

O Presépio e a transmissão da fé

Foto: Divulgação



A celebração do nascimento do menino Jesus, por Dom Devair Araújo da Fonseca - Bispo de Piracicaba

O centro da fé cristã é o mistério da Paixão, morte e Ressurreição de Cristo. Nele, se cumpriram as promessas de Deus, sendo ele a causa de Salvação para toda a humanidade. Após a Ressurreição, Jesus enviou seus discípulos ao mundo, com a missão de anunciar a Boa Nova, fazendo novos discípulos pelo batismo. À medida em que o Evangelho foi se espalhando, pela tradição oral e pela pregação, também foi surgindo a necessidade de textos escritos para manter a fidelidade da Palavra do Senhor. Isso deu origem aos Evangelhos como temos hoje.

Pág. 04

Cultura



Pág. 26

Cidade

Primeiro absorvente biodegradável e 100% sem plástico do Brasil

Foto: Divulgação



A iniciativa tem como um dos objetivos combater a falta de informações sobre o tema

Pág. 10

Cidade

Colaboradores 50+: uma tendência que está virando realidade dentro das grandes empresas

Pág. 19

Cidade

Como ficaram as regras da aposentadoria especial dos profissionais da saúde após a Reforma da Previdência?

Pág. 11

Vida Saudável

Cuidados com a saúde íntima no calor

Pág. 32



Cidade

Novas recomendações da OMS sobre alimentação infantil e o uso de fórmulas: controversas ou inovadoras?

Foto: Divulgação



Documento coloca em xeque algumas diretrizes atuais para a alimentação complementar de bebês; má alimentação pode prejudicar desenvolvimento

Pág. 08

Cidade

Menino surdo interagiu pela primeira vez com um Papai Noel na linguagem de sinais

Pág. 07

Economia

Consumo brasileiro deve atingir R\$ 6,7 trilhões em 2023

Pág. 23

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

FOLHA DE PIRACICABA O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

You Tube

@FolhadePiracicaba

NESTA

TERÇA 26/12



Artigo

Este é o meu País! O País que queremos e desejamos...

À partir de 2023 encerra-se o programa de subsídios às escolas cívico-militares, permitindo que o montante destinado à essas unidades sejam direcionadas às escolas municipais, Estaduais e Federais. Em relação às relações internacionais, o Brasil já foi colocado de volta no primeiro escalão da geopolítica global. A economia tem sido alvo de melhoras permitindo um aumento real aos trabalhadores. Embora os esforços nacionais estejam apenas começando, os desafios tem sido enormes e ninguém ignora as limitações, contradições e problemas no interior desse novo governo na sua relação com o legislativo e com a sociedade em geral, haverá necessidade de se construir uma ampla base no Congresso o que necessitará de muito diálogo e seriedade. Tem se priorizado o povo que mais precisa das políticas públicas do Estado. A criação do ministério dos Povos originários e retorno dos ministérios da Cultura, Desenvolvimento Agrário, Direitos humanos, Mulheres, igualdade Racional, Trabalho, Esporte, entre outras pastas, mais do que mero simbolismo, toda essa reestruturação expressa a afirmação de um projeto político que alcançou os melhores resultados de crescimento econômico, desenvolvimento social e distribuição de renda e de oportunidades em toda a nossa história, no passado recente...A recriação desses ministérios permitiu retomar programas que transformaram o Brasil numa sociedade menos desigual e injusta através da retomada do Bolsa Família, o Mais Médicos, o Minha Casa, Minha vida, o Farmácia popular, associado à uma política de ganho real do salário mínimo e outros. A cultura, como um potencial enorme de geração de empregos e grande potencial exportador, tem tido um grande apoio do governo atual, sobretudo com as leis Paulo Gustavo e Aldir Blanc...O bem estar do povo, expresso em gestos, palavras e ações práticas na tragédia do povo Yanomani, nas vítimas das chuvas do litoral paulista do interior do Nordeste, bem como com ciclones na

região Sul, demonstra um Estado que se envolve diretamente com a vida da população que passa por dificuldades. No campo econômico são inúmeras as medidas que expressam uma tributação progressiva que envolve o conceito de "quem ganha mais, paga mais" com a simplificação do sistema e mais transparência envolvendo um conceito que passa por uma onda de concentração de riquezas sem precedentes na história. Um programa de Aceleração do Crescimento que visa consolidar cada vez mais preços mais baixos da gasolina e demais combustíveis, demonstra uma empresa voltando a se orientar em favor dos interesses maiores do Brasil e não de seus acionistas. A volta das bolsas de apoio a estudantes do ensino médio e superior, e a renegociação das dívidas do FIES objetivam recuperar um Brasil para todos. E vejam bem...tudo isso tem sido feito em meio às ações terroristas de 8 de janeiro e dos incidentes de dezembro em Brasília, ações estas já do conhecimento da população brasileira. Adicione-se a isso à uma tentativa de golpe de Estado, os quais estão sendo apurados e possivelmente serão punidos os responsáveis dentro dos marcos da democracia, que tem sido fortalecida, e que depende de nossa constante alerta para que todo esse ganho permaneça o suficiente para a concretização de uma sociedade democrática à altura de outros países que já a consolidaram...Não devemos esquecer a especial atenção que tem sido dada à questão ambiental outrora injuriada pelo acesso à destruição, através da derrubada de árvores, mineração avassaladora e destruição criminosa dos biomas e ambiente florestal de interesse mundial. O governo é outro e as perspectivas do futuro são esperançosas se olharmos para o passado recente sombrio. A democracia tem se mostrado sólida, apesar dos seus inimigos estarem à espreita.

J.F.Höfling/Biólogo/UNICAMP

Artigo

Natal das crianças livres

Amanheceu o mês de dezembro numa pequena cidade deste país. Como de costume, é nessas cidades que vem visitantes e ex-moradores, mas que ainda tem suas raízes na cidade, como mãe, irmãos, pai e amigos muito queridos. É no final de ano em que se resolve passar alguns dias de férias na cidade natal. Na rua, com casas com muros baixos, defronte a uma praça muito arborizada, que se passa o encontro de quatro crianças: Jurema (Jude, 8 anos), Durval (Dur, 9 anos), Geraldo (Gel, 7 anos) moradores da cidade e Jorge de 9 anos que viera com a família para passar as festas de final de ano com os avós e seus pais.

Na praça, os adultos vizinhos e o visitante de uma cidade grande, sentaram-se para uma conversa; e há cinco metros de distância, num monte de areia e pedras portuguesas, dessas que se faz calçadas, reuniram-se as três crianças da cidade e o menino visitante. Iniciaram uma série de brincadeiras com corridas, esconde-esconde, montagem de figura com as pedras e areia, tudo com muita alegria e liberdade, pois nenhum adulto orientava, sendo isso é o que faz uma boa brincadeira edificante, quando não há adulto interferindo. Num dado momento, as crianças, sentaram-se formando um círculo e iniciaram a falar do Papai Noel.

Começou Gel – Pedi ao Papai Noel que me traga um caminhão bem grande para ou carregar bastante coisas e fazer caminhos na areia. Jude entra na conversa e diz: - quero uma boneca como fada e com sua varinha mágica para brincar com ela e apontar os passarinhos, borboletas e um cachorrinho correndo por toda essa praça, e eu, com muito sorriso ver o contentamento de minha família. Observando, Jorge ficou esperando o que iria dizer Dur.

Dur, se levantando do seu lugar e se aproximando como fechando o círculo, disse: eu pedi ao Papai Noel uma roupa de Super-Homem, Jorge arregala os olhos, como se quisesse falar: - para quê? Nunca vai voar! Mas ficou quieto. Dur completou o seu sonho: quero correr, como se voasse, ver pessoas andando na praça e no dia de Natal ver as luzes todas a brilhar e ouvir ao longe os risos da

alegria dos adultos e das crianças e o carinho com seus presentes.

Jorge, o menino visitante, um pouco irrequieto, disse: olha, amigos; meus pais alertaram-me de que o tal Papai Noel é apenas uma forma de sonho ou ilusão. Pareceu que a ingenuidade de Jorge ao acolher a informação de seus pais como algo de quem era mais esclarecido do que as crianças da cidadezinha e o colocaria numa dianteira sobre as interações humanas. Talvez seja isso que pensou seus pais, juntamente com educadores de pedagogias como soberanas, mas que é apenas um papai Noel às Vessas.

Mas, segue Jorge dizendo: vocês já viram celulares? Sim, respondem todos, Dur e Jude falam que até brincam com ele. Jorge continua: - viram! É só comparar! Aproveitando a oportunidade para elencar os discursos de desconstrução sobre o Papai Noel e Natal que se afloram neste mês de dezembro, querendo achincalhar quem com o coração cheio de luz, reproduz e reflete no bom velhinho e no imenso carinho o amor em agradecimento ao Bom Deus.

Os plantonistas aumentam o ruído contra presentes, família e contra confraternizações. Nisso que o pequeno Jorge está sendo influenciado. Pois, disse ele na ocasião: - amiguinhos, isso são só sonhos! Papai Noel não existe! Os três amiguinhos da cidadezinha se entre olham e resmungaram, e Jude disse: se é sonho, quero viver sonhando. Gel, com os olhos tristes, disse: não é, pois, eu já ganhei muitos presentes do Papai Noel!

Nesse momento o pai de Jorge o chama para ir para casa da avó. Jorge se levanta para sair, quando Dur diz: Jorge, tudo que sonhei e pedi com muito amor eu ganhei de um Papai Noel. Diga ao seu pai e professores que por eles crescerem, não acabou no mundo o tempo de criança. Destruir os sonhos de crianças porque cresceram; é criar um mundo sem sonhadores responsáveis por grandes realizações.

Jesus abençoe o Natal, que sobreviva o Papai Noel. Qualquer semelhança na realidade, com o conto, é coincidência. Bom Natal!

Idico Luiz Pellegrinotti – Professor universitário.

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.

Artigo

Carta aberta da Frias Neto Consultoria de Imóveis:

Caros parceiros e clientes,

Em meio a esta temporada festiva que chega, queremos expressar nossa gratidão por mais um ano incrível ao lado de vocês. Em 2023, juntos, conquistamos metas ambiciosas, superamos recordes e celebramos conquistas extraordinárias.

Cada parceria é um elo fundamental para o nosso crescimento conjunto, e é com imensa alegria que refletimos sobre os momentos de sucesso compartilhados ao longo deste ano. Esses sucessos não teriam sido possíveis sem a colaboração valiosa e o comprometimento de cada um dos nossos colaboradores, corretores associados e claro, a confiança de cada um de vocês.

Durante nossa recente celebração, compartilhamos a empolgação de encerrar 2023 com chave de ouro: este

foi um ano de muito crescimento, e estamos entusiasmados com a perspectiva de moldar 2024 com mais experiências, oportunidades e memórias inesquecíveis.

A exclusividade que caracteriza nossa colaboração continuará a ser nossa marca registrada, buscando incessantemente a melhoria contínua em todos os aspectos.

Agradecemos pela confiança, parceria e pelo papel vital que desempenham em nossa jornada. Que as festas de fim de ano tragam alegria, paz e prosperidade para todos vocês e suas famílias. Deixo também, o nosso agradecimento em vídeo!

Desejamos um Natal repleto de luz e um Ano Novo cheio de realizações!

Com estima,
Angelo Frias Neto



Angelo Frias Neto
Diretor Presidente da Frias Neto Consultoria de Imóveis

Artigo

Que o Natal e o Ano Novo sejam fontes de inspiração para a paz, a justiça e a fraternidade

O Natal e a chegada de um Ano Novo representam sinais de esperança e de renovação, momentos de refletirmos sobre o trabalho e as conquistas do ano que está terminando e de projetar os desafios a serem enfrentados em 2024.

A celebração do Natal é também a celebração do amor, da paz, da Justiça, do compromisso com a construção de uma nova sociedade, mais humana e inclusiva.

Este é um momento também para avaliarmos o trabalho, as lutas e as conquistas do ano que se encerra. E o ano de 2023 foi de muitas realizações.

Ao lado dos diretores e das diretoras do Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região, manifesto nossa gratidão pelo trabalho desenvolvido em prol dos bancários e bancárias de nossa cidade e região. Fiscalizamos atentamente as condições de trabalho, defendemos incansavelmente a nossa Convenção Coletiva de Trabalho, e demos a nossa contribuição para o fortalecimento do movimento sindical e das lutas em defesa dos trabalhadores e das trabalhadoras.

Nos envolvemos ativamente

nos debates sobre os problemas sociais de nossa cidade, participando dos conselhos municipais em áreas como saúde, trabalho, emprego e renda, segurança alimentar e nutricional, direitos da pessoa com deficiência, mobilidade urbana, entre outras. A melhor forma de definir e implantar políticas públicas é coletivamente e com ampla participação popular possível.

2024 será um ano de mudanças, ano de Campanha Salarial dos bancários, ano de eleições municipais, ano de fortalecer e ampliar os direitos de trabalhadoras e trabalhadores, de lutar pela superação das desigualdades sociais, pela ampliação de oportunidades para nossas crianças e jovens, ano de construirmos uma sociedade mais justa e fraterna.

Renovamos nosso compromisso de continuar trabalhando por uma Piracicaba mais justa e humana, pelos direitos daqueles que mais precisam, sempre com disposição, alegria e muita intensidade.

Desejamos a todos um Natal de muita alegria e encontros, e um 2024 repleto de saúde e novas conquistas.



José Antonio Fernandes Paiva
Presidente do Sindicato dos Bancários de Piracicaba



O Presépio e a transmissão da fé

Dom Devair

O centro da fé cristã é o mistério da Paixão, morte e Ressurreição de Cristo. Nele, se cumpriram as promessas de Deus, sendo ele a causa de Salvação para toda a humanidade. Após a Ressurreição, Jesus enviou seus discípulos ao mundo, com a missão de anunciar a Boa Nova, fazendo novos discípulos pelo batismo. À medida em que o Evangelho foi se espalhando, pela tradição oral e pela pregação, também foi surgindo a necessidade de textos escritos para manter a fidelidade da Palavra do Senhor. Isso deu origem aos Evangelhos como temos hoje. Ao mesmo tempo, a constituição das comunidades cristãs também deu origem a uma grande quantidade de diferentes tradições e celebrações. Muitas se perderam ou foram abandonadas, enquanto outras foram se fixando e se espalhando. Dessa forma, sobretudo nos primeiros séculos, surgiu o calendário das celebrações da Igreja.

As celebrações natalinas, ou a celebração do nascimento do Senhor, estão entre essas que remontam aos primeiros séculos da fé cristã. Pinturas antigas nas catacumbas e ícones das Igrejas orientais atestam essa antiguidade e importância da celebração do nascimento de Jesus. O esquema mais original dessas representações conserva os elementos mais importantes até os nossos dias, que são: o Menino Jesus, Maria, José, a Estrela, os pastores e os magos. A composição mais antiga da cena do nascimento do Senhor parece remontar a uma pintura numa igreja construída por Constantino, em Belém. Entre os séculos IV e V, os peregrinos que voltavam da Terra Santa traziam objetos, como pequenas ânforas, onde se encontravam representações do nascimento de Jesus.¹

A intenção dessas representações era comunicar a beleza e a simplicidade do mistério de fé, do Deus que se fez homem. Também pela pre-

gação o nascimento de Jesus foi ensinado desde os primeiros séculos. No sermão 189, Santo Agostinho diz: "Ficas muito admirado quando dizemos que nasceu de uma Virgem. Não te admires é Deus: a admiração dê lugar ao louvor. Torne-se presente a fé: acredita, porque aconteceu. Se não acreditares naquilo que aconteceu, permaneceres infiel. Dignou-Se fazer-Se homem: que mais queres?... Estreito era o estábulo: envolvido em panos, foi colocado numa manjedoura. Escutaste-O quando se leu o Evangelho. Quem haverá que não se admire? Aquele que enche

o mundo só encontrou nós... Olha para o presépio e não te envergonhes de ser o jumento do Senhor."²



Dom Devair de Araújo da Fonseca
Bispo de Piracicaba

¹ Cf. PASSARELLI, Gaetano. O ícone da Natividade do Senhor. Ed. Ave Maria, SP, 1996. p. 14.

² ANTOLOGIA LITURGICA. Textos litúrgicos, patrísticos e canônicos do primeiro milênio. Secretariado Nacional de Liturgia, Fátima (Portugal), 2003. p. 886 (3742).

feliz Natal

Prosperidade, paz, saúde e boas festas!

CCC
Piazza
TINTARIA

FELIZ
Natal

Neste Natal, a Unimed Piracicaba celebra o verdadeiro presente: **saúde!**

QUE A ALEGRIA DESTA TEMPORADA ILUMINE O SEU CORAÇÃO PARA UM FUTURO CHEIO DE VIDA.

Unimed
Piracicaba

unimedpiracicaba.com.br

ANS - nº 31572-9
Des/2023
Responsável Técnico: Dr. Carlos Joussef - CRM-SP-46.569

A iconografia e a pregação já falavam do presépio desde os primeiros séculos, mas foi no século XIII, que aconteceu a primeira representação montada. Presépio é uma palavra latina, praeseptum, que significa manjedoura, lugar onde se alimentam os animais.

Em 1223, na cidade de Greccio, na Itália, São Francisco de Assis, após a missa, fez a reprodução da cena do nascimento de Jesus, numa gruta, utilizando uma manjedoura sem o menino, com um boi e um burro. Essa representação encontra seu fundamento na leitura do profeta Isaías: "O boi conhece o seu dono, e o jumento, a manjedoura de seu senhor, mas Israel é incapaz de conhecer, o meu povo não pode entender." (Is 1,3). Essa primeira representação pode ser caracterizada como uma forma litúrgico-dramática de apresentar o nascimento do Senhor.

A popularização da cena do nascimento de Jesus aconteceu a partir do século XIV, com a instalação de presépios durante o Natal, com figuras de terracota, de cera ou madeira. A tra-

dição teve início na Itália, depois se expandiu para Espanha e outros países da Europa, impulsionada pelos padres franciscanos, com o objetivo de transmitir a mensagem da redenção, pela representação do nascimento de Jesus. No século XVIII, Carlos VII, rei de Nápoles e Espanha incentivou a

barro, passaram a compor a preparação para a celebração do Natal. Montar um presépio em casa se tornou uma tradição cristã católica. Geralmente a montagem é feita no primeiro domingo do Advento e a retirada na festa da Epifania do Senhor, no dia 6 de janeiro. Os elementos mais tradicionais do

magos.

O lugar onde se monta o presépio deve recordar a simplicidade do lugar escolhido por Deus para o nascimento de seu filho Jesus (Lc 2,7). Os animais (boi, burro e ovelhas), lembram que todas as criaturas estão prontas para acolher o seu Senhor. Os pastores também receberam

um anjo no presépio é a representação da celebração festiva e dos louvores cantados nos céus por esta grande obra do amor e misericórdia de Deus (Lc 2,13-14).

A Estrela recorda a luz que guiou os Magos (Belchior, Gaspar e Baltazar) que vieram do oriente, trazendo os seus presentes. Os Magos simbolizam a universalidade dos povos e sua adoração a Deus. Dos presentes, o ouro é sinal da realeza, o incenso simboliza a divindade e a mirra, representa o sofrimento e a eternidade (Mt 2,1-12). As figuras centrais são o menino Jesus deitado na manjedoura, Maria sua mãe e José seu pai adotivo. Assim, no simples ato de montar um presépio em casa, se refaz e se atualiza a catequese de passar a fé para as novas gerações.

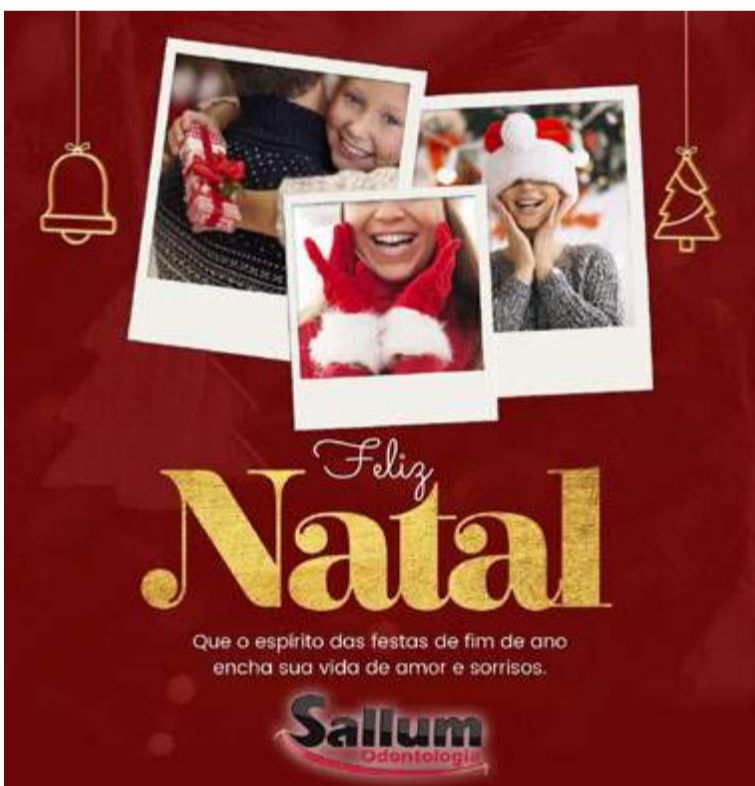
“A popularização da cena do nascimento de Jesus aconteceu a partir do século XIV, com a instalação de presépios durante o Natal, com figuras de terracota, de cera ou madeira. A tradição teve início na Itália, depois se expandiu para Espanha e outros países da Europa, impulsionada pelos padres franciscanos, com o objetivo de transmitir a mensagem da redenção, pela representação do nascimento de Jesus”

difusão da tradição do presépio pelas terras da América. No Brasil o presépio chegou pela influência de Portugal, como um elemento catequético, isto é, de transmissão da fé.

À medida em que a tradição do presépio foi se afirmando nas igrejas e catedrais, pouco a pouco também foi chegando às casas e famílias. Pequenas figuras, sobretudo feitas de

presépio permanecem os mesmos: o Menino Jesus, Maria, José, a Estrela, os pastores e os

o anúncio do nascimento do Salvador e foram glorificar a Deus (Lc 2,8-18). Os anjos ou apenas



Feliz Natal

Que o espírito das festas de fim de ano encha sua vida de amor e sorrisos.

Sallum
Odontologi



Natal é tempo de comemorar a vida, espalhar o amor e construir esperança. O Grupo EXAL deseja um

Feliz Natal

GRUPO **EXAL**
Soluções Sustentáveis para o Setor Sucroalcooleiro

www.grupoexal.com.br | grupo-exal | @grupoexalbrasil | grupoexalbrasil



Feliz Natal

DESEJAMOS QUE NESSE DIA
ESPECIAL, A ESSÊNCIA
DO AMOR SEJA O
INGREDIENTE PRINCIPAL AO
CONSTRUIR
A FRAGRÂNCIA DA UNIÃO
PARA ASSIM CONQUISTAR
O ANO QUE SE APROXIMA



ZYONE

zyone.com.br



Menino surdo interagiu pela primeira vez com um Papai Noel na linguagem de sinais

Foto: Divulgação

A ação "Natal via Satélite" está disponível e oferece simulações de videochamadas gratuitas com personagens natalinos, sendo que um deles interage em Libras

Alegria de entrar em contato com o Papai Noel no mês do Natal chegou de uma maneira inusitada neste ano à casa da auxiliar de limpeza Francielly Cardoso e de sua filha Ana Lívia, de 3 anos: por meio de videochamadas. Ela optou por interagir com o Papai e a Mamãe Noel negros. "Não é sempre que a gente vê um homem negro como Papai Noel, estou muito feliz e agradecida pela experiência", relata a mãe de Ana Lívia.

A família é uma das milhares que estão sendo impactadas pela campanha "Natal Via Satélite" da HughesNet, serviço de internet banda lar-

ga da Hughes do Brasil, subsidiária da Hughes Network Systems LLC (HUGHES). A ação permite às crianças de todo o Brasil escolher entre seis opções de Papais e Mamães Noéis disponíveis no site www.nataviasatelite.com.br e ter interações personalizadas.

Um dos personagens é o Papai Noel que sinaliza em Libras (Linguagem Brasileira de Sinais) e foi a opção certa do Davi, de 5 anos. Ele é surdo e nunca tinha conversado em Libras com o bom velhinho. "Quando começou a videochamada, o Davi ficou muito agitado, olhando para o celular como se não acreditasse no que estava aconte-



cendo. Foi uma experiência mágica! Espero que a campanha continue levando essa alegria para muitas outras crianças como o meu filho", disse a mãe Karina Pereira.

A campanha "Natal Via Satélite" existe desde 2020 e foi evoluindo. "Neste ano, a ideia era fazer com que o maior número de crianças se identificasse com os personagens natalinos e sentisse

uma conexão ainda maior com a magia típica dessa época do ano. Foram gravados mais de 720 vídeos com os nomes mais registrados no Brasil e contamos com o apoio da Progiro, um grande parceiro da HughesNet", conta Rodrigo Cavalieri, diretor de marketing da Hughes do Brasil.

O site simula uma videochamada e usa a câmera do

usuário para deixar a experiência mais real. "O nosso objetivo era criar um site que emulasse uma plataforma de conferência para que a criança não percebesse que a interação era gravada. Fizemos mais de mil testes para garantir a melhor experiência ao usuário, mesmo para aqueles com acesso limitado à tecnologia", explicou Denis Brow, diretor da Progiro.



O site simula uma videochamada e usa a câmera do usuário para deixar a experiência mais real

Loja do Toninho
feliz natal
Que possamos aquecer os nossos corações com o clima de Natal e transmitir esse amor a todos que nos rodeiam.

Loja do Toninho
EM NOVO ENDEREÇO:
(19) 3434-3239
Rua Santa Cruz, 565

Que este Natal seja mais do que luzes e presentes; que seja um compromisso renovado com a busca da igualdade. Estamos na linha de frente dessa luta, determinados a construir um mundo onde todos tenham as mesmas oportunidades.

Boas festas

com propósito e solidariedade!

Professora **Bebel**
DEPUTADA ESTADUAL
Nossa voz mais forte

Instagram: professorabebel
Facebook: professorabebeloficial

Novo guia alimentar infantil da OMS muda recomendações sobre introdução alimentar e o uso de fórmulas

Documento coloca em xeque algumas diretrizes atuais para a alimentação complementar de bebês; má alimentação pode prejudicar desenvolvimento

Thais Szegö

A Organização Mundial de Saúde (OMS) produziu um novo guia para alimentação complementar de lactentes e crianças de 6 a 23 meses de idade, trazendo as principais diretrizes sobre o assunto. O documento apresenta recomendações para orientar as famílias desde a amamentação, passando pela introdução alimentar até o consumo de diferentes alimentos, como o leite de vaca e outros alergênicos.

Um dos principais pontos que geraram grande repercussão entre pediatras e nutricionistas é em relação à introdução alimentar precoce (antes dos seis meses para algumas situações específicas) e, quando o aleitamento materno não for possível, as fórmulas só devem ser usadas até os 12 meses de vida. A Agência Einstein procurou especialistas na área para debater o tema e auxiliar na orientação dos responsáveis pelas crianças em oferecer uma alimentação saudável.

Alimentação infantil

Agir de maneira correta durante a introdução alimentar, quando o leite materno ou a fórmula infantil não são mais adequados para atender às necessidades nutricionais da criança, pode influenciar em toda a vida do pequeno.

“A introdução alimentar é um ponto sensível para muitas famílias, pois existe grande preocupação em fazer o que é melhor para o bebê associada a orientações de diferentes profissionais e conselhos de familiares e amigos, o que fica ainda mais intenso com as redes sociais que permitem que esses palpites cheguem o tempo todo de todos os lugares”, opina a pediatra Sabine Teixeira

Ferraz Grunewald, professora adjunta do Departamento Materno Infantil da Universidade Federal de Juiz de Fora, em Minas Gerais.

Os primeiros anos de vida da criança é um período fundamental para que elas aprendam a aceitar alimentos e bebidas saudáveis e a estabelecer padrões alimentares em longo prazo. “Esse período coincide com a fase de pico de risco de falha no crescimento e no aparecimento de deficiências nutricionais”, explica Vanessa Ramis Figueira, nutricionista sênior do Departamento Materno-Infantil do Hospital Israelita Albert Einstein.

A especialista lembra que as consequências da alimentação inapropriada nesse período podem estar relacionadas ao crescimento inadequado, desnutrição, excesso de peso e carências de micronutrientes que pode levar a prejuízo do desenvolvimento motor, cognitivo e socioemocional e aumento do risco de doenças infectocontagiosas. “Outro ponto importante é que a prevalência de sobrepeso e obesidade aumentou muito nos últimos anos, o que exige uma nova visão sobre o tema”, ressalta a nutricionista.

O documento da OMS, divulgado em outubro deste ano, tem o intuito de substituir as duas diretrizes anteriores relacionadas ao tema, uma de 2003 e a outra de 2005. Ambas eram focadas na desnutrição e não contemplavam a população de alta renda, que foi incluída neste novo guia voltado também para países de todas as classes sociais. O documento considera as necessidades dos bebês que são ou não amamentados, excluindo as crianças prematuras, com baixo peso ao nascer, se recuperando de doenças gra-

ves ou com deficiências neurológicas.

Veja os itens que fazem parte do novo guia e as considerações dos especialistas ouvidos pela Agência Einstein em relação a eles:

1 - A amamentação deve continuar até dois anos ou mais

Esta não é uma recomendação nova, já que as principais instituições de saúde defendem há bastante tempo que o ideal é que a amamentação seja mantida após a introdução alimentar até, pelo menos, os 24 meses de vida. Nesse item, o documento chama atenção para o fato de que para seguir essa recomendação. As mães que



amamentam necessitam de proteção, ambiente propício e assistência, como creches e salas de apoio à amamentação no local de trabalho, horários flexíveis para amamentar, acesso à informação, orientação e serviços de aconselhamento para dúvidas.

Em caso da necessidade do uso de outro leite no lugar do materno dos 12 até os 23 meses, os autores consideram que não há evidências suficientes para recomendar o leite de vaca desnatado ao invés do integral ou o leite vegetal no lugar do animal. Já os que têm adição de açúcares, não são apropriados em nenhuma situação.

2 - No caso de crianças de 6 a 11 meses que não são amamentadas, tanto fórmulas infantis quanto leite de vaca podem ser utilizados para alimentá-los. Já a partir de um ano de vida, as fórmulas infantis ou compostos lácteos não são mais recomendados.

Essa é uma das grandes diferenças do novo guia em relação aos lançados anteriormente. “Os estudos que compararam o consumo de leite de vaca com o de fórmulas infantis nessa faixa etária não encontraram diferenças nos desfechos relacionados a crescimento, desenvolvimento e adoecimentos na infância”, conta a pediatra Grunewald.

Um novo plano para um novo ano!

Que possamos seguir nutrindo bons sentimentos e construindo uma história de afeto, amor e cuidado por aqueles que são tão importantes para nós. O nosso plano é que você tenha tudo o que te faz bem, especialmente saúde!

O HFC deseja a você um Feliz Natal e um Ano Novo repleto de paz, esperança e prosperidade.

www.hfcp.com.br

HFC Saúde

“Esse é um dos exemplos de que as diretrizes atuais procuraram ser mais flexíveis e devem considerar características individuais das famílias, além de aspectos culturais e econômicos envolvidos nessa decisão, afinal, o custo das fórmulas pode ser excessivo para muitas delas.”

Mas, essa decisão precisa ser ponderada. “Existem posicionamentos da Sociedade Brasileira de Pediatria e de outras sociedades médicas evidenciando que a introdução de leite de vaca in natura antes do final do primeiro ano de vida pode desencadear problemas importantes, como maior risco de anemia, sangramentos intestinais e alergia alimentar”, diz o pediatra e nutrólogo Mauro Fisberg, membro do corpo de orientadores em pediatria e ciências aplicadas em pediatria da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) e coordenador do Centro de Excelência em Nutrição e Dificuldades Alimentares do Instituto Pensi, ligado ao Hospital Infantil Sabará.

“O leite materno é o alimento mais indicado para o suprimento de cálcio, vitaminas e minerais, e, em caso de impossibilidade da continuidade da amamentação, indica-se o uso de fórmulas infantis adequadas à idade. Com certeza existem argumentos econômicos ligados ao seu preço que podem impedir a utilização desse tipo de produto, além do risco de haver diluição inadequada e a distribuição para outros membros da família. Por isso, a Sociedade Brasileira de Pediatria acredita que deveria haver algum tipo de subsídio para a população de baixa renda para que ela possa ter acesso ao produto adequado”, diz Fisberg, que é membro titular do Departamento de Nutrologia da Sociedade de Pediatria de São Paulo.

3 - A introdução de alimentos complementares deve ser iniciada a partir dos seis meses de idade

Apesar dessa recomendação, a diretriz reconhece que algumas crianças podem se beneficiar com a incorporação de alimentos antecipadamente, levando em consideração os seguintes riscos em potencial: aumento da morbidade por doenças gastrointestinais em locais onde a higiene dos alimentos e da água não

é adequada, baixa qualidade nutricional dos alimentos complementares em comparação ao leite materno em países de baixa renda, desenvolvimento inadequado e risco de obesidade.

Ela também considera a preocupação com a introdução tardia - após os 6 meses de idade - de alimentos complementares devido à inadequação do leite materno em nutrientes essenciais, especialmente ferro, e o risco de isso afetar a aceitação de novos sabores e texturas. Além disso, evidências sugerem que atrasar a introdução de alguns alimentos, como nozes e amendoim, pode favorecer alergias alimentares ao invés de preveni-las.

“Essa recomendação é um dos diferenciais do novo documento, já que as orientações brasileiras e internacionais destacam a introdução da alimentação complementar aos seis meses de vida, idade na qual a maioria dos bebês já apresenta um desenvolvimento neuropsicomotor adequado para serem alimentados com segurança”, diz a pediatra.

“No entanto, a maioria dos estudos que comparou diferentes momentos para a introdução alimentar não encontrou diferenças estatisticamente significativas em relação a itens como ganho de peso, anemia, doenças respiratórias ou alérgicas. Dessa forma, os profissionais também devem levar em consideração questões culturais e preferências familiares no momento de avaliar quando os alimentos devem começar a fazer parte da dieta da criança”, acrescenta.

“Há muitos anos, a Sociedade Brasileira de Pediatria adota o conceito da OMS que indica que o aleitamento materno deve ser exclusivo pelo menos até o sexto mês, o que pode ser considerado uma orientação que tem o objetivo de proteger as mães e as crianças de todos os níveis sociais, garantindo as vantagens imbatíveis do leite materno”, diz Fisberg.

O pediatra e nutrólogo explica que, do ponto de vista clínico, considera o conceito da Academia Americana de Pediatria e da Sociedade Europeia de Pediatria, Gastroenterologia, Hepatologia e Nutrição (ESPGHAN), que preconiza o início da alimentação com-

plementar após o sexto mês de vida. Em alguns casos, mediante avaliação do pediatra, pode ser iniciada entre o quarto e o sexto mês, segundo o especialista, mas nunca antes das 16 semanas nem depois das 26 semanas de vida. Ele destaca que essa decisão requer a análise das curvas de crescimento, do estado nutricional materno, entre vários outros aspectos da mãe e do bebê, reforçando o conceito de que o aleitamento deve ser exclusivo pelo maior tempo possível.

4 - Crianças de 6 a 23 meses devem ter uma dieta diversificada

As diretrizes anteriores estabeleciam uma média calórica a ser atingida nesse período. Já a atual tem foco em uma dieta diversificada na qual verduras, legumes, frutas e alimentos de origem animal, incluindo carne, peixe ou ovos, devem ser consumidos diariamente. Leguminosas, nozes e sementes devem fazer parte do cardápio com frequência, especialmente quando carne, peixe ou ovos e vegetais são limitados no cardápio. O consumo de itens ricos em amido deve ser minimizado, pois não fornecem proteínas de alta qualidade ou nutrientes, como ferro, zinco e vitamina B12.

5 - Alimentos ricos em açúcar, sal, gorduras trans, adoçantes e bebidas açucaradas devem ser evitados e o consumo de suco de fruta natural deve ser limitado

A diretriz considera muito importante que ocorra o aconselhamento dos responsáveis em relação aos danos de curto e longo prazo no consumo desses alimentos.

“O documento destaca que os estudos que avaliaram a ingestão de sucos não revelaram evidências de impacto negativo em desfechos de saúde, entretanto, como os concentrados são ricos em açúcar natural, ainda é recomendado evitá-los, especialmente antes do primeiro ano de vida”, diz Grunewald.

“Por isso, ao contrário do que algumas páginas das redes sociais informaram de maneira errada nos últimos dias, a OMS não liberou o consumo do suco de frutas.” Vale destacar que o Guia Alimentar para Crianças Brasileiras menores de 2 anos, publicado em 2019 pelo Ministério da Saúde, também não recomenda a oferta de açúcar e preparações que contenham esse ingrediente até os 24 meses de idade.

6 - O uso de suplementos nutricionais e alimentos for-

tificados pode ser indicado para crianças de 6 a 23 meses

Esses itens podem entrar em cena em algumas situações em que as necessidades de alguns nutrientes não estão sendo atingidas por meio da alimentação normal. Mas, é essencial que isso só aconteça diante de recomendação médica que deve ser feita levando em consideração a necessidade de cada uma e a situação da região onde mora.

7 - A alimentação responsiva deve ser estimulada

“As diretrizes anteriores estabeleciam um número de refeições diárias dependendo do consumo e das metas nutricionais, já a atual ressalta a importância de as crianças de 6 a 23 meses de idade serem incentivadas a se alimentar de forma responsiva, ou seja, incitadas a comer de forma autônoma, respeitando suas preferências, desenvolvimento, necessidades fisiológicas e apetite e incentivando a autorregulação na alimentação”, explica Figueira, nutricionista do Einstein.

Fonte: Agência Einstein



Primeiro absorvente biodegradável e 100% sem plástico do Brasil tem embalagem especial com informações sobre saúde menstrual

A iniciativa tem como um dos objetivos combater a falta de informações sobre o tema

O primeiro absorvente biodegradável, vegano, 100% sem plástico e hipoalergênico do Brasil, da Nua, lança neste mês de dezembro uma embalagem especial que traz informações sobre o que cada cor do sangue menstrual pode indicar. A iniciativa foi elaborada com o apoio de ginecologistas, pesquisas e estudos como parte da missão de desmistificar o ciclo e promover a saúde menstrual no país.

“A ideia é não apenas ajudar as mulheres a compreenderem melhor os seus períodos, mas também conscientizar sobre mudanças que podem indicar que algo não vai bem – e, assim, incentivar também a busca por ajuda profissional, sempre que necessário”, explica Isabelle Parik, co-fundadora da marca.

A menstruação rosa clara, por exemplo, pode aparecer nos primeiros dias, mas também indicar algum desajuste hormonal ou deficiência vitamínica se perdurar. A cor laranja, por sua vez, pode significar

que o sangue menstrual está misturado a algum fluido amarelado, sinal de alguma infecção.

“Além da falta de acesso a produtos para conter a menstruação, as menstruantes ainda sofrem com a falta de informação sobre o próprio ciclo. São muitos tabus que acabam se transformando em um problema de saúde pública que, embora seja naturalmente mais grave entre as camadas mais vulneráveis da população, transcende classes sociais”, afirma Clara Ibri, co-fundadora da Nua.

Além disso, para contribuir para o combate à pobreza menstrual no país, a Nua doa, a cada venda, absorventes a pessoas que menstruam em situação de vulnerabilidade. A ação, realizada em parceria com o Projeto Luna, também inclui rodas de conversas para levar informações sobre ciclo menstrual com o objetivo de quebrar tabus.

Criada em 2020, a startup nasceu a partir do desejo de Clara e Isabelle de encontrarem absorventes

sustentáveis no mercado brasileiro. É a primeira do Brasil a contar com uma opção biodegradável, zero plástico, vegana, hipoalergênica e sem componentes que podem fazer mal à saúde. O absorvente é feito com fibra de bambu certificada, garantindo um produto suave, respirável e confortável – nas opções convencionais, é usada a fibra de algodão e até 90% de plástico.

A novidade chamou a atenção e a empresa recebeu em julho deste ano um aporte de quase R\$ 1 milhão oriundo de um fundo focado em soluções ESG.

Um dos objetivos da Nua é inverter a lógica de que as pessoas precisam se adaptar aos produtos disponíveis no mercado. Para isso, as consumidoras fo-



Foto: Divulgação

Um dos objetivos é inverter a lógica de que as pessoas precisam se adaptar aos produtos disponíveis no mercado

ram colocadas no centro de decisões, resultando na criação de um sistema de assinaturas, personalizadas de acordo com cada fluxo.

Feliz Natal e Boas Festas!

É chegado o momento de termos nossos corações renovados com a alegria de mais um Natal com Cristo, e um Ano Novo com a esperança de novos tempos.

DEPUTADO ESTADUAL
ALEX
MADUREIRA
R. Prudente de Moraes, 515, Centro - Piracicaba

QUE O PRÓXIMO ANO TRAGA NOVAS OPORTUNIDADES, CONQUISTAS E MUITOS MOMENTOS ESPECIAIS.

Desejamos a todos um **Feliz Natal e Ano Novo**, repleto de saúde, amor, e prosperidade para cada dia ser vivido com bem-estar e felicidade.

Piracicaba
Av. Torquato da Silva Leitão,
605 | São Dimas

0800 770 3770
(19) 3437-3770

www.intermedici.com.br

Res: Tereza D. Hamilton A. Banilha de Moraes - CPM 57446
ANS - nº 312282

INTERMEDICI
PLANOS DIFERENCIADOS DE SAÚDE

+ de 30 anos

Como ficaram as regras da aposentadoria especial dos profissionais da saúde após a Reforma da Previdência?

Guilherme Chiquini

Uma das aposentadorias mais almejadas pelo trabalhador é a aposentadoria especial. Isso se deve por dois motivos: maior valor do benefício e menor tempo de contribuição. Como se sabe, a Reforma da Previdência alterou os requisitos para a concessão de diversos benefícios, dentre eles a aposentadoria especial. Nessa coluna trataremos justamente desse benefício, especificamente em relação aos profissionais da área da saúde, os quais estão em evidência nesse período de pandemia.

Até a Reforma da Previdência o principal requisito para concessão da aposentadoria especial era o exercício de 25 anos de trabalho com exposição a agentes nocivos, agentes esses que na área da saúde são os de ordem biológica (vírus, fungos, bactérias etc.). Deste modo, independentemente da idade do profissional de saúde, ele teria direito à aposentadoria especial ao completar 25 anos de tempo de serviço nessa área. Pois bem. Para os segurados que se filiam à Previdência após

a data de entrada em vigor da Reforma da Previdência (13/11/2019) somente terão direito à aposentadoria especial após o cumprimento de dois requisitos: idade de 60 anos e tempo de contribuição de 25 anos.

Vale destacar que, se o profissional da área da saúde completou os 25 anos de trabalho exposto a agentes biológicos até 13 de novembro de 2019 (data do início da vigência da Reforma) tem direito à aposentadoria pelas regras antigas, ou seja, não precisa completar 60 anos de idade.

Outra mudança importante diz respeito ao valor do benefício. Na regra antiga, a renda mensal inicial do trabalhador consistia em 100% da média aritmética dos 80% maiores salários de contribuição a partir de julho de 1994, sendo a maior vantagem o fato de que não havia a aplicação do fator previdenciário, ou seja, o valor da aposentadoria correspondia a 100% do valor da média aritmética. Já após a Reforma da Previdência, essa forma de cálculo mudou. E para pior. Na nova regra o valor limita-se a 60% da média de todos os salários a



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

partir de julho de 1994 (ou seja, não há mais a exclusão dos 20% menores salários) e mais 2% a cada ano que exceder 20 anos de tempo de contribuição para homens e

15 anos para mulheres. Infelizmente a diferença é expressiva, na medida que um homem com 25 anos de tempo de contribuição se aposentaria com 100% de sua média

antes da Reforma e agora com apenas 70%. Uma perda de mais de 30%, considerando ainda que na regra antiga havia o descarte das 20% menores contribuições

O dom precioso do Natal é a paz, e Cristo é a nossa paz verdadeira.

Feliz Natal

DEPUTADO ESTADUAL
Helinho Zanatta

Siga o Helinho nas redes sociais
f /Helinho Zanatta
helinhezanatta.com.br

Reflexão e conforto nas festividades de final de ano

Em meio às festividades de final de ano, o Cemitério Parque da Ressurreição se revela como um espaço de reflexão e conforto. Suas missas diárias, realizadas pontualmente às 7h da manhã, tornam-se momentos especiais de serenidade em um período muitas vezes marcado por saudade e memórias.

A prática das missas diárias não é apenas um ato religioso, mas uma oportu-

nidade de acolhimento e suporte emocional. A equipe atenciosa do cemitério proporciona um ambiente sereno, transformando esses encontros matutinos em momentos que transcendem a tradição religiosa.

Durante as festividades, o cemitério se torna um refúgio, onde a espiritualidade se entrelaça com o respeito às tradições e ao luto. Cada missa é uma expressão de homenagem,

oferecendo consolo aos que enfrentam a perda e encontram nas lembranças uma forma de reconstruir a esperança.

Neste final de ano, o Cemitério Parque da Ressurreição convida a todos para uma jornada de paz interior, celebração e reflexão. Em um cenário que une a beleza da natureza com a espiritualidade, encontramos um espaço onde o luto se transforma em lembranças amorosas e onde a saudade se encontra com a esperança.

Venha fazer parte deste momento especial de celebração e conforto. O Cemitério Parque da Ressurreição está de portas abertas para receber a comunidade, proporcionando um lugar onde a espiritualidade se entrelaça com a tradição e as festividades de final de ano.



Foto: Divulgação

Em um cenário que une a beleza da natureza com a espiritualidade, o Cemitério Parque da Ressurreição um espaço onde o luto se transforma em lembranças amorosas



O Cemitério Parque da Ressurreição convida a todos para uma jornada de paz interior, celebração e reflexão



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

Jazigos para compra e aluguel

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

Funerária 24h
(19) 3426-4877

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

www.parquedaressurreicao.com.br



Foto: Divulgação

Medidor de vazão fotovoltaico fica entre os seis finalistas do Prêmio Inovação da Aegea

O objetivo da instalação do medidor de vazão fotovoltaico é garantir energia elétrica limpa e renovável

A busca por inovação e tecnologia faz parte do dia a dia da Aegea Saneamento, líder do setor privado no país e da qual a Mirante faz parte. Tanto que a companhia promove, anualmente, o Prêmio Inovação, com a participação de suas unidades. Este ano, a Mirante ficou entre as seis finalistas na categoria Inovação e Eficiência Técnico-Operacional, com o projeto Medidor de Vazão Fotovoltaico. O resultado do Prêmio Inovação 2023 foi divulgado nesta terça-feira (19).

De acordo com a supervisora de Operações da Mirante, Amanda Miquelani, o objetivo da instalação do medidor de vazão fotovoltaico é garantir energia elétrica limpa e renovável. "Também podemos usar

o medidor em locais remotos, onde a energia não chega", observa. Esse foi, inclusive, o principal fator que motivou o projeto.

Amanda explica: "Na licença de operação de uma de nossas estações de tratamento de esgoto (ETE Santa Olímpia I), tivemos - como exigência do órgão ambiental, a instalação de um medidor de vazão na saída do tratamento. Porém, ao solicitar a ligação de energia naquela unidade, nos deparamos com o alto custo do investimento, pois teríamos que viabilizar uma obra para o atendimento".

Além de atender a legislação ambiental vigente, Amanda explica que o medidor monitora a vazão com mais agilidade, especialmente nas tomadas de decisão em casos de desvios

do processo. "Também reduz a poluição e as taxas de carbono, além do custo. Nossa intenção é ampliar o projeto para outras unidades", conclui Amanda.

Junto com Amanda, participaram do projeto o coordenador de Operações e Serviços, Alan Pedra, e o supervisor Diego Alli.

Principais benefícios do Medidor de Vazão Fotovoltaico

- Atendimento as condicionantes ambientais;
- Energia sustentável, renovável e limpa;
- Fácil instalação, necessidade mínima de manutenção;
- Pode ser instalado em áreas isoladas da rede elétrica;
- Pode ser utilizado também para alimentar outros controladores e sensores.



Projeto foi desenvolvido pelos colaboradores da Mirante, Alan Pedra, Amanda Miquelani e Diego Alli

QUEM SOMOS

Mirante

A Mirante é uma empresa da Aegea Saneamento, líder no setor privado no Brasil. Desde 2012, a empresa é responsável pelo esgotamento sanitário da área urbana de Piracicaba (SP), município que em 2014 atingiu a universalização do serviço de saneamento. A operação funciona por meio de uma PPP (Parceria Público-Privada) com o Sema (Serviço Municipal de Água e Esgoto) de Piracicaba.

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

Aegea

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

Saiba mais em <https://www.aegea.com.br>

ACADEMIA FEMININA

ESPAÇO FITNESS

DESCUBRA O SEU MAIS ALTO POTENCIAL

VEM PRO TREINO!

CONSTÂNCIA É O SEGREDO!

Vem treinar conosco
Academia Feminina
Espaço Fitness
Academia 100% feminina

PLANOS À PARTIR DE

R\$ 74,90

TREINO PERSONALIZADO

ESPECIALISTA EM TREINO FEMININO

ACOMPANHAMENTO DOS RESULTADOS

Academia Feminina
espaco Fitness
(19) 2537-2277

19 993776299

Colégio PoliBrasil: Um Adeus com Sabor de Conquista: Formatura dos estudantes do 3º ano e 9º ano

Ao som da música da vitória e envoltos em uma atmosfera de nostalgia, os estudantes do 3º ano do Ensino Médio e do 9º ano se despediram de mais uma etapa acadêmica, da escola que foi palco de inúmeras descobertas, desafios e momentos inesquecíveis. A formatura foi celebrada com entusiasmo, lágrimas e muita emoção.

Com discursos inspiradores e homenagens, os formandos foram o centro das atenções em uma noite que ficará marcada na memória de todos. Professores e alunos tiveram a oportunidade de expressar seus sentimentos e compartilhar. Foram celebradas não apenas as conquistas acadêmicas, mas também o crescimento pessoal de cada estudante, além das amizades formadas ao longo dos anos.

Os alunos vão, mas carregam as lembranças do colégio que os preparou para voar mais alto. Que esta formatura seja apenas o início de muitas outras conquistas!



Celebração e Alegria: Colégio PoliBrasil Encerra o ano com Grande Confraternização

No último 15 de dezembro o Colégio PoliBrasil reuniu sua equipe de professores e colaboradores em uma festa de confraternização que marcou o encerramento do ano letivo de maneira memorável. O evento foi repleto de alegria, descontração e emoção, proporcionando um momento especial para todos.

Durante o evento a direção do Colégio PoliBrasil expressou sua gratidão à toda a equipe pela dedicação, esforço e participação ao longo do ano e expectativas positivas para o futuro.

A confraternização de final de ano não apenas encerrou o ano letivo de forma grandiosa, mas também deixou uma lembrança duradoura na memória de todos os participantes. A equipe se despediu de 2023 com o coração cheio de gratidão, amizade e a certeza de que o próximo ano reservará novas oportunidades e desafios a serem enfrentados juntos.



Acipi encerra 2023 com cerca de sete mil associados no ano comemorativo aos 90 anos de fundação

Na reta final de adesões ainda é possível preencher os cupons da promoção Acipi+Presente para concorrer a um apartamento com dois dormitórios

O sorteio de um apartamento de dois dormitórios, no dia 9 de janeiro, marcará o encerramento da programação comemorativa aos 90 anos da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba) que, ao longo do ano, contou com ações expressivas como a mudança para o novo prédio, realização de eventos exclusivos, homenagens e iniciativas inéditas em Piracicaba, como o Pescar, projeto socioeducativo oferecido a 17 jovens com o intuito de prepará-los para o mercado de trabalho.

Para Marcelo Cançado, presidente da Acipi, 2023 foi um ano marcante. "Essa época é oportuna para reflexões sobre os desafios e as conquistas. Para a Acipi, foi um ano histórico. Comemoramos 90 anos em um novo prédio, moderno, dinâmico e edificado nos pilares da tecnologia, com inovação, modernidade e humanização".

Ao ouvir as necessidades dos associados, comenta Marcelo Cançado, conseguimos definir

ações assertivas, as quais possibilitaram a ampliação do olhar ao varejo local e suas especificidades. "O Acipi Conecta é um exemplo positivo da importância de novos contatos e conexões. Tivemos sucesso em todos os encontros, sempre com adesão máxima".

O presidente informa que a Acipi encerra 2023 com quase sete mil associados, indicador que coloca a entidade no posto de uma das maiores do país. "O escopo dos serviços, a atuação multitemática junto ao comércio local e o olhar personalizado às necessidades dos associados são fatores que contribuem para o crescimento permanente da Acipi. Sem dúvida, um ano que terá um capítulo especial em nossa história".

Quanto aos números, Marcelo informa que foram mais de 20 mil pessoas impactadas em eventos, 400 locações de espaço, 60 mil usuários ativos no app oficial Acipi, 70 iniciativas exclusivas (entre cursos livres, palestras e eventos) e 2500 pes-



Fotos: Comunicação ACIPI

O novo prédio da Acipi foi inaugurado em julho

soas capacitadas em iniciativas educacionais.

Sem esconder a emoção, Marcelo Cançado comenta sobre a primeira turma de formandos do Pescar, um projeto que capacitou 17 jovens ao longo do ano, por meio de dinâmicas de autoconhecimento, preparo para o mercado de trabalho, desenvolvimento de aptidões pessoais, sociais e profissionais. "O Pescar foi algo especial este ano. O envolvimento com essa primeira mostrou que estamos no caminho certo. E está sendo muito gratificante acompanhar a conquista do primeiro emprego. Eles - e nós também, muito - estamos comemorando essas vitórias pessoais que farão a diferença na trajetória de de vida destes jovens".

Novidades para 2024

De acordo com o presidente da Acipi, Marcelo Cançado, 2024 continuará com uma programação intensa. "Vamos inaugurar, no primeiro semestre de 2024, o Inova Acipi, um ecossistema completo, que atuará na aceleração de negócios, em um ambiente de inovação, conexão e colaboração, com DNA do varejo e serviços. Conectaremos startups, investidores, varejistas e outros participantes, com foco em tecnologia, empreendedorismo e oportunidades de negócios". O Inova Acipi ocupará o segundo andar do novo prédio com estrutura para receber eventos, capacitações, jornadas, missões e consultorias, além de um coworking inspirado em

modelos de sucesso de cidades metropolitanas.

Acipi+Presente

Na reta final de adesões ainda é possível preencher os cupons da promoção Acipi+Presente para concorrer a um apartamento com dois dormitórios. Até o dia 9 de janeiro, os consumidores podem cadastrar os cupons da campanha para concorrer aos últimos 30 prêmios incluindo o apartamento

de dois dormitórios. Os estabelecimentos participantes estão listados em www.acipipresente.com.br e no app Acipi. A Acipi + Presente contou com quatro sorteios nas principais datas do varejo (Dia das Mães, Dia dos Namorados, Dia dos Pais e Dia das Crianças). No último, marcando o Natal, o grande prêmio é um apartamento estimado em R\$ 250 mil reais. Ao longo do ano, foram distribuídos mais de 150 prêmios.



Marcelo Cançado, presidente da Acipi



Acipi Conecta - Encontro mensal para novos contatos e relacionamento empresarial, aberto a associados e não associados



Projeto Pescar formou a primeira turma este ano, com a preparação de 17 jovens para o mercado de trabalho por meio de vivências e capacitações

HFC Saúde implementa carrinho beira leito

Modernização e segurança no atendimento

O HFC Saúde implantou mais uma inovação tecnológica que veio para agilizar o atendimento e sobretudo garantir ainda mais

a segurança do paciente. Agora a equipe conta com o apoio de Carrinhos Beira Leito que possui conectividade direta com o prontuário eletrônico do

paciente e proporciona uma abordagem eficaz em termos de segurança no cuidado do paciente.

A equipe de enfermagem agora cuida dos pacientes com mais agilidade, sem a necessidade de procurar os medicamentos e materiais para administração dos mesmos durante o período de tratamento. Todos os medicamentos ficam disponíveis nesse carrinho, garantindo um atendimento mais seguro e exclusivo as necessidades de cada paciente.

A capacidade de registrar procedimentos em tempo real não apenas garante precisão na documentação, mas também assegura a segurança do paciente, reduzindo erros de registro que poderiam comprometer tratamentos subsequentes. A disponibilidade imediata dessas informações no prontuário eletrônico é fundamental para uma compreensão atualizada do estado do paciente.

“Com essa tecnologia as informações relativas às necessidades de cada paciente podem ser checadas em tempo real. Através da leitura do código de



Fotos: Comunicação HFC

A equipe de enfermagem agora cuida dos pacientes com mais agilidade e segurança

barras da pulseira do paciente, o profissional de enfermagem tem acesso as informações da prescrição que mostra quais medicamentos que devem administrados, as doses e horários corretos, o que proporciona maior segurança na aplicação das medicações”, disse o presidente do HFC Saúde, José Coral.

Além disso, a capacidade de monitorar sinais vitais como temperatura, pressão arterial, saturação e frequência cardíaca de forma direta, integrando-os instantaneamente ao prontuário eletrônico, representa um avanço significativo. Essa

integração minimiza erros de preenchimento manual, permitindo uma tomada de decisão mais rápida e precisa por parte da equipe assistencial.

“O carrinho beira leito não apenas otimiza a eficiência operacional, mas também eleva os padrões de segurança e cuidado ao paciente. Sua capacidade de integração tecnológica e coleta de dados em tempo real desempenha um papel crucial na melhoria da qualidade dos serviços de saúde, garantindo um cuidado mais preciso, rápido e seguro”, disse a diretora do Grupo AFOCAPI, Lucimeire Ravelli Peixoto.



O Carrinhos Beira Leito possui conectividade direta com o prontuário eletrônico do paciente e proporciona uma abordagem eficaz em termos de segurança no cuidado do paciente

Parceria leva curso gratuito de comércio exterior ao Simespi

Iniciativa do Grupo Elo Logistics tem apoio do sindicato patronal e do Instituto Formar e oferecerá três vagas de emprego aos melhores alunos

Jovens a partir dos 16 anos terão a oportunidade de aprender gratuitamente os fundamentos e técnicas do comércio exterior, no curso que o Grupo Elo Logistics vai promover a partir de 6 de fevereiro do próximo ano. A iniciativa tem o apoio do Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras), e do Instituto Formar. Serão oferecidas 40 vagas e os três melhores alunos conquistarão uma vaga de emprego. As 19 aulas presenciais serão ministradas na sede do Simespi, às terças e quintas-feiras, das 18h às 21h, e serão divididas em três módulos: Introdução ao Comércio Exterior e aos Negócios Internacionais, Economia Internacional e Câmbio, e Sistemática de Comércio Exterior.

“Por meio do Projeto Indústria do Amanhã, implantado no início deste ano, o Simespi não só reali-

za, mas também apoia iniciativas que promovam a capacitação e a profissionalização, principalmente de jovens que possam encontrar oportunidades de trabalho especialmente na indústria”, afirma Erick Gomes, presidente da entidade. Ele lembra que o projeto criado em parceria com o Sindicato dos Metalúrgicos de Piracicaba e Região, em parceria com o Exército de Formiguinhas, Diocese de Piracicaba e Senai, formou este ano mais de 90 jovens de baixa renda. “Mais de 30 desses jovens já estão empregados na indústria”, destaca Gomes.

Diretor do Grupo Elo Logistics, João Pedro Morato fala do objetivo do curso de comércio exterior: “Ao oferecer esse curso, buscamos gerar oportunidades para aqueles que desejam se profissionalizar no comércio exterior. Acreditamos que, ao capacitar os participantes não apenas com teoria, mas com as habilidades práticas essenciais para enfrentar os desafios reais



Fotos: Divulgação

Curso de Comércio Exterior

do comércio internacional, estaremos moldando profissionais para impulsionar o crescimento econômico”.

Para o gerente administrativo do Instituto Formar, Fábio Sanches, essa colaboração reflete o compromisso das três organizações envol-

vidas com o intuito de promover o desenvolvimento educacional e profissional, proporcionando oportunidades valiosas aos jovens da cidade. “Acreditamos que investir na formação desses jovens não apenas enriquece suas vidas, mas também contribui para o fortalecimento da economia local, preparando

uma geração apta para enfrentar o cenário atual e futuro. Estamos ansiosos pelo impacto positivo que essa iniciativa terá em nossa comunidade e na vida das pessoas que participarem”, conclui.

Informações e inscrições pelo e-mail [cursos@simespi.com.br](mailto: cursos@simespi.com.br)

Saúde não tira férias durante as festividades de fim de ano

Enquanto muitos aproveitam o período de festas, os profissionais da saúde da Santa Casa de Piracicaba atuam de forma ininterrupta, prontos para atender os que precisam

Enquanto muitos desacereleram para celebrar este período do ano com as festas de Natal e Ano Novo, muitos profissionais continuam trabalhando, entre eles, os da saúde. E na Santa Casa de Piracicaba não é diferente. Para eles, este não é um período de férias, mas uma extensão da rotina dedicada à população por meio dos plantões para atendimento das necessidades médicas que não tiram folga nem mesmo durante as celebrações.

Em meio às festividades de fim de ano, enquanto muitos se reúnem em lares com suas famílias, uma categoria de profissionais segue dedicada ao serviço, mantendo a chama do cuidado acesa. São médicos de plantão que emergem como heróis anônimos, fazendo transcender o amor pela profissão às convenções

festivas. No plantão deste Natal, o médico do Pronto Atendimento da Santa Casa, Pedro Tourinho de Siqueira, vai estar a postos fazendo o que mais ama: cuidar de pessoas. "Já passei várias noites de Natal de plantão na Santa Casa, e esta será mais uma. Embora eu sinta muita falta da família, em especial agora que tenho filhos pequenos, sempre me senti realizado por poder estar à disposição das pessoas que precisam num dia tão especial", declarou.

Também escalado para o plantão no Setor de Ortopedia no dia de Natal, está o médico Renato Martins Xavier. Para ele, essa dedicação é uma questão de compromisso: "Nossos pacientes não escolhem quando vão precisar de ajuda. Estamos aqui para garantir que, mesmo nos momentos



Foto: Marcelo Germano

Enfermeiros supervisores Pedro e Elaine

festivos, a assistência médica seja ininterrupta. É uma responsabilidade que abraçamos com orgulho. Claro que é difícil deixar a família reunida em datas como essa, mas fizemos um juramento e temos o compromisso de oferecer atendimento de qualidade, independentemente da data no calendário", afirma o ortopedista.

Os enfermeiros supervisores do Pronto Atendimento do Hospital, Pedro Thiago Carrara e Elaine Adriana Alexandre Marques, fundamentais nessa engrenagem de cuidado, também são da turma do

plantão neste Natal e sabem muito bem da importância desse comprometimento. Para Pedro, "sabemos da importância da nossa missão na rotina hospitalar e, nessas datas comemorativas de fim de ano, a empatia e os sentimentos de solidariedade e missão cumprida afluam ainda mais, pois cuidar não tem horário ou feriado, é uma vocação que não se limita ao calendário".

Elaine acrescenta, lembrando que "Natal é tempo de alegria, celebração e comemoração. Sempre que pensamos em Natal pensamos em família, pois essa é a essência desta

data. Passar a noite de Natal longe da minha família é sempre difícil; mas o que me conforta é saber que escolhi a enfermagem por amor ao próximo e isso faz com que esses 22 anos de atuação valessem sempre à pena".

Em reconhecimento e gratidão à dedicação, comprometimento e empenho desses profissionais, a Santa Casa de Piracicaba reafirma o compromisso de estar sempre presente, 24 horas por dia, para atender à população, pois a saúde não se ausenta nas festividades, mantendo-se sempre pronta para servir àqueles que precisam.

Antonio Wilson Sallum é premiado com a Medalha do Mérito Odontológico

O professor Doutor Antonio Wilson Sallum foi condecorado pelo Conselho Regional de Odontologia de São Paulo com a Medalha do Mérito Odontológico. Esta distinção visa valorizar os Odontólogos que contribuíram significativamente no campo científico, acadêmico, humanitário, social, político, dentre outros; e que se destacaram em suas diversas ações.

A premiação foi concedida ao professor Doutor Antonio Wilson Sallum por meio de decisão unânime do Plenário, em reconhecimento a sua vida profissional, por ser referência nacional e internacional no domínio de sua especialidade: a Periodontia. Também pela importância

que seu nome representa para a Odontologia e para a população diretamente beneficiada com sua atuação.

O professor ocupou o cargo de diretor da FOP-UNICAMP, destacando a sua decisiva atuação para a idealização do Centro Clínico Multidisciplinar e sua viabilização (em fase de construção), principalmente por meio do uso do terreno anexo à FOP doado pelo Governo Estadual em sua gestão como Diretor.

Responsável pela formação de inúmeros profissionais que hoje exercem a Periodontia no Brasil e em outros países, o Professor Sallum continua a inspirar jovens profissionais na Odontologia.

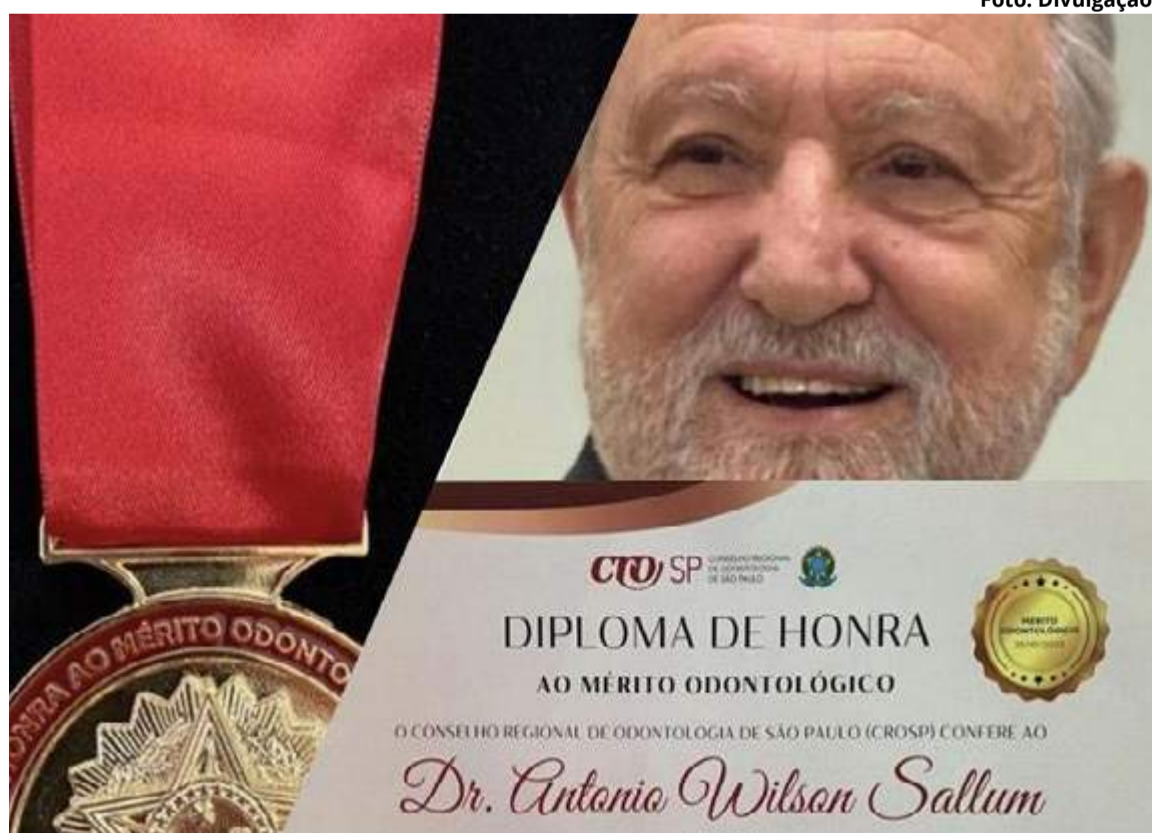


Foto: Divulgação

O professor Doutor Antonio Wilson Sallum

Fisioterapia e Ergonomia

Contratura Muscular

A contratura muscular é uma contração contínua e involuntária de um músculo ou algumas fibras dele. Ou seja, quando o músculo contrai de forma errada e não retorna ao seu estado natural de relaxamento, a contratura aparece. A região afetada pode aumentar de volume, apresentar dor e/ou prejudicar a mobilidade de quem passa pelo problema. Apesar de não ser um problema muito grave, quando uma contratura muscular aparece frequentemente ou quando se mantém por alguns dias pode ser sinal de desequilíbrio ou fraqueza muscular, que no futuro leva a alterações posturais.

A contratura muscular na região do tronco é uma das causas mais comuns para as crises de dores nas costas, incluindo a região do pescoço e dos ombros.



Causas

Apesar da região das costas ser uma das áreas mais afetadas, as contraturas podem surgir em qualquer outra região corporal. Em esportistas, a contratura muscular nas coxas e na panturrilha também são comuns devido ao acúmulo de ácido láctico durante a realização de exercício físico.



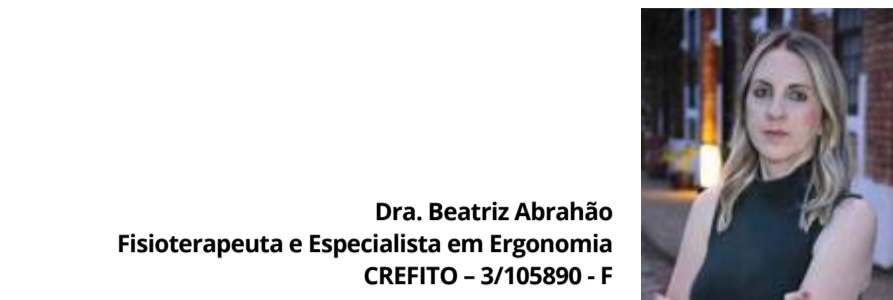
Alguns fatores que contribuem para o surgimento:

- Estresse;
- Má postura;
- Fraqueza muscular;
- Fadiga;
- Rigidez muscular;
- Falta de flexibilidade;
- Excesso de exercícios.

Sinais

A contratura pode variar em intensidade e, embora surja mais nos músculos ligados à postura, pode ocorrer em qualquer parte do corpo, sendo mais comum em:

- Pescoço;
- Ombros;
- Região cervical;



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



- Coxa;
- Região torácica;
- Região lombar;
- Dor ou sensação dolorida no local afetado;
- Dificuldade em esticar o músculo;
- Dificuldade em movimentar a articulação próxima do músculo afetado.

Tratamento

O tratamento para a contratura muscular deve levar em consideração a causa gatilho que está por trás da contração do músculo. Isso porque essa movimentação incorreta pode ser um alerta de má postura ou até mesmo estar associada a uma doença mais grave.

Em períodos de maior cansaço, quando houver muita tensão muscular e as contraturas forem recorrentes, é possível recorrer ao uso de relaxantes musculares, lembrando sempre através de prescrição médica. Além de ajudarem a musculatura a relaxar, auxiliam também a aliviar a dor e a dormir melhor, pois o seu efeito relaxante sobre os músculos favorece o sono e o descanso do corpo.

O tempo de recuperação de uma contratura muscular não costuma ser muito longo, em geral em alguns dias a contração involuntária já terá cedido e não haverá mais dor. Esse tipo de acometimento não costuma deixar complicações.

Além disso, o sedentarismo é um fator contribuinte, por isso se engaje em praticar alguma atividade física que garanta força e alongamento.

Como tratar uma contratura em casa

- Tomar um banho de água bem quente, deixando a água quente cair diretamente na região da contratura;
- Fazer um tratamento com uma bolsa de água quente ou toalha úmida aquecida na região dolorida, durante 15 a 20 minutos, de 2 a 3 vezes por dia;
- Massagear a região da contratura com movimentos e circulares usando um creme hidratante ou óleo essencial relaxante.

Prevenção:

- Evite ao máximo o estresse e ansiedade, tente relaxar sempre que possível;
- Evite manter a mesma postura por muito tempo;
- Nunca carregue coisas do mesmo lado do corpo durante muito tempo;
- Evite posturas incômodas;
- Não durma de barriga para baixo;
- Tente praticar exercícios de alongamento em algum momento do dia, pelo menos durante 20 ou 25 minutos;
- Mantenha seus músculos saudáveis praticando exercícios físicos regularmente com treinos que permitam ganho de alongamento e força muscular sem excessos.

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

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

Helinho Zanatta é eleito vice-coordenador da frente parlamentar em prol da vida e da família

Para Helinho, nova Frente vai agregar movimentos que já atuam em defesa da vida e da família.

O deputado estadual e vice-presidente da Alesp, Helinho Zanatta (PSD) foi eleito vice-coordenador da Frente Parlamentar em Prol da Vida e da Família, lançada no último dia 18, coordenada pelo deputado estadual Rogério Santos (MDB).

Também participaram do lançamento o secretário estadual de Governo, Gilberto Kassab, o secretário de Relações Institucionais da Prefeitura de São Paulo, Enrico Misasi, o primeiro vice-presidente da Alesp, deputado Gilmaci Santos (Republicanos), as deputadas estaduais Fabiana Bolsonaro (PL) e Edna Macedo (Republicanos), além de prefeitos, vereadores, secretários municipais, autoridades e representantes de movimentos.

O deputado Rogério Santos (MDB), coordenador da Frente,

que já agrega mais de 30 parlamentares, destacou a importância da frente na articulação dos movimentos que já atuam em defesa da vida. "Penso que o principal papel vai ser uma articulação dos movimentos ou das ações que já acontecem em torno desse tema. Por vezes ficamos dispersos sem a força que poderíamos ter se estivéssemos fazendo isso juntos", ressaltou o coordenador da frente.

Na abertura do evento, Gilberto Kassab afirmou que as pautas governamentais ligadas à vida e à família "precisam mais do que nunca, no mundo de hoje, ser abraçadas e defendidas". "Conte comigo para que essa Frente possa ter sucesso nas ações que serão diárias, permanentes e de fundamental importância para o País", destacou Kassab.

Helinho Zanatta, eleito vi-



Estiveram presentes no lançamento Gilberto Kassab, Enrico Misasi, Gilmaci Santos, Fabiana Bolsonaro e Edna Macedo, além de prefeitos, vereadores, secretários municipais, autoridades e representantes de

ce-coordenador, agradeceu o convite do deputado Rogério Santos e destacou a importância da frente para a defesa da vida e da família, mencionando que o seu mandato é uma missão e que está à disposição de todos para somar.

"Recebi com grande alegria o convite do amigo deputado Rogério Santos para fazer parte dessa Frente Parlamentar e também ser seu vice coordenador. Essa frente é de grande importância porque iremos agregar nela os movimentos que já

atuam em defesa da vida e da família. Essa é uma pauta que eu também defendo pelos valores que recebi de meus pais. O mandato para mim é uma missão, que eu coloco à disposição em favor da vida e da família", destacou Helinho Zanatta.

Colaboradores 50+: uma tendência que está virando realidade dentro das grandes companhias

Uma tendência que vem se cumprindo nos últimos anos é a procura, cada dia mais frequente, por profissionais com idade acima dos 50 anos. Do alto escalão das grandes companhias a setores operacionais das principais indústrias brasileiras, um fato é certo: os colaboradores 50+ vêm ganhando cada vez mais espaço.

Uma das razões que tem gerado um boom de contratações com este perfil está relacionada à motivação pela estabilidade e o desejo de dar continuidade à evolução da carreira. De acordo com a Supervisora de Desenvolvimento Humano Organizacional (DHO) da Fibracem, uma das principais indústrias especializadas no setor de comunicação óptica no Brasil, Cinthia Guil Calabroz, algumas das vantagens de contratar profissionais acima de 50 anos é que eles são comprometidos e demonstram

um maior interesse em ficar na empresa por mais tempo, além de terem a capacidade de antecipar possíveis obstáculos que muitas vezes os mais jovens não conseguem pela pouca experiência.

"Eles [os 50+] trazem uma maturação com inúmeras experiências vividas e isso possibilita a mitigação e, conseqüentemente, maior agilidade para apresentar soluções em momentos mais delicados atravessados pelo mercado", acrescenta a supervisora de DHO.

Nesse cenário, ainda que ambos os gêneros [homens e mulheres] estejam em plena evidência, ainda é possível perceber, em muitos casos, uma disparidade estrutural que motiva a busca por emprego nessa idade.

"É perceptível que enquanto os homens buscam a continuidade de sua vida profissional, no caso das mulheres, boa parte

delas estão iniciando suas atividades profissionais perto, ou mesmo aqueles com mais de 50 anos, muitas vezes por falta de oportunidade no passado", enfatiza Leonardo Freitas analista de planejamento estratégico e gestor da qualidade SGQ da Fibracem.

Quebrar barreiras ainda é ponto crucial

Mesmo que o mercado se mostre cada vez mais de portas abertas para profissionais com mais de 50 anos, uma análise profunda expõe a necessidade de que ainda é preciso quebrar certos paradigmas, passando a avaliar os 50+ pelo potencial, que dentre vários aspectos pode oferecer e entregar resultados, em qualquer ambiente em que estejam atuando e, com isso, aumentar ainda mais a representatividade.

"É preciso enxergar que as pessoas com mais de 50 anos



Foto: Divulgação

É preciso enxergar que as pessoas com mais de 50 anos possuem, sim, a mesma disposição e agilidade se comparada aos mais jovens entrega do prêmio

possuem, sim, a mesma disposição e agilidade se comparada aos mais jovens, no entanto minha vivência me mostrou que somos muito capazes para encarar desafios, sensibilizar e motivar profissionais ao nosso redor" diz Marcos Ceacero Costa, de 61 anos e que hoje atua no suporte técnico comercial da Fibracem.

Mercado precisa dar mais atenção aos 50+

Além do etarismo, a falta de compreensão do próprio mercado também é um importante desafio a ser vencido. "As pessoas precisam de oportunidade. E em se tratando do público sênior, as empresas pre-

cisam criar políticas internas consistentes para a entrada e permanência desses profissionais", reforça Soraia Goginski (56), gestora comercial da Fibracem.

Um estudo feito pela plataforma de realocação Maturi demonstra que em 2022, a participação de trabalhadores brasileiros com mais de 50 anos não chegava a 10%. "Acredito que já há uma certa evolução a esse respeito, porém ainda há a necessidade de priorizar práticas que possam fomentar a contratação de profissionais mais experientes", finaliza a supervisora de DHO, Cinthia Guil Calabroz.

Foto: Aldo Guimarães

Alex Madureira avalia positivamente primeiro ano de seu segundo mandato

Deputado também falou sobre seus projetos para 2024

Folha de Piracicaba

O deputado estadual Alex Madureira encerra o primeiro ano de seu segundo mandato bastante otimista com os rumos da política local e estadual, enquanto parlamentar na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo (Alesp), onde também acumula a função de corregedor, cargo para o qual foi eleito por unanimidade para exercer durante o biênio 2023-2025.

“Este foi um ano de muito trabalho na Alesp, onde assumi em abril um cargo de muito responsabilidade que foi o de corregedor parlamentar, logo após minha posse que ocorreu em março”, lembrou Alex Madureira.

Já no mês de novembro, o parlamentar piracicabano Alex Madureira foi designado, pela segunda vez, como relator do Orçamento Estadual de São Paulo, pela Comissão de Finanças, Orçamento e Planejamento

(CFOP) da Alesp, com a incumbência de fazer a relatoria da Lei Orçamentária Anual (LOA) para o ano de 2024.

“Acredito que este tenha sido o maior e mais árduo trabalho legislativo da minha vida parlamentar, pois o projeto deste ano recebeu um número recorde de emendas; foram mais 29 mil, sendo que todas foram analisadas e apreciadas pela Comissão de Finanças, Orçamento e Planejamento resultando em um extenso relatório, por mim apresentado”, afirmou Alex Madureira.

Ao final dos trabalhos, a receita estadual prevista na LOA para 2024 foi estipulada em R\$ 328 bilhões. “Fiquei muito satisfeito, pois conseguimos aprovar recursos para a educação, cultura e fomento ao turismo também foram contemplados”, informou o deputado estadual. “Também garantimos recursos para habitação social e investimentos no Fundo Municipal de Habitação,

para a construção de apartamentos e residências para famílias do CAD Único terem a esperança da sua casa própria”, completou Alex Madureira.

Região Metropolitana de Piracicaba

Para Piracicaba e a Região Metropolitana foram conquistados mais investimentos nos serviços públicos, como na área de saúde, que receberá apoio ao custeio dos atendimentos e procedimentos pelo SUS. “A região conta com instituições importantes como a Santa Casa de Piracicaba, o Hospital dos Fornecedoros de Cana, o Hospital Regional de Piracicaba ‘Dra. Zilda Arns’, entre outros, e conquistamos recursos importantes para elas”, comemorou o deputado.

Na área de Segurança Pública, Alex Madureira também teve uma importante conquista com a construção de uma sede própria para a Delegacia de Defesa da Mulher (DDM) de Piracicaba, que passará a atender 24 horas



Para o deputado estadual Alex Madureira o ano de 2023 foi o mais árduo da sua vida parlamentar

em 2024. “Essa reivindicação foi conquistada junto ao Secretário da Segurança do Estado, Capitão Derrite, que atendeu nossa solicitação e, finalmente, agora, teremos essa obra completada”, comemorou.

Outros recursos serão investidos na inovação e melhorias das instituições de segurança pública, como a construção de um novo Batalhão para o 10º Batalhão de Ações Especiais de Polícia (Baep) Piracicaba, que atende as cidades da Região Metropolitana, e apoio ao Departamento de Polícia Judiciária do Interior 9 (Deinter-9), o CPI-9 (Comando de Policiamento do Interior), o 10º BPM/I - Batalhão

de Polícia Militar do Interior, a Base de Aviação de Piracicaba, que atua com o Helicóptero Águia, assim como o 16º Grupamento do Corpo de Bombeiros de Piracicaba.

“Os valores conquistados servirão para as instituições de segurança visando municiar melhor as equipes de policiamento, patrulha e resgate, com novas viaturas, armamentos, coletes e equipamentos essenciais. Esses são projetos importantes para o Estado e são com essas propostas que seguiremos em 2024 para fazer de São Paulo um lugar cada vez melhor para a população”, revelou Alex Madureira.

Fundação Mario Dedini entrega brinquedos em escola do Santa Fé

Foto: Vitor Calderan

Em clima de expectativa e muita alegria, os 203 alunos da Escola Municipal Juliana Dedini Ometto, localizada no bairro Jardim Santa Fé, em Piracicaba, participaram da festa de Natal realizada pela Dedini S/A Indústrias de Base e Fundação Mario Dedini. Foram entregues brinquedos e kits com doces para todas as crianças.

Na Dedini, a tradição de arrecadar brinquedos e a entrega realizada na festa com o Papai Noel é algo muito especial. Por mais um ano, essa iniciativa aconteceu de forma solidária. Os nomes dos alunos foram colocados em cartões nas árvores de Natal distribuídas entre as unidades da empresa. Os funcionários se engajaram aderindo a campanha e se empenharam na compra dos presentes. Além disso, a Dedini contribuiu com a doação de kits de doces para tornar a data ainda mais

especial.

Para a presidente da Fundação Mario Dedini, Márcia Farah de Toledo Dedini, a participação dos colaboradores em ações como essa é fundamental para que a Fundação Mario Dedini possa cumprir a sua missão de contribuir com o bem-estar e a qualidade de vida das comunidades onde a empresa está inserida.

Segundo a diretora da instituição, Valéria Silvia Ramalhão, a festa desse ano teve um brilho especial, com uma explosão de emoções motivada pela alegria demonstrada pelas crianças e pela sintonia entre as equipes da escola e da Fundação Dedini, que não mediram esforços para o sucesso da ação. “Foi um momento ímpar, inesquecível”.

Sendo o primeiro projeto da Fundação Mario Dedini, a escola foi construída por meio de parceria firmada entre a empresa Dedini e a Emdhap (Empresa



Na Dedini, a tradição de arrecadar brinquedos e a entrega realizada na festa com o Papai Noel é algo muito especial

Municipal de Desenvolvimento Habitacional de Piracicaba). A instituição atende atualmente 203 crianças em período integral e parcial, que cursam a educação infantil, creche e a

pré-escola.

O projeto foi idealizado por Giuliano Dedini Ometto Duarte e elaborado para oferecer condições favoráveis de aprendizado com segurança, higiene e to-

tal acessibilidade. A escolha do nome do estabelecimento faz homenagem a Juliana Dedini Ometto, que foi presidente do Conselho de Administração da Dedini.

Bebel se encontrou com o presidente Lula, em lançamento do Minha Casa, em São Paulo

Deputada agradeceu 372 habitações que serão construídas em Piracicaba e abordou a importância da universidade federal no Campus Taquaral

Vanderlei Zampaulo

A deputada estadual Professora Bebel (PT) se encontrou com o presidente da República, Luiz Inácio Lula da Silva (PT), em São Paulo, no último sábado, 16 de dezembro, durante evento de lançamento do Condomínio Copa do Povo, em Itaquera, integrante do Programa Minha Casa, Minha Vida. Apesar do rápido encontro, a deputada Bebel agradeceu o presidente Lula pela destinação de 372 moradias do programa Minha Casa Minha Vida que foram destinadas para Piracicaba, que estarão sendo construídas em dois conjuntos habitacionais, com 186 unidades cada, denominados de Residencial Pelourinho I e II, na região do Mário Dedini, assim como reforçou a importância da instalação de uma universidade federal em Piracicaba, no campus Taquaral da Unimep, que foi desativado no início deste ano.

Bebel conta que fez questão de prestigiar o evento que reuniu as principais lideranças do Partido dos Trabalhadores no Estado e também contou com a participação do deputado federal e pré-candidato a prefeitura de São Paulo Guilherme Boulos, sendo acompanhada por milhares de pessoas cadastradas no programa e também militantes e

movimentos sociais. Em Itaquera, no Condomínio Copa do Povo serão investidos R\$ 573 milhões na construção de 2,6 mil apartamentos.

Bebel conta que em sua fala o presidente destacou a qualidade das novas unidades habitacionais. Os apartamentos

calizado em uma região com oferta de transporte público, serviços e áreas de lazer, como o Parque do Carmo e o Sesc Itaquera.

No seu discurso, Lula disse: “Estamos chegando ao final do primeiro ano de governo. [...] Vamos fazer, nos próximos

“O presidente também reforçou que quem recebe Bolsa Família não vai pagar prestação. Mais importante: as pessoas que recebem benefício continuado, aposentadoria por invalidez ou idade também não vão pagar prestação. Quem for pagar, pagará 10% do valor do imóvel”

terão 80m², varanda, elevador, piscina e passarelas no condomínio, ligando um bloco ao outro. “O presidente também reforçou que quem recebe Bolsa Família não vai pagar prestação. Mais importante: as pessoas que recebem benefício continuado, aposentadoria por invalidez ou idade também não vão pagar prestação. Quem for pagar, pagará 10% do valor do imóvel”, conta.

Para o Governo Federal, a assinatura do contrato representa uma conquista coletiva de mais de 2.650 famílias de trabalhadores e trabalhadoras sem-teto. O terreno do novo condomínio está lo-

calizado em uma região com oferta de transporte público, serviços e áreas de lazer, como o Parque do Carmo e o Sesc Itaquera. No seu discurso, Lula disse: “Estamos chegando ao final do primeiro ano de governo. [...] Vamos fazer, nos próximos

O presidente também anunciou a construção de uma universidade federal na Zona Leste e um Instituto Federal no bairro Jardim ngela – duas localidades afastadas do centro de São Paulo. “Quem sabe, em breve, o presidente Lula também anuncie a universidade federal para Piracicaba, algo que

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

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

EMPRESA **ISO 9001** CERTIFICADA

(19)3301-3966 grupoprocont.com.br

Fotos: Divulgação



Bebel no evento realizado em São Paulo, que reuniu lideranças que estão juntos com o presidente na reconstrução do Brasil



A deputada Professora Bebel agradeceu o presidente Lula pela construção de moradias em Piracicaba e lembrou da importância de uma universidade federal na cidade

toda nossa região está Apeoesp, que tem feito almejando”, disse a deputada Professora Bebel, gestões junto ao governo federal para que esta reivindicação seja atendida.

3 Motivos para morar no bairro Campestre

Acolhedor e em expansão, o bairro abraça a tradição com muita inovação

Se você conhece o Campestre apenas como um bairro familiar e tradicional, isso está se transformando. Em constante expansão e lar de condomínios e loteamentos que unem conforto, bem-estar e lazer, o bairro Campestre abraça a tradição, preservando o clima aconchegante, sem abrir mão da inovação com infraestrutura e revitalização.

Neste texto, a Frias Neto Consultoria de Imóveis destaca 3 motivos para considerar o Campestre como o próximo lar da sua família, além de apresentar um lançamento que está presente e traz o melhor do bairro:

1) O bairro é repleto de áreas verdes

Muito arborizado e com áreas verdes preservadas, o Campestre traz tranquilidade em ambientes que valorizam o verde. O contato com a natureza que cerca o bairro proporciona, a quem deseja morar nele, mais conforto térmico, principalmente no verão, diminuição da poluição sonora, redução do estresse e também qualidade

de vida.

2) É um bairro em expansão...

Anteriormente conhecido apenas como rural, hoje o Campestre e suas principais avenidas oferecem uma ampla variedade de comércio e serviços, como a Agropecuária do Mané, Smoker Barbecue Brasil, Empório do Chicó, Jáú Serve Supermercado, bem como empresas de tecnologia industrial tal qual a Centertek.

O bairro se torna ainda mais valorizado por estar a poucos minutos do Centro da cidade, permitindo comodidade.

3) Está cada vez mais valorizado:

As vantagens do Campestre fizeram com que o bairro se tornasse também, uma ótima fonte para quem deseja investir em imóveis de maneira segura. Atualmente, além dos condomínios já existentes como o Park Campestre e o Residencial Ágape, o bairro também está recebendo lançamentos como Belmonte Residencial.

Falando em expansão...



Muito arborizado e com áreas verdes preservadas, o Campestre traz tranquilidade em ambientes que valorizam o verde

A Frias Neto destaca o empreendimento que une qualidade de vida, conforto e lazer e está pronto para construir:

Belmonte Residencial:

Sofisticação e tradição são as palavras que definem o empreendimento, que tem coordenação de vendas pela Frias Neto. São

lotes a partir de 300m², prontos para construir, todos residenciais, e uma gama diversa de espaços de lazer, além da infraestrutura completa: Clube privativo com 13.000m², campo de futebol gramado, quadras poliesportiva, de tênis e beach tennis, academia, playground, piscina, espaço gourmet e muito mais...E, valorizando o verde, mais de

130.000m² de área verde preservada!

O Belmonte está localizado na Rua Moacyr Corrêa.

Se você também deseja morar ou investir no Campestre, converse com um especialista Frias Neto através do telefone ou WhatsApp (19) 3372-5000.

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

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

Consumo brasileiro deve atingir R\$ 6,7 trilhões em 2023

Pesquisa IPC Maps aponta para crescimento mais lento



Com base na atual expectativa de alta do PIB em apenas 1,2%, as famílias brasileiras deverão gastar cerca de R\$ 6,7 trilhões ao longo deste ano, o que representa um aumento real de 1,5% em relação a 2022. Essa é a conclusão da pesquisa IPC Maps 2023, especializada há quase 30 anos no cálculo de índices de potencial de consumo nacional, de acordo com fontes oficiais.

Segundo Marcos Pazzini, sócio da IPC Marketing Editora e responsável pelo estudo, a movimentação ainda é baixa em comparação ao incremento de 4,3% verificado no ano passado, quando a economia se reergueu dos reflexos negativos da pandemia, somado aos repasses de valores significativos, por meio de programas sociais à população mais carente. "As benesses do então Governo Federal deixaram um saldo negativo ao atual, que não tem condições financeiras, pelo menos por enquanto, de puxar o progresso econômico por meio do consumo das famílias, principalmente aquelas de baixa renda", avalia.

Por outro lado, o levantamento indica a ampliação em 5% do perfil empresarial no País, resultando em mais de 1 milhão de novas unidades nos setores de indústria, serviços, comércio e agribusiness.

Outro destaque é a Região Sul que, devido ao processo de migração social positiva, com uma quantidade maior de domicílios nas classes mais altas, recupera sua tradicional vice-liderança e ultrapassa o Nordeste no ranking de consumo entre as regiões brasileiras. "Enquanto a média nacional da evolução nominal do potencial de consumo é de 7,5%, no Sul esse número é de 9,4%, graças ao desempenho das classes A, B1 e B2 que apresentam uma elevação de, respectivamente, 19,7%, 13,6% e 20,4%", explica o pesquisador.

O trabalho mostra, ainda, uma ligeira alta na participação das 27 capitais no mercado consumidor (de 29,07% para 29,08%), após anos de quedas consecutivas. Em ascensão, também, estão as regiões metropolitanas, que passam a responder por 16,92%, enquanto o interior reduz sua presença para 54% no cenário nacional. Pazzini lembra que,

de 2022 para 2023, a quantidade de empresas subiu 3,5% no interior e 6,7% nas capitais e regiões metropolitanas, contra 5% da média nacional. "Esse cenário pode ser explicado pelo home office, pois mesmo que a empresa funcione em grandes centros, ela não necessita mais de grandes áreas de escritórios. Aliado a isso, há uma oferta maior de imóveis corporativos para locação, com preços inferiores aos praticados antes da pandemia", afirma.

Já, quanto aos hábitos de consumo, esta edição da IPC Maps confirma a elevada despesa com veículo próprio, superando diversos setores, inclusive o de alimentação e bebidas no domicílio, em função, sobretudo, da crescente demanda por transportes via aplicativos e deliveries, tanto pelo consumidor, quanto pelos trabalhadores.

Perfil básico - O Brasil possui cerca de 216,3 milhões de cidadãos. Destes, 183,4 milhões moram na área urbana e são responsáveis pelo consumo per capita de R\$ 34 mil, contra R\$ 15,1 mil gastos pela população rural.

Base consumidora - Tradicionalmente, a classe B2 lidera o panorama econômico, representando cerca de R\$ 1,5 trilhão dos gastos. Junto à B1, pertencem a 21,8% dos domicílios, assumindo 42,2% (mais de R\$ 2,6 trilhões) de tudo que será desembolsado pelas famílias brasileiras. Presentes em quase metade das residências (47,8%), C1 e C2 totalizam R\$ 2,1 trilhões (33,1%) dos recursos gastos. Já o grupo D/E, que ocupa 27,8% das moradias, consumirá cerca de R\$ 622,7 bilhões (10%). Embora em menor quantidade (apenas 2,6% das famílias), a classe A vem, cada vez mais, se distanciando socialmente dos menos favorecidos e ampliando sua movimentação para R\$ 911,8 bilhões (14,6%).

Já na área rural, o montante de potencial de consumo deve chegar a R\$ 496,3 bilhões (7,4% do total) até o final do ano.

Cenário Regional - O Sudeste segue liderando o ranking das regiões, respondendo por 49,1% do consumo nacional. Como já mencionado, a Região Sul volta a ocupar o segundo lugar da lista, ganhando representatividade de 18,3% e des-

bancando o Nordeste que, cai para 17,8%. Em quarto lugar vem Centro-Oeste, aumentando sua fatia para 8,6%, e por último, a Região Norte, que amplia sua atuação para 6,3%.

Mercados potenciais - O desempenho dos 50 maiores municípios equivale a R\$ 2,654 trilhões, ou 39,5% de tudo o que será consumido em território nacional. De 2021 para cá, os 12 principais mercados vêm mantendo suas posições, sendo, em ordem decrescente: São Paulo/SP, Rio de Janeiro/RJ, Brasília/DF, Belo Horizonte/MG, Salvador/BA, Curitiba/PR, Fortaleza/CE, Porto Alegre/RS, Goiânia/GO, Manaus/AM, Campinas/SP e Recife/PE. Outras capitais, como Belém/PA (13°), Campo Grande/MS (15°) e Florianópolis/SC (21°) também se sobressaem nessa seleção, bem como as seguintes cidades metropolitanas ou interioranas: Guarulhos (14°), São Bernardo do Campo (17°), Santo André (18°), Ribeirão Preto (19°) e São José dos Campos (20°), no Estado de São Paulo; São Gonçalo (16°), no Rio de Janeiro; e Uberlândia, em Minas Gerais (25°).

Perfil empresarial - Entre abril de 2022 a abril de 2023, a quantidade de empresas no Brasil cresceu 5%, totalizando 22.173.770 unidades instaladas. Destas, mais da metade (13.678.653) são Microempreendedores Individuais (MEIs), responsáveis pela criação de mais

de 530 mil novos CNPJs no período.

Dentre as companhias ativas, a maioria (12,4 milhões) refere-se a atividades relacionadas a Serviços; seguida pelos segmentos de Comércio, com 5,5 milhões; Indústrias, 3,5 milhões; e Agribusiness, contando com mais de 791 mil estabelecimentos.

Geografia da Economia - Em relação à distribuição de empresas no âmbito nacional, a Região Sudeste segue no topo, concentrando 51,8% das corporações; seguida pelo Sul, com 18,5%. Já, perdendo presença, estão o Nordeste com 16,5% dos negócios; Centro-Oeste com 8,4%; e o Norte com apenas 4,7% das organizações existentes no País.

Partindo para a análise quantitativa para cada mil habitantes, a pesquisa IPC Maps reflete uma retenção geral. As Regiões Sul e Sudeste levam vantagem com, respectivamente, 133,34 e 126,51 empresas por mil habitantes. Em seguida, vem o Centro-Oeste com 109,26 e, bem abaixo da média, estão as regiões Nordeste, com 62,93, e Norte, com apenas 54,04 empresas/mil habitantes.

Hábitos de consumo - Sobre as preferências dos consumidores na hora de gastar sua renda, o realce continua sendo para a categoria de veículo próprio, cujas despesas chegam a comprometer 11,7% do

orçamento familiar, em detrimento de outros segmentos, como alimentação e bebidas no domicílio, que respondem por 10,3% da renda domiciliar.

Ainda assim, os itens básicos são prioridade, com grande margem sobre os demais, conforme a seguir: 25,3% dos desembolsos destinam-se à habitação (incluindo aluguéis, impostos, luz, água e gás); 18,6% outras despesas (serviços em geral, reformas, seguros etc.); 6,7% são medicamentos e saúde; 4,6% alimentação e bebidas fora de casa; 3,8% materiais de construção; 3,5% educação; 3,4% vestuário e calçados; 3,3% recreação, cultura e viagens; 3,2% higiene pessoal; 1,5% móveis e artigos do lar e eletroeletrônicos; 1,4% transportes urbanos; 0,5% para artigos de limpeza; 0,4% fumo; e finalmente, 0,2% refere-se a joias, bijuterias e armarinhos.

Faixas etárias - A população de idosos continuará crescendo, chegando a 33,6 milhões em 2023. Na faixa etária economicamente ativa, de 18 a 59 anos, essa margem está praticamente em 130 milhões, o que representa 60% do total de brasileiros, sendo mulheres em sua maioria. Perdendo espaço, estão os jovens e adolescentes entre 10 e 17 anos, que somam 23,5 milhões, sendo superados por crianças de até 9 anos, que segue na média de 29,4 milhões.

Grupo Planalseg
Carnaluta de Seguros

O Grupo Planalseg Seguros deseja aos clientes, parceiros, colaboradores e amigos um Feliz Natal e Seguro Ano Novo.

Boas Festas

Vale lembrar: Se beber não dirija.

IPC Maps 2023

DADOS DEMOGRÁFICOS ATUALIZADOS PELOS RESULTADOS PRELIMINARES DO CENSO DEMOGRÁFICO DE 2022

Localidade **PIRACICABA** UF: **SP** Codigo **3538709**

População		Total de Empresas	IPC Maps (Share de Consumo)	
total		57.380	0,26735	
urbana		Detalhamento de Empresas		
rural		INDUSTRIA 9.206		
		Indústria Extrativa 11		
		Construção 4.646		
		Reciclagem 176		
		Prod/Dist Eletr/Gás/Água 42		
		Indústria em Geral 4.331		
		SERVIÇOS 29.861		
		Serviços de Saúde 1.295		
		Educação 2.069		
		Administração Pública 35		
		Correios/Out Ativ Entrega 564		
		Transportes 2.335		
		Alojamento 78		
		Alimentação 3.869		
		Reparação Veículos 2.389		
		Serviços em Geral 16.413		
		Atividades Financeiras 751		
		Agências Bancárias 63		
		COMÉRCIO 12.062		
		Comércio Atacadista 1.379		
		Comércio Varejista 10.683		
		AGRIBUSINESS 6.251		
		Posição no Ranking		
		Nacional 49º		
		Estadual 13º		
		Domicílios		
		total 158.751		
		urbanos 156.007		
		rurais 2.744		
		PIB 2020 (R\$)		
		Total (R\$ 1000) 27.172.816,85		
		Per capita (R\$) 66.722,37		
		Dados Gerais		
		Área (Km2) 1.378,1		
		Frota de Veículos 339.677		
		Distância da Capital 138		
		Consumo per capita (R\$/ano)		
		Urbano 40.898,79		
		Rural 35.376,51		

	A	B	C	D/E	TOTAL
Número de Domicílios Urbanos	7.339	46.634	76.436	25.598	156.007
	4,7%	29,9%	49,0%	16,4%	100,0%

Categorias IPC Maps 2023	Potencial de Consumo por Categoria - em R\$				
	A	B	C	D/E	TOTAL
Alimentação no Domicilio	173.291.464	586.972.737	546.963.570	119.380.965	1.426.608.737
Alimentação fora do Domicilio	128.581.094	357.961.810	196.594.822	26.347.701	709.485.427
Bebidas	25.517.186	80.646.844	62.649.425	10.236.704	179.050.159
Habitação	725.452.620	2.056.827.184	1.713.389.733	352.588.827	4.848.258.365
Artigos de Limpeza	12.441.271	35.127.045	36.853.228	4.897.869	89.319.414
Mobiliários e Artigos do Lar	38.878.863	103.503.630	92.450.682	20.793.633	255.626.808
Eletroeletrônicos	27.440.253	98.569.410	92.338.331	24.678.331	243.026.325
Vestuário Confeccionado	47.585.061	165.609.113	125.783.517	24.305.610	363.283.299
Calçados	16.380.549	66.836.052	53.513.100	13.297.216	150.026.916
Jóias, Bijuterias, Armarinhos	5.351.460	10.541.068	7.444.958	897.680	24.235.166
Transportes Urbanos	22.890.190	102.273.967	102.949.163	16.326.230	244.439.551
Veículo Próprio	378.348.573	1.038.818.464	524.423.215	49.361.911	1.990.952.163
Higiene e Cuidados Pessoais	49.198.001	207.891.149	193.432.710	44.411.546	494.933.405
Medicamentos	64.628.693	214.278.392	219.501.545	39.676.414	538.085.043
Plano Saúde / Trat. Médico Dentário	172.200.006	362.436.968	152.299.213	13.344.462	700.280.649
Livros e Material Escolar	19.302.180	53.258.711	36.835.292	4.336.163	113.732.346
Educação	144.903.886	351.479.284	114.042.366	9.674.998	620.100.534
Recreação e Cultura	69.756.023	160.623.364	88.102.972	17.223.910	335.706.269
Viagens	63.677.362	141.100.540	55.334.881	4.451.654	264.564.437
Fumo	6.624.270	31.992.190	40.085.467	7.795.644	86.497.570
Materiais de Construção	199.895.530	326.132.866	167.338.233	22.888.220	716.254.849
Outras Despesas	957.424.931	1.539.993.768	723.112.274	85.631.340	3.306.162.312
Total do Consumo Urbano	3.349.769.465	8.092.874.556	5.345.438.697	912.547.027	17.700.629.746
Consumo Rural					284.250.230
Total do Consumo Urbano + Rural					17.984.879.976



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. DALVA LUIZ ZANUZZI, Faleceu dia 15pp na cidade de Piracicaba, aos 72 anos de idade e era viúva do Sr. Renato Zanuzzi. Era filha do Sr. Julio Luiz e da Sra. Amelia Carvalho Luiz, falecidos. Deixa os filhos: Willian Cristiano Zanuzzi e Simone Cristiane Zanuzzi. Deixa demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 26pp na Sala Esmeralda no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 08:00hs até as 15:00hs, em seguida haverá a Cerimônia de homenagens póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOSE CARLOS FROMMELD, Faleceu dia 15pp na cidade de Piracicaba, aos 80 anos de idade. Era filho do Sr. Paulo Guilherme Frommeld e da Sra. Catarina Blumer Frommeld, falecidos. Deixa Sobrinho, Sobrinhos netos, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto funebre para a cidade de Rio Claro onde o seu sepultamento deu-se dia 16pp as 10:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio Claro, seguindo para o Cemitério Evangélico em Rio Claro. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ELIZABETE RODRIGUES DA SILVA, Faleceu dia 15pp na cidade de Rio Claro, contava 59 anos e era filha dos finados Sr. Justino Francisco da Silva e da Sra. Ana Rodrigues da Silva. Deixa o filho: Elizafan da Silva, irmãs, sobrinhos e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 16pp as 13:00hs 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. MARTINHO GOMES DA SILVA, Faleceu dia 16pp na cidade de Piracicaba, aos 76 anos de idade e era casado com a Sra. Aurea Modesto Gomes da Silva. Era filho do finado Sr. Jose Gomes da Silva e da Sra. Olivia Gomes da Silva. Deixou os filhos: Wesley Elias Gomes da Silva casado com Marcia Aparecida Gomes da Silva, Marcia Regina da Silva Cardozo casada com Ezequias Cardozo, Wilton Gomes da Silva, Gisele Gomes da Silva e Grazielle Gomes da Silva. Deixa também netos e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 16pp as 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição sala - D, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ERCIO SARTO, Faleceu dia 16pp na cidade de Piracicaba, aos 86 anos de idade e era viúvo da Sra. Olinda Dorizzotto Sarto. Era filho do Sr. Angelo Sarto e da Sra. Otília Zanata Sarto, falecidos. Deixa os filhos: Luiz Roberto Sarto casado com Sandra Regina Sarto, Angelo Henrique Sarto casado com Juliana Jorge de Moraes Sarto, Marcos de Jesus Sarto casado com Claudia Elena Bilato Sarto. Deixa 03 netas, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 16pp as 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala B, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. OSCAR BRAZ, Faleceu dia 16pp na cidade de Piracicaba, contava 77 anos de idade era casado com a Sra. Dina Silveira Leite. Era filho do Sr. Vicente Braz e da Sra. Maria Antônia Raimundo, falecidos. Deixa os filhos: Julio Cezar Braz, Cristiane Braz e Carlos Alberto Braz. Deixa também netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 16pp as 17:00hs 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.

HALINE FERNANDA MENEGATTI DE OLIVEIRA - (HÁ), Faleceu dia 16pp na cidade de Águas de São Pedro, aos 42 anos de idade, era casada com Alexandre de Godoy Moreira. Era filha do Sr. Cesar Lázaro de Oliveira e Sra. Zélia Maria Menegatti de Oliveira. Deixa irmão, cunhada, cunhado, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 17pp as 16:30hs, 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. PAULO ROBERTO DOS SANTOS, Faleceu dia 16pp na cidade de Piracicaba, aos 39 anos de idade era filho do Sr. Oseas dos Santos e da Sra. Maria de Lourdes dos Santos. Deixa os filhos: Bru-

na Monique Santos e Pablo Santos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 17pp as 17:00hs saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CHIRLEY MARIANO DE OLIVEIRA RODRIGUES, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 42 anos de idade e era casada com o Sr. João Victor de Souza Rodrigues. Era filha do Sr. Pedro Nogueira de Oliveira, falecido e da Sra. Helena Mariano de Oliveira. Deixa os filhos: Davi de Oliveira Rodrigues; Pedro Asafi de Oliveira Rodrigues. Deixa ainda demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp as 14:00hs, 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.

SRA. IRACEMA DE FATIMA SVAZZATTI, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba aos 70 anos de idade. Era filha do Sr. Abel Svazzatti e da Sra. Teresa Carrara Svazzatti, falecidos. Deixa a filha: Sabrina Svazzatti Milanez. Deixa ainda o neto: Yuri Svazzatti Clemente, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 18pp no Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Esmeralda das 08:00 as 14:15 e as 14:30 horas houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. SEVERINO JOSÉ DA SILVA, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 69 anos de idade e era casado com a Sra. Leonir Pires Miranda da Silva. Era filho do Sr. José Bento da Silva e da Sra. Jovana Maria da Conceição, falecidos. Deixa os filhos: Claudinei Aparecido da Silva casado com Debora Cristina da S. Barbosa, Clovis José da Silva casado com Amanda da Silva, Fabio Junior da Silva casado com Stefani da Silva e Douglas da Silva. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 10:30 horas, 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.

SRA. ANA PAULA CARDOZO DE CAMARGO ROCHA, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 46 anos de idade e era casada com o Sr. Antonio Rocha de Camargo. Era filha do Sr. Jair Paes de Camargo e da Sra. Adnair Cardozo de Camargo, falecidos. Deixa os filhos: Daniela Cardoso Rocha, Vitoria Cardoso Rocha, Moises Cardoso Rocha, Erick Cardoso Oliveira, David Cardoso de Oliveira, Danilo Camargo de Oliveira e Lavinia Cardoso Rocha. Deixa netos, demais parentes e amigos. O velório ocorreu a partir das 21:00 horas do dia 18pp até as 17:00 horas do dia 19pp no Municipal da Vila Rezende - Sala 03, seguindo em auto funebre para o Memorial Metropolitano de Piracicaba. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA MOREIRA DE ASSIS - Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 75 anos de idade e era filha do Sr. Leopoldo Moreira e da Sra. Helena do Prado Moreira, falecidos. Deixa os filhos: Wilson Sebastião de Assis casado com Rosenir Magalhães Amaro de Assis, Judite Maria de Assis Barbosa casada com Sergio Roberto Barbosa e Ezequiel Sebastião de Assis casado com Maria Aparecida Barros de Deus. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 14:00hs, 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. JENI NASARIA BARBOSA FURLAN, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 76 anos de idade e era viúva do Sr. Nadir Jose Furlan. Era filha do Sr. Aubano Jose Barbosa e da Sra. Cesaria de Almeida, falecidos. Deixa irmãos, cunhados, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 16:30hs 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.

SR. IVO NAGODE, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 71 anos de idade e era casado com Vera Lucia de Andrade Nagode. Era filho do Sr. João Nagode e da Sra. Maria Serra Nagode, faleci-

dos. Deixa o filho: Fabio Nagode, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 17:00hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA DULCE HABECHIAN NEGRÍ, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 83 anos de idade e era viúva do Sr. Francisco de Assis Negri.

Era filha do Sr. Pedro Habechian e da Sra. Analia de Queiroz Habechian, falecidos. Deixa o filho: Alexandre Habechian Negri casado com Elyda Gomes P. Habechian Negri, Andrea Habechian Negri Salim casada com Andre Luiz Salim. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 13:00hs saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 06, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. GENALVO MATIAS DOS SANTOS, Faleceu dia 19pp na cidade de Charqueada, aos 68 anos de idade e era casado com a Sra. Maria das Graças Teles. Era filho do Sr. Jose Matias dos Santos e da Sra. Lindinalva Maria da Conceição, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto funebre para a cidade de Charqueada onde o seu sepultamento deu-se dia 20pp as 08:30hs, 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.

SR. JERONYMO ROSALES, Faleceu dia 19pp na cidade de Limeira, aos 88 anos de idade e era casado com a Sra. Helena Maria Rosales. Era filho dos finados Sr. Antonio Rosales e da Sra. Maria Cosenza. Deixou os filhos: Adilson Aparecido Rosales casado com Marizilda Valentina Moro Rosales e Ana Maria Rosales. Deixa ainda 05 netos, 01 bisneto, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp 16:00hs, 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. ANTONIO CHIQUITO, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 74 anos de idade e era filho do Sr. Pedro Chiquito e da Sra. Ana leite da Silva, falecidos. Deixou os filhos: Ana Flavia Chiquito; Jessica Polliana Chiquito; Fabio Alexandre Chiquito; Erica Fernanda Chiquito, já falecida. Deixa ainda netos e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 14:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Diamante, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOVEM - CLAUDEVAN CLAUDINO DA SILVA, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 35 anos de idade e era filho do Sr. Jose Claudino da Silva e da Sra. Carmelita Marques da Silva. Deixa ainda Irmãos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende - Sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ELAINE EVA DE CAMPOS, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 48 anos de idade, era filha do Sr. Antonio Jose de Campos e da Sra. Doraci de Campos, falecidos. Deixa os filhos: Jessica, Kauan, Ana Julia, Willian, Ana Paula, Gabriel, Gabriele, Manuele, Kimberli. Deixa ainda demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 13:30hs, 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.

SRA. WANDA SOARES BELLON, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 88 anos de idade e era viúva do Sr. Sergio Bellon, era filha do Sr. Jose Martinho Soares da Silva e da Sra. Amelia Medeira, falecidos. Deixa as filhas: Irineia Aparecida Bellon Lordello casada com Marcos Jundi Lordello; Maria Cristina Bellon, já falecida; foi casada com Paulo Francisco Navarri; Maria Lucia Bellon casada com Fernando Antonio Paula da Motta; Renata Bellon casada com Alexandre Henrique Bicudo da Silva. Deixa ainda netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 16:00hs,

saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério 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. ALESSANDRA PEREIRA JESUINO, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 45 anos de idade, era casada com o Sr. Daniel Pereira Jesuino, era filha do Sr. Orestes Pereira e da Sra. Jacira Aparecida da Silva Pereira. Deixa as filhas: Luana Pereira de Toledo, casada com Carlos Eduardo Bueno de Toledo e Laura Pereira Jesuino. Deixa uma neta: Beatriz. Deixa ainda demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério Parque da Ressurreição - Sala D, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA DE LOURDES FAZANARO DEGASPARI, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 90 anos de idade e era viúva do Sr. Jose Degaspari. Era filha do Sr. Mariano Fazanaro e da Sra. Luiza Pollo, falecidos. Deixa os filhos: Ismael Degaspari, Samuel Degaspari, Jonatas Degaspari, Israel Degaspari, Raquel Degaspari e Daniel Degaspari. Deixa genro, noras, netos e bisnetos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 10:00hs, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo em auto funebre para o Cemitério Municipal de Iracemápolis. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. OLIVO FERNANDES BARRICHELLO - Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 86 anos de idade e era casado com a Sra. Lourdes Rico Michi Barrichello. Era filho do Sr. Ernesto Barrichello e da Sra. Rosa Caçador Barrichello, falecidos. Deixa os filhos: Celi Mercia Barrichello e Ernesto Pedro Barrichello casado com Selma Regina Barrichello. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 15:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Saltinho - sala - 2, seguindo em auto funebre para o Cemitério Municipal de Saltinho. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA ANNA DE MATTOS - Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 95 anos de idade e era viúva do Sr. Ayrton Nardi de Mattos. Era filha do Sr. Eduardo Sant Andre e da Sra. Amelia Scagnolatto, falecidos. Deixa o filho: Rudney Antonio de Mattos casado com Edena Maria Peruche de Mattos. Deixa os netos Rodrigo, Fernando e Juliana. Deixa também bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 11:00hs, 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. APARECIDA MARIA DE CAMPOS FORNEL - Faleceu dia 20pp na cidade de Rio das Pedras e era casada com o Sr. Aristeu Fornel. Era filha do Sr. Francisco Natal de Campos e da Sra. Ana Pereira de Campos. Deixa os filhos: Katia Cilene Fornel Hirai casada com Jaime Hirai, Keli Cristina Fornel, Cleiton Givanildo Fornel (já falecido), Keila Celina Fornel Correa casada com Elias Correa. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras - Sala - 1, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

CLAUDINEI ATILIO TRAJANO, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 43 anos de idade era casada com Debora Mendonça Trajano. Era filho do Sr. Antonio Trajano e da Sra. Antonia Aparecida Trajano, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto funebre para a cidade de Leme onde o seu sepultamento deu-se dia 21pp as 17:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Leme, seguindo para o Cemitério Municipal de Leme. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. JOANA LUIZA PEREIRA, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 77 anos de idade era casada com o Sr. Jose Pereira. Era filha do Sr. Manoel Pedro da Silva e da Sra. Laura Luzia da Conceição, falecidos. Deixa os filhos: Jose Adailton Pereira, Jose Sergio Pereira casado com Maria Natalina

Pereira da Silva, Meire Ap. Pereira Rodrigues casada com João Augusto Rodrigues. Deixa: netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 16:00hs saindo a urna mortuária da Rua Vitoria Regia, 720 - Jardim das Flores, seguindo em auto funebre para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CELIA APARECIDA TORINA, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 69 anos de idade. Era filha do Sr. Luiz Francisco Torina e da Sra. Maria Alzira Magri Torina, falecidos. Deixa os filhos: Kenni Torina Manegatti casado com Viviane Martin Menegatti e Keisi Torina Menegatti casado com Jeane Sousa. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto funebre para a cidade de Saltinho onde o seu sepultamento deu-se dia 21pp as 14:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Saltinho, seguindo para o Cemitério Municipal de Saltinho. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. DANIEL RODRIGUES DA SILVA, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 62 anos de idade. Era filho do Sr. José Rodrigues da Silva e da Sra. Maria Rodrigues da Silva, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 15:30hs seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO CANDIDO DA SILVA, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 83 anos de idade e era casado com a Sra. Alexandrina Vitoriano da Silva. Era filho do Sr. Paulo Candido da Silva e d Sra. Guilhermina de Souza, falecidos. Deixa os filhos: Silvana de Jesus Candido da Silva, Paulo de Assis Candido da Silva casado com Aparecida Virginia da Silva, Adriana Candido da Silva Almeida casada com Edson Reginaldo de Almeida, Eliana Aparecida Candido da Silva Valverde casada com Roberto Ocanha Valverde, Juliana Candido Botelho casada com Lucas Botelho. Deixa 09 netos, 02 bisnetos, genros, nora, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 16:00hs 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. SERGIO ALVES, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 75 anos de idade e era casado com a Sra. Leda Maria Tuon Alves. Era filho do Sr. Waldemar Alves e da Sra. Maria Aparecida Alves, falecidos. Deixou os filhos: Patricia Alves; Sergio Alves Junior; Rodrigo Alves. Deixa ainda netos, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado para a cidade de São Paulo e o seu sepultamento deu-se dia 23pp 13:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório do Araçá - Sala F, seguindo para o Cemitério do Araçá. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MIRTHES PASSINI CHINAGLIA, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 94 anos de idade e era viúva do Sr. Luiz Gonzaga Chinaglia. Era filha do Sr. Nazareno Passini e da Sra. Eteílva Couto Passini, falecidos. Deixa os filhos: Yara Chinaglia Abdalla casada com Roberto Abdalla, Sandra Luzia Chinaglia Moraes de Campos viúva de Orlando Moraes de Campos. Dextra netos, bisnetos, tataraneto, demais parentes e amigos. O sepultamento deu-se dia 22pp as 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala B, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO FERNANDO ALVES, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 65 anos de idade e era viúvo da Sra. Maria Aparecida Rodrigues de Souza Alves. Era filho do Sr. Armando Alves e da Sra. Helena Salvador Alves, falecidos. Deixa os filhos: Aline Fernanda Alves casada com Claudinei Madeira Dias, Erica Aparecida Alves Normilio casada com Tiago Aparecido Normilio. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp as 08:00 horas saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 03, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

REVISTA Us

24 de dezembro de 2023



Decor Casa em aclave com arquitetura contemporânea

Comportamento Síndrome de fim de ano

Saúde Sintomas que podem indicar uma IST / DST

Vida Saudável Cuidados com a saúde íntima no calor

Jingles em campanhas eleitorais

Imagem: Divulgação

Adolpho Queiroz

Das várias perdas que tivemos durante o período da Covid, em 23 de janeiro de 2021, certamente a que mais lamentei foi do amigo, pesquisador e especialista em marketing político, como eu, o professor Carlos Augusto Manhanelli. Ligado ao Partido Liberal de São Paulo, nos deixou vasta obra sobre pesquisas eleitorais no país, nas suas várias dimensões, entre a teoria e as práticas que realizou no comando de campanhas vitoriosas nos quatro cantos do país. E dentre as minhas obrigações, então como professor do programa de pós graduação em Comunicação, da Universidade Metodista de São Paulo, tive o privilégio de compartilhar ao lado dele, nossos conhecimentos sobre o campo.

Sua dissertação de mestrado depois transformada em livro, recuperou parcelas importantes da história dos “jingles eleitorais” pelo país, mostrando como foram eficientes mecanismos de identificação do eleitorado com os candidatos em todos os níveis, que ele atendeu.

Os mais antigos haverão de se lembrar do inesquecível “Varre Vasourinha”, de Jânio Quadros; do “Lula lá”, do próprio. Aqui de Piracicaba, há pouco a lembrar, nada muito marcante. Para a campanha eleitoral que realizei na cidade, como candidato a vereador em 2020, na época, certamente o carregado “22223”, meu número, foi um dos mais divulgados pelas ruas centrais da cidade. Lembrando que, na hora do voto, o número do candidato é mais importante que o seu nome ou cargo. Nin-

guém vota em ciclano ou beltrano, mas nos seus respectivos números.

Lembra-nos Manhanelli que “jingles comerciais são peças publicitárias, que nasceram para destacar qualidades de um produto, dando-lhe características, composição, nome, resultados com o uso (utilidade, aval, fabricante e diferença dos outros produtos) e levando ao conhecimento do consumidor (e o persuadindo a adquirir) as qualidades e benefícios advindos da sua existência no mercado. Para isso, utiliza letras de fácil assimilação, rimas e melodias positivas e marcantes que formam o famoso “chiclete de ouvido”.

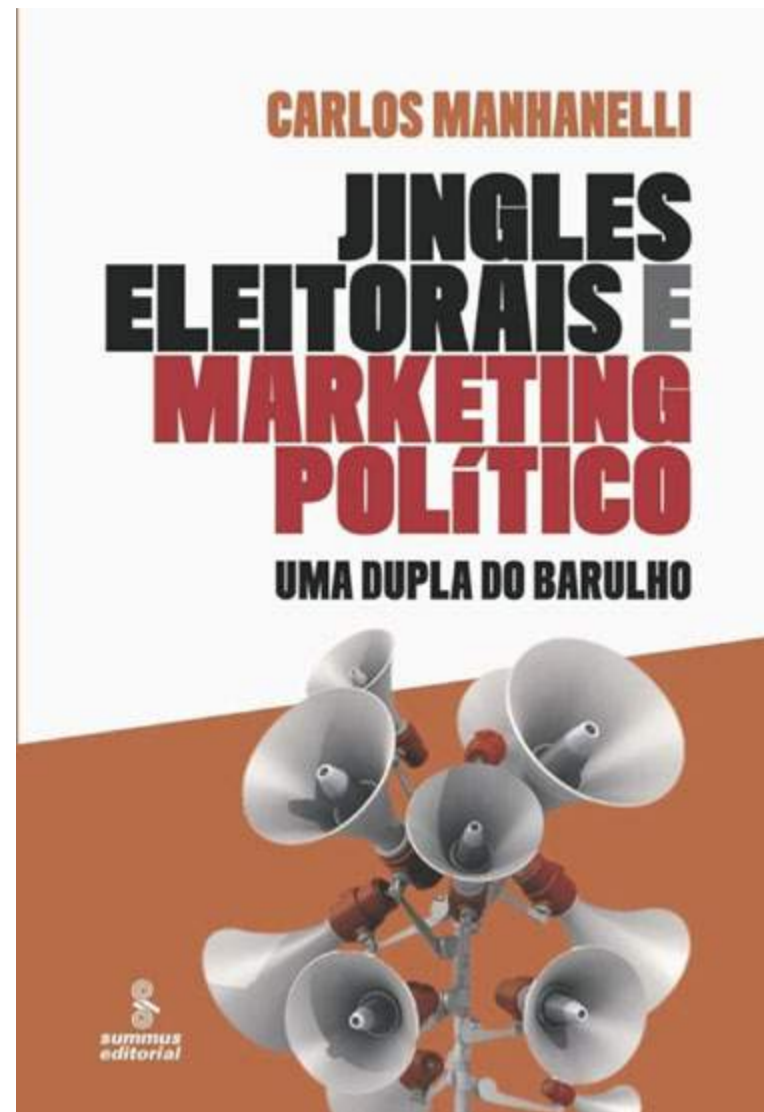
Formado em Administração de Empresas, com cursos de especialização em Sociologia, Ciência Política e Marketing, MBA em Marketing pela USP, obteve seu título de mestrado na Universidade Metodista de São Paulo. Foi diretor da Manhanelli & Associados e coordenou campanhas eleitorais em todo o país. Foi autor dos livros Estratégias Eleitorais – Marketing político, Eleição é Guerra – Marketing para campanhas eleitorais e Marketing Pós-eleitoral. Formado em Administração de Empresas, com cursos de especialização em Sociologia, Ciência Política e Marketing e MBA em Marketing pela USP.

Segundo ainda Manhanelli “A música com conotação política nasce ainda no Império, retratando o ambiente e servindo como meio de protesto, na maioria das vezes com muito bom humor, contra o sistema ou a situação política do momento. A música “As laranjas da Sabina”, com-

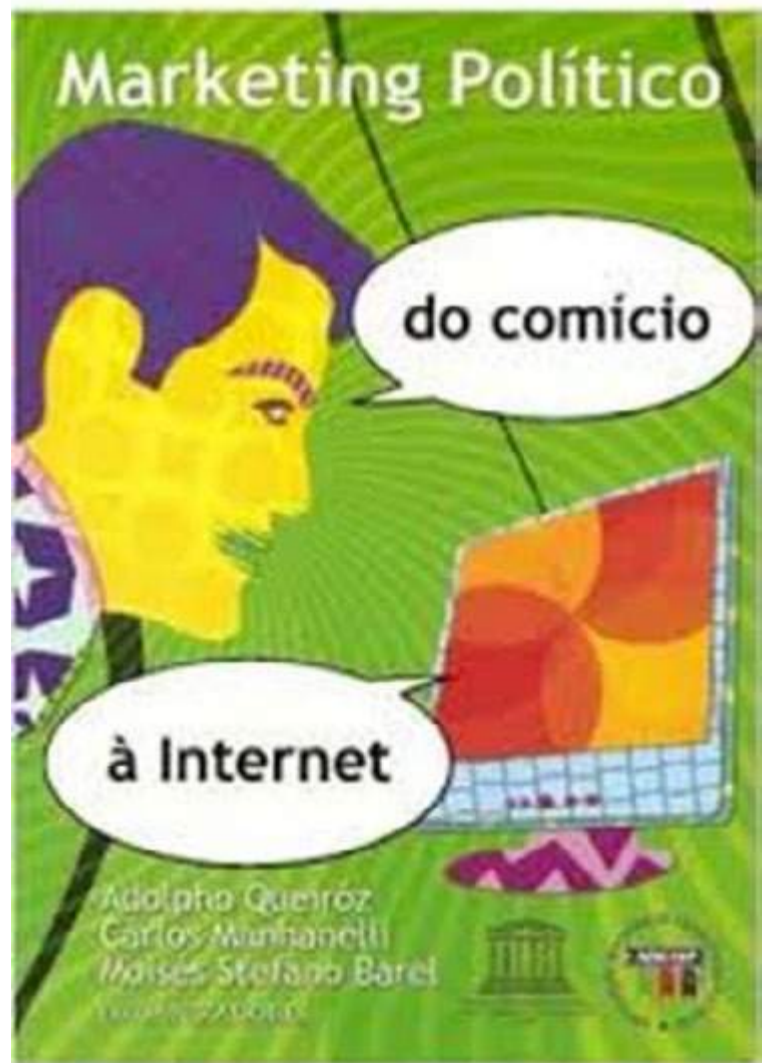
posta por Aluísio Azevedo, é um exemplo típico de música de protesto contra a monarquia”. Essas e tantas outras músicas da época do Império sempre falavam de acontecimentos ou situações políticas, satirizando ou menosprezando os políticos.

É naquele período, também, que nasce a indústria fonográfica no Brasil. As primeiras gravações são de músicas nascidas no Império, como relata Franklin Martins e segundo Manhanelli, “Já na primeira fornada de gravações, em 1902, aparecem músicas sobre temas políticos, como “Laranjas da Sabina”, “Saldanha da Gama” e “Camaleão”, compostas anos ou décadas antes. Todas elas estão voltadas para trás: abordam costumes parlamentares dos tempos do Império e resgatam episódios ocorridos na turbulenta transição entre o fim da monarquia e a consolidação da República. Outras composições, como “Capanga Eleitoral” ou “Cabala Eleitoral”, lançadas pouco depois, ainda estariam marcadas pela mesma necessidade de ajustar contas com o passado”. Como destacamos, não se pode falar de jingles sem antes conhecer a história do rádio.

Os presidentes que o sucederam, pelo voto direto, fizeram uso intenso do rádio para levar sua palavra à população, assim como fizeram aqueles que ocuparam a presidência da república durante o regime militar. Após a década de 1980, os presidentes eleitos diretamente também utilizaram o rádio para suas conversas informais com a população. José Sarney, em 1985, com o seu “Conversa ao pé do rá-



Capa do livro de Manhanelli, sobre jingles eleitorais.



dio”, inaugurou a nova fase; Fernando Henrique Cardoso colocou no ar o seu “A palavra do Presidente”; e Luiz Inácio Lula da Silva mantinha o seu programa “Café com o Presidente”.

Nos anos 1960, o regi-

me militar introduziu a obrigatoriedade do horário eleitoral gratuito, no rádio e na televisão, que tem validade até hoje. Há décadas, a cada ano eleitoral, repete-se a utilização do rádio no Brasil para arrebanhar eleitores.

DESDE A VELHA REPÚBLICA

Passemos então à análise da música na República Velha. As músicas encontradas nesse período são todas, sem exceção, sátiras, paródias ou músicas de protesto. Em nenhum momento, antes de 1929, conseguimos detectar qualquer música que tivesse as mínimas características para ser classificada como jingle eleitoral. Aliás, é nessa discussão que gostaríamos de entrar neste breve texto.

Ainda segundo Manhanelli “Está evidente que músicas feitas para “criticar e diminuir apoio” não são jingles, mas, sim, sátiras, paródias, galhofas ou músicas de protesto contra isso ou aquilo. Outro exemplo equivocado que localizamos é o seguinte, “Contudo, a história do Jingle Político inicia-se anteriormente, na campanha de 1914 do então presidente da República, Marechal Hermes da Fonseca – conhecido popularmente como “seu Dudu”. [...] Ao contrário de promover políticos, como acontece hoje,

o objetivo da maioria dos jingles daquela época era destruir reputações”

Se o intuito do jingle é enaltecer um produto ou um candidato, e se é composto exclusivamente para isso, não podemos considerar músicas de protesto ou sátiras contra esse ou aquele político como sendo jingles. Por fim, questionamos a temporalidade em que se efetuam trabalhos sobre jingles. No estudo “O jingle político brasileiro: da pré-história do rádio ao desenvolvimento das campanhas eleitorais radiofônicas (1910-1960)”, apresentam-se jingles de 1910. Se tivemos o início da atividade com jingles eleitorais em 1929 e a oficialização do jingle como peça publicitária para uso no rádio em 1932.

E conclui, afirmando que “Da leitura desses textos, podemos conceituar jingles eleitorais como peças compostas para atingir seus eleitores, de forma a elevar as qualidades do candidato no pleito eleitoral. São peças publicitárias musicadas compostas (feitas) sob encomenda, para

valorizar um candidato a cargo eletivo, orientadas por um briefing. Jingle eleitoral não é uma manifestação musical espontânea, que nasce de qualquer movimento social ou cultural, de massas ou segmentado. É uma peça publicitária. Ele é instigado a existir. É necessárias uma vontade e uma orientação no sentido de fazê-lo. Todo o resto das músicas de cunho político são músicas de protesto contra governos já implantados, músicas de contrapropaganda, sátiras contra governantes e candidatos, ou paródias e galhofas. No nosso entender, não há como conceituar as músicas de caráter político como jingle, já que só existem jingles eleitorais ou comerciais, que elevam



Carlos Manhanelli

as qualidades que apresentam em suas letras.”

Que em 2024, nossos futuros candidatos a prefeito e vereadores em Pi-

racicaba, consigam fazer nossa cidade “cantar de alegrias”, dos vitoriosos e “de aprendizado” aos demais participantes.

CARLOS MANHANELLI
COMUNICAÇÃO POLÍTICA
O OXIGÊNIO DA DEMOCRACIA
Como fazer comunicação em mandatos e gabinetes políticos
COMUNICANDO COM O CIDADÃO
Manhanelli

CURSO Etiqueta Divertida **DE FÉRIAS!**
PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Consultora em Etiqueta, Receber Bem e Mesa Posta
Certificada pelo IEP Instituto de Etiqueta e Protocolo - Brasil
@bymonemesaposta

Este curso irá ajudar a resgatar valores, boa educação, respeito e segurança, com uma proposta dinâmica e diferente, na qual seu filho aprenderá brincando!

- De 08 a 12 de janeiro das 10h às 11h30 - 07 a 12 anos
- De 15 a 19 de janeiro das 10h às 11h30 - 13 a 17 anos

Inscrições Abertas!

Rua Saldanha Marinho, 950, Cidade Jardim, Piracicaba - SP

Para maiores informações: (19) 999063357

VAGAS LIMITADAS

APOIO

FOLHA DE PIRACICABA
O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

PARCERIA

happy
o novo jeito de aprender

REALIZAÇÃO

ByMone

No topo de aclave, casa de campo com arquitetura contemporânea cria mirantes para horizonte rico em verde

Materiais naturais, estrutura metálica e grandes panos de vidro se aliam a paisagismo robusto em residência assinada por Gilda Meirelles Arquitetura

Localizada no Condomínio Residencial Ana Carolina, em Itatiba (SP), a Residência FME, projeto do escritório Gilda Meirelles Arquitetura, é o destino dos finais de semana de um casal e seus filhos. O desejo dos clientes era por uma casa voltada para o lazer em família, que equilibrasse modernidade e aconchego.

A solução encontrada pela equipe de arquitetura passou principalmente por conceitos contempo-

râneos, como integração dos ambientes e escolha de acabamentos despojados. O resultado surge em volumes retos, com beirais generosos e grandes panos de vidro, que trazem o verde do paisagismo para os ambientes internos. Materiais como pedras naturais e cores terrosas também colaboram para a integração harmoniosa da casa ao ambiente de campo.

Logo na entrada, a sala de estar com pé-direito

duplo dá a dimensão do projeto, com ambientes integrados e ângulos de visão interessantes ao olhar. A transição é sutil para a cozinha, o que torna este espaço social flexível e funcional. A sala conecta-se também à área externa, onde a piscina ocupa boa parte do terreno. Avançando em direção ao espaço interno, a raia compõe com uma fonte na parede lateral, destacando novamente o pé-direito duplo. No segundo pav-

imento ficam suítes e áreas privadas.

O terreno em aclave, que inicialmente se apresentou como principal desafio do projeto, tornou-se um trunfo. Posicionada no ponto mais alto e com os fechamentos em vidro, a casa teve os seus ambientes aproveitados como "mirantes" para a paisagem natural do entorno. Além disso, foi solução para garagem e área técnica. Posicionados estes espaços no subsolo, criou-

-se a possibilidade para ocupação total do terreno pelo extenso programa. Ao todo, são 850 m² construídos em 1.500 m² de terreno.

O paisagismo foi outra ferramenta importante para a identidade da residência. Assinado por Alex Hanazaki, foi concebido para "vestir" de verde a construção: incorpora as jardineiras e pergolado do pavimento superior, e cria os terraços de plantas no talude posterior.



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

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

Fotos: Evellyn Muller





ÓPTICA SÃO JOÃO

UM NOVO CONCEITO DE ÓTICA!

ESTILO, BELEZA E OUSADIA

[@OPTICASAOJOAO](#)
R. SÃO JOÃO, 1246
(19) 99919-5660



Conheça 10 sintomas que podem indicar uma IST/DST

Desconhecimento de sintomas agrava perspectiva de tratamento e contribui para o surgimento de novos casos

Imagem: Divulgação



Estima-se que 990 mil pessoas vivem com AIDS no Brasil e mais de 51 mil novos casos foram registrados até o ano passado, segundo relatório da UNAIDS, o programa conjunto das Nações Unidas (ONU) como resposta global à epidemia de AIDS. Dados do Ministério da Saúde também apontam que cerca de 1 milhão de pessoas afirmaram ter diagnóstico médico de alguma infecção sexualmente transmissível.

O desconhecimento dos sintomas dessas doenças tem atrapalhado a busca por ajuda médica e um diagnóstico preciso para o tratamento, o que pode contribuir para o agravamento da saúde de pacientes e ao avanço do número de casos.

Entre as principais Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) no Brasil estão:

HIV/AIDS: o vírus da imunodeficiência humana (HIV) ataca o sistema imunológico, levando à Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (AIDS);

Sífilis: causada pela bactéria *Treponema pallidum*, a sífilis pode se manifestar em diferentes estágios e, se não tratada, pode levar a complicações graves;

Gonorreia: causada pela bactéria *Neisseria gonorrhoeae*, a gonorreia pode afetar as membranas mucosas do trato genital, reto e garganta;

HPV (Papilomavírus Humano): o HPV é um vírus comum que pode levar ao desenvolvimento de verrugas genitais e, em alguns casos, ao câncer;

Herpes Genital: causado pelo vírus herpes simplex, o herpes genital pode causar feridas dolorosas na região genital.

Além destas, as hepatites virais B e C também são consideradas ISTs e representam um importante problema de saúde pública no Brasil. "O conhecimento sobre os sintomas, formas de prevenção e a adesão ao tratamento precoce estão entre os maiores desafios para se prevenir a continuidade da contaminação e se promover o tratamento adequado às pessoas, uma vez que essas doenças estão envolvidas em estigmas e preconceitos", explica o Dr. Igor Marinho, infectologista da Rede de Hospitais São Camilo de São Paulo.

O especialista ressalta que a campanha nacional Dezembro Vermelho é um instrumento muito importante para disseminar o conhecimento. "Temos que estimular as pessoas a buscarem atendimento médico, por isso o conhecimento sobre os sintomas é fundamental", alerta o especialista do São Camilo.

Conheça 10 sintomas comuns de ISTs

As Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) podem apresentar diversos sintomas, que variam de acordo com o tipo de doença.

Corrimentos: aparecem no pênis, vagina ou ânus, podem ser esbranquiçados, esverdeados ou amarelados, e podem causar dor ao urinar e/ou durante a relação sexual;

Feridas: podem ser dolorosas ou não, e podem ser seguidas de "íngua" na virilha;

Dor pélvica: presente em algumas ISTs, como a sífilis e a gonorreia;

Ardência ao urinar: um sintoma comum em muitas ISTs;

ANS nº 34.600-4

Lesões de pele: pode ser uma ferida discreta que surge no pênis, vulva, vagina, colo do útero, ânus ou boca, não provocando dor e desaparecendo após algum tempo;

Aumento de ínguas: sintoma de IST comum na infecção pelo HIV;

Febre: em casos de infecção por vírus, como a hepatite B e C, o HIV e o herpes genital, a febre pode ser um sintoma inicial;

Tosse e dor de garganta: sintomas iniciais da hepatite B e C;

Náusea e vômitos: também podem ser sintomas iniciais da hepatite B e C;

Diarréia: outro sintoma inicial das hepatites B e C.

É importante ressaltar que algumas ISTs podem não apresentar sinais e sintomas, e, se não forem diagnosticadas e tratadas, podem levar a graves complicações, como infertilidade, câncer ou até a morte. Portanto, é fundamental procurar atendimento médico caso se perceba algum sinal ou sintoma suspeito de IST.

Diagnóstico

O diagnóstico de Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) é realizado por meio de exames e testes que podem ser classificados em duas categorias: exames rápidos e exames complementares.

Os exames rápidos são realizados a partir de uma amostra de saliva ou gota de sangue. Eles fornecem o resultado em, no máximo, 30 minutos e são indicados para o diagnóstico do HIV/Aids, hepatite C e sífilis.

Os exames complementares podem ser necessários para confirmar os resultados dos testes rápidos, especialmente em casos de suspeita de infecção por hepatite B e C. Além disso, podem ser realizados exames de sangue complementares, como a reação de agregação de antígeno (RAG) ou a reação de precipitação de antígeno (RPA).

Para casos de ISTs suspeitas, como lesões clínicas (visíveis), o diagnóstico pode ser feito com base no exame clínico dermatológico, ginecológico ou de outros

Telemedicina SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA 0800-000-3009

ATENDIMENTO MEDICO 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

SOB MEDIDA FÁBRICA DE BOTAS E CALÇADOS

Venda e conserto de calçados tênis, cintos, malas e bolsas em geral

CONSERTOS SOB MEDIDA MALUSÁ CALÇADOS

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

Malusá CALÇADOS CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS

lógico, ginecológico ou de outros órgãos afetados. Além disso, o médico pode solicitar um exame de sangue, como a sorologia não treponêmica e treponêmica (VDRL ou RPR) e a FTA-ABS (ou TPHA).

É importante ressaltar que o diagnóstico precoce e o tratamento adequado são imprescindíveis para prevenir o agravamento das infecções e o aparecimento de outras doenças. Portanto, é fundamental realizar exames regulares e procurar atendimento

médico caso se perceba algum sinal ou sintoma suspeito de IST.

"A conscientização, a educação e o apoio contínuo são essenciais para avançar na resposta ao HIV/Aids e às ISTs em geral, principalmente em relação às populações mais jovens", aponta o Dr. Marinho, da Rede de Hospitais São Camilo de São Paulo. O uso do preservativo em todas as relações íntimas é o método mais eficaz para evitar a transmissão das ISTs, do HIV/Aids e das hepatites

Cuidados com a saúde íntima no calor

Foto: Divulgação



Estamos vivendo mais uma onda de calor no país, mas o Verão mesmo, só chega por aqui a partir do dia 21 de Dezembro. Ainda assim, vale reforçar que em dias mais quentes, as mulheres devem redobrar os cuidados com a saúde íntima, já que a transpiração corporal aumenta e a região fica mais abafada, o que aumenta as chances de proliferação de alguns fungos e bactérias. Pensando nisso, com o objetivo de esclarecer dúvidas e orientar sobre o

assunto, Daniela Miyake, médica Ginecologista e Obstetra, chefe do Centro Obstétrico da Santa Casa de São Paulo, listou abaixo seis passos para cuidar da região íntima de maneira correta.

- **Dormir sem calcinha** – Procure dormir sem calcinha, com calças ou shorts mais largos, para abafar menos a região e evitar a proliferação de bactérias e fungos já existentes no organismo, mas que são agentes causadores de doenças como a Candidíase;

Dr. Daniel Ricardo Medeiros CRM 11910
 Dr. Carlos Alberto Mantovani C. CRM 77911
 Dr. Luis Fernando Gomes CRM 80192
 Dr. Paulo Humberto Remondi CRM 85020
 Dr. Luis Carlos Varella CRM 39963
 Dr. Ricardo José Peruzzo G. CRM 80104
 Dr. Michael Siqueira CRM 115748
 Dr. Juliano Padovani CRM 100963

Clínica Orthos
 Ortopedia e Traumatologia

R. Silva Jardim, 1786 - 2º Andar
 Alto - Centro | 19 3437-2206

Responsável Técnico: Dr. Ricardo José Peruzzo G. - CRM 80104

- **Usar calcinhas de algodão** – Prefira utilizar calcinhas de algodão, pois o material contribui para uma melhor respiração da região íntima. Demais materiais como, Lycra, Nylon e microfibra, abafam mais a área e dificultam a circulação de ar;
- **Sabonetes Íntimos ou sabonete glicerinado infantil** – Utilize sabonetes próprios para a higienização da região íntima ou glicerinos e destinados às crianças. Produtos com estas especificações, pos-

- suem um PH mais adequado para a região e são hipoalergênicos;
- **Não usar protetor diário** – Ao contrário do que muitas mulheres pensam, o protetor diário pode prejudicar a saúde íntima, já que em dias quentes, abafa ainda mais a região e conseqüentemente, provoca o aumento de secreções e corrimentos;
- **Evitar o consumo exagerado de doces** – Consumir doces em excesso provoca o desvio da flora

- intestinal, ou seja, altera o mecanismo de defesa do organismo e a atividade de bactérias benéficas para o corpo.
- **Higienizar as partes íntimas apenas durante o banho** – A higienização das partes íntimas deve ocorrer apenas uma ou duas vezes por dia, preferencialmente durante o banho e com o uso de sabonete. Lavar a região muitas vezes ao dia, diminui a atividade das nossas "bactérias boas".

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

FUJI
 VIDROS, BOX E TELA MOSQUITEIRA

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

BOX DE CANTO VIDRO INCOLOR 8MM TEMPERADO - KIT ALUMÍNIO BRANCO

- Tampos Bisotes
- Molduras em Alumínio
- Aquários
- Vitraux

TAMPO DE VIDRO TEMPERADO INCOLOR 10MM

Rua do Rosário, 2298
 8º Paulista • Piracicaba-SP

19 3433.1632 19 9 7168.3292

F Fuji Kawai
 @boxfujividraçaria

Síndrome de fim de ano? Saiba por que nos sentimos mais melancólicos em dezembro

Foto: Divulgação



O período de festas e de encerramento de mais um ciclo pode disparar sentimentos de ansiedade, exaustão, tristeza; estabelecer metas realistas para o próximo ano é importante

Fernanda Bassette

Dezembro chegou. É neste período que muitas pessoas fazem uma espécie de “balanço geral” dos últimos 12 meses e percebem que praticamente metade dos planos e objetivos traçados não foram cumpridos. O fim de mais um ciclo, ao lado das tradicionais festas de fim de ano, pode desencadear sentimentos de ansiedade, melancolia e até quadros de depressão e insônia em pessoas mais sensíveis. Isso tem até um nome: síndrome de fim de ano.

“A síndrome de fim de ano, ou a deзимbrite, é um diagnóstico popular que não é formalmente codificado pela psiquiatria nem pela psicologia, mas é uma forma simples de nomearmos um sofrimento recorrente, que afeta várias famílias nesse período do ano”, explica o psicanalista Christian Dunker, que também é professor do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (USP).

Segundo a psicóloga Julia Rigueiro Silva, do Serviço de Psicologia do Hospital Israelita Albert Einstein, a síndrome de fim de ano pode afetar qualquer pessoa e é uma forma de nomear um estado emocional, seja por fazer um balanço do ano que passou, seja por trazer lembranças, frustrações e lutos não elaborados.

Os sentimentos associados à síndrome de fim de ano são muito semelhantes aos de pessoas que vivem no hemisfério norte e relatam ter a “depressão de Inverno”. Nesse caso, esse sentimento é chamado de transtorno afetivo sazonal, pois está relacionado à mudança de estação. “Quando o Inverno começa a se aproximar, muitas pessoas ficam mais inquietas, com medo do que

vai acontecer, temendo o estado de isolamento e as dificuldades que vêm com o frio. A síndrome de final de ano é uma reação parecida. Os sentimentos de ansiedade, de tristeza e melancolia podem aparecer”, diz Dunker.

O que desencadeia o problema?

Há várias razões que ajudam a explicar por que as pessoas ficam mais melancólicas nesse período. Primeiro, é um momento de transição, marcando o encerramento de um ciclo, o que provoca angústia e um estado genérico de temor pelas mudanças que virão com o início do novo ano. “Esta é uma data em que muitas pessoas tomam decisões. Pode envolver mudança de emprego, separação de casal, mudança de casa, de cidade. É um conjunto de circunstâncias”, explica o psicanalista.

O segundo ponto é que, especialmente no Natal, as pessoas geralmente participam de celebrações que envolvem reuniões familiares, com amigos e colegas de trabalho. Este período é compreendido por muitos como um momento de renovação, reencontro e festividades, mas pode trazer à tona possíveis conflitos dentro da própria família que podem não estar bem resolvidos.

“Frente à pressão social para que essa seja uma época de comemorações, de alegrias e de encontros, às vezes as pessoas precisam lidar com situações frustrantes e mal resolvidas, gerando maior sentimento de angústia”, diz a psicóloga do Einstein. Além disso, o luto também é um fator que pode se tornar um gatilho: “neste período, os sentimentos e as recordações ficam mais aflorados.

As reuniões em família podem ativar o sentimento relacionado à perda e à memória afetiva de pessoas que já se foram. Acaba despertando a sensação de melancolia e de sofrimento”, explica.

Um terceiro motivo para desencadear a síndrome de fim de ano é que, após o Natal, caracterizado pela reunião familiar, segue-se a celebração do Ano Novo, que é a festa dos desejos e do futuro do indivíduo: “em geral, as pessoas fazem balanços muito curtos, muito rápidos, que não são verdadeiras meditações pessoais. Olham para o ano que passou como se fossem uma empresa”, explica Dunker.

“São esses balanços que frequentemente levam à sensação de decepção, de frustração. Isso acaba tornando a experiência um encontro com o vazio, com a perda, com a falta, com o que a pessoa ainda não alcançou. Essa é uma fonte importante de sofrimento”, detalha o psicanalista.

Outros fatores que influenciam no desenvolvimento da síndrome incluem problemas financeiros, acúmulo de tarefas, sensação de vazio, sentimento de fracasso, saúde das pessoas que já partiram, isolamento social, alta demanda no trabalho, entre outros. Isso também engloba a pressão em torno das expectativas criadas para o ano que passou e para o novo ano que está prestes a começar.

Corrida aos consultórios

Diante de tantos sentimentos misturados, a procura por ajuda profissional costuma aumentar consideravelmente nessa época do ano, especialmente na semana que ante-



cede o Natal. “Isso é certo e garantido”, brinca Dunker, ao destacar que muitas pessoas procuram ajuda por estarem com um problema agudo, como se pudessem resolver em um único atendimento.

“Pacientes antigos reaparecem dizendo que precisam de um horário urgente. Pacientes novos, que nunca fizeram análise, também pedem atendimento nesta semana”, conta. Segundo o psicanalista, apesar de tantos sentimentos bagunçados, a maioria dos casos é pontual e nem todos seguem fazendo terapia no início do ano:

“Nós atendemos muitos casos de pessoas em sofrimento agudo, mas quando entra o ano novo, tudo passa. Alguns pacientes colocam a psicoterapia entre os objetivos para o ano novo, mas nem todos seguem um tratamento”.

Apesar de normalmente ser algo passageiro, é importante ficar atento a alguns sinais de alerta que podem indicar que a síndrome de fim de ano foi apenas um gatilho para o desenvolvimento de algum outro transtorno, entre eles, a depressão ou a ansiedade. Segundo a psicóloga do Einstein, os sentimentos de melancolia costumam desaparecer após os períodos de festas. Se isso não acontecer, é recomendado que a pessoa procure ajuda profissional.

“A mistura de sentimentos faz parte, é natural do final do ano. Ninguém é linear, mas quando os episódios passam a se tornar recorrentes é preciso buscar ajuda. Entre os sinais, estão insônia ou sono em excesso, falta de apetite, desânimo, fadiga, dificuldade de concentração, uso abusivo de substâncias como álcool e drogas. Se for um episódio isolado, tudo bem. Mas quando a pessoa se isola, fica mais introspectiva e perde a motivação, é preciso um olhar profissional”, alerta Silva.

Tem como evitar a síndrome de fim de ano?

Dunker afirma que é difícil evitar ou prevenir a síndrome de fim de ano porque as circunstâncias são muito variadas de pessoa para pessoa. Não é possível prever, por

exemplo, se alguém perderá o emprego ou se um casal decidirá se separar, pois são eventos pontuais e individuais que podem afetar as pessoas de formas distintas.

No entanto, existem recomendações para tornar esse período menos melancólico. A primeira delas é fazer um balanço do ano com calma e cuidado, escrevendo sobre as conquistas e o que ainda não foi alcançado em relação às metas estabelecidas: “leve a sério essa tarefa”, recomenda Dunker.

A segunda dica é não ter medo de fazer esse balanço, não ter medo de olhar para a própria vida, porque esse é o momento em que todos estão “convidados” a viver essa situação. “Converse com outras pessoas de sua confiança, mas conheça e respeite os próprios limites. Se a gente ultrapassa os nossos limites ficamos desgastados do ponto de vista emocional e psicológico”, orienta a psicóloga do Einstein.

O terceiro ponto é entender que as festividades significam um reencontro com o passado. Então, é preciso ter paciência e tolerância: “não espere demais, porque isso pode trazer certas decepções”, afirma o psicanalista.

Por fim, estipular objetivos realistas também é uma estratégia positiva. “Se viu que não alcançou as metas que foram estabelecidas no ano anterior está tudo bem, não precisa desanimar. Vamos estipular novos planos, mas sempre refletindo sobre o que você conseguiu entregar. Ter uma organização, mesmo que seja mental, é importante para todas as pessoas”, pontuou a psicóloga.

Dunker concorda e ressalta que criar perspectivas para o futuro é importante tanto do ponto de vista objetivo quanto subjetivo. “O problema é que frequentemente confundimos metas, objetivos e métricas com os nossos sonhos. Só precisamos ter o cuidado de não confundir os sonhos com as metas para não chegar ao fim de mais um ano infeliz”, finalizou.

Fonte: Agência Einstein

Como falar de sexo com os filhos

Em média, a vida sexual do brasileiro tem início aos 15 anos, mas sexualidade é um assunto que deve fazer parte do repertório familiar desde a infância

Cristiane Bomfim

Sexo sempre foi tabu em casa. Não sabia nada além de que eu precisava usar camisinha caso não quisesse engravidar. DST nem passava pela minha cabeça”, conta Cícera Raniele de Souza, de 26 anos. A primeira transa dela aconteceu aos 19 com um garoto três anos mais velho. Foi uma experiência frustrante e, por muito tempo, não contou para ninguém sobre o ocorrido por vergonha. “Eu era muito quadrada e não falava de sexo com ninguém até ficar mais velha”, conta.

A jovem, moradora de Pirituba, na zona norte de São Paulo, pesquisou na internet sobre sexo e, mesmo cheia de dúvidas, acabou cedendo à pressão do namorado. “Acho que se esse assunto fosse normal em casa eu não teria transado com meu namoradinho só porque ele me convenceu. Afinal, estávamos juntos há apenas quatro meses”, afirma. Tornar a sexualidade um assunto normal dentro de casa nem sempre é tarefa fácil para os pais, mas a hebiatra – médica especializada em adolescentes – Andrea Hercowitz, do Hospital Israelita Albert Einstein, em São Paulo, explica que a família deve ser a principal referência e fonte de informação sobre o assunto. “É importante deixar o canal do diálogo aberto com os filhos, para que eles saibam que têm com quem esclarecer”, afirma. “Isso ajuda a diminuir os riscos de o adolescente ‘aprender’ pela internet ou ainda com amigos que sabem tanto ou menos que eles”, ensina.

Em média, o brasileiro inicia a vida sexual aos 15 anos. Mas a sexualidade é um assunto que deve fazer parte do repertório familiar desde a infância, por ser o melhor caminho para uma vida sexual saudável. Mas é importante lembrar a diferença entre sexo e sexualidade. O primeiro acompanha o indivíduo desde o nascimento e faz parte da personalidade de cada um. É o que motiva a procura pelo amor, o contato e a intimidade, a forma de sentir, agir e interagir. “A sexualidade se manifesta no abraço entre meninas, na luta dos meninos, por exemplo, e tem relação com crenças, forma de criação, aspectos sociais. Já o sexo é o ato físico”, explica Andrea Hercowitz.

“Sexualidade é trabalhar a questão do respeito a si próprio e entre meninas e meninos, é mostrar que não necessariamente a cor rosa é de menina e o azul é cor de menino. É não transformar em um problema ou tabu o amor entre pessoas do mesmo sexo”, completa a hebiatra. Dessa forma, a conversa sobre sexo fica mais fácil e natural. Mas a verdade é que não há uma receita. “Depende muito da estrutura familiar, da cabeça da criança e das informações que ela já recebeu dos amigos e da mídia.”

Um bom termômetro, explica a psicóloga do Einstein Soraya Azzi, é prestar atenção e acompanhar as mudanças físicas e comportamentais dos filhos. “O corpo muda, os interesses mudam. O ideal é ir ensinado desde pequeno que o corpo e a saúde deles têm valor, dando autonomia e responsabilidade a eles de acordo com o amadurecimento. Os pais não ensinam as questões de valorização, responsabilidade e segurança quando a criança tem 12 anos. Eles ensinam desde o momento em que ela nasce”, conta. As chances de escolhas mais assertivas quanto à sexualidade são maiores em indivíduos que se valorizam, respeitam a si e ao próximo, que conhecem seus limites e suas vontades. “Eles vão tomar as decisões por eles e não porque os amigos estão fazendo ou para serem aceitos em um grupo.”

Outra questão importante é saber até onde conversar com seu filho. “Muitas mães me pedem para falar de sexo com suas filhas. A maioria delas diz que têm medo de que as garotas não levem a sério as recomendações por acharem que as mães não querem que elas transem”, conta a ginecologista Lucila Pires Evangelista, também do Einstein. Por isso, a dica da médica é, além de manter o canal de diálogo aberto, responder ao que os adolescentes perguntam, sem estender demais as explicações. “As curiosidades ou necessidades de informação vão surgindo aos poucos. Não adianta bombardear o adolescente que ainda é muito infantil com informações sobre sexo que ele ainda não tem curiosidade. Ele não vai entender ou vai ficar pensando em coisas pelas quais ele nem tinha interesse”, explica.



O gestor em análise de sistemas Gabriel Cantesani, de 27 anos, de São Paulo, conta que poucas vezes fez perguntas de sexo para a mãe. “Mas ela falava mesmo assim até o que eu não queria saber”, brinca. Entre as muitas coisas que aprendeu desde pequeno foi a respeitar o próximo. “Minha mãe sempre falou sobre respeito, que mulher não é objeto, que o que eu não quero que faça comigo, não devo fazer com os outros. E acho que isso foi muito importante”, lembra ele, que iniciou a vida sexual aos 15 anos com uma mulher sete anos mais velha. “Acho que minhas dúvidas na época eram iguais às da maioria dos meninos: quanto tempo eu fico nas preliminares, será que eu vou ser muito rápido? Será que ela vai gostar?”, confessa.

Usar fatos da atualidade para

discutir a questão também é uma boa abordagem. “Aproveitar uma cena de novela, uma notícia na TV ou que está na internet para falar sobre sexo, sexualidade, respeito são boas estratégias”, afirma a hebiatra Andrea Hercowitz. E, diante daquelas perguntas difíceis, que deixam os pais enrolados, a melhor saída é sempre a honestidade. “Pais não são obrigados a ter conhecimento sobre tudo e respostas para todas as perguntas. Assumir que não sabem e se propor a pesquisar junto com os filhos ou procurar um profissional é uma boa saída”, completa a psicóloga Soraya Azzi.

Na hora da conversa...

- Se a sexualidade for tratada com naturalidade em casa, falar sobre sexo será muito mais simples
- Mantenha o canal de diálogo

go aberto

- Não se sinta mal caso não saiba responder alguma pergunta. Seja honesto e se proponha a pesquisar ou procurar junto com seu filho as informações.

- Ao pesquisar sobre o tema, tome cuidado com fake news. Uma conversa com um médico é uma boa pedida. Se a pesquisa for pela internet, prefira sites de notícias confiáveis e de organizações reconhecidas pela idoneidade das informações

- Na hora de explicar, deixe a ansiedade de lado: responda o que foi perguntado e evite discursar sobre o tema.

- Aproveite fatos atuais - alguma cena de novela, por exemplo, para discutir com os filhos e falar sobre sexo

(fonte: Agência Einstein)



Check list de viagem

(19) 9999.5.3322

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

- Fa
- M
- Carteira de vacinação**
- Eletrônicos
- Documentos

Natal com Café Morro Grande: 5 receitas especiais e fáceis de preparar!

O Natal tem um sabor especial. Sabor de amizades, família, encontros, comidas gostosas, panetone, uva passa, peru, rabanada, um café da manhã, almoço e jantar cheios de amor e cuidado. Para quem ama café e deseja dar um toque diferente aos pratos e bebidas desse dia tão aguardado, o Café Morro Grande selecionou 5 receitas de dar água na boca que vão te ajudar a inovar neste ano.

Para um café da manhã ou da tarde, a receita de Café Latte Natalino leva ingredientes que dão o sabor ao tradicional panetone. Como sobremesa, ou lanche do dia, é possível tentar um petit gâteau de café ou um Bolo Vegano de Café com Leite Vegetal. Para o jantar ou almoço, o Café Morro Grande selecionou uma receita fácil de Tender com Café. Já para quem busca bebidas alcoólicas refrescantes, a opção de Drink com Café e Laranja leva gin, licor Cointreau, água tônica, entre outros ingredientes.

Fotos: Divulgação



Bolo Vegano de Café com Leite de Amêndoas

Ingredientes para o leite de amêndoas: 1 xícara de amêndoas sem pele de molho por 24 horas; 2 xícaras de chá de água

Ingredientes para a massa do bolo: 1 xícara de chá de leite de amêndoas; 1 colher de sopa de Café Solúvel Morro Grande; 1 colher de sopa de vinagre; 50 ml de óleo de coco; 2 xícaras de farinha de trigo; ¾ de xícara de chá de açúcar; 1 colher de sopa de fermento para bolo; 1 pitada de sal; óleo de coco e farinha de trigo para untar forma.

Modo de preparo do leite vegetal de amêndoas: Descarte a água do molho das amêndoas e retire a pele. Adicione as amêndoas no liquidificador com água e triture. Ligue o liquidificador em velocidade máxima até triturar todas as amêndoas. Coe com um coador de tecido – apenas o líquido (leite de amêndoas) será usado nesta receita.

Modo de preparo do bolo: Aqueça o leite de amêndoas até ficar morno. Dissolva o café solúvel e junte o óleo de coco e o vinagre. Misture bem e reserve. Em outra tigela, adicione a farinha de trigo, o açúcar, o fermento e a pitada de sal e misture. Acrescente a mistura com o leite vegetal, misturando vigorosamente com ajuda de um fuet até que a massa fique lisa e homogênea. Unte uma forma de bolo inglês com óleo de coco e farinha de trigo. Deposite a massa na forma e leve ao forno pré-aquecido a 180° para assar por 40 a 50 minutos.

Dica: decore polvilhando com açúcar de confeiteiro.

Tender com café

Ingredientes: 1 tender sem osso (1,5 kg); 1 pote de geleia de laranja; 1 xícara de Café Extraforte Morro Grande; 50 g de manteiga; 30 g de rapadura ralada; cravos a gosto.

Modo de preparo: Comece forrando a assadeira com papel alumínio. Em uma panela, derreta a manteiga, adicione a geleia, as raspas da rapadura e o café até misturar. Essa mistura precisa permanecer líquida (sem ferver). Reserve. Coloque o tender na assadeira e pincele a carne com o preparado da geleia e café – deixe reservado um pouco da mistura para uma segunda pincelada. Se for do seu gosto, espete os cravos e coloque para assar, com alumínio em volta, em forno baixo (110°C) durante 1 hora e 15 minutos. Após esse período, tire o alumínio de cima do tender e pincele novamente a carne. Deixe assar por mais 15 minutos e se tiver grill por mais 5 minutos. Dica: uma ótima combinação é servir com abacaxi em calda.



Café Latte Natalino

Ingredientes: 1 cápsula de Café Morro Grande Gourmet Intenso; 150 ml de leite quente; 1 colher de sopa melado; 1 pitada de canela em pó; 1 pitada pequena de cravo em pó; 1 pitada pequena de noz moscada; 1 ou 2 gotas de essência de baunilha; 1 colher de sobremesa de raspas de laranja e 4 marshmallows picados. A receita rende aproximadamente 1 xícara de 250 ml.

Modo de preparo: Em uma xícara de café, prepare a cápsula de Café Morro Grande Gourmet Intenso. Em uma xícara maior, coloque o leite quente, o café preparado, o melado, canela, cravo, noz moscada, baunilha e meia colher de raspas de laranja. Misture bem. Depois acrescente os marshmallows, misture levemente e polvilhe o restante das raspas de laranja para decorar.



Café Gâteau

Ingredientes: 150 g de chocolate ao leite ou meio amargo; 1/2 xícara de chá de manteiga; 1/2 colher de sopa de Café Solúvel Morro Grande; 2 ovos; 1 gema; 1/2 xícara de chá de açúcar e 100 g de farinha de trigo (peneirada); sorvete de creme. Observação: é importante lembrar que também são necessárias as forminhas pequenas para assar os bolinhos. A receita rende cerca de 5 porções.

Modo de preparo: Derreta o chocolate e a manteiga em banho maria sem parar de mexer até derreter. Adicione o café solúvel, misture bem e reserve. Em outra tigela, bata os ovos, a gema e o açúcar, depois acrescente a mistura de chocolate com café. Em seguida, coloque a farinha aos poucos e misture até ficar homogêneo. Unte formas pequenas e distribua a massa. Asse em forno preaquecido a 200 °C por 10 minutos. Desenforme quente e sirva com uma bola de sorvete.



Drink de Café Refrescante com Laranja

Ingredientes: 30 ml de gin; 30 ml de licor Cointreau; 30 ml de café Morro Grande já frio; água tônica para completar; 2 fatias de laranja; pedras de gelo.

Modo de preparo: Em um copo para gin, coloque as fatias de laranja, o gin e macere bem. Adicione o gelo, o café, o Cointreau e misture. Complete com a água tônica e sirva.

Saúde e sabor: seis acompanhamentos nutritivos para churrasco

Verdadeira paixão nacional, o tradicional churrasco é sempre bem-vindo aos finais de semana e festas natalinas. Conhecida por ser uma das primeiras formas de preparar alimentos desenvolvidos pela humanidade, a preparação do prato é recheada de truques que garantem suculência, maciez e sabor às carnes.

Versátil, um bom churrasco atende a todos, seja aos amantes de carnes, frutas ou legumes. No entanto, o comum é exagerar no consumo dos itens mais gordurosos. Por isso, é aconselhável agregar outros alimentos para que a refeição fique mais leve e completa.

Renata Guirau, nutricionista do Oba Hortifruti, explica que acrescentar vegetais à preparação faz toda a diferença. "Saladas, como

a de rúcula ou de alface, podem complementar a refeição. Uma opção muito nutritiva é apostar em pimentões, berinjela, abobrinha, tomate, cenoura, aspargos e até cogumelos", indica.

Na hora do preparo do churrasco, cortes já prontos para ir direto para a churrasqueira podem ser muito práticos e saborosos. "O fundamental é que a carne tenha boa procedência. Isso vale tanto do ponto de vista de qualidade microbiológica (de contaminação) das carnes quanto do ponto de vista sensorial, para que haja a possibilidade de desfrutar de uma carne macia, saborosa, suculenta", ressalta a especialista.

A nutricionista ensina os cuidados que se deve ter na hora da compra.

Como escolher uma boa carne:

● Observe a maturação:

A maturação é importante porque garante carnes mais macias. Trata-se de um processo enzimático natural em uma peça de carne que é submetida a condições de temperatura apropriada para seu amaciamento.

● Atente-se à embalagem:

Geralmente, as melhores carnes para churrasco são embaladas a vácuo. Além de garantir um nível de maturação maior ao corte, o que garante mais maciez, permite que você possa conferir a data de validade, procedência e aparência.

Renata ensina algumas receitas de acompanhamentos saborosos e nutritivos para o churrasco

Fotos: Divulgação



Molho chimichurri caseiro para salada

- 10g de salsinha desidratada
- 10g de alho e cebola desidratados
- 5g de pimenta calabresa desidratada
- 200ml de azeite
- 100ml de vinagre de vinho branco
- 5g de cebolinha desidratada
- 5g de louro em pó
- 5g de orégano desidratado

Modo de preparo

Misture tudo e deixe descansando de um dia para o outro na geladeira antes de servir.



Molho barbecue caseiro para costela assada

- 1 peça de costela pequena
- 1 cebola ralada
- 2 dentes de alho ralados
- 2 colheres de sopa de açúcar mascavo
- Azeite para refogar
- 100ml de vinagre de arroz

Modo de preparo

Aqueça o azeite e doure o alho e a cebola. Acrescente o vinagre, o catchup, o açúcar, a água, a mostarda, o mel e o molho inglês. Misture bem até que tudo incorpore. Tempere com o sal, o cominho e a páprica. Misture novamente. Deixe o molho apurando por cerca de 20 minutos em fogo baixo. Asse a peça de costela na churrasqueira e passe o molho na carne ainda bem quente.

VALORES MARMITEX

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

SELF SERVICE A VONTADE

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

SÁBADO **R\$29,90**

CAÇAROLA Paulista RESTAURANTE

19 99804-6443 R. DONA LICA 119

Escuna 1976

Happy Hour

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

Elite Pizzaria

O VERDADEIRO SABOR DA PIZZA

Rua Luiz Razera 253, Jd Elite
Disk Pizza: (19)3426-2777-3426-4777

Das 18:00 às 00:00

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

DISK ENTREGA

KAI PIRA

RESTAURANTE E COSTELARIA

DISK ENTREGA

3302-9515 99277 2630

AV. POMPEIA, 1018 - PIRACICAMIRIM

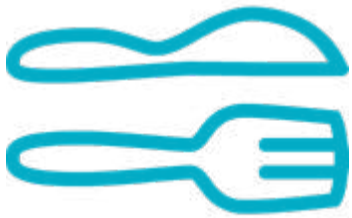


Vinagrete de rúcula

- 1 xícara de chá de cebola cortada em cubos
- 1 xícara de chá de tomate cortado em cubos
- 1/2 xícara de chá de folhas de rúcula cortadas ao meio
- 2 colheres de sopa de cheiro-verde fresco picado
- 2 colheres de sopa de azeite
- 50ml de suco de limão
- 50ml de água
- 1 colher de chá de sal

Modo de preparo

Misture delicadamente todos os ingredientes. O ideal é que essa receita seja preparada pelo menos uma hora antes de servir e que fique armazenada em geladeira. Sirva com salada de folhas, com linguiça assada, com pães ou torradas.



Pão de queijos para churrasco

- 5 pães de leite
- 1 pote de 200g de requeijão
- 150g de parmesão
- 150g de muçarela
- 100g de gorgonzola
- 2 colheres de sopa de manteiga

Modo de preparo

Derreta a manteiga. Rale os queijos. Misture tudo. Faça cortes nos pães para rechear com o creme de queijos. Asse na churrasqueira até que os queijos derretam e o pão fique gratinado.

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



Batata com alecrim

- Batatas bolinha, lavadas, com casca
- Azeite
- Alecrim
- Sal

Modo de preparo

Corte as batatas bolinha ao meio, mantendo a casca. Tempere com alecrim, azeite e sal. Leve para a churrasqueira até que fiquem macias. Sirva com linguiça grelhada, farofa e salada de folhas temperada com vinagrete.



Espetinho de vegetais

- 1 pimentão amarelo cortado em cubos
- 1 cenoura média cortada em fatias finas
- 1 batata-doce roxa cortada em cubos de 1cm de espessura
- 2 cebolas médias cortadas em 4 partes
- Espetinhos de churrasco

Modo de preparo

Monte os espetinhos colocando o pimentão amarelo, a cenoura, a batata-doce e finalize com cebola. Tempere com azeite e sal e leve para a churrasqueira até que os vegetais fiquem bem dourados. Sirva acompanhado de carnes fatiadas e arroz branco.

MóCafé

ifood Faça seu Pedido Online

19 3377-5814

MOCAFE_PIRACICABA

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

Obesidade em pets brasileiros atinge níveis preocupantes

Para especialista em alimentos para pets, aumento significativo de casos de obesidade em cães e gatos acende um alerta para tutores quanto aos cuidados com a nutrição e o bem-estar de seus animais.

Divulgação



A obesidade entre pets brasileiros, especialmente cães e gatos, requer atenção. Segundo os dados do Banfield Pet Hospital, rede norte-americana pioneira em cuidados veterinários, de 2011 a 2020 o número de cães brasileiros obesos ou com sobrepeso cresceu 108% e o de gatos, 114%.

A mesma pesquisa apontou que no Brasil 25% a 40% dos pets enfrentam a doença, o que além de contribuir para o sedentarismo, torna-o mais vulnerável a outros problemas de saúde. Além disso, a pesquisa revelou que, embora 95% dos entrevistados se preocupem com a obesidade dos cães e gatos, 41% adiam a ida ao veterinário por causa do problema.

Marcos Calsavara, diretor comercial da Brazilian Pet Foods, acredita que a situa-

ção é alarmante e, para ele, é essencial que os tutores se conscientizem sobre as consequências da má alimentação e da falta de exercícios físicos para a saúde de seus animais.

A crescente preocupação com a obesidade em pets brasileiros, como cães e gatos, está levando os tutores a repensarem os hábitos de vida de seus animais. A dieta inadequada surge como um dos principais vilões, onde alimentos não balanceados e em quantidades excessivas, juntamente com a escolha de produtos de baixa qualidade nutricional, estão diretamente relacionados ao ganho de peso. O sedentarismo, exacerbado pela vida em apartamentos e falta de espaços adequados para exercício, também contribui significativamente para o problema.

Além disso, a humanização

dos pets tem levado a hábitos alimentares pouco saudáveis, com a oferta frequente de alimentos humanos e petiscos que ultrapassam as necessidades calóricas dos animais. A falta de conscientização dos tutores sobre os riscos associados ao sobrepeso e a obesidade agrava a situação, pois muitos não reconhecem os sinais ou a gravidade da condição. Problemas de saúde subjacentes, como de-

GBN MULTIMARCAS
WWW.GBNMULTIMARCAS.COM.BR
F @GBNMULTIMARCAS
VENDA
TROCA
COMPRA
CONSIGNAÇÃO
FINANCIAMENTO
19 98382-0454 ANDRE
19 99856-0344 ALEXANDRE
19 99737-2863 RADAMES
AV. INDEPENDÊNCIA, 1813, PIRACICABA - SP

REMOLD DIRETO DA FÁBRICA • NOVOS E USADOS
COMPRA DE CARÇAÇA • MÁQUINAS E FERRAMENTAS
mega PNEUS
19 981659369
FAÇA UM ORÇAMENTO • CONTATO ARY
R. José Alves de Mattos, 144 - Jardim Asturias I, Piracicaba - SP

sequilíbrios hormonais, e a predisposição genética de algumas raças também desempenham um papel no desenvolvimento da obesidade.

Para combater essa tendência, Calsavara acredita que é necessário fazer uma adoção de uma dieta balanceada e específica para a espécie, idade e porte do pet é fundamental. Os tutores precisam medir as porções de alimento com precisão e escolher produtos de alta qualidade. A rotina de exercícios regulares

para os pets, como caminhadas e brincadeiras, é outro pilar crucial para manter um peso saudável. O controle do peso por meio de check-ups veterinários regulares permite ajustes oportunos na dieta e no regime de exercícios.

“O tratamento da obesidade em pets pode ser desafiador, mas com o comprometimento dos tutores e apoio profissional, os resultados são extremamente gratificantes”, finaliza o Diretor Comercial da Brazilian Pet Foods.

Neste natal, imprima sorrisos em cada coração e copie momentos de felicidade, como uma impressora que eterniza as memórias mais especiais.
Obrigada pela parceria em 2023



Feliz Natal
- Feliz 2024 -
Equipe Toner Copy
TC
TONER COPY
(19) 3433-0600

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

Resort Morro dos Anjos inicia parceria com Livá: empreendimento tem abertura confirmada para a Páscoa de 2024

Fotos: Carlos Souza

A cidade de Bandeirantes, no Norte do Paraná, acaba de ganhar um amplo complexo de lazer integrado por hotel e resort, fontes de águas termais, parque aquático e praia – a única naturalmente quente do Paraná.

Trata-se do Morro dos Anjos Águas Quentes Hotel Resort, primeiro lançamento greenfield da CA2A, que recebeu investimentos da ordem de R\$ 180 milhões – a estimativa do grupo SM, dos irmãos Patrick e Rodrigo Ferro, é que todo o complexo terá investimentos totais de R\$ 500 milhões, dos quais R\$ 200 milhões nos próximos três anos.

Com capacidade para receber até 2,5 mil visitantes por dia, o Morro dos Anjos está localizado em uma área de cinco milhões de metros quadrados, ao lado do Santuário de São Miguel Arcanjo, que recebe anualmente mais de 600 mil peregrinos e integra o terceiro maior destino do turismo religioso do Brasil.

Durante as obras e pelos próximos três anos serão gerados por volta de 300 empregos diretos. Na fase de operação, serão gerados mais 250 novos postos de trabalho, ampliando para 500 no período de cinco anos. “Antecipamos em seis meses a entrega do Morro dos Anjos com o objetivo de mostrar que é possível acreditar no sonho e ter esperança. Para nós, entregar a primeira fase deste complexo representa acreditar num sonho e na potencialidade econômica do turismo para fomentar o Estado e gerar

emprego e renda à população”, assegura Patrick Ferro, presidente do Grupo SM. A antecipação da primeira fase citada por Patrick Ferro se confirmou com show exclusivo da cantora Ivete Sangalo, para grupo de 3.000 pessoas, incluindo proprietários cotistas e players da indústria, no último dia 27 de novembro.

A operação e distribuição do resort, desde sua fase pré-operacional, será feita em parceria entre o Morro dos Anjos e a Livá Hotéis & Resorts. Nesta fase, o Morro dos Anjos será inaugurado com 202 unidades residenciais prontas, nos formatos de chalés (até seis pessoas) e vilas (até 10 pessoas), com projeto sofisticado da arquiteta Juliana Meda e móveis da Artefacto. O parque aquático tem piscinas de águas termais, ofurô, rio de correnteza e toboágua além da maior e única praia com piscina de ondas na região. A infraestrutura de entretenimento, conta com cinema, espaço teens, boate e boliche. O empreendimento também tem quadra poliesportiva e quadras de beach tênis, além de complexo gastronômico com restaurantes internacionais, choperia, pizzaria, hamburgueria, sorveteria, cafeteria e bar da piscina.

No total, o empreendimento somará 643 unidades ofertadas no modelo de multipropriedade (439 apartamentos e 209 unidades residenciais). “Estamos orgulhosos de integrar este projeto, além de convicts da assertividade do produto e do potencial do Morro dos Anjos para os diferentes perfis de públi-



cos. O time interno já está formado e treinado, atuando com o suporte das nossas equipes comercial, de implantações e de operações, com heads experientes em cada uma destas áreas para dar inteligência e velocidade necessárias na entrega de resultados”, diz Beto Caputo,

CEO da Livá.

Principais atrativos

Entre os principais atrativos do Morro dos Anjos está a praia artificial, que será entregue em março do ano que vem e ocupará uma área de 11 mil metros quadrados, com

areia branca e águas cristalinas trazendo a ideia do Caribe para o Norte do Paraná, o toboágua, integrado ao parque aquático, e o boliche, um dos mais modernos da América Latina com sistema interativo computadorizado. O boliche está instalado numa área que conta com um legítimo pub inglês e salão de jogos, configurando um espaço para ser desfrutado pela família.

No parque aquático, instalado numa área de 8 mil metros quadrados, as três piscinas (indoor, infantil e de adultos) e o rio de correnteza, cujas águas são provenientes de fonte termal, são atrações naturais para todos os períodos do ano.

Já o parque esportivo contempla sete quadras de beach tennis, com inovadora tecnologia na areia que não queima o pé e não gruda no corpo, duas quadras de tênis, um campo de futebol suíço e uma quadra poliesportiva indoor. Para o futuro está prevista a construção de um campo de futebol, tamanho oficial, que poderá ser utilizada como centro de treinamento e concentração para os times de futebol profissional.

