um imóvel do que alugar.

A Verdade: Isso vai depender dos interesses individuais de quem precisa de um imóvel. Para quem deseja ter mobilidade, menor comprometimento financeiro inicial (como acontece com o pagamento de entrada de um imóvel), menor responsabilidade com manutenções estruturais, o aluguel pode ser a melhor opção. A curto prazo, a locação de imóveis é geralmente mais econômica, mas as condições do mercado imobiliário local também podem ser relevantes na hora de tomar essa decisão.

9

O Mito: Locar direto com o proprietário é a melhor opção.

A Verdade: Fechar contratos sem o conhecimento de um especialista na área pode trazer diversos prejuízos, tanto para o locador quanto para o locatário. Além da falta de conhecimento sobre as legislações, a administração de uma imobiliária irá fornecer contratos mais justos, sem riscos de problemas judiciais; reajustes condizentes com o mercado; entre outros.

Porque você deve ter o amparo de uma imobiliária na hora de locar seu imóvel?

A falta de experiência e conhecimento pode aumentar o risco de complicações: contrato incompleto ou inadequado, avaliação incorreta do aluguel (para mais ou menos), falta de mediação em conflitos, problemas de manutenção sem res-

pensáveis, negociação desigual, má seleção dos inquilinos, além de problemas de privacidade.

Todos esses processos são conhecidos pela imobiliária, que oferece aparato jurídico e administrativo para locação de imóveis. Além de uma gama de especialistas naquele imóvel ideal que você deseja encontrar.

For Business: o melhor negócio com os especialistas Frias Neto

A Frias Neto Consultoria de Imóveis atua no mercado imobiliário há mais de 34 anos, sendo 11 vezes ganhadora do Top Of Mind. Em 2023, alcançou dois recordes de locação, e em 2021 chegou a R\$ 5 bilhões em ativos imobiliários sob sua gestão.

Os corretores associados à empresa são especializados em áreas do setor imobiliário: Lançamentos, Vendas e Locação. Neste sentido, passam por capacitações constantes para se adequarem às novas regras jurídicas que surgem com o passar dos anos, bem como conhecer os ajustes de tarifas, além das tendências do setor - incluindo a locação de imóveis comerciais.

O For Business é um departamento exclusivo da Frias Neto para empresas, com foco em ajudar os gestores a tomar decisões corretas para encontrar o melhor imóvel para seu negócio e especialista em imóveis comerciais, industriais e logísticos.

Para saber mais, converse com o nosso atendimento.



www.fqgescon.com.br

FQ CONTABILIDADE SERVIÇOS PREVIDENCIÁRIOS

- PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO
- AUXÍLIO RECLUSÃO
- PENSÃO POR MORTE
- APOSENTADORIAS
- APOSENTADORIA POR IDADE
- BPC - 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



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

SRA. LAZARA MARIA PIGOZZO, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 79 anos de idade e era casada com o Sr. Jose Maria Pigozzo. Era filha do Sr. Francisco Maria e da Sra. Carmelia Peres. Deixa os filhos: Nilton Jose Pigozzo casado com Carina Ap. Protti Pigozzo; Celso de Jesus Pigozzo casado com Maria Ines de Souza Pigozzo; Leonel Redines Pigozzo; Viviane Cristina Pigozzo casada com Leandro Proença. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 15:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Parque da Paz em Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. RUDINEI ANTONIO BERTOCHI, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 60 anos de idade. Era filho do Sr. Ademar Paulino Bertochi - falecido e da Sra. Adelina Imaculada Bertochi. Deixa os filhos: Richard Bertochi - (Falecido), e Vitoria Isabela Bertochi. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 16:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 01, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA JANETH OMETTO STOLF, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 88 anos de idade e era viúva do Sr. Hamilton Mario Stolf. Era filha do Sr. Duvilio Ometto e da Sra. Philomena Zулzke Ometto, falecidos. Deixa o filho: Hamilton Ometto Stolf casado com Rejane d'Avila Reis. Deixa 2 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 14:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ELZA DA SILVA, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 76 anos de idade e era filha do Sr. Silvio da Silva e da Sra. Amabile Borim Silva, falecidos. Deixou os filhos: Francislei Pereira de Brito casado com Valderes Napoli de Oliveira; Francisleia (Léia) Pereira de Brito Silva casada com Alex Alexandre da Silva; Francislaire Pereira de Brito Barbosa casada com Lázaro Aparecido Barbosa; Anderson Luis de Oliveira. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp 17:00 hs, saindo a urna mortuária do velório da Saudade - Sala-03, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. BENEDICTO JOSÉ MARCIENTE, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 82 anos de idade e era casado com a Sra. Tereza Gonsales Marciente. Era filho do Sr. José Marciente e da Sra. Clarisse Ferraz de Barros, falecidos. Deixou os filhos: Rosimeire Aparecida Marciente Teixeira da Silva casada com Reinaldo

Teixeira da Silva; Lidelce Marciente Fraga casada com Carlos Alberto Fraga; Sílvia Maria Marciente; Ricardo Jose Marciente. Deixa ainda netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 15:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Safira, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal de Charqueada. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO PAULO VALERIO, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 70 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Heloisa Trevizan Valerio. Era filho do Sr. Luiz Valerio e da Sra. Maria de Lourdes Telles Valerio, falecidos. Deixa irmãos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 16:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ZENITH CASSIANO DO NASCIMENTO, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 96 anos de idade e era viúva do Sr. Sidnei do Nascimento. Era filha da Sra. Maria de Lourdes, falecida. Deixa os filhos: Mary do Nascimento casada com Denis Vicente Ferreira Rodrigues, Edson do Nascimento casado com Berenice Barreto do Nascimento. Deixa netos, bisnetos, demais parente e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 14:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 01, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. REINALDO PINTO DO AMARAL, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 60 anos de idade e era filho do Sr. Luciano Pinto do Amaral; falecido e da Sra. Benedita do Amaral. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 13:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA IGNEZ MARANGONI BRUNELLI, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 86 anos de idade e era filha do Sr. Amadeu Brunelli e da Sra. Maria Zella Marangoni Brunelli, falecidos. Deixa Irmãos, Sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 14:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 03, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA INEZ SACARO COLLEGARI, Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 84 anos de idade e era viúva do Sr. Pedro Affonso Collegari. Era filha do Sr. Angelino Sacaro e da Sra. Maria Antonia Ganassim, falecidos. Deixa os filhos: Pedro An-

gelo Collegari, Perci Antonio Collegari casado com Sonia Collegari, Fernando Collegari casado com Renata Collegari, Lucio Collegari casado com Alessandra Collegari, Cesar Collegari casado com Tusa Collegari. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 17:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA ISTELA DOS SANTOS OLIVEIRA, Faleceu dia 27pp na cidade de Rio das Pedras, aos 60 anos de idade e era filha do Sr. Felipe Machado de Oliveira e da Sra. Elvira Vieira dos Santos, falecidos. Deixa os filhos: Josenildo Oliveira dos Santos; Maria Nilza Oliveira dos Santos; Luciene Oliveira dos Santos; Lucileide Oliveira dos santos; Adones Oliveira dos Santos; Geisa Oliveira de Souza; Claudia klay Santos do Monte. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp 15:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ANA SABINO DE OLIVEIRA, Faleceu dia 27pp na cidade de Jaú aos 56 anos de idade, era filha do Sr. Deocides Sabino de Oliveira e da Sra. Adolfinha Maréca dos Anjos. Deixa os filhos: Micaela, Izaque, Eliezer e Robson. Deixa ainda netos e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 16:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Jaú, seguindo para o Cemitério Municipal de Jaú. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA EVALDI HUFFENBAECHER, Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 74 anos de idade e era filha do Sr. João Theodoro Huffenbaecher e da Sra. Clotilde Nunes Huffenbaecher, falecidos. Deixou a filha: Camila Huffenbaecher casada com Filipe Fernandes Pinheiro. Deixa 02 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 13:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Diamante, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal de Santa Maria da Serra. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. FLAVIO EDUARDO DEGASPARE, Faleceu dia 28pp na cidade de Rio das Pedras, aos 58 anos de idade. Era casado com a Sra. Flavia Chamma Degaspere. Era filho do Sr. Jose Degaspere; falecido e da Sra. Maria de Lourdes Rubim Degaspere. Deixa os filhos: Fabricio Chamma Degaspere e Flavio Eduardo Degaspere Filho. Deixa 02 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp 16:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Ce-

mitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. LOURDES DARIO BARBOSA, Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 86 anos de idade e era viúva do Sr. Manoel Barbosa Neto. Era filha do Sr. João Dario e da Sra. Maria Dario, falecidos. Deixa os filhos: Ronaldo Ronie Barbosa, Roberto Barbosa casado com Osana Maria de Oliveira Barbosa. Deixa netos, neta, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp as 10:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição Sala - Premium, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. GUILHERMINA DE FREITAS PEREIRA, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 96 anos de idade e era viúva do Sr. Sebastião Batista Pereira. Era filha do Sr. Joaquim de Freitas Viana e da Sra. Francisca de Freitas, falecidos. Deixa os filhos: Maria Batista Pereira Caetano, Nivaldo Batista Pereira casado com Vanderli Gloria Pereira, Antonio Batista Pereira casado com Vera Lucia Pereira, Pedro Batista Pereira casado com Noemi Rocha Pereira, Luiz Carlos Batista Pereira casado com Denise Casarim Pereira, Zilda Aparecida Batista, Edivaldo Batista Pereira, Roginaldo Batista Pereira e Lucimar de Fatima Batista Beraldo casada com Claudionor Beraldo Junior. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp as 16:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 04, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. FLORACI OLIVEIRA DE LIMA, Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 73 anos de idade e era filha da Sra. Sebastiana Rosa da Conceição, falecida. Deixa os filhos: Paulo Oliveira de Lima, Jose Valmir Oliveira de Lima, Jose Vanderlei Oliveira de Lima, Cicera Ivanilda Oliveira de Aguiar casada com Jose Valter Rizzato de Aguiar, Maria Aparecida de Lima Chavier casada com Eduardo Chavier, Maria Ines Oliveira de Lima e Jose Cicero Oliveira de Lima casado com Dinalva Santos de Lima. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp as 17:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende Sala - 02, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezen-de. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO DE SOUZA ANTUNES, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 86 anos de idade e era casado com a Sra. Maria de Fátima Leite da Silva. Era filho do Sr. Benedito Antunes Sobrinho e da Sra. Isaltina de Souza Antunes, falecidos. Deixa os filhos: Marcos Frutuoso Antunes casado com Bertha Alves Machado Antunes, Marcia Frutuoso Antunes

Nogueira casada com José Carlos Nogueira, Marilda Frutuoso Antunes casada com Fernando Paulo Filho, Margarete Frutuoso Antunes casada com Richard William Carneiro. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 29pp na Sala Esmeralda no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 15:00hs até as 23:00hs e retornou dia 30pp as 07:30hs até as 10:00hs, onde ocorrerá a Cremação. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

MENINA - ISIS HELLENA GARCIA, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, e filha do Sr. David Adriano Garcia e da Sra. Anna Julia Soares. Deixa ainda demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 30pp as 10:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. HERMENEGILDO RASERA - (HELIO RASERA), Faleceu dia 01pp na cidade de Piracicaba, aos 93 anos de idade e era viúvo da Sra. Maria Roque Rasera. Era filho do Sr. Carlos Rasera e da Sra. Luiza Molon Rasera, falecidos. Deixa os filhos: Maria Cristina Rasera Cerignoni viúva de Francisco Nuncio Cerignoni, Celia Regina Rasera, Eliana Ap. Rasera Mantoam casada com Jose Edemilson Mantoam, Maria Angelica Rasera, Jose Carlos Rasera casado com Cintia Tecce Rasera. Deixa netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 02pp as 15:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. NATALINO APARECIDO GIUSTI, Faleceu dia 30pp na cidade de Iracemápolis, aos 67 anos de idade e era filho do finado Sr. Nazareno Giusti e da Sra. Augusta Sonogo Giusti. Deixa os filhos: Talita Denardi Giusti Dal Olio casada com Fernando Gonçalves Dal Olio, Tamires Denardi Giusti e Tamar Denardi Giusti Olivetto casada com Moises Olivetto. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp as 14:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Iracemápolis, seguindo para o Cemitério Municipal de Iracemápolis. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. VALDIR APARECIDO BARBOSA, Faleceu dia 30pp na cidade de Charqueada, aos 49 anos de idade e era filho do finado Sr. Benedicto de Oliveira Barbosa e da Sra. Josefa de Araujo Barbosa. Deixa os filhos: Lais Fernanda Barbosa, Larissa Geovana Barbosa casada com Alex de Oliveira, Davi Rafael Barbosa e Laura Feltrin Barbosa. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp as 13:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Charqueada, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

Dani Flomin

Da novela "Elas por Elas"
pra PiraCult

Saúde *Saiba como a deficiência de ferro no sangue afeta a saúde da mulher*

Comportamento *Comprar para se sentir melhor?*

Filhos *O que pode estar por trás de uma aparente birra?*

Gastronomia *Saiba o que consumir para os cuidados com a saúde masculina*

Vida Saudável *Posso viajar de avião após uma cirurgia?*



Acima de tudo, a paz!

Com apenas 22 anos, Dani Flomin talvez possa ser definido como um ponto fora da curva. Começou a compôr e fazer música ainda criança, depois entrou para a dramaturgia em produção da Disney e agora divide com Mateus Solano o mesmo personagem no remake da novela "Elas por Elas", na Rede Globo. Judeu praticante, ele exercita sua espiritualidade com a mesma paixão com que conduz sua carreira, e bateu um papo em dose dupla com a PiraCult: aqui na coluna da Folha e no programa da Metropolitana que o leitor acessa pelo QRCode abaixo. Talento, descontração e maturidade que impressionam. Ele fala do sucesso, da vida e do conflito no Oriente Médio com clareza e propriedade.

PiraCult: Dani, quem te vê surgindo na primeira fase de "Elas por Elas" talvez não suponha que com tão pouca idade você já fez muita coisa nas artes. Conta pra gente um pouco dessa trajetória na música, na dramaturgia... É verdade, comecei bem cedo mesmo! Com 8 anos, já trabalhava profissionalmente com música. Lancei um álbum aos 10 anos de idade, quando eu já ficava entre as mais pedidas de rádios (mais de 60 pelo Brasil) e na TV. Em paralelo, sempre estudei teatro, mas nunca imaginei trabalhar com isso. Hoje me sinto muito honrado em ter sido um protagonista em série da Disney e agora na Rede Globo.

PiraCult: Você interpreta na novela o personagem que na fase adulta é vivido pelo Matheus Solano. A semelhança física de vocês é impressionante. Como está sendo dividir com ele a criação desse protagonista? É uma verdadeira aula para mim! Mateus é muito talentoso e generoso! Aprendo muito, observo cada detalhe. Além disso, Mateus ainda escuta muito, o que acarreta em termos tido muita troca para a construção do Jonas.

PiraCult: A música está na sua gênese artística, foi nela que você começou sua carreira. Na sua concepção, o quanto o "saber musical" é importante para o ator? O saber musical me parece muito importante para a constituição do ser humano, inclusive. Mas especificamente para o ator, acredito que tanto a arte performática que a música traz quanto o senso estético/rítmico/emocional, contribuem para a formação e constituição das cenas.

PiraCult: Você faz parte de uma novíssima geração de artistas que produzem com criatividade e com todos os recursos digitais disponíveis. Na sua opinião, a tecnologia é uma ajuda pra quem tem talento ou acaba potencializando quem não possui tanta vocação assim? É evidente que eu fico muito feliz quando vejo um artista que ao meu gosto é interessante, caindo no gosto do público geral. Entretanto, eu acredito que, se alguém atinge sucesso on-line, é porque gerou alguma conexão real com a audiência, que deseja acompanhar de perto.

Então, não me sinto no lugar de julgamentos. Mas ratifico minha alegria ao ver grandes mestres - ao meu ver - sendo consagrados pela massa.



Tem mais Dani Flomin no PiraCult da Metropolitana

PiraCult: Há uma fila de artistas mirins que quando chegam à idade adulta se reinventam dentro da arte. Alguns passam a produzir nos

bastidores, escrevendo, dirigindo, produzindo... Você se imagina num caminho assim? Acho que venho me reinventando, na verdade! A própria atuação foi um acréscimo nisso, bem como o amadurecimento de letras e músicas. Por outro lado, ainda não me vejo produzindo. Não nesse momento.

PiraCult: Tanto você quanto Matheus Solano são judeus. Há dados da Federação Israelita de São Paulo que o antissemitismo no Brasil cresceu 961%. Como você enxerga essa onda de ódio contra os judeus e que acende um alerta nos quatro cantos do planeta? Eu, minha família e meus amigos temos sofrido muito. Temos presenciado de perto perdas irreparáveis, familiares e amigas estupradas, violentadas, bebês sequestrados, entre outras barbáries praticadas pelo grupo terrorista Hamas. Eu desejo, acima de qualquer coisa, a paz e o bem de todos - sejam eles palestinos ou israelenses. E exatamente por isso, acredito que precisamos conscientizar as pessoas sobre o que tem

acontecido. Não estou fazendo aqui nenhum apelo político, todos podem inclusive discordar do governo de Israel, se assim quiserem. Só é muito importante acolher os humanos por trás disso tudo, que estão sofrendo tanto. E para isso, precisamos deixar de lado nossa islamofobia e antissemitismo, conectar empaticamente com o humano e, então, vencer o terrorismo para o bem dos palestinos e israelenses. Não ao Terrorismo! Não ao Hamas! Todo meu amor aos palestinos! Todo meu amor aos judeus!

PiraCult: E a gente fecha o nosso bate-papo sempre da mesma maneira: qual a sua dica pra quem está sonhando em chegar onde você chegou? Acredito que atores e cantores são sonhadores. E eu não gosto de vender sonhos, eles são a vida das pessoas. Sendo assim, eu não consigo dar alguma dica mutio específica. A única que eu diria é: comece! Mesmo não estando pronto, comece! O aprendizado vai se ajustando na prática, junto com o talento e os estudos. ■



Disney 100 Anos – Music Celebration



Inspirado nos 100 anos da The Walt Disney Company, completados em outubro deste ano, o Instituto Formar preparou a apresentação especial de fim de ano “Disney 100 anos – Music Celebration”, que será realizada na quarta-feira, 6 de dezembro, às 19 horas no Teatro Municipal Erotides de Campos, o Teatro

do Engenho, em Piracicaba. O especial será interpretado pela Banda e Coral do Instituto Formar formados por adolescentes e jovens do Programa de Expressão Cultural, ex-integrantes da instituição, sob a regência dos maestros Eloy Porto Neto e Evandro Santos. Os professores Marcelo

Seghese, Elcio Aguiar e Ester Leite trabalharam em parceria com os regentes na preparação do elenco e ensaio dos arranjos, alguns inéditos. No palco do teatro, o público vai poder viajar pelas personagens históricas de Walt Disney, com músicas que marcaram gerações em temas como Pinocchio, Rei Leão, Mulan, Alladin, A Bela e a

Fera, Frozen, Moana, O Mágico de Oz e muito mais. “O nome ‘Disney’ de alguma forma habita o inconsciente de todos nós. Lembranças de infância, memórias de família, momentos felizes... Foi com essa motivação que começamos a trabalhar desde janeiro de 2023 para montar um repertório que de alguma

forma tocasse o coração da plateia, e pelos ensaios já podemos prever que será uma noite de grandes emoções”, declarou o coordenador cultural do Instituto Formar, Maurício Ribeiro. Os ingressos poderão ser retirados na bilheteria do teatro, 1 hora antes do início do espetáculo. A classificação indicativa é livre. ■

Fred Garcia no Papo Noel Podcast

Fred Garcia é o primeiro global mirim a ser entrevistado no programa Papo Noel Podcast, que estreou na noite de ontem no canal da Metropolitana no YouTube. Com direção de Maurício Ribeiro, captação de Danilo Telles e edição de Felipe Carboni, a série de quatro episódios traz Papai Noel entrevistando pequenas estrelas da TV brasileira. A produção da Primor Comunicação & Imprensa é uma parceria com a MNUNES Produções Artísticas, assessoria

de imprensa do Rio de Janeiro com especialização no atendimento de novos talentos, trazendo nos próximos episódios os prodígios Felipe Melquíades, Davi Queiroz e Miguel Venerabile. Acesso pelo QRCode! ■



Dica da Semana com Nathalia Felipe @nathaliarfelippe



Movimento de Jesus

Um drama para você ficar admirar o mover de Jesus no meio dos hippies. Este filme, baseado em fatos reais, conta um ocorrido nos EUA no início da década de 1970. Um pastor carismático, por acaso, acaba recebendo em sua casa um pregador de rua, e juntos abrem a porta de uma congregação para receber os hippies. Nesse momento, ocorre um dos maiores despertares espirituais da história americana. Uma narrativa muito comovente e repleta de amor que vai encantar você. Pegue a pipoca, chame a família para assistir. Este filme está disponível na HBO MAX. ■



Jonathan Roumie é o protagonista

Martha Watts 20 Anos

O Centro Cultural Martha Watts está celebrando seus 20 anos de fundação agora em 2023. O ano foi marcado por diversas ações comemorativas, e o ponto-ápice da festa acontece na próxima terça, dia 5 de dezembro, com o lançamento do livro “Colecionando Memórias: 20 Anos do Centro Cultural Martha Watts”. A obra, editada e impressa pelo IHGP (Instituto Histórico e Geográfico de Piracicaba), tem a organização de Ana Paula Paschoadeli Castilho, Joceli Cerqueira Lazier e Reinaldo Diniz, com artigos de 52 colaboradores dos mais diversos segmentos. Às 19h30, no Salão Nobre da UNIMEP (Rua Boa Morte, 1225 - Piracicaba). ■



197ª Festa do Divino, entre as alegrias e emoções de ser festeira

Imagem: Divulgação

Elisabete Bortolin, Artigo originalmente publicado na Revista da Academia Piracicabana de Letras e lançado na 4ª. Flíper.

Foi em julho de 2022, que recebemos das mãos da Sra. Rosa Casarin, sua filha Sabrina A. Casarin, neta Vitória R. Casarin e neto Luís Antonio F. Pinto, a Bandeira do Divino Espírito Santo de Piracicaba, para sermos, ao lado do prof. Adolpho Queiroz, Festeiros do Divino de Piracicaba até julho de 2023. A partir daí começou nossa convivência com um universo que eu não conhecia. Morando por muitos anos em Santos, a festa era para mim apenas um comentário de alguma amiga, das minhas irmãs, uma notícia de jornal.

Mas nunca tinha mergulhado de fato nos seus aspectos culturais e, especialmente, religiosos. Passeava pela Rua do Porto apreciando a parte festiva. As primeiras demandas foram no sentido de reconstituir a bandeira, lavando-a, trocando suas fitas vermelhas e brancas, aperfeiçoando a aureola que envolvia a pomba do Divino.

Depois dela, a orientação dos amigos e amigas mais experientes da Irmandade do Divino, a quem fomos igualmente conhecendo mais de perto. Dentre eles, vários ex-festeiros, cada um com suas experiências e épocas.

A princípio fomos conduzindo lentamente a bandeira a casas de parentes mais próximos, cumprindo sempre o ritual da leitura da Oração do Espírito Santo, do Pai Nosso, da Ave Maria e do Glória ao Pai, a partir dos quais nos despedíamos e deixávamos a bandeira para que, onde aportasse, também fossem desenvolvidas atividades religiosas, como a reza do terço, por parte do acolhedor, seus vizinhos e parentes. E fazendo postagens destes aportes nas redes sociais.

Com isso fomos despertando amigos nas redes sociais, pedindo-nos que levássemos a Bandeira para ser aportada em suas casas, onde éramos sempre recebidos com demonstrações de fé, esperança e várias histórias contadas so-



Quadro sobre a Festa do Divino, de autoria de **Ciro de Oliveira**.

bre graças alcançadas por eles próprios, parentes ou conhecidos. E fomos construindo um primeiro repertório de informações sobre a importância dela.

Participamos também das atividades do Terço dos Homens, na Capela do Divino, recentemente reformada; de missas em Rio Claro e Piracicaba; nos despedimos do Monsenhor Jorge Simão Miguel, antigo capelão, na missa em sua homenagem na igreja da Imaculada Conceição em Vila Rezende; fomos a Rio Claro, na posse do padre José Maria, na Igreja do Divino Espírito de lá, e das missas realizadas neste período na Irmandade do Divino e fomos amalhando novas amizades, que nos solicitavam a presença da Bandeira.

Um mês antes do início da festa participamos da Carreata 2023, sob forte emoção desde a saída do caminhão e durante todo o percurso ao passar pelas ruas, casas, prédios, hospitais, igrejas, lar de idosos, onde as pessoas paravam para se benzer ao ouvir as orações, a música do Divino Espírito Santo, sob forte emoção se ajoelhavam e se benziavam. Experiência indescritível é estar em cima do caminhão, ao lado da bandeira sentindo as lágrimas rolar pela face em sinal de gratidão por poder vivenciar momento tão sagrado e subli-

me.

Levamos a bandeira a 70 residências, na região central da cidade e em muitos bairros, igrejas, estabelecimentos comerciais e uma cooperativa. Sempre recebidos com expressões de fé e agradecimento. Até que numa das residências visitadas, recebemos de presente um caderno decorado e enfeitado pela prima Luciane Côa, que nos deixou uma dedicatória bonita e emocionante sobre a força do Espírito Santo na vida dos seus familiares. Ela e sua mãe já possuíam uma das mais de 200 Bandeiras do Divino espalhadas em residências dos Devotos de nossa cidade. O objetivo do presente era que fôssemos registrando, a partir dali os depoimentos das pessoas que visitássemos, como um testemunho de fé e da alegria de todos eles em aportarem a nossa Bandeira. E assim foi feito desde então.

Nesse período também a Irmandade foi reunindo seus diretores, colaboradores e amigos, em animada feijoada e bistecada, para irem gerando expectativas sobre a festa deste ano. Todas acompanhadas de shows musicais, sempre prestigiando grupos locais de samba e sertanejo. Ao mesmo tempo fomos estimulados a montar um pequeno kit com uma medalha do Espírito Santo e um cartão com a Oração

do Divino Espírito Santo e as lembranças dos nossos nomes como festeiros do ano 197. E aí foi uma busca intensa por orçamentos acessíveis e recursos para termos em mãos 2000 lembranças para serem distribuídas aos devotos e no Tríduo, que abria os festejos em julho de 2023. E assim o fizemos, e contamos com a ajuda da irmã do Adolpho, a Lia Queiroz e sua amiga Rachel Aleoni que nos ajudaram também, junto com as irmãs Sheila, Marina e Madalena Tricânico, na tarefa de separar cartões, medalhas, inserir nelas fitas vermelha e branca em cartões de plástico, onde eram agrupadas para posterior distribuição.

E continuamos a conduzir a bandeira, cujo aporte final foi no gabinete do Prefeito Luciano Almeida, que com seus auxiliares mais próximos nos recebeu e assinou um depoimento no caderno, além de participar posteriormente da Missa da Derrubada dos Barcos, sob uma chuva de bençãos literalmente, porque, em plena estiagem, choveu muito naquela manhã, e depois no domingo, do encontro dos barcos no rio Piracicaba.

Lembrando que foi o então prefeito Viegas Muniz que instituiu o encontro dos barcos no Rio Piracicaba, pela primeira vez, na festa de 1826.

E vieram os últimos desafios, de passar a bandeira nas casas dos moradores da Avenida Beira Rio, Rua do Porto e Rua Antonio Correa Barbosa, raízes da nossa festa. Em cada residência, um relato, um comprometimento, uma graça alcançada, uma demonstração de fé. Vamos ao som do pandeiro Luizinho, do caixista Jurandir e até do ritmista improvisado, prof. Adolpho Queiroz, que usava o chocalho no ritmo exigido pelos demais. A visita sempre precedida das orações pertinentes ao Divino, conduzidas pelo diretor religioso da Irmandade, Virgílio Carraro, e na despedida, o canto marcado que se encerrava assim “no ano que vem, nós vortaqui traveiz”, com todos os erres e esses dodialetos caipiracicabano. Recebidos sempre com fé, alegria, cafezinho, bolos e outras boas histórias para contar. Vale ressaltar a compaixão das famílias que recebiam a bandeira em sua casa, em querer doar alimentos para as famílias necessitadas ribeirinhas. Vimos famílias carentes, com muitos filhos, cão, gato, pegar em sua despensa macarrão, molho de tomate, farinha de milho, óleo, etc., e doar para a Irmandade dividir com os mais necessitados, uma demonstração de solidariedade, humanidade, de necessitados para necessitados.

Na casa de Vera Sartori, por exemplo, além da bandeira da família, encontramos uma flâmula de 1972, em que ela e o marido Paulo foram festeiros. E uma lembrança incrível. Quando o pai de Paulo faleceu, sobre o seu caixão foi colocada uma bandeira do Divino. Quando Paulo faleceu e foi enterrado, a bandeira do pai falecido estava intacta. Os filhos então a dobraram, puseram num saco plástico e deixaram no caixão enterrando-a novamente junto ao antigo festeiro.

Aliás a família Sartori tem uma bela história, a ser recontada num outro momento e espaço, das suas contribuições à Festa do Divino, como as do Zé Careca, proprietário da Oficina Bom Jesus, no comecinho da Rua Moraes, onde ficavam, antigamente, os animais doados para o leilão. Nos fundos da oficina, o Zé Careca dava abrigo aos animais, que posteriormente eram atração nos leilões que precediam a festa de encerramento. Neste ano, a grande atração do leilão foi uma imagem de Nossa Senhora Aparecida, doada pelo cantor Daniel, aliás José Daniel Camilo, que saiu de Brotas para encantar o Brasil, que foi o maior arremate já conhecido na história da festa. Superando, em muito, os lances dados para a compra das leitoas e outras prendas ofertadas.

No sábado tivemos a experiência de percorrer a Procissão do Divino, empunhando com fé e alegria a bandeira que nos deram a conduzir. Primeiro passando sobre as pessoas com suas mortalhas, ao som da Banda União Operária, rezando fervorosamente o terço. Fomos até as proximidades do Campo do União Porto, pela Avenida Beira Rio e Rua do Porto, voltamos pela viela em que estão instalados os restaurantes, onde conjuntos musicais entoavam canções religiosas.

A experiência de ter ido no Barco dos Irmãos do Rio de Cima, para encontrarmos com os barcos dos remadores, representando os Irmãos de Baixo, foi inesquecível. Nunca vivi nada parecido, nem com a intensa emoção e demonstração de fé. Carreguei a Bandeira na ida e na volta, não me desgrudei dela um minuto, olhando, entre lágrimas, o povo que nos aplaudia em cima da ponte estaiada ou

nos arredores do Rio Piracicaba por onde ela passou. No barco estavam três bandeiras. O costume é ir no barco somente a Bandeira Mãe, mas entraram mais duas, conduzidas pela Cristina e pela Luciane que estavam sentadas na frente e eu estava no meio segurando a Bandeira Mãe. Daí entendi, a meu ver, que a primeira bandeira representava a Bandeira do Pai, a Segunda, do Filho e a Terceira do Divino Espírito Santo, formando a Trindade Divina, então, meu coração sossegou e ficou em paz. Estávamos acompanhados pela devota Sra. Cristina/cantora, por minha irmã Irani Bortolini, pela prima Luciane P. Côa, pela Sheila Tricânico, pela Lia Queiroz, pelo Bispo D. Devair Fonseca, pelo Monsenhor Ronaldo Francisco, pároco da catedral e Capelão do Divino, pelo diácono Lucas, pelo deputado Alex Madureira, pelo prefeito Luciano Almeida e sua esposa, Andrea Almeida, pelo Secretário de Cultura Carlos Beltrame, pela Vitória Regina Casarin e pelo festeiro prof. Adolpho Queiroz, sob o comando do Capitão Alexandre Ferreira na frente do lado direito, o remador Luciano Ferreira na frente do lado esquerdo, Alberto Ferreira, atrás do lado direito, Sérgio Furtuoso atrás do lado esquerdo, e em outro barco estavam os Irmãos do Rio de Baixo. O barco estava com uma composição perfeita de pessoas merecedoras de estarem ali. Pensando bem, acredito que esse barco deveria ser bem maior para levar mais pessoas para vivenciar essa Divina experiência. Quem sabe toda pessoa na orla do rio poderia alugar um barco e estar lá no meio participando desse encontro de fé e tradição.

O significado deste encontro é o de lembrar que no começo da povoação de Vila Nova da Constituição, nos idos de 1700, depois Piracicaba, eram constantes as enchentes e as maleitas. Por isso, os devotos do Divino nos séculos passados, invocavam a sua proteção contra esses males. Em certa ocasião, os Devotos pediram ao Divino Espírito Santo que naquele ano não houvesse nem enchente, nem maleita na cidade. E em função disso, passariam a pedir esmolas, comida, remédios aos moradores da pequena povoação de Vila Nova da

Constituição, para enviar aos moradores mais distantes da cidade, cujo acesso a esses benefícios era muito mais difícil. Então os "irmãos do Rio de Cima", atual rua do Porto, faziam fogueiras grandes, para avisar os "irmãos do Rio de Baixo", que iriam levar comidas e remédios aos mais necessitados. Daí a origem deste encontro que dura muitos anos. E os fogos de artifício que fazem parte da sua história. Os fogos de hoje, mesmo que sem estampidos, são para lembrar as fogueiras do passado.

Vivemos no domingo as últimas emoções, com a procissão saindo da Capela do Divino,

levando os andores de N. Sra. Aparecida, de São Benedito e do Divino Espírito Santo, decorados com flores naturais e cheirando a eucalipto e rosas, passando pela Capela de Nossa Senhora Aparecida, em seguida o início da missa final, onde lemos as homilias daquela data. E na sequência, sob fortes emoções, passamos a bandeira ao casal festeiro

do período 2023/2024, Rafael Protti e Liliane Sartori, a quem desejamos que tenham

o mesmo êxito, as alegrias e demonstrações de imensa fé ao Divino Espírito Santo que tivemos no nosso período.

Após a missa da passagem da bandeira para o próximo casal festeiro, aconteceu algo que nem sequer imaginei, foi um dia dançar Congada, ritmo alegre, batida fácil e marcante nos pés e nos pauzinhos que fazem a marcação do ritmo. Ver as senhorinhas e senhorinhos vestidos com traje oficial da festa. Roupa Branca, com fitas vermelhas, gravatas cheias de medalhinhas, boina branca com o símbolo da Irmandade, sapatos brancos e meias brancas. Um cuidado nas vestes que demonstram o carinho, o amor pela festa de fé e tradição. Assistir a essa dança e ouvir o batuque da Congada mexe com nosso coração, traz alegria, paz e vontade de estar no meio da dança. Participei junto com o pessoal quando foi aberta a roda para todos participarem. Ritmo suave, gostoso, batida forte e firme. Perguntava-me: "como nunca consegui participar disto tudo que estou vivenciando aqui e agora?" Sim, falava comigo mesma, tudo tem o tempo e a hora certa para acontecer. Junto ao meu querido e ama-

do professor Adolpho Queiroz é que minha vida deveria experimentar tudo que me foi ofertado através dessa dispensação em ser festeira desta maravilhosa festa do Divino Espírito Santo em 2023.

E como registro final, nossa gratidão ao prefeito Luciano Almeida, que nos concedeu a honra desta vivência abençoada de sermos festeiros do Divino Espírito Santo em 2022/23; ao presidente da Irmandade do Divino Espírito Santo, Vitor Totti; aos amigos da imprensa que nos ajudaram a divulgar a festa deste ano; aos patrocinadores das nossas medalhas, e demais materiais de divulgação, Prefeito Luciano Almeida, Deputado Alex Madureira, Ciro Piazza, Fausto Longo, Carlos Choayri, Rafael D'Abrozio, Antonio Ulisses Michi, Arnaldo Bortoleto, Juliano Dorizoto, Vereador Acácio Godoy, Álvaro Piedade, Jonas Silveira, aos que ajudaram com suas presenças nas nossas atividades e festividades colaborando com a feijoada e bistecada e a outros doadores anônimos da Irmandade. A todos, nossa imensa gratidão.

Essa edição da festa, esses momentos, ficarão para sempre em nossos corações.

**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

SMD
condominios

Saiba como a deficiência de ferro no sangue afeta a saúde da mulher

Estima-se que entre 40% e 50% das brasileiras em idade reprodutiva sofrem com o problema; exame para avaliar deficiência de ferro não é rotineiro

Imagem: Divulgação



Por **Fernanda Bassette**, da Agência Einstein

Dados americanos indicam que cerca de 35% das mulheres em idade reprodutiva (com menos de 50 anos) possuem déficit de ferro no organismo. No Brasil, a estimativa é ainda maior: calcula-se que entre 40% e 50% das mulheres jovens sofram com alguma deficiência de ferro, muitas vezes não identificada porque a dosagem desse nutriente não costuma fazer parte dos exames rotineiros. A deficiência de ferro é a principal causa de anemia, a deficiência nutricional mais prevalente no mundo, afetando 33% das mulheres não grávidas, 40% das mulheres grávidas e 42% das crianças em todo o mundo, segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS).

O principal fator que leva à deficiência de ferro na mulher é o ciclo menstrual intenso, com muita perda de sangue – a eliminação de coágulos pode ser uma maneira de identificar a quantidade do fluxo.

“Muitas vezes a mulher não consegue recuperar esse ferro perdido no intervalo de uma menstruação para outra. Além disso, há casos de deficiência de ferro causada por alimentação inadequada com dietas muito restritivas [pouca carne e pouco alimento rico em ferro], tanto por imposição da beleza quanto por situações em que as pessoas não têm acesso à comida mesmo”, ponderou Ana Paula Beck, ginecologista e obstetra do Departamento Materno Infantil do Hospital Israelita Albert Einstein.

Outras situações também levam ao problema, como cirurgia bariátrica desabsorviva (que altera o trânsito intestinal e, consequentemente, reduz a absorção de vitaminas e nutrientes), alimentação inadequada e dietas restritivas. Inclusive, em um comunicado emitido em 2021, a OMS afirmou que reduzir a anemia era um dos componentes dos esforços para erradicar todas as formas de má nutrição. Em 2020, segundo a organização internacional de saúde, havia 614 milhões de mulheres e 280 milhões de crianças em todo o mundo que sofrem com anemia.

O sexo masculino também pode sofrer com a deficiência de ferro. A principal causa da anemia neles é a perda de sangue no tubo digestivo, que precisa ser investigada. Outras causas são desabsorção intestinal ou doenças crônicas. No caso dos homens, no entanto, a anemia não é tão frequente, uma vez que não há perda mensal de ferro como ocorre com as mulheres devido à menstruação.

Atualmente, os níveis considerados saudáveis de ferro e ferritina no sangue em mulheres são acima de 50 mcg/dl e 15 mcg/l, respectivamente. Existe uma discussão em torno do aumento desses níveis para o sexo feminino, visando reduzir o risco de anemia e melhorar as funções dessas substâncias no organismo, mas ainda não há um consenso definitivo.

“É um tema absolutamente discutível, mas o ideal é manter pelos menos os níveis mínimos já determinados”, comentou o hematologista Nelson Hamerschlag, do Hospital Israelita Albert Einstein.

Uma vida saudável e feliz começa com um sorriso

Mais de 22 mil dentistas em todo o Brasil.

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

Para que serve o ferro?

O ferro é usado para fabricar hemoglobina, que é uma proteína dos glóbulos vermelhos que transporta oxigênio dos pulmões para o resto do corpo. Ele também é fundamental para outras funções, como a síntese de DNA e o metabolismo energético.

“O ferro ainda ajuda na cadeia respiratória das células junto às chamadas mitocôndrias e na fixação do nitrogênio. Ele contribui diretamente na fabricação dos glóbulos vermelhos, da mioglobina dos músculos e de elementos do fígado”, explicou Hamerschlag.

Quando não usado para a produção de hemoglobina, o ferro é armazenado nos tecidos de forma geral, principalmente na medula óssea e no fígado, onde é ligado a uma proteína chamada ferritina (um indicador das reservas de ferro). Quando as reservas de ferro diminuem, o que está disponível é redirecionado para a manutenção dos glóbulos vermelhos, em detrimento de suas outras funções. Se o corpo esgota suas reservas, a deficiência de ferro leva a uma redução da hemoglobina e do número de glóbulos vermelhos saudáveis – e é aí que surge a anemia ferropriva, a principal causa de anemia no Brasil e no mundo.

“Existem outros tipos de anemia, entre elas a doença falciforme, a talassemia, deficiência de B12, ácido fólico, autoimune etc... mas a anemia por deficiência de ferro é de longe a mais comum”, ressaltou Hamerschlag.

Sintomas e tratamento da deficiência de ferro

Os sintomas da deficiência de ferro costumam ser bem inespecíficos e incluem desde falta de ar, cansaço, confusão mental, queda de cabelo, enfraquecimento das unhas, tontura, aumento da sensibilidade ao frio até palpitações cardíacas. O principal problema é a anemia, que se não for identificada e tratada, pode progredir para um quadro grave, podendo levar à insuficiência cardíaca e alterações no metabolismo celular e na produção de energia.

Nas mulheres grávidas, a preocupação é ainda maior devido

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

ao aumento da necessidade de sangue circulando para o feto e a placenta. Uma deficiência de ferro na gestação pode causar anemia, baixo peso do bebê ao nascer e parto prematuro. Além disso, tem sido associada a problemas de desenvolvimento neurológico, com efeitos significativos no desenvolvimento neuropsicomotor e consequências negativas na aprendizagem e no desempenho escolar posteriormente na vida.

A Federação Internacional de Ginecologia e Obstetrícia (FIGO) emitiu recentemente uma recomendação para que todas as pacientes tenham os níveis de ferro medidos regularmente, independente se estão ou não grávidas. Aqui no Brasil, a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo) publicou uma recomendação parecida no ano passado, em que orienta investigar e tratar com reposição de ferro todas as mulheres com sangramento uterino anormal.

Segundo a ginecologista do Einstein, ainda não existe nenhuma orientação ou diretriz no Brasil para o rastreio rotineiro de dosagem de ferro em todas as

mulheres em idade reprodutiva, mas ressalta que existe um esforço principalmente no terceiro trimestre da gestação para que a mulher não vá para o parto com anemia ou deficiência de ferro.

“O mundo ideal seria avaliar a anemia e o ferro de todas as nossas pacientes, mas nem sempre conseguimos fazer isso de forma generalizada. Mas temos aumentado muito os pedidos de exame de ferro e a procura pela anemia ferropriva que é, sem dúvida, a principal causa de anemia no Brasil”, disse Beck.

A anemia ferropriva é um problema de saúde pública mundial. A partir do momento que ela foi diagnosticada e a causa foi identificada, o tratamento envolve a reposição de ferro com suplementação oral ou endovenosa, dependendo da gravidade do caso, além de manter uma dieta adequada principalmente baseada em carne, peixe e frango. Alguns vegetais também são ricos em ferro, mas para melhor absorção pelo organismo eles precisam de vitamina C. “O uso de panelas de ferro, por incrível que pareça, também pode ajudar”, completou Hamerschlag.

Fonte: Agência Einstein

Cuidando da Saúde em Tempos de Baixa Umidade do Ar

Imagem: Divulgação



O Desafio da Baixa Umidade

A baixa umidade do ar é um problema de saúde comum em muitas regiões do mundo, especialmente em climas áridos e durante determinadas estações. Além de afetar o conforto, a baixa umidade pode ter sérios impactos na saúde. Neste artigo, exploraremos maneiras eficazes de proteger sua saúde durante períodos de baixa umidade do ar. Continue a leitura e saiba quais são elas:

1. Mantenha-se Hidratado

A desidratação é um risco comum durante a baixa umidade do ar. A pele e as vias respiratórias podem perder umidade rapidamente. Certifique-se de beber água regularmente para manter seu corpo hidratado. Evite o excesso de cafeína e álcool, pois podem causar desidratação.

2. Use Umidificadores de Ar

Umidificadores são aparelhos que aumentam a umidade do ambiente. Ter um umidificador em casa ou no local de trabalho pode ajudar a manter as vias respiratórias úmidas, reduzindo o risco de infecções e irritações.

3. Evite Exercícios ao Ar Livre em Horários Quentes

Durante a baixa umidade e os horários mais quentes do dia, evite exercícios físicos intensos ao ar livre. Isso pode ajudar a prevenir a desidratação e problemas respiratórios.

4. Use Protetores Labiais e Hidratantes para a Pele

A pele também pode sofrer durante períodos de baixa umidade. Use protetores labiais e hidratantes para manter a pele saudável e evitar rachaduras.

5. Evite Lugares Lotados

Em ambientes com ar condicionado, a umidade do ar pode ser ainda mais baixa. Evite grandes aglomerações em ambientes fechados, se possível, pois isso pode aumentar o risco de propagação de vírus.

6. Pratique Boa Higiene Respiratória

Durante a baixa umidade, as vias respiratórias podem ficar secas, o que torna mais fácil a entrada de vírus e bactérias. Pratique boa higiene respiratória, como lavar as mãos regularmente e evitar tocar o rosto, para reduzir o risco de infecções

respiratórias.

7. Mantenha Sua Casa Limpa

Manter a casa limpa e bem ventilada pode ajudar a reduzir a concentração de partículas no ar, o que é benéfico para a saúde respiratória, especialmente durante a baixa umidade.

Cuidando da Saúde com a Intermedici

Proteger sua saúde durante períodos de baixa umidade do ar é uma medida essencial para manter o bem-estar. No entanto, lembre-se de que a orientação e intermediação de um profissional de saúde, como um médico, são inestimáveis. Eles podem fornecer orientações

personalizadas com base nas suas necessidades específicas e condições de saúde.

Neste sentido, a Intermedici Planos de Saúde está comprometida em fornecer assistência abrangente para garantir que você tenha acesso a cuidados médicos de alta qualidade. Se você precisar de orientação médica, exames, ou tiver dúvidas sobre sua saúde durante a baixa umidade do ar, não hesite em consultar um médico credenciado pela Intermedici. Eles estão lá para oferecer cuidados de saúde personalizados, avaliar sua condição e fornecer as melhores recomendações de acordo com seu histórico médico.

Portanto, ao seguir as dicas

fornecidas neste artigo, você estará dando passos importantes para proteger sua saúde durante os períodos de baixa umidade do ar, com o apoio inestimável da Intermedici Planos de Saúde. Lembre-se de que a sua saúde é uma prioridade, e cuidar dela é essencial para viver uma vida plena e saudável, não importa quais desafios climáticos surjam no seu caminho. Mantenha-se hidratado, cuide da sua pele, evite exercícios intensos ao ar livre em horários quentes e siga as orientações médicas para garantir um bem-estar ótimo, mesmo em condições de baixa umidade. A Intermedici está aqui para apoiar você em todas as etapas desse processo.

INTERMEDICI PLANOS DIFERENCIADOS DE SAÚDE
VOCÊ JÁ PAROU PARA PENSAR NO SEU FUTURO?
Planos diferenciados de saúde!
15 3282.2520 | 15 3285.1601
www.intermedici.com.br

Foto: Divulgação

Posso viajar de avião após uma cirurgia?

Os perigos, impedimentos e cuidados quando o assunto é transporte aéreo para pós-operados

Dúvida de muitos, viagens aéreas são contraindicadas em média por duas semanas após uma cirurgia, conforme explica o Diretor Médico Hospitalar do São Cristóvão Saúde, Dr. José Carlos Ferrari Júnior, Cirurgião oncológico e geral, membro titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia Oncológica, o especialista ressalta que “o tempo de recuperação varia de acordo com o tipo de cirurgia realizada e as comorbidades do paciente”, o que determinará o intervalo específico para cada indivíduo antes de uma viagem de avião. Esse cuidado evita uma exposição desnecessária a complicações.

Ainda de acordo com o cirurgião do São Cristóvão Saúde, algumas cirurgias mais invasivas, como abdominais, cardíacas e neurocirúrgicas, exigem um período maior de recuperação: “É importante consultar o médico responsável pelo procedimento para avaliar se está apto para viajar”. Algumas companhias aéreas podem exigir um atestado médico para permitir que o paciente embarque após uma ci-

urgia recente. Nos casos de pós-operatório recente de pacientes com riscos de tromboembolismo, Dr. Ferrari recomenda o uso de meias de compressão, de modo a prevenir a formação de coágulos sanguíneos.

Outros cuidados, como levantar-se e caminhar pelo avião, para evitar problemas circulatórios, são recomendados pelo médico, principalmente em voos longos. “Caso o paciente ainda esteja tomando medicamentos, é importante levar uma receita médica e informar a companhia aérea sobre a necessidade de medicamentos durante o voo”, enfatiza.

“Em caso de dúvidas, é sempre melhor adiar a viagem até que o médico autorize o paciente a viajar de avião”, finaliza Dr. Ferrari. De acordo com o mais recente anuário do transporte aéreo brasileiro da Agência Nacional de Aviação Civil (Anac), foram realizados cerca de 830 mil voos no país em 2022, número expressivo que reforça a responsabilidade de profissionais dos setores de saúde e de transportes aéreos em relação ao tema.



Dr. Daniel Ricardo Medeiros CRM 11510
Dr. Carlos Alberto Mantovani C. CRM 7291
Dr. Luis Fernando Gomes CRM 80732
Dr. Paulo Humberto Remondi CRM 95020
Dr. Luis Carlos Varella CRM 33963
Dr. Ricardo José Peruzzo G. CRM 91014
Dr. Michael Siqueira CRM 92785
Dr. Juliano Padovani CRM 10060

Clínica Orthos
Ortopedia e Traumatologia
R. Silva Jardim, 1786 - 2º Andar
Alto - Centro | 19 3437-2206

Responsável Médico: Dr. Ricardo José Peruzzo G. CRM 91014

GBN MULTIMARCAS

VENDI
TROCA
COMPRA
CONSIGNAÇÃO
FINANCIAMENTO

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

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

Temos vacina contra a Herpes Zóster

A doença é uma infecção viral que pode afetar pessoas acima de 50 anos.

Entre os sintomas mais comuns estão:

- ▶ Lesões cutâneas;
- ▶ Coceira;
- ▶ Dor intensa e
- ▶ Formigamento.

(19) 9999.5.3322

CdVac
Vacinas para todas as idades

OD em crianças: o que pode estar por trás de uma aparente birra?

O Transtorno Opositivo Desafiador demora para ser diagnosticado pois alguns sintomas são parecidos com comportamentos esperados em qualquer criança; por outro lado, especialistas alertam que nem toda criança que demonstra falas e atitudes combativas apresenta necessariamente algum problema.

Foto; Divulgação



Úrsula Neves

Não é difícil encontrar pais reclamando que os filhos estão cada vez mais desobedientes, respondões, irritados e até mesmo agressivos. É comum ouvir também que as crianças não conseguem se concentrar nas lições de casa, discutem e perdem a paciência com frequência. No entanto, nem todas essas atitudes são simples "birras". Algumas crianças podem sofrer do chamado Transtorno Opositivo Desafiador (TOD).

Como se trata de um transtorno psiquiátrico que reúne uma série de fatores muito parecidos com comportamentos e emoções que qualquer criança ou adolescente

pode apresentar em alguma fase da vida, os pais podem levar muito tempo até levantar essa hipótese. Até mesmo profissionais especializados podem demorar para fechar o diagnóstico, o que pode retardar o início do tratamento adequado e eficaz.

Por outro lado, os especialistas ouvidos pela Agência Einstein explicam que é necessário pontuar que nem toda criança que demonstra falas e atitudes desafiadoras apresenta necessariamente algum transtorno. Muitas estão apenas respondendo aos estímulos (ou à falta deles), uma vez que a construção da criança enquanto indivíduo está diretamente relacionada com o ambiente que vive. Por isso, a identificação ou não de algum

transtorno deve ser realizada seguindo a orientação de uma equipe multidisciplinar de profissionais de saúde.

Como identificar se uma criança apresenta sintomas de TOD

Os estudos científicos indicam uma prevalência em torno de 1% a 12% nas crianças entre cinco e dez anos de idade com TOD, sendo um transtorno mais comum em meninos.

"Conseguir identificar os sintomas recorrentes torna-se mais difícil à medida que chega à adolescência. Quanto mais jovens forem tratados corretamente, melhor será o prognóstico desses pacientes em relação ao controle dos sintomas. Além disso, a identificação des-

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

CONsertos
MALUSA CALÇADOS

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

Malusa
CALÇADOS
CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS

se transtorno pode evitar muitos episódios de estresse e bullying no ambiente escolar", ressalta o médico psiquiatra e psicoterapeuta Gabriel Okuda, que atua nos hospitais Israelita Albert Einstein, no Alemão Oswaldo Cruz e no São Camilo.

A psicopedagoga Gisele Lino Wandermur, mãe de Erick, de 16 anos, conta que o filho começou apresentar os sintomas por volta dos seis anos, mas que foi diagnosticado com TOD somente aos 11 anos. Ela recorda que os sintomas comportamentais associados ao TOD causaram muitos problemas na escola. "A convivência com colegas e professores passou a ser algo muito desafiador e a equipe pedagógica da escola não conseguia ajudá-lo. Como os problemas de convivência não diminuíram, recebi o convite de retirá-lo do colégio. Daí comecei a procurar ajuda profissional", recorda a mãe de Erick.

"Quando uma criança apresenta uma birra, desafiando a nossa autoridade, temos a tendência de banalizar e achar que é apenas uma fase. E que basta falar mais alto ou colocar de castigo para resolver. Só que birra e TOD são completamente diferentes. Para diferenciar, é necessário analisar esse comportamento por três parâmetros: a frequência, a persistência e os

prejuízos envolvidos", complementa.

Segundo a psicopedagoga, a frequência mínima para considerar esse comportamento em crianças acima de cinco anos é de uma vez por semana por, pelo menos, seis meses. Já para crianças menores de cinco anos, a frequência mínima é superior à metade dos dias da semana, de forma persistente, também por mais de seis meses.

"A criança costuma apresentar quadros recorrentes e intensos de desregulação emocional, o que leva a comportamentos inadequados, com quadros comportamentais e emocionais bastante disfuncionais", explica Gisele.

Ela afirma que o segundo parâmetro para desconfiar do transtorno é a persistência, ou seja, mesmo que os pais tentem intervir, aquele comportamento volta a acontecer. A psicopedagoga diz que o terceiro ponto é sobre os prejuízos envolvidos com esses episódios.

"Esses comportamentos inadequados atrapalham a aprendizagem, a autoestima e a parte social da criança, além de acarretar prejuízos para as pessoas diretamente envolvidas no cuidado dessa criança, principalmente em relação à mãe, que pode ter dificuldades de continuar trabalhando e estudando porque ninguém consegue lidar com o filho", diz.

Surgimento dos sintomas e as causas do transtorno

O TOD apresenta a prevalência de três grandes tipos de sintomas. São eles:

1 - Humor raivoso e/ou irritável: aquela criança que se irrita com muita facilidade, muitas vezes por motivos pequenos;

2 - Comportamento desafiador: quando apresenta problemas com figuras de autoridade, questiona muito as regras, têm dificuldade em assumir a responsabilidade pelos seus erros ou mau comportamento;

3 - Índole vingativa: a criança com TOD pode ou não apresentar essa característica.

Os sintomas do TOD costumam se manifestar na fase pré-escolar, embora possam também aparecer mais tarde, na adolescência ou até mesmo na fase adulta, em casos mais raros.

As causas não são conhecidas, mas, segundo evidências científicas, fatores genéticos, neurofisiológicos e ambientais podem influenciar o desenvolvimento do transtorno. Da mesma forma, um ambiente familiar conturbado e agressivo pode contribuir para o surgimento do TOD.

“Existem fatores biológicos associados, como anormalidades cerebrais das áreas pré-frontais e amígdala, que são responsáveis por emoções básicas, controle inibitório e planejamento das ações. Fatores familiares também contribuem para o desenvolvimento do TOD. Crianças expostas a intensas emoções negativas, agressividade física, verbal e sexual, métodos punitivos e falta de cuidados com o seu desenvolvimento emo-

cional e cognitivo por parte dos responsáveis, tendem a manifestar temperamentos impulsivos e irritáveis”, ressalta o médico neuropediatra Sérgio Antonio Antoniuk, professor adjunto de Neurologia Infantil do Departamento de Pediatria da Universidade Federal do Paraná (UFPR).

Outros transtornos associados e possíveis gatilhos

As crianças com TOD costumam apresentar outros transtornos associados. É recorrente, seja na infância ou mesmo na fase adulta, a presença de sintomas relativos ao Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), Transtorno do Espectro Autista (TEA) e até mesmo o Transtorno Afetivo Bipolar (TAB), também conhecido como Transtorno Bipolar do Humor (TBH).

“A probabilidade de uma criança com TOD ter mais dificuldades no início/final da adolescência e na idade adulta depende dos tratamentos e do ambiente familiar. Geralmente, elas apresentam mais probabilidade de desenvolver depressão e abuso de substâncias, principalmente quando o TOD na infância for acompanhado por outros transtornos, como TDAH, depressão e dificuldades de aprendizagem. No entanto, com o tratamento adequado e o manejo parental, os sintomas podem melhorar dentro do prazo de três anos”, frisa o psiquiatra Okuda.

Os especialistas ainda enfatizam que gatilhos relacionados às condutas agressivas, como jogos de luta e a dependência de telas devem ser evitados desde o período pré-escolar. “Um ponto muito importante que vejo como gatilhos nas condutas

agressivas é a dependência das crianças da tela, principalmente dos jogos eletrônicos, muito mais nos pré-adolescentes e adolescentes. Por isso, as famílias devem ser orientadas para evitar este excesso do uso de tecnologias desde o período pré-escolar”, afirma o neuropediatra Antoniuk.

Como buscar o diagnóstico e tratamento

O diagnóstico de TOD costuma ser realizado através de avaliação com uma equipe multidisciplinar, que reúne um neuropediatra – deve ser o primeiro profissional a ser procurado pelos pais, geralmente -, um psiquiatra e um psicólogo. Para essa avaliação inicial, o neuropediatra deverá solicitar a avaliação complementar de outros profissionais, como psicólogo, psiquiatra, psicopedagogo e os próprios profissionais que atuam na escola dessa criança, que podem e devem colaborar muito com essa avaliação através de relatórios e conversas.

O tratamento deve contemplar diversos aspectos,

sempre com acompanhamento multidisciplinar, algumas vezes com a necessidade de medicação. Outro ponto fundamental é o manejo parental, uma vez que são os adultos que passam mais tempo com essa criança. A forma de lidar com esses comportamentos pode, inclusive, comprometer o tratamento, caso não seja o adequado. Portanto, os pais devem aprender estratégias para manejar esse comportamento no dia a dia e melhorar a convivência.

“O tratamento é multiprofissional: a psicóloga, da linha comportamental, deve atuar com a criança e os pais, além de orientar os professores no ambiente escolar e nas atividades externas. As dificuldades de aprendizagem e linguagem são atividades que precisam de acompanhamento de pedagogas e fonoaudiólogos. É fundamental que os pais aprendam a melhor forma de lidar com esses comportamentos para não comprometer o tratamento”, adverte o neuropediatra.

Após iniciar o tratamento com uma psicóloga e um

neuropediatra, Erick começou a fazer uso contínuo de medicamentos com a orientação de um psiquiatra infantil e de uma psicopedagoga. Realizou duas avaliações neuropsicológicas e passou por muitos profissionais até conseguir fechar o diagnóstico.

“Hoje meu filho se encontra em remissão do comportamento oppositor. O humor irritável raivoso continua existindo, só que não é mais disfuncional, pois perdeu os três parâmetros de frequência, persistência e prejuízo. Agora são comportamentos que facilmente conseguimos redirecionar no dia a dia. Atualmente, ele é desafiador no sentido de ser mais crítico, de perguntar os porquês das coisas e questionar algumas atitudes. O comportamento explosivo não existe mais. Só uma necessidade maior de diálogo, que considero bastante positivo, mas para isso acontecer foram sete anos de tratamento com psicólogos e cinco anos com médicos”, revela Wandermur, mãe de Erick.

Fonte: Agência Einstein

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

Comprar para se sentir melhor? Psicóloga alerta sobre as compras por compulsão

Foto: Divulgação



A especialista da Holiste Psiquiatria, Mariana Pinheiro, explica que a vontade de gastar pode esconder problemas de saúde mental.

A Black Friday dá início a temporada de compras de fim de ano e com as ofertas aparecendo a todo momento nas vitrines das lojas e nas redes sociais, é comum que muitas pessoas se sintam animadas para aproveitar os preços. Contudo, para a saúde mental, o ato de encher o carrinho pode ter outros significados. A psicóloga Mariana Pinheiro, especialista na Holiste Psiquiatria, destaca que nessas épocas do ano em que o consumismo é endossado, as compras compulsivas tendem a aumentar, muitas vezes como uma tentativa de lidar com frustrações e decepções.

“A compra se apresenta como um comportamento que possibilita o contato com a sensação de prazer a curto prazo. Contudo, ele não dá conta de superar uma situação psicologicamente desconfortável, o que influencia no surgimento da compulsão”, aponta. “Neste processo, um padrão de comportamento disfuncional é aprendido, de modo que o ato de comprar assume a função de compensação, ocorre um processo neuroquímico responsável pela sensação de prazer, reforçando o entendimento que aquele comportamento é positivo e uma solução a curto prazo para o seu sofrimento”.

Comprar pode se tornar um transtorno

Para algumas pessoas, gastar demais deixa de ser um problema meramente financeiro e se torna uma questão de saúde

mental. De acordo com a psicóloga, assim como a compulsão alimentar, o uso de substâncias psicoativas, o vício em jogos de azar, é uma psicopatologia que pode trazer muito sofrimento para o indivíduo e também para a família que muitas vezes não entende o comportamento não é mero descontrole financeiro.

“Pessoas que passam a adquirir objetos os quais não necessitam, de maneira recorrente, sem uma justificativa coerente, ou passam a gerar dívidas constantes e de altos valores. Quando se observa que a ação da compra está relacionada à resposta a algum evento de impacto emocional, como uma discussão, frustração ou mal-estar. Outro fator é a mentira sobre a frequência ou teor dos comportamentos de compra. A presença destes sinais, de maneira intensa e gerando prejuízos, pode apontar para uma disfuncionalidade”, expõe.

Gastar ou não gastar? Eis a questão

A psicóloga da Holiste Psiquiatria reforça que o problema não está no consumo ou em aproveitar as ofertas, mas avaliar se o ato da compra não está se tornando uma resposta para outros aspectos da vida que, ao invés de serem suprimidos, precisam ser acolhidos e tratados, se for o caso. Acontece que, nestes períodos em que existe um apelo social intenso para o consumo, é gerada uma validação externa e, sobretudo social, para pessoas que exercitam a compra de maneira mais

frequente, em nome de se sentirem pertencentes, atuais ou mesmo de se sentirem mais amadas ao presentear as pessoas ao seu redor.



“Estamos falando de problemas relacionados à autoimagem e ao autoconceito que podem estar atrelados à necessidade de alguns indivíduos em se sentirem ‘na moda’, ou seja, de se adequarem aos padrões culturais e estéticos como forma de aumentar a autoestima. Por isso é importante contar com uma rede de apoio que estabeleça vínculos de afeto, pertencimento e validação que não sejam pela via do consumo, mas sem esquecer que ainda assim existe a necessidade do acompanhamento de profissionais de saúde

mental”, encerra.

Na dúvida sobre como navegar pelas gôndolas e sites sem cometer excessos, separamos quatro perguntas básicas que podem ajudar a fazer melhores escolhas na Black Friday e no Natal. Antes de passar o cartão e finalizar a compra, vale se perguntar: Eu estou precisando disso? Qual seria a consequência dessa compra imediatamente? Qual seria a consequência daqui a 30 ou 60 dias? Esta compra está adequada ao meu planejamento financeiro? Se a resposta for não, melhor esvaziar o carrinho.

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

Novembro Azul: saiba o que consumir para aumentar os cuidados com a saúde masculina

A má alimentação está entre os fatores de risco para o desenvolvimento de várias doenças, entre elas o câncer de próstata, um dos tipos que mais mata homens no Brasil. Idade acima de 65 anos, histórico familiar, sedentarismo e excesso de peso são os outros. Desde 2011, a campanha Novembro Azul alerta para a importância dos cuidados com a saúde masculina. “Para ajudar na prevenção, é fundamental ter uma dieta balanceada, consumir frutas, legumes e verduras em todas as refeições ao longo do dia e evitar alimentos ultraprocessados e gordurosos”, afirma a nutricionista do Oba Hortifruti, Renata Guirau.

A nutricionista cita o estudo publicado em 2021 pela Molecular Science, que mostra que manter uma alimentação rica em antioxidantes faz toda a diferença. “O licopeno dos tomates, o resveratrol das uvas roxas, o selênio das castanhas, a vitamina C das frutas e os fitoquímicos das frutas vermelhas atuam na proteção das células”, explica. Uma outra pesquisa, publicada na revista científica Nutrients, revelou que o consumo frequente de produtos processados, como os enlatados e embutidos, pode

estar associado a maiores chances de desenvolvimento de câncer de próstata. “Todo alimento ultraprocessado deve ser consumido de forma muito esporádica, pois possuem componentes que aumentam o risco de diversas doenças, incluindo o câncer”, alerta Renata. Outro fator importante é o equilíbrio entre os tipos de gorduras na dieta. A especialista explica que gorduras saturadas, como as das carnes e do leite, em excesso, assim como a falta das gorduras polinsaturadas, como as dos azeites, das azeitonas e dos peixes, podem favorecer o surgimento dos tumores. “O consumo de todos os tipos de gordura é permitido, porém devemos manter uma dieta variada para que não ocorra desequilíbrio entre eles. Uma boa prática é o consumo regular de azeites, azeitonas, queijos minas, peixes em geral, castanhas, nozes e amêndoas”, ensina.

Renata orienta basear a alimentação em vegetais, pois são alimentos de baixa caloria, com alta densidade nutricional e contêm fibras, que mantêm a saciedade por mais tempo. “Consumir proteínas em pequenas quantidades em todas as refeições favorece o equilíbrio

da ingestão calórica, sem nos deixar com fome. Para isso, vale o consumo de queijos, iogurtes, ovos, patês e suplementos proteicos, como barras proteicas de qualidade para ajudar no consumo total adequado de proteínas”.

A nutricionista observa que além dos cuidados com a alimentação, é preciso manter o peso e a composição corporal adequados. “Quanto maior o excesso de gordura acumulado no organismo, maior a chance de desenvolver diversas doenças, entre elas o câncer de próstata. Para manter o peso em dia, é muito importante a ingestão de quantidades adequadas de alimentos de todos os grupos. Respeitar a fome e o reflexo da saciedade ajuda a não ingerir alimentos de forma excessiva”, alerta.

A especialista lembra ainda a importância da atividade física regular nesse processo. “Além de ajudar a manter o peso em dia, favorece a melhora da composição corporal através do ganho de massa muscular”. Para enriquecer o cardápio com alimentos essenciais para uma dieta saudável, Renata ensina receitas simples:

Fotos: Divulgação



Drinque antioxidante sem álcool

- 1 xícara de chá de morangos picados
- 1 xícara de chá de uvas roxas sem semente congeladas e cortadas ao meio
- 1 xícara de chá de água
- ½ xícara de chá de suco de laranja
- 200ml de água tônica

Modo de preparo:

Bata no liquidificador os morangos, o suco de laranja e a água. Acrescente a água tônica delicadamente (sem bater) e as uvas, e sirva em seguida.

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

99804-6443 R. DONA LICA 119

Escuna 1974

Happy Hour

Todos os dias das 16:00 às 02:00

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

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

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

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 SO LIGAR

DISK ENTREGA

KAI PIRA

RESTAURANTE E COSTELARIA

DISK ENTREGA

3302-9515 99277 2630

AV. POMPEIA, 1018 - PIRACICAMIRIM



Pãozinho de frigideira recheado

- 1 ovo
- 4 colheres de sopa de tapioca
- 1 colher de sopa de leite desnatado
- 1 colher de café de orégano desidratado
- 1 colher de café de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 3 fatias finas de queijo minas

Modo de preparo

Misture o ovo, a tapioca, o leite, o orégano, o fermento e o sal. Aqueça uma frigideira e coloque metade da massa. Deixe cozinhando em fogo baixo por 1 minuto. Adicione as fatias de queijo minas e, em seguida, o restante da massa.

Vire o pãozinho para que ele fique bem dourado dos dois lados. Consuma em seguida.

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

FAÇA SEU EVENTO NO

Givaldo's



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



Patê de azeitonas pretas

- 200g de azeitonas pretas sem caroço
- 300g de creme de ricota
- 1 dente de alho bem amassado
- Cebolinha picada a gosto
- Sal a gosto

Modo de preparo:

Bata tudo no liquidificador ou mixer até formar uma pasta homogênea. Se atente para que o alho fique bem misturado à massa. Consuma acompanhado de pães, torradas, tapioca, grissinis e biscoitos de arroz.

RIVANA

PADARIA DELICATESSEN
— Desde 1997 —

Feliz Natal e bom ano novo

PANETONES & CHOCOTONES RIVANA

Conta pra gente qual o seu favorito. Já fez o seu pedido?



AV. INDEPENDÊNCIA, 1281
19 3422-0806 19 99765-1155



Casa na Praia

O projeto para a Casa LIU, localizada na praia de Riviera de São Lourenço, litoral paulista, foi constituída com a presença de um elemento arquitetônico imponente em sua face frontal e que pudesse avistar todos os ambientes, como o lazer e mata nativa nos fundos, desde a entrada. O projeto é assinado pelo escritório Raiz Arquitetura, dos arquitetos e sócios Alexandre Ferraz e Elias Souza, que têm em seu portfólio diversas casas de alto padrão no litoral e interior paulista.

Traçada em um eixo longitudinal sul-norte com um grande vão livre e pé direito

alto, a casa contou com a instalação de uma empena vertical na face oeste, bloqueando a incidência do sol. Desta forma, desenvolvemos todo o social da casa de forma integrada com o Lounge e espaço gourmet na área externa. Este bloco, ao fazer margem com o recuo frontal da casa, permitiu a implantação do programa de lazer ao fundo do lote.

Para acomodar a família, a casa de veraneio ganhou uma suíte para idoso no térreo, quatro suítes convencionais e uma master no andar superior. Os ambientes de home e cozinha podem funcionar tanto isoladamente como tam-

bém de forma integrada com o social da casa através de painéis deslizantes.

Ao fundo, o caixilho em vidro da área de jantar também permite a transformação desse espaço em um único ambiente com lounge externo e o gourmet. Todas as aberturas foram pensadas em função da iluminação, insolação e ventilação cruzada nos interiores da residência, possibilitando melhor conforto ambiental e temperatura agradável em dias quentes.

O paisagismo da Casa LIU não só funciona como uma moldura para os elementos construídos, como também

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

ajuda a constituir e integrar os ambientes, rompendo os limites das vedações e se tornando um único espaço. Os jardins verticais da residência estão contemplados com irrigação automatizada através de timer onde recebem a dosagem certa de água durante o dia, minimizando o consumo de água.

A iluminação da casa buscou valorizar a volumetria e os ambientes. De forma geral, adotou-se um partido com sancas e luminárias de uso geral discretas, privilegiando a funcionalidade da iluminação, com intensidade adequada a cada uso e destaques pontuais.

Fotografia: Leonardo Giantomasi @leogiantomasi





Mordida ou arranhão de gato: o que fazer se sofrer um ataque?

Segundo a Fiocruz, cerca de 50% das mordeduras de gatos vão causar uma infecção. Por isso, é preciso buscar atendimento médico para iniciar o tratamento adequado.

Fernanda Bassette

Gatos são geralmente animais dóceis, mas podem apresentar comportamentos agressivos e inesperados quando se sentem provocados ou incomodados. Podem reagir com mordidas ou arranhões em quem consideram uma ameaça, seja uma pessoa ou outro animal. Enquanto, no caso de mordidas de cachorro, automaticamente pensamos na vacinação antirrábica, o que devemos fazer quando a mordida ou arranhão é de um gato?

Segundo a infectologista Emy Akiyama Gouveia, do Hospital Israelita Albert Einstein, em casos de ataques por gatos, seja por mordedura ou arranhão, a primeira medida a ser tomada é a completa higienização do local, lavando o ferimento com água e sabonete neutro. Em seguida, é crucial tentar identificar se o animal está vacinado e se existe alguma suspeita de raiva – nem sempre isso é possível, porque esse ataque pode ter acontecido com um animal que vive na rua. Depois, a recomendação é buscar atendimento de emergência, onde a administração de profilaxia com antibióticos pode ser considerada.

“A boca de cães e de gatos possui muitas bactérias, mas uma delas em especial é mais preocupante: a *Pasteurella multocida*. Uma infecção causada por essa bactéria, se não for adequadamente tratada, pode evoluir com lesões infectadas graves, acometimento ósseo e, eventualmente, ser fatal. Por isso, é essencial que haja uma avaliação médica para orientar os cuidados com a ferida e avaliar a necessidade de prescrição ou não de antibióticos”, alertou a infectologista.

Gouveia ressalta, entretanto, que a vacinação de gatos e cachorros previnem algumas doenças específicas próprias destes animais, que são transmitidas entre eles, ou deles para os humanos, como o vírus da raiva.

“As infecções bacterianas transmitidas pelas bactérias da boca do animal não são prevenidas por vacinas. Por isso, é preciso procurar um serviço de saúde”, orientou.

Segundo a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), apesar de a maioria das ocorrências de mordeduras ser causada por cães, acidentes com gatos, ratos e coelhos também aparecem na lista. Na maioria das vezes, a mordida de cachorro não costuma causar maiores complicações, mas, segundo a entidade, pelo menos 50% das feridas causadas pelos gatos (sejam mordidas ou arranhões) vão infectar e, por isso, precisam de tratamento adequado.

Há pouco mais de quatro anos, a dona de casa Vanessa Godoi Romero, de 54 anos, foi mordida na mão por um gato que ela havia resgatado da rua após um atropelamento. Ela cuidava do animal em casa, mas ele se assustou com os cachorros no quintal e quando ela tentou separá-los, foi mordida. Ela procurou o hospital imediatamente, iniciou um tratamento com antibióticos, mesmo assim teve uma infecção grave e perdeu a mobilidade do dedo.

“Eu deveria ter recebido antibiótico endovenoso e não oral. Não sei qual foi a bactéria responsável, mas a infecção foi muito grave. O meu dedo ficou muito inchado e rompeu o tendão. Demorei muito para conseguir atendimento com um especialista em mão por causa da pandemia. Fiz uma cirurgia, mas não recuperei totalmente o movimento do dedo”, contou. Ela faz fisioterapia duas vezes na semana para tentar recuperar a mobilidade do dedo.

‘Doença da arranhadura do gato’

Uma das principais doenças causadas pelo arranhão do gato é a bartonelose, uma infecção causada por bactérias do gênero

Bartonella, conhecida como “doença da arranhadura do gato”. Ela pode provocar desde uma pequena inflamação no local da ferida, inchaço nos gânglios e febre, até quadros graves que afetam os nervos e o coração. Em geral, os gatos jovens têm mais probabilidade de transmitir a infecção, e a doença se manifesta de forma mais intensa em pessoas com imunidade reduzida, como idosos ou crianças.

A esporotricose é outra doença que pode acometer gatos e, eventualmente, contaminar os humanos. Também é conhecida popularmente como “doença do jardineiro”, pois ao cuidar de plantas e remexer a terra, a pessoa pode se contaminar. Isso porque trata-se de um fungo que está presente no solo e no ambiente, que pode acometer a pele dos gatos. A transmissão se dá pelo contato de algum tipo de lesão de pele ou mucosa com o fungo, causando lesões que evoluem de forma progressiva. No caso dos humanos, é possível adquirir esporotricose pela mordedura, arranhadura ou contato da nossa pele lesada com o fungo que está presente na pele do gato.

“Esta é uma doença de difícil diagnóstico e é um problema de saúde pública. A boa notícia é que pode ser tratada com antifúngicos. No município de São Paulo, essa é uma doença de notificação compulsória, tanto quando ocorre nos gatos ou quando ocorre em humanos”, explica a infectologista, que ressalta que essa é uma enfermidade que não se apresenta logo no dia da mordedura ou do contato com o gato doente – pelo contrário, tem uma evolução lenta.

Ao procurar atendimento, também haverá a checagem do status da vacinação antitetânica, já que os ferimentos causados por mordidas de animais também podem causar tétano (uma infecção aguda e grave). Se o esquema vacinal da pessoa estiver em dia, ela deve receber uma dose



Divulgação

de reforço. Se a pessoa não souber a sua história vacinal, deverá receber as três doses da vacina.

Outra medida possível é a aplicação da vacina ou da imunoglobulina antirrábica, caso haja suspeita de o animal estar contaminado pelo vírus da raiva. A raiva, uma zoonose, apresenta um período de incubação do vírus que pode variar de dias a anos, sendo que, em média, leva cerca de 45 dias para que os sintomas se manifestem no corpo humano. Entretanto, em crianças, os sintomas podem surgir mais rapidamente. A evolução da doença depende do tipo de exposição, seja por mordedura, lambedura ou arranhão. Fatores como a profundidade e o local da lesão, juntamente com a carga viral transmitida, também influenciam. Por essa razão, é fundamental monitorar o animal por um período de 10 dias.

“Independentemente de se conhecer ou não o animal, devemos procurar um pronto atendimento, já que somente o médico conseguirá avaliar as condições da lesão, verificar a necessidade de antibiótico e de profilaxia de raiva. Há risco de infecções e pode haver extensão para o osso e tanto a doença da arranhadura do gato quanto a infecção após a mordida podem ter consequências fatais se não tratadas adequadamente”, completou a infectologista.

Fique atento e evite acidentes

Segundo dados da Vigilância de Zoonoses da Prefeitura de São Paulo, os animais podem interpretar algumas atitudes simples como provocativas e seguir os seus instintos de defesa – e a reação natural é morder ou arranhar. Por isso, a orientação é nunca mexer em gatos não conhecidos, soltos na rua ou mesmo presos atrás de portões, pois

faz parte do instinto do animal proteger o território onde está, seja dentro de casa, em um terreno ou solto na rua.

Tocar de forma inesperada também pode ser perigoso. Em geral, se o animal estiver dormindo ou se alimentando e se sentir ameaçado, é provável que ele reaja com movimentos rápidos e agressivos.

De acordo com a Vigilância de Zoonoses, o animal apresenta sinais de irritação, sendo importante saber identificá-los. Quando um gato está irritado, por exemplo, ele tende a dobrar as orelhas para trás, balançar a cauda, arrepiar os pelos, rosnar e abrir a boca. Além disso, pode começar a emitir sons, encolher-se e, eventualmente, pular e atacar.

Se um gato se aproximar e não for possível evitá-lo, a recomendação é permanecer imóvel e proteger a cabeça, o rosto e o pescoço com mãos e braços. Não olhe diretamente e, se possível, não grite nem corra. Tente identificar o animal mordedor para que o acidente não volte a acontecer. Entre as principais orientações, estão:

Preste atenção nas características do animal, como tamanho, tipo de pelo, idade aproximada;

Procure identificar e localizar o dono do animal para saber onde ele vive e quais suas condições de saúde;

Se for um fato que tem dono, solicite ao tutor que observe o animal por 10 dias e acompanhe a sua evolução – se nesse período o animal adoecer ou mudar de comportamento, o serviço de saúde deve ser acionado;

Caso seja um animal desconhecido e sua observação impossível, relate o ocorrido ao procurar o serviço de saúde para que sejam tomadas as medidas preventivas.



UNIMED EM FESTA

Capitaneada pela diretoria do presidente Carlos Joussef, a tradicional confraternização dos médicos cooperados da Unimed Piracicaba reuniu, no Clube de Campo, convidados para noite inesquecível. O Salão de Cristal, decorado com orquídeas brancas e muito verde, se transformou num ambiente plural, trazendo a temática dos cinco sentidos. O encontro seguiu com requintado jantar, assinado por Vivi Barros, de São Paulo, harmonizado com bebidas catalogadas. Para completar o clima, shows da banda Groove 8 e Tiago Abravanel, que cantou e dançou numa performance hipnotizante. A coluna aterrissou por lá com o fotógrafo Filipe Paes, do Studio 47, e captou personalidades da medicina piracicabana. Vem ver!

Fotos: Filipe Paes, Studio 47



Jose Rogério Nicola, Juliano Padovani, Carlos Joussef e João Paulo Mainardi



Flávia e João Paulo Mainardi, José Rogério Nicola e Isabela Annicchino, Thaís Brunheira e Juliano Padovani, Adriana Viotti e Carlos Joussef



Carlos Joussef, Adriana Viotti, Mara Ferraz e João Kleber



Anna Clara, Alexandre, Lucienne e Sofia Costa



Marília Marconi, Tiago Abravanel e Malu Joussef



Eneida, Renato e Pedro Sant'Ana



Marcela, Leda e Fernando Serafim



Jacqueline e Davi Pelai



Larissa e Ciro Falcone



Luciane e Douglas Koga



Larissa e Lucas Cavaliere



Rafael e Michelly Basso



“OH NÃO, NOEL!”

O clima natalino, repleto de magia e amor, chegou ao Clube de Campo de Piracicaba. O bom velhinho que aparece com inúmeros intérpretes em shoppings, corredores comerciais e eventos; e agora também no palco do CCP! O espetáculo de stand-up comedy “Oh não, Noel!”, protagonizado pelo jornalista, ator, diretor teatral e produtor cultural Mauricio Ribeiro, encantou e arrancou gargalhadas do público. Em cena, a “magia” acontece quando Papai Noel abre o espetáculo e, aos poucos, vai se metamorfoseando gradualmente em Mauricio, revelando um enredo que cativa, envolve, emociona e diverte. O ingresso foi solidário: 2kg de alimentos não perecíveis, destinados às ações sociais do Universo CCP Mulher e do Departamento Cultural do CCP.

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

Fotos: Divulgação



Bianca e Mauricio Ribeiro



Breno Sanches Fonseca, Ramon Sanches Fonseca e Daniela Sanches



Camila e Rosângela Senna



Thayná de Paula, Guilherme Andrade e Priscila Ribeiro



Isabela e Natália Ribeiro



Lúcia Porto e Eloy Porto Neto



Gustavo Seghese



Maria Eduarda, Parê, Maria Laura, João Pedro e Luis Spigolon



Priscila Ribeiro, Scarlet de Moraes, Bianca Soares e Lorena Albuquerque



World Window

Visando estreitar o relacionamento entre empresários atuantes na indústria, varejo, e no agronegócio, a empresa World Window, realizou no auditório de eventos do Simespi (Rua Samuel Neves nº 1601, Jardim Europa, Piracicaba - SP), o primeiro World Window- Indústria e Comércio, que aconteceu no último dia 27 de novembro. Organizado por Matheus Esteves, o World Window foi composto por dois importantes blocos temáticos: o primeiro painel empresarial do evento, discutiu assuntos atrelados a negócios internacionais; já no segundo painel discutiu o tema investimentos. O evento contou com o patrocínio da UNIMEP, Colégio Polibrasil, e NUMBER 1 GROUP- Consultoria e Assessoria Imigratória, Invest Smart XP e La Group Ltda. Apoio: Jornal Folha de Piracicaba, Dr Guilherme Chiquini Advocacia Previdenciário, Simespi, Coplacana, entre outros.

Fotos: Divulgação



Dra. Marlene Moreno (Unimep), Dra Renata Bueno (Unimep), Dra Cristina Castro (Unimep), e o Professor Ismael Forte Valentin (Reitor da Unimep)



Arnaldo Bortoletto (Coplacana), Thomas Massaro (InvestSmart XP), Jose Coral (Hfc Saúde), e Gabriele Volpato (InvestSmart XP)



Erick Gomes (Simespi)- Douglas Fazanaro (General Chains)



Matheus Esteves (World Window), e o Coronel PM Daniel Alipio (16º Grupamento de BOMBEIROS)



Alex de Madureira (Deputado Estadual), e Thiago Jafet (Super Laminação)

Cyan Resort by Atlantica terá Natal e Réveillon em grande estilo

Resort promete ser palco para celebrações exclusivas e divertidas

O Cyan Resort by Atlantica oferecerá uma programação exclusiva e cheia de detalhes para agradar aqueles que querem desfrutar de momentos especiais com família ou amigos nas festividades de fim de ano. A 45 minutos da capital paulista e próximo do aeroporto de Viracopos, em Campinas, o empreendimento pretende proporcionar uma experiência única, confortável e vibrante para hóspedes oriundos de todos os Estados do país.

Nesse período de festas, o resort contará com cenário repleto de magia e encanto. No Natal, a programação estará incrível, com a chegada do Papai Noel para alegrar as crianças e até coral natalino, que anunciará a chegada do bom velhinho com as mais belas canções. O Papai Noel fará a entrega de presentes aos pequenos e, para isso, os pais devem levar os presentes identificados.

Para a ceia natalina, a ideia é surpreender os hóspedes com uma explosão de sabores. Além de vinho tinto exclusivo de safra única e garrafa numerada, a noite contará com delícias da época, como aspargos frescos envoltos no presunto parma, polvo marinado com redução de rapadura e figo grelhado, abadejo ao velouté de champagne. Itens preparados na pâtisserie serão os destaques no quesito doces e sobremesas como Clafoutis de Cereja, Mini Pavlova de Morango, rabanadas, panetones e muito mais.

No Réveillon, o Cyan Resort by Atlantica contará com show da virada, queima de fogos, banda na piscina, noite caribenha, open bar de cerveja e espumante durante a festa, bem como uma ceia completa para receber o novo ano como lombo de cambucú com crosta coco ao perfume de azeite de trufas, linguini com vieiras Sautê. E o show de sobremesas com os prediletos dos hóspedes o mil folhas de pistache e o paris brest de avelã.

Tanto no Natal, quanto no Réveillon, haverá uma programação de lazer com música ao vivo na piscina, sunset com DJ, festa de espuma, festa das gerações, musical para família, Bandokê, jogos noturnos, beach tennis, hidrosnow, caminhadas e atividades na piscina. A criançada poderá viver aventuras de caça, enquanto os adolescentes terão jogos noturnos e luau. Vale lembrar que as atividades atenderão o público de 03 a 06 anos, 07 a 12 anos, teens e adultos com pacote de, no mínimo quatro noites para Natal ou Réveillon.

Rafael Caron, Gerente de Vendas do resort, adianta que os preparativos já começaram. "Tudo foi pensado para encantar os hóspedes, tanto na decoração, como nas iguarias de época que serão servidas nas ceias. A cada dia estamos aprimorando nossos serviços e atendimento para fazer uma entrega diferenciada. As festas de final de ano são um termômetro e nos prepara para a temporada de férias, que promete ser um sucesso",

Fotos: Divulgação



diz Caron.