

### Bullying e cyberbullying agora são crimes no Código Penal



Foto: Divulgação

Pág. 03

Especialistas explicam a importância da nova lei e as consequências jurídicas e sociais de sua aplicação

O presidente Luiz Inácio Lula da Silva sancionou a Lei nº 14.811 que adiciona os crimes de bullying e cyberbullying ao

Código Penal. As duas condutas passam a integrar o artigo que trata de constrangimento ilegal. Agora, o Código Penal

prevê multa para quem cometer bullying, e reclusão e multa para quem cometer o mesmo crime por meios virtuais.

Cultura

Pág. 24



Cultura

Pág. 21

### Vítimas do Holocausto são lembradas em Piracicaba

Cidade

Pág. 06

### O suplemento do Verão: conheça os benefícios do Magnésio Inositol

Cidade

Pág. 16

### LBV vai inaugurar suas instalações em Piracicaba

Economia

Pág. 19

### Guerra prolongada em Israel trará custos financeiros e políticos

Cidade

Pág. 15

### Padronização em cor de táxis



Cidade

Pág. 04

### Novas diretrizes ampliam indicação de testagem genética em casos de câncer de mama

Foto: Divulgação



Apesar de iniciativas pontuais para incluir testagem genética na saúde pública, Estados ainda não realizam o diagnóstico molecular do tumor

Cidade

Pág. 07

### Aquário Municipal de Piracicaba recebe 2º maior tucunaré do Brasil e mais duas espécies



Foto: Divulgação

Zebra Real é uma das três espécies novas no Aquário Municipal de Piracicaba.







Artigo

## O que perdemos no fogo, acharemos nas cinzas

No novo tempo, apesar dos perigos...eis que da noite amanheceu o dia...Do dia veio o Sol e a luz...As trevas se intimidaram...E os anjos se encantaram e se abraçaram...Na certeza de um longo dia...À partir de 2023 medidas abrangentes para todas as etnias, natureza e a sociedade de modo geral foram tomadas. Entre tantas medidas, destacou-se o início da política de "controle" de armas no país e restrição ao acesso às armas e munições e registro de novas armas de uso restrito somada à autorizações de novos clubes de tiro...em seguida o governo relançou o novo Programa Nacional a favor da mulher que incluem: Segurança Pública com cidadania (Pronasci), prevenção e enfrentamento da violência contra a mulher; políticas de segurança pública com cidadania objetivando territórios mais vulneráveis e com altos índices de violência, estímulo ao ensino formal e profissionalizante para presos e egressos; apoio

**“Desde o início de 2023, o que temos observado é o total “contraste” com os “constantes ataques anteriores aos direitos humanos e à democracia”**

às vítimas de criminalidade, combate ao racismo e a todos os crimes dele derivados; prevenção e combate à tortura, letalidade policial e desaparecimento forçado de pessoas. E algo fundamental...“fortalecimento da democracia como um dos pilares fundamentais de um País que urge em abraçar a “Democracia” e restituir a participação da sociedade civil no campo democrático...revogação de decretos como o decreto 9.759 que excluía a participação social (SNPS e PNPS)...combate ao racismo através de um pacote de medidas com ações para diminuir a desigualdade, valorização dos povos quilombolas e redução da violência contra a população negra, além da criação do Programa Aquilomba Brasil, atuando na promoção dos direitos da população quilombola...somam-se a implementação do Plano Juventude Negra viva, enfrentamento do Racismo Religioso, particularmente religiões de matriz africana...acesso de pessoas negras, indígenas, com deficiência e mulheres à áreas como educação, justiça, saúde e trabalho. A política de imigração tem sido contemplada através da criação da Política Nacional de Migrações, Refúgio e Apatridia...Direitos Humanos...algo que tem sido bem lembrado pelo governo atual através de várias ações de proteção humana, principalmente de refugiados beneficiando milhões de pessoas...O combate ao trabalho escravo, focalizando as assimetrias nas relações entre empregados e empregadores tem sido também motivo de atenção do governo no sentido de amenizar o retrocesso causado pelo governo anterior através da extinção do Ministério da Economia, restringindo os meca-

nismos de participação da sociedade civil, bem como as estruturas de fiscalização, as quais foram criminosamente sucateadas...Políticas de gênero, as quais, anteriormente, permitiram ao Brasil endossar a Declaração do Consenso de Genebra, que representa uma posição contrária ao “aborto legal” e favorável ao reconhecimento de uma posição ultraconservadora de família com base na sociedade conservadora... tudo isso dificultava a realização do aborto em casos previstos na lei. Como Postura internacional, medidas urgentes foram tomadas a fim de que a diplomacia brasileira também voltasse a ter uma visão de respeito aos direitos humanos no Conselho da ONU que trata sobre o tema como discriminação de pessoas LGBTQIA+, reafirmando que políticas públicas nacionais do Brasil são dirigidas a todas as formas de família, sem qualquer tipo de discriminação...Desde o início de 2023, o que temos observado é o total

“contraste” com os “constantes ataques anteriores aos direitos humanos e à democracia”. Isso demonstra a necessidade de retomada das várias diretrizes democráticas no sentido de tornarmos esta “forma de política” uma estrutura permanente em nosso País. O programa Desenrola (renegociação de dívidas) foi sancionado e lançou-se uma plataforma do programa iniciado em outubro de 2023...Paralelamente e continuamente, centenas de medidas tem sido tomadas nas mais diversas áreas de atuação como socorro do povo Yanomami; as privatizações desnecessárias e que comprometem a sociedade brasileira tem sido refreadas como por exemplo retirar a Petrobrás e Correios da lista de privatizações; garantiu-se as vacinas contra a Covid-19 para todos, inclusive as crianças desde o início do ano, garantindo a proteção exigida em relação à essa doença deletéria para o ser humano. Esforços no sentido de “aliviar as tensões diplomáticas causadas pelo governo anterior tem sido levadas a efeito através de constantes viagens do governo ao exterior...A quantidade enorme de medidas governamentais que tem sido tomadas para o bem desse País, embora tenha os que não as considerem, não caberiam nesse espaço que temos para a devida redação...Portanto, estamos dividindo-o em duas partes...

Este é o meu País!! Me diz, me diz, como ser feliz em outro lugar...

J.F.Höfling/ Biólogo/Professor da UNICAMP

Artigo

## Em algum lugar, há um lugar para nós?

É impressionante que, agora, somente agora, quando se lança o filme O Maestro, para focar a figura de Leonard Bernstein, o grande regente da Filarmônica de Nova Iorque, por mais de trinta anos, compositor de diversas óperas e trilhas sonoras para filmes, como Sindicato de Ladrões, que ficou ainda mais conhecido como um dos criadores, ao lado de Stephen Sondheim, do musical da Broadway Amor, Sublime Amor, que foi levado aos cinemas em 1961 e, mais recentemente, pelo diretor Steven Spielberg no remake de 2021, seja entoada a ária Somewhere (no sentido estrito ária é qualquer composição musical escrita para um cantor solista, tendo quase o mesmo significado de canção. E, usamos a expressão “somewhere” quando falamos de um lugar em particular, mas que ainda não sabemos onde é).

Em suma, essa pergunta ecoa para além da ária e da ópera West Side Story e nos interpela quase que cotidianamente. Diariamente.

Nesse início de ano é tempo de refletir e indagar: Há um lugar para nós? Em algum lugar, há um lugar para nós?

E, mais ainda, há um tempo para nós?

Um tempo para estarmos juntos em algum lugar?

Podemos segurar um a mão do outro? Sim. O outro. Que outro?

Esse apelo dramático à solidariedade, que se expressa na melancólica canção, nos entremostra a realidade que estamos vivenciando hoje.

Cada um de nós se poderia perguntar: há um lugar para mim, neste tempo? Há um lugar no qual eu possa apreciar sem temores, sem receios, com aquela, com aquele, a quem eu amo, com quem convivo?

E teremos tempo, nessas correrias da vida, para desfrutar desse lugar?

Que tal, para começar, escolhermos o caminho?

Seguremos um na mão do outro e, como na canção que entoávamos para o papa São João Paulo II, em sua memorável visita ao Brasil, também na mão de Deus. Ela não nos faltará. Vamos! Há um lugar para nós. Todos podem encontrar seu lugar. Há um tempo para nós. Se você procurar, e obviamente me refiro a todos, porque ninguém encontrou plenamente o seu lugar, vai encontrar.

Mas, esse tempo, esse lugar, essa pessoa, não pode ser somente o que já está colado comigo. Temos que engajar mais alguém; temos que chamar outros.

Tenho um amigo que encontrou tempo e lugar para fazer isso através de sua turma. Sim, uma turma que se designou,

singelamente, a turma da marmitta. Qual é o tempo deles? Todo o tempo. Qual é o lugar deles? Todos os lugares onde nossos irmãos, os pobres, em situação de rua, passam fome. É, pode ser que você não se aperceba, mas, em algum lugar, alguém neste tempo não tem nem mesmo o que comer. Em algum lugar.

..Há um lugar para nós?

Um tempo e lugar para nós?

Segurar na mão dos que têm fome é dar-lhes lugar, tempo e, quem sabe voz (talvez, como em Somewhere, eu esteja sonhando).

No filme, Tony e Maria, a dupla cuja função como que emula a célebre tragédia de Romeu e Julieta, escrita por Shakespeare, pertence a gangues rivais. E, para além dos Capuleto e Montequio, institucionalizam o que, em nossos dias, se reproduz como verdadeiro e horrendo ódio entre facções que se recusam a dar lugar, que não admitem dar tempo, aos outros. Se você ainda não assistiu ao filme, magistralmente dirigido por Steven Spielberg, corra. Não será, eu lhe garanto, simples entretenimento, o colocará no modo alerta. Que tempo? Que lugar? Que pessoa? E, já lhe dou, como spoiler, a notícia triste: Tony morre porque não lhe deram nem tempo nem lugar.

Maria sobreviveu? Ninguém sabe, porque o drama termina nos estilos apropriados para as grandes óperas.

Nelas, como igualmente na vida, alguém espera encontrar seu tempo; seu lugar. E faz parte da encenação da existência que é, cada vez mais, exigente.

Não nos sujeitemos a nenhuma gangue. Hoje elas nos dominam nas redes, através das mentiras exaustivamente repetidas, que matam Tony e fazem Maria ficar só para sempre. As gangues querem suprimir nosso tempo de pensar. Querem retirar de mim e de você aquilo que, tão elegantemente, como, de modo desengonçado, alguém denominou “o meu lugar de fala”.

Ei! Você tem, pelo menos, o seu lugar de fala. E o tempo? Bom. Tempo quem produz é você. Se você não percebeu ainda, lhe dou um dia a mais, neste ano. É um ano que tem um dia a mais. Utilize esse dia para encontrar seu tempo e seu lugar.

Wagner Balera

Coordenador do Núcleo de Estudos de Doutrina Social, Faculdade de Direito da PUC-SP.

**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.



## Bullying e Cyberbullying são incluídos ao Código Penal e punição por crimes contra crianças aumenta

Especialistas explicam a importância da nova lei e as consequências jurídicas e sociais de sua aplicação

O presidente Luiz Inácio Lula da Silva sancionou a Lei nº 14.811 que adiciona os crimes de bullying e cyberbullying ao Código Penal. As duas condutas passam a integrar o artigo que trata de constrangimento ilegal. Agora, o Código Penal prevê multa para quem cometer bullying, e reclusão e multa para quem cometer o mesmo crime por meios virtuais.

Bullying é definido na lei como “intimidar sistematicamente, individualmente ou em grupo, mediante violência física ou psicológica, uma ou mais pessoas, de modo intencional e repetitivo, sem motivação evidente, por meio de atos de intimidação, de humilhação ou de discriminação ou de ações verbais, morais, sexuais, sociais, psicológicas, físicas, materiais ou virtuais”.

Com a mesma definição, porém abrangendo o ambiente virtual, o cyberbullying ocorre se a conduta é realizada por meio da rede de computadores, de rede social, de aplicativos, de jogos on-line ou por qualquer outro meio ou ambiente digital, ou transmitida em tempo real. O Código Penal também prevê agravantes se o bullying for cometido em grupo (mais de três autores), se houver uso de armas ou se envolver outros crimes violentos incluídos na legislação.

Para Raquel Gallinati, Delegada e Diretora da Associação dos Delegados de Polícia do Brasil, a nova legislação tem como objetivo central garantir a proteção de crianças e adolescentes contra a violência nos estabelecimentos educacionais e reveste-se de extrema importância diante do crescente número de tragédias escolares e casos de



A nova legislação tem como objetivo central garantir a proteção de crianças e adolescentes contra a violência nos estabelecimentos educacionais

suicídio entre os jovens.

“Um dos pontos essenciais dessa nova legislação é a criação de protocolos em colaboração com órgãos de segurança pública, saúde e a participação ativa da comunidade escolar. Essa abordagem integrada visa estabelecer um ambiente educacional seguro e acolhedor, onde a violência seja veementemente combatida. Além disso, é necessário capacitar os profissionais da educação para identificar e prevenir situações de violência, ao mesmo tempo em que se busca conscientizar e obter o apoio da comunidade escolar e local”, destaca Gallinati.

A Delegada ressalta ainda que, quando esses atos de intimidação sistemática são praticados por menores de idade, são considerados atos infracionais correlatos aos crimes e aplicadas medidas socioeducativas que visam à ressocialização e reintegração do jovem infrator à sociedade. A educação, o apoio e o tratamento adequados são fundamentais, buscando evitar a reincidência e promover a transformação positiva do

**INTERMEDICI**  
PLANOS DIFERENCIADOS DE SAÚDE

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

Planos diferenciados de saúde!

15 3282.2520 | 15 3285.1601

www.intermedici.com.br

Foto: Banco de imagem

tual.

Com a nova lei, os crimes previstos no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) passam a ser considerados hediondos. Isso significa que o acusado não pode pagar fiança, ter a pena perdoadada, receber liberdade provisória, e a progressão de pena é mais lenta. Também inclui na lista de crimes hediondos outras três condutas: indução ou auxílio a suicídio ou automutilação, usando a internet; sequestro e cárcere privado contra menores de 18 anos; tráfico de pessoas contra crianças ou adolescentes.

indivíduo.

Por outro lado, Enzo Fachini, advogado criminalista e sócio do FVF Advogados, acredita que, ainda que do ponto de vista social seja louvável a criminalização do bullying, a redação utilizada pelo legislador torna a conduta proibida vaga e de difícil compreensão. “Além disso, o efeito prático da pena de multa é muito limitado para a repressão da conduta, considerando-se a natureza branda da pena e, em especial, a possibilidade de o destinatário da norma ser outra criança ou adolescente, que não auferir renda”, finaliza.

### Crimes hediondos

Além das mudanças em relação ao bullying, a nova legislação aumenta penas para crimes contra crianças e adolescentes em outros contextos. O homicídio de crianças menores de 14 anos, quando ocorrido em uma escola, agora terá a pena aumentada em dois terços. A indução ou auxílio ao suicídio pode ter a pena dobrada se o autor for líder, coordenador ou administrador de grupo vir-

Segundo Galinatti, a modificação na Lei dos Crimes Hediondos também merece destaque, pois reflete a necessidade de enfrentar os desafios apresentados pelas formas emergentes de violência tecnológica, especialmente aquelas relacionadas à saúde mental dos jovens. “A proteção da infância e juventude deve ser uma prioridade coletiva, e essa nova legislação representa um avanço significativo nessa direção.”

Leonardo Pantaleão, especialista em Direito e Processo Penal e sócio do Pantaleão Sociedade de Advogados, afirma que se trata de lei inovadora, com relevante conteúdo social e que, sobretudo, tem por principal objetivo proteger aqueles cuja personalidade ainda está em desenvolvimento e que merecem uma tutela maior do Estado. “O rigor na criação de tipos penais, inclusive com característica de hediondez de determinadas condutas, visa alcançar a finalidade Wwpolifuncional da pena, em especial no tocante a prevenção geral e individual”, completa o advogado.

**“Um dos pontos essenciais dessa nova legislação é a criação de protocolos em colaboração com órgãos de segurança pública, saúde e a participação ativa da comunidade escolar. Essa abordagem integrada visa estabelecer um ambiente educacional seguro e acolhedor, onde a violência seja veementemente combatida...”**

## Novas diretrizes globais ampliam indicação de testagem genética para todas as mulheres que receberam diagnóstico de câncer de mama



O estudo usou dados dos principais centros de oncologia do mundo para determinar as novas diretrizes

Apesar de iniciativas pontuais para incluir testagem genética na saúde pública, Estados ainda não realizam o diagnóstico molecular do tumor.

**M**ulheres que desenvolvem câncer de mama, antes e depois dos 65 anos de idade, devem fazer análises genéticas para identificar mutações que podem estar associadas ao aparecimento de tumores malignos, segundo estabelece as novas diretrizes da Associação Norte-Americana de Oncologia (ASCO, na sigla em inglês), que acabam de ser publicadas no Journal of Clinical Oncology. Referência mundial em padrão de tratamento contra o câncer, a ASCO reuniu especialistas de todo o mundo e centros com ampla experiência em atendimento a pacientes oncológicos para estabelecer as novas diretrizes, que balizarão a conduta terapêutica relacionada a testes genéticos em pacientes com câncer de mama pelos próximos anos globalmente.

Diante de uma oncologia cada vez mais personalizada, torna-se premente a disseminação da testagem genética, não só para identificar a melhor conduta terapêutica, mas também para avaliar o

risco de novos tumores dentro de uma mesma família. É o que explica Maria Isabel Achatz, Coordenadora da Unidade de Oncogenética do Hospital Sírio-Libanês, que foi a única representante da América Latina convidada a fazer parte do seletivo grupo de trabalho de especialistas que desenvolveram as novas diretrizes, e que é coautora do artigo recém-publicado. O estudo usou dados dos principais centros de oncologia do mundo para determinar as novas diretrizes. O Sírio-Libanês foi a única organização da América Latina convidada a participar desse trabalho. “Detectar precocemente o câncer de mama gera um impacto enorme na probabilidade de cura da paciente, mas também em todo o sistema de saúde. Ao testarmos uma família, temos o conhecimento para poder determinar um acompanhamento que permita essa detecção precoce”, diz Maria Isabel. “Temos uma deficiência muito grande na saúde pública, que ainda não oferta esses exames, que podem salvar vidas e ge-

**“Detectar precocemente o câncer de mama gera um impacto enorme na probabilidade de cura da paciente, mas também em todo o sistema de saúde. Ao testarmos uma família, temos o conhecimento para poder determinar um acompanhamento que permita essa detecção precoce”**

rar economia para os cofres públicos.”

Os genes BRCA1/2 se popularizaram quando a atriz Angelina Jolie optou por fazer uma mastectomia antes do aparecimento de qualquer sinal de câncer de mama por ter histórico familiar e essa mutação genética. Há oito anos, foi passada a Lei nº 7.049/2015 no Rio de Janeiro, batizada popularmente de “Lei Angelina Jolie”, que autorizava o governo do Rio de Janeiro a firmar convênio com o Sistema Único de Saúde (SUS) para a realização de exames de Detecção de Mutação Genética dos Genes BRCA1 e BRCA2 em mulheres com histórico familiar de diagnóstico de câncer de mama ou de ovário. Minas Gerais, Goiás, Distrito Federal e Amazonas publicaram leis similares nos anos seguintes. No entanto, nenhum estado até hoje implementou o serviço. “As diretrizes atualizadas para testagem genética em pacientes com câncer de mama é um avanço importante que caminha lado a lado do

conhecimento médico e desenvolvimento de tratamentos oncológicos”, diz Maria Isabel.

O custo de painéis completos para investigação de genes que podem estar relacionados à hereditariedade de um tumor torna a prática inviável em grande escala. No entanto, existem testes genéticos que investigam as mutações hereditárias em genes específicos, associados à suscetibilidade do aparecimento do câncer de mama. Esses testes eram, até então, restritos a pacientes com histórico familiar de câncer e diagnosticados em idade muito precoce. Esses testes envolviam um número relativamente pequeno de genes, conhecidos por terem fortes associações com o câncer de mama, como BRCA1 e BRCA2 (BRCA1/2), PALB2, PTEN, TP53, STK11 e CDH1. Há ainda outros genes que apresentam riscos menores, ATM, CHEK2, BARD1, NF, RAD51C e RAD51D, e a inclusão de testes para esses genes é um desenvolvimento mais recente.



O advento do sequenciamento genético de última geração e dos testes de painéis de múltiplos genes mudou o cenário dos testes de mutações hereditárias, trazendo implicações valiosas tanto para a prevenção (especialmente cirúrgica) quanto para o tratamento. Pois a descoberta desses genes associados aos tumores caminha par e passo com o desenvolvimento específico de tratamentos que atacam especificamente a mutação e interrompe o processo de formação do tumor. Considerando as múltiplas complexidades acerca desse cenário de testagem genética e implicações, a ASCO estabeleceu as diretrizes de quando e para quem deve ser recomendado os painéis de identificação de mutações germinativas (que ocorrem nas células que originam os gametas – óvulos e espermatozoides). Essas mutações são adquiridas dos pais, e são passadas para os filhos, portanto, hereditárias.

Entre as principais mudanças estabelecidas pelas novas diretrizes com recomendações para médicos para testagem genética em pacientes com câncer de mama estão:

**1. Recomendação 1.1.** Todos os pacientes recém-diagnosticados com câncer de mama em estágio I-III ou estágio IV/metastático que tenham menos de 65 anos no momento do diagnóstico devem receber testes de BRCA1/2

**2. Recomendação 1.2.** Todos os pacientes recém-diagnosticados com câncer de mama em estágio I-III ou estágio IV/metastático que tenham mais de 65 anos devem receber testes de BRCA1/2 se:

- forem candidatos a terapia com inibidores de poli (ADP-ribose) polimerase-1 (PARP-1) para doença em estágio inicial ou metastática;
- tiverem câncer de mama triplo-negativo;
- sua história pessoal ou familiar sugira a possibilidade de uma variante

patogênica;

- tenham sido designados como sexo masculino ao nascer;
- sejam de ascendência judaica ashkenazi ou façam parte de uma população com uma prevalência aumentada de mutações fundadoras.

**1. Recomendação 1.3.** Os pacientes submetidos a testes de BRCA1/2 também devem receber testes para outros genes predisponentes ao câncer, conforme sugerido por sua história pessoal ou familiar. A consulta com um profissional experiente em oncogenética pode auxiliar nessa tomada de decisão e deve estar disponível aos pacientes sempre que possível.

**2. Recomendação 2.1.** Todos os pacientes com câncer de mama recorrente (local ou metastático) que sejam candidatos à terapia com inibidores de PARP devem receber testes de BRCA1/2, independentemente de histórico familiar

**3. Recomendação 2.2.** Os testes de BRCA1/2 devem ser oferecidos aos pacientes com um segundo câncer primário, seja na mama contralateral ou ipsilateral.

**4. Recomendação 3.1.** Todos os pacientes com história pessoal de câncer de mama diagnosticado antes dos 65 anos e sem doença ativa devem receber testes de BRCA1/2 se o resultado informar a gestão de risco pessoal ou avaliação de risco familiar

**5. Recomendação 3.2.** Todos os pacientes com história pessoal de câncer de mama diagnosticado após os 65 anos e sem doença ativa, que atendam a um dos seguintes critérios, devem receber testes de BRCA1/2 se o resultado informar a gestão de risco pessoal ou avaliação de risco familiar:

- sua história pessoal ou familiar sugere a possibilidade de uma variante patogênica;
- foram designados

como sexo masculino ao nascer;

- têm câncer de mama triplo-negativo;
- são de ascendência judaica ashkenazi ou fazem parte de uma população com uma prevalência aumentada de mutações fundadoras.

**1. Recomendação 4.1.** Os testes para genes de alta penetração além de BRCA1/2, incluindo PALB2, TP53, PTEN, STK11 e CDH1, podem ajudar na escolha de conduta terapêutica e influenciar a tomada de decisão cirúrgica, precisar as estimativas de riscos de um segundo câncer primário e informar a avaliação de risco familiar, e, portanto, devem ser oferecidos a pacientes apropriados.

**2. Recomendação 4.2.** Os testes para genes de moderada penetrância de câncer de mama (genes que quando apresentam mutação elevam o risco da doença, porém em menor grau que outras mutações) atualmente não oferecem benefícios para

o tratamento do câncer de mama, mas podem elevar a chance de um segundo câncer primário ou a avaliação de risco familiar, e, portanto, podem ser oferecidos apropriados que estão sendo testados para BRCA1/2.

**3. Recomendação 4.3.** Se um painel de múltiplos genes for solicitado, o painel específico escolhido deve levar em consideração a história pessoal e familiar do paciente. A consulta com um profissional experiente em oncogenética pode ser útil na escolha de um painel de múltiplos genes que seja específico para aquele paciente, ou na interpretação de seus resultados, e o médico deve estar disponível aos pacientes sempre que possível.

**4. Recomendação 5.1.** Os pacientes submetidos a testes genéticos devem receber informações suficientes antes dos testes para fornecer consentimento informado.

**5. Recomendação 5.2.** Os pacientes com varian-

tes patogênicas devem receber aconselhamento genético pós-teste personalizado e ser encaminhados a um profissional experiente em oncogenética.

**6. Recomendação 5.3.** Variantes de significado incerto não devem alterar a conduta terapêutica. Os pacientes devem estar cientes de que as mutações que hoje têm significado incerto podem ser reclassificadas futuramente como patogênicas, e devem entender que um acompanhamento periódico é necessário. A consulta com um profissional experiente em oncogenética pode ser útil e o médico deve estar disponível aos pacientes sempre que possível.

**7. Recomendação 5.4.** Pacientes que não apresentarem uma mutação nos testes genéticos ainda podem se beneficiar do aconselhamento, se houver um histórico familiar significativo de câncer, e é recomendado o encaminhamento a um profissional experiente em oncogenética.



### MATRÍCULAS ABERTAS

**SENAI Mário Dedini**  
Rua Dom Pedro II, 1474  
Centro  
☎ 19 3437-4856



**SENAI Mário Henrique Simonsen**  
Av. Marechal Castelo Branco, 1000  
Jardim Primavera  
☎ 19 3412-3500



**SENAI**



## O suplemento do Verão: conheça os benefícios do Magnésio Inositol

Suplemento auxilia na melhora da qualidade do sono, diminui o estresse e equilibra a flora intestinal

O Magnésio é o quarto mineral essencial mais abundante no corpo, distribuído nos ossos, músculos e tecidos moles, que participa de mais de 300 reações no organismo, e o Inositol é um tipo de carboidrato importante para o funcionamento e regula diversos processos celulares. Os dois nutrientes são responsáveis também por transmissões nervosas, bem como contração muscular, tônus vasomotor e controle da pressão sanguínea.

Juntos, o Magnésio e o

Inositol melhoram o funcionamento do sistema nervoso, promovendo bem-estar e redução da ansiedade. Além disso, os nutrientes encontrados na suplementação de Magnésio Inositol são essenciais para a saúde cardiovascular, muscular e óssea.

Segundo Carolina Sommer Mazon, Farmacêutica e Diretora Técnica da Equaliv, marca de suplementos alimentares, a deficiência de Magnésio e Inositol pode surgir por diferentes motivos, entre eles a ingestão alimentar inadequada. "Estudos



O Magnésio Inositol contribui para a manutenção do estado saudável, modulando o estresse do dia a dia

atuais têm mostrado inadequação na ingestão de diversos nutrientes, sendo o Inositol, e em particular, o magnésio, com o consumo reduzido pela população, o que aumenta o risco do surgimento de doenças inflamatórias, crônicas e neurais", aponta a profissional.

O Magnésio Inositol contribui para a manutenção do estado saudável, modulando o estresse do dia a dia, otimizando o funcionamento intestinal e au-

xiliando na qualidade do sono. As pesquisas também apontam resultados clínicos positivos associados à suplementação de Magnésio Inositol, aumentando significativamente os níveis deste nutriente no corpo: "O uso é considerado eficaz e reverte déficits induzidos por estresse e deficiências dietéticas. A combinação deles gera equilíbrio, promovendo maior disposição, relaxamento e controle do humor", completa Caroli-

na. Para obter os benefícios desejados, é preciso ficar atento ao horário de uso. Para a melhora do sono, por exemplo, é indicado que a suplementação seja feita na parte da noite, pelo menos 40 minutos antes de dormir. Para atuação no trânsito intestinal ou de melhora da sensação de bem-estar, o consumo pode ser feito em horário diurno, e até mesmo dividido em mais de uma vez ao dia.



## TRANSFORMAMOS SEUS SONHOS EM CONQUISTAS!

CONFIRA NOSSOS DIFERENCIAIS:

Proposta pedagógica eficaz, na qual o aluno é **protagonista do seu aprendizado!**

Foco no acolhimento, no socioemocional e na **parceria entre escola, aluno e família!**

Estrutura física compacta e número reduzido de alunos por sala, **garantindo sempre um atendimento personalizado!**

## ÚLTIMAS VAGAS PARA 2024!

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

RUA MORAES BARROS, 422 - CENTRO, PIRACICABA - SP

f /colegiopolibrasil @colegiopolibrasil

colegiopolibrasil.com.br





## Aquário Municipal de Piracicaba recebe 2º maior tucunaré do Brasil e mais duas espécies

Zebra Real e a piraputanga, espécie com risco de extinção, também podem ser vistos pelo público

O Aquário Municipal de Piracicaba Ilda Borges Gonçalves recebeu três novas espécies de peixes que podem ser vistas pelo público. Entre elas está o tucunaré-pinima, considerado o segundo maior da espécie no Brasil. O espaço, que fica no Parque do Mirante e é mantido pela Prefeitura, por meio do Sema (Serviço Municipal de Água e Esgoto), é uma opção de visita durante as férias escolares.

O tucunaré-pinima pode ser encontrado em regiões das bacias hidrográficas do baixo Amazonas, baixo Tapajós, baixo Tocantins e baixo Xingu, e é conhecido por ser um dos mais fortes entre os membros dessa família de peixes.

Cláudio Amaral, encarregado do Aquário Municipal, explica que ele é considerado o segundo maior tucunaré do Brasil, podendo chegar a quase um metro de comprimento e pesar cerca de 11 quilos. Carnívoro

e extremamente voraz, o peixe é classificado como um superpredador.

Já a espécie piraputanga é originária do Mato Grosso do Sul e é onívora, podendo atingir 50 centímetros quando adulta e pesar 3 quilos. Segundo Amaral, por ter a carne muito saborosa e ser quase impossível a sua criação em cativeiro (pela dificuldade de procriação artificial), a espécie está ameaçada de extinção.



Zebra Real é uma das três espécies novas no Aquário Municipal de Piracicaba



Aquário Municipal de Piracicaba é atração para crianças nas férias

O Zebra Real, ou tilápia buttkoferi, pode ser reconhecido no aquário por ter listras pretas, assim como a zebra. A espécie é originária do oeste africano, encontrada nos lagos Malawi ou Tanganyka. Amaral explica ainda que, por ser muito territorialista, é raro encontrar a espécie em aquários. É o menor entre os três, chegando a no máximo 35 centímetros quando adulto, e também é onívoro.

Segundo Amaral, o Aquário recebeu as espécies no dia 20/12/2023.

**O ESPAÇO** - Atualmente, a população pode visitar 116 espécies de peixes e duas de artrópodes (camarão fantasma e lagosta filtradora), que estão em três aquários e dois grandes lagos divididos em quatro setores do Aquário Municipal. Cada aquário tem capacidade para 2.400 litros de água e mede três metros



Tucunaré Pinima é considerado o segundo maior da espécie no Brasil

de comprimento.

Há peixes nativos de vários países de quatro continentes (Ásia, África, Europa e Américas), como carpas, dourado, pacu, pirarara, pangasius, entre outros. O local tem ainda placas informativas sobre as espécies e seu habitat, ampliando a consciência sobre a importância da preservação dos rios.

No período da Piracema, também é possível observar do Aquário o salto dos peixes na correnteza do Rio Piracicaba.

**SERVIÇO** - Aquário Municipal Ilda Borges Gonçalves. Avenida Doutor Maurice Allain, 454, no Parque do Mirante, bairro Vila Rezende. Visitação gratuita, de terça-feira a domingo, das 9h às 17h.

# MAIS LIDAS



Siga a Folha e fique informado sobre tudo o que acontece em Piracicaba. Veja as notícias e manchetes mais lidas da edição na Folha.



## Preparando com Serenidade: Jazigos no Cemitério Parque da Ressurreição

A vida é uma jornada cheia de momentos, e, infelizmente, a despedida é uma parte inevitável dessa jornada. No entanto, a antecipação e o planejamento podem tornar esse processo menos árduo para as famílias. No Cemitério Parque da Ressurreição de Piracicaba, oferecemos a tranquilidade de um espaço pensado para proporcionar conforto e paz.

Ao planejar a compra de um jazigo no Cemitério Parque da Ressurreição, as famílias garan-

tem um local seguro e adequado para a eternidade de seus entes queridos. Aqui, proporcionamos não apenas um lugar de descanso, mas um ambiente que busca ser um refúgio de serenidade em meio às árvores e jardins.

Com mais de 50 anos de experiência, nosso cemitério tem sido um espaço de recordação e honra, reconhecido pela excelência e pela dedicação à comunidade de Piracicaba. Cuidamos não apenas dos que partiram, mas também das famílias que

enfrentam esse momento delicado.

Além disso, destacamos as missas diárias realizadas às 7h da manhã. Esses momentos de espiritualidade são uma oportunidade para encontrar conforto e reflexão, proporcionando um suporte adicional às famílias em luto.

No Cemitério Parque da Ressurreição, compreendemos a importância de lidar com a despedida de uma maneira serena e cuidadosa. Convidamos você a conhecer nosso espaço, um lugar onde o planejamento do jazigo é feito com empatia, e as missas diárias oferecem momentos de consolo em meio à natureza tranquila.

Para mais informações e para conhecer os jazigos disponíveis, visite nosso site em [parquedaressurreicao.com.br](http://parquedaressurreicao.com.br) ou entre em contato pelo WhatsApp (19) 3376-0853. Estamos aqui para ajudar, com respeito e dedicação.



No Cemitério Parque da Ressurreição oferecemos a tranquilidade de um espaço pensado para proporcionar conforto e paz



Foto: Divulgação

O Parque é um refúgio de serenidade em meio às árvores e jardins



**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](http://www.parquedaressurreicao.com.br)





## 328 BILHÕES

Alex Madureira

Entramos no ano de 2024 com um orçamento estadual do Governo de São Paulo, previsto para cerca de \$ 328 bilhões de reais, a segunda maior receita do país, apenas atrás do orçamento da União. Se o número parece impactante numa leitura mais rápida, ele sempre será insuficiente para as necessidades das nossas mais de 600 cidades espalhadas pelo gigantismo do nosso Estado e aquém, muito aquém, das necessidades da capital e da região metropolitana de São Paulo, naquilo em que o Estado tem de mais urgente e importante, como no tripé saúde, educação e segurança. Sem contar com o apoio de uma máquina pública para fazer o Estado funcionar, que requer pouco mais de um terço do orçamento para pagar professores, médicos, policiais e os demais setores administrativos e técnicos que fazem o Estado de São Paulo caminhar na frente da maioria dos Estados brasileiros.

O aprendizado político e técnico que acumulei sendo designado pelos meus pares como relator dos orçamentos de 2022 e agora o de 2023 do Governo do Estado, em nossa Assembleia

Legislativa do Estado, onde represento Piracicaba (com pouco mais de 26 mil votos que foram concedidos no ano de 2022), são frutos de duas características de certamente possui e por isso, tenho me diferenciado. O privilégio das experiências que acumulei como político, dos quais destaco a cordialidade no tratamento com todos e a qualificação técnica que angariei ao longo de minha jornada, estudando sempre, me atualizando e superando os desafios que me são dados, sempre me cercado de técnicos especializados que me ajudaram muito nessas duas jornadas.

Entre eles, destaco as equipes da Secretaria de estadual da Fazenda e Planejamento, sob o comando do prof. Samuel Kinoshita, que somados a experiência dos técnicos da Assembleia Legislativa e das equipes com as quais convivi durante meses na Assembleia Legislativa do Estado, avaliando os dados que eram recebidos do Governo do Estado e recebendo e organizando as demandas que vinham das audiências públicas.

O outro desafio foi ter tido o cumprimento de outra demanda para o exercício desta relatoria com a realização de 26

**“O aprendizado político e técnico que acumulei sendo designado pelos meus pares como relator dos orçamentos de 2022 e agora o de 2023, onde represento Piracicaba, são frutos de duas características de certamente possui e por isso, tenho me diferenciado”**



Alex Madureira é deputado estadual P.L. e Corregedor da Alesp

audiências públicas realizadas em Jales, Mirandópolis, Alvares Machado, Bebedouro, Batatais, Sertãozinho, Matão, Lins, Santa Cruz do Rio Pardo, Marília, Itaberá, Botucatu, Valinhos, Miracatu, Guarujá, Ubatuba, Mauá, Itaquaquecetuba, Itapevi, Tanabi, Ipuã, Catanduva, Jacareí, Taboão da Serra, na capital de São Paulo e também na nossa querida Piracicaba. Realizadas preferencialmente nas Câmaras Municipais, ao lado de vereadores, outros deputados estaduais e federais, prefeitos, secretários municipais, representantes de entidades civis, sindicalistas, da sociedade paulista, enfim.

Percorrendo a nossa história recente da cidade de Piracicaba, com sua representatividade no parlamento paulista, sítio e destaco as presenças como re-

presentantes da nossa cidade os ex-prefeitos Francisco Salgot Castillon e José Machado, dos ex vereadores Francisco Antonio Coelho, Jairo Matos, Ari Pedrosa e Roberto Morais, do sindicalista Roberto Felício e do pastor Dilmo dos Santos e os agora igualmente eleitos pela nossa cidade, professora Maria Isabel Noronha e Hélio Zanata. Mas nenhum deles teve a honra, o privilégio, e certamente o aprendizado que tive, ao exercer tão dignificadora missão. Que confirma o meu perfil de me cercar sempre de bons técnicos para me ajudarem em tarefas e exigências para este tipo de ação. Saber ouvir e ter os caminhos facilitados pelos especialistas no assunto, foi outra das características que incorporei à minha atividade e que pretendo continuar valorizar e prestigiar no futuro.

## Conquista inédita para a América Latina: Brasileira assume diretoria de mídias sociais na renomada revista científica Psycho-Oncology

A pesquisadora brasileira, psicóloga especializada em oncologia e Líder Nacional de Especialidade Equipe Multidisciplinar da Oncoclínicas&Co., Cristiane Bergerot, assume o papel de diretora de mídias sociais na revista Psycho-Oncology. Sua nomeação representa um marco, sendo a primeira latino-americana a liderar esse periódico oficial da American Psychosocial Oncology Society (APOS) e da British Psycho-Oncology Society (BPOS). A revista é reconhecida como a principal fonte de estudos científicos sobre aspectos psicológicos, sociais, comportamentais e éticos no tratamento do câncer.

“Ser Diretora de Mídias Sociais na Psycho-Oncology reflete não apenas o fortalecimento dessa área no Brasil, mas também o reconhecimento internacional de sua relevância pela comunidade global. É uma honra representar o país como líder nessa revista, que destaca a assistência psicossocial como o cerne fundamental da jornada oncológica”, comenta Cristiane Bergerot.

A relevância dos estudos publicados na Psycho-Oncology é incontestável, uma vez que a revista

desempenha um papel crucial no avanço do conhecimento sobre aspectos psicológicos, sociais, comportamentais e éticos no tratamento do câncer. As contribuições científicas apresentadas na publicação não apenas informam profissionais da saúde em todo o mundo, mas também moldam as práticas clínicas e influenciam as políticas de cuidados oncológicos. A nomeação de Cristiane Bergerot como diretora de mídias sociais adiciona uma perspectiva valiosa e uma voz comprometida ao já prestigiado corpo editorial, consolidando a revista como uma referência global no campo da psico-oncologia.

**Proeminência e conquistas Internacionais**

Além do convite inédito da Psycho-Oncology, Cristiane Bergerot obteve outro reconhecimento profissional neste início de ano: ela foi convidada a fazer parte do seletor comitê de programação do ASCO Quality Care Symposium. Este evento é organizado pela Sociedade Americana de Oncologia Clínica (ASCO) e destaca-se como o principal encontro global dedicado à qualidade assistencial.

**“Ser Diretora de Mídias Sociais na Psycho-Oncology reflete não apenas o fortalecimento dessa área no Brasil, mas também o reconhecimento internacional de sua relevância pela comunidade global. É uma honra representar o país como líder nessa revista, que destaca a assistência psicossocial como o cerne fundamental da jornada oncológica”**

Cristiane assumirá um papel de destaque, contribuindo significativamente na direção científica nas três próximas edições do simpósio, previstas para 2024, 2025 e 2026. Suas responsabilidades incluem definir a programação, identificar lacunas na prática atual, coordenar procedimentos de revisão de resumos, determinar elegibilidade e garantir conformidade com políticas de Conflito de Interesse. Além disso, durante o Simpósio, Cristiane atua como líder no local, dando as boas-vindas e apresentando os moderadores das sessões, consolidando sua influência global no cenário oncológico.

A psicóloga especializada em oncologia já ocupa uma posição de destaque na ASCO como Líder Global de Cuidados Paliativos (2023-2024). Seu título de “Featured Voice”, conferido desde 2018, e seu papel ativo em diversas iniciativas dentro da ASCO, incluindo sua participação como membro do Comitê de Comunicação e Editora Associada do Cancer.net, evidenciam sua influência nesta comunidade.

Além desse novo convite, Cristiane também contribuiu como



Cristiane Bergerot

membro da banca de experts na definição das diretrizes “Avaliação e Gerenciamento de Pacientes Idosos Recebendo Quimioterapia”, publicada em 2023 no Journal of Clinical Oncology (JCO). Sua dedicação incansável e profundo conhecimento são reconhecidos internacionalmente, transcendendo fronteiras e impactando positivamente tanto global quanto localmente. O convite para integrar o comitê do ASCO Quality Care Symposium é mais um marco na impressionante trajetória de Cristiane Bergerot, destacando seu compromisso excepcional com a pesquisa de excelência e a prestação de cuidados inovadores aos pacientes oncológicos.



## Bebel discute com presidente do BNDES pautas voltadas ao desenvolvimento de Piracicaba

Foto: Divulgação



A Professora Bebel com o presidente do BNDES, Aloizio Mercadante, que fez questão de mandar recado, de que ela "é a embaixadora de Piracicaba junto ao banco"

### Vanderlei Zampaulo

A deputada estadual Professora Bebel (PT) esteve reunida com o presidente do BNDES, Aloizio Mercadante, nesta tarde da última quinta-feira, 18 de janeiro, discutindo diversas pautas de extrema relevância para a cidade de Piracicaba. A audiência foi no Rio de Janeiro, na sede do BNDES, e voltadas a temas cruciais como o resgate patrimônio histórico e cultural, áreas verdes, todos voltados à ativação econômica, assim como apoio à indústria e ao agronegócio de Piracicaba e região.

De acordo com a deputada piracicabana Professora Bebel, principal liderança do Partido dos Trabalhadores na região e que mantém uma estreita relação com o governo federal do presidente Lula, neste encontro foi importante porque, "abordarmos ainda questões fundamentais relacionadas a energias renováveis e mobilidade verde". O presidente do BNDES destacou as qualidades e lideranças da deputada Professora Bebel e mandou um recado: "O que Piracicaba precisar, pode contar conosco, e pes-

**“Sem dúvida, foi uma honra ser recebida pelo meu amigo Aloizio Mercadante e, assim, poder compartilhar ideias e perspectivas sobre o futuro da nossa cidade especialmente em tempos de mudanças climáticas. Justamente dentro deste aspecto, abordarmos questões fundamentais relacionadas a energias renováveis e mobilidade verde, como a implantação de ônibus elétrico”**

soal da indústria, do agro, vocês têm uma verdadeira embaixadora em Piracicaba”, disse, se referindo à Professora Bebel.

Para a parlamentar piracicabana, o encontro foi fundamental para que pudesse apresentar ao presidente do BNDES propostas voltadas ao resgate de riquezas da cidade, como a Rua do Porto, o Engenho Central, a Estação da Paulista, os bairros rurais, como de Santana e Santa Olímpia, assim como o desenvolvimento de Piracicaba e da região. “Sem dúvida, foi uma honra ser recebida pelo meu amigo Aloizio Mercadante e, assim, poder compartilhar ideias e perspectivas sobre o futuro da nossa cidade especialmente em tempos de mudanças climáticas. Justamente dentro deste aspecto, abordarmos questões fundamentais relacionadas a energias renováveis e mobilidade verde, como a implantação de ônibus elétrico”, destaca, contando que o presidente do BNDES “comprometemo-nos a tratar dessas questões com responsabilidade social, mantendo o foco na geração de empregos e no desenvolvimento sustentável”.

## Brasil atinge recorde de 100 milhões de pessoas empregadas

Centro Universitário UniMetrocamp Wyden oferece bolsas de estudos de até 100% para quem se inscrever no processo seletivo com a nota do Enem

O mais recente Guia Para Recém-Formados do LinkedIn destaca as áreas que mais cresceram em contratações entre os recém-formados com diploma de bacharel. Em primeiro lugar está a área da educação, com taxa de crescimento de 24,7%, seguido da área jurídica com 22,2%. O ranking segue com um aumento de 15,6% para área de serviços comunitários; 9,5% nos serviços de segurança e defesa e 8,9% na gestão de produtos.

O Brasil atingiu um recorde de 100,2 milhões de trabalhadores ocupados no trimestre encerrado em outubro de 2023, o maior número da série histórica iniciada em 2012, de acordo com dados do IBGE. Isso representa um crescimento de 0,9% em relação ao trimestre anterior.

“O mercado de trabalho e a oferta de vagas vão continuar aquecidos. A procura por profissionais de medicina veterinária e especialistas na área de tecnologia da informação (TI) também tem crescido, conforme mostram os números”, completa o professor de Negócios e Gestão da Wyden, Alberto Guerra. De acordo com dados recentes do Instituto Pet Brasil (IPB), o faturamento da área de medicina veterinária em 2022 chegou a R\$60,2 bilhões, um aumento de 16,4% em relação ao ano anterior.

E a quantidade de vagas de emprego na área de TI aumentou 79,6% entre janeiro e outubro de 2023, em comparação com o mesmo período do ano passado. O levantamento foi divulgado pelo Banco Nacional de Empregos (BNE)

O número de estagiários no país em 2023 também cresceu 30% em relação a 2022. Segundo dados do Instituto Euvaldo Lodi (IEL), ao todo, 43 mil estudantes estagiam em empresas brasileiras. Dentre as áreas mais demandadas, estão direito, administração e ciências contábeis: “A universidade é uma porta para o mercado de trabalho e também para o desenvolvimento de competências essenciais para o crescimento profissional”, finaliza Alberto Guerra.

Em Campinas, as áreas que mais demandam são: Direito, Gastronomia, Veterinária, Psicologia, Fisioterapia e Estética.

Recentemente, o Ministério da Educação (MEC) atribuiu conceito 5 (em uma escala de 1 a 5) ao curso de Estética e 4 aos cursos de psicologia, farmácia, enfermagem e arquitetura do Centro Universitário UniMetrocamp Wyden. O resultado foi obtido após os cursos passarem por uma rigorosa visita de avaliação, conduzida por uma comissão de avaliadores do órgão regulador.

Utilizar a nota do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem), que será divulgada no próximo dia 16, é uma grande oportunidade para aqueles que desejam ingressar em uma graduação. A Wyden dá bolsas de até 100% para quem se inscrever no processo seletivo da universidade utilizando a nota do Enem. Quanto maior a nota, maior será a porcentagem de bolsa.

A instituição também realizará um vestibular online com inscrições abertas a partir do dia 19 de janeiro. A prova será realizada no dia 03 de fevereiro.

Para aqueles que buscam transferência externa ou a segunda graduação, as inscrições já estão abertas e ocorrem durante todo o mês de janeiro, se encerrando no dia 31/01.

Para mais informações, acesse:

<https://www.wyden.com.br/>





## Hospital Unimed Piracicaba aposta em tecnologia para retirada de tumor ósseo

Pioneiro na região, complexo inova ao usar técnica endoscópica

O Hospital Unimed Piracicaba acaba de realizar cirurgia inédita da coluna por via endoscópica, minimamente invasiva, para retirada de tumor benigno ósseo em um jovem de 24 anos. A correção trata-se de um cisto raro, conhecido como osteoma osteóide, localizado na região lombar, caracterizado por ser muito pequeno, mas que provoca dor intensa, fazendo com que o paciente necessite de analgésicos e antiinflamatórios diariamente. A técnica foi aplicada pelo ortopedista cooperado Paulo Humberto Remondi e neurocirurgião cooperado Gustavo Ebert.

“A cirurgia endoscópica da coluna tem se destacado como uma alternativa inovadora e menos invasiva para o tratamento de diversas condições, principalmente para patologias simples como protusões discais e compressão neural. O Hospital Unimed Piracicaba, sendo pioneiro nesta técnica na região há pelo menos oito anos, tem desempenhado um papel importante no aprimoramento desta abordagem”, explicou o especialista.

Ele explica ainda que, antigamente, procedimentos cirúrgicos na coluna eram notoriamente agressivos, envolvendo incisões abertas e considerável trauma muscular.

“Graças ao aperfeiçoamento da técnica e avanço das equipes médicas, a cirurgia endoscópica da coluna, agora, é realizada de maneira minimamente invasiva, com uma incisão de apenas 1 cm e visualização microscópica da lesão”.

O sucesso desta ressecção é evidenciado



Minimamente invasiva, técnica aplicada por Ebert e Remondi é evidenciada pela rápida recuperação do paciente

**“Investir em tecnologia é essencial para proporcionar aos nossos pacientes o que há de melhor em cuidados de saúde. A cirurgia endoscópica da coluna é um exemplo claro de como estamos focados em avançar com a Medicina para o benefício daqueles que precisam passar por este processo para ter mais qualidade de vida”**

pela rápida recuperação do paciente, que recebeu alta no mesmo dia da cirurgia, sem relatos de dor significativa e necessidade de repouso prolongado ou uso de coletes ortopédicos.

“Estamos testemunhando avanços incríveis na Medicina e esta técnica representa um passo significativo em direção a procedimentos mais eficazes e menos invasivos, além de permitir uma recuperação rápida para o paciente”, completou.

Mais uma vez, o presidente da Unimed Piracicaba, Carlos Joussef, destacou o compromisso da instituição em oferecer tratamentos de última geração aos mais de 200 mil beneficiários da cidade e região. Apesar da cirurgia endoscópica constar no rol de procedimentos da ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar) a partir de 2021, o HU disponibiliza esta tecnologia desde 2017.

Foto: Filipe Paes/Studio47

## Os benefícios da creatina para saúde na terceira idade



Dr. Gustavo Feil, médico especializado em Ciências da Longevidade Humana e Nutrologia

A população está envelhecendo cada vez mais, e enxerga na suplementação uma alternativa para melhorar a qualidade de vida meio de contágio

A busca por uma vida saudável e ativa na terceira idade tem se destacado cada vez mais. Nesse cenário, a suplementação de creatina surge como uma possível alternativa, oferecendo potenciais benefícios para a saúde e a vitalidade dos idosos.

Gustavo Feil, renomado médico especializado em Ciências da Longevidade Humana e Nutrologia, explica sobre o uso seguro e eficaz da substância por pessoas mais velhas. “A suplementação de creatina tem demonstrado contribuir significativamente para melhorias na saúde, na força muscular e na qualidade de vida dos idosos”, destaca.

A expectativa de vida global aumentou nas últimas décadas, alcançando médias de aproximadamente 70 a 80 anos em países desenvolvidos. Associada à prática de atividade física, a suplementação com creatina mostra-se promissora para melhorar o estado funcional e a saúde dessa população.

O especialista pontua que estudos recentes focam na investigação dos benefícios da suplementação de creatina na capacidade funcional, performance física e ganho de massa muscular em idosos saudáveis. “Os resultados destacam que a suplementação da substância, especialmente durante o treinamento de resistência, pode aumentar a força corporal superior e inferior em comparação com o treinamento de resistência sem suplementação (placebo)”, pontua.

Ele destaca ainda que a creatina é também benéfica para a parte neuronal do paciente. Ou seja, além de ajudar na força e performance, auxilia a função de aprendizado, onde acaba sendo uma prevenção para doenças degenerativas. Por outro lado, é preciso sempre buscar o acompanhamento de um especialista no assunto. Isso porque, apesar de ser um dos suplementos alimentares mais pesquisados, ainda existem questões a serem exploradas, principalmente relacionadas à capacidade de resposta dos idosos à creatina.

**“Um bom profissional auxilia na tomada de decisões informadas sobre o uso da creatina como parte de um estilo de vida saudável e ativo na terceira idade”**

É importante ressaltar que toda suplementação será realizada com base no histórico e necessidade do paciente. “Um bom profissional auxilia na tomada de decisões informadas sobre o uso da creatina como parte de um estilo de vida saudável e ativo na terceira idade”, finaliza.



## Janeiro Branco no Campo

40% dos funcionários do agronegócio apresentam sintomas de transtornos mentais



Você sabia que o trabalhador rural está mais exposto a problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão, do que a população urbana?

Cerca de 40% dos funcionários do agronegócio apresentam sintomas de transtornos mentais, de acordo com pesquisas. Quem precisa tratar da saúde mental no campo tem mais dificuldade para acessar os recursos terapêuticos. A procura por psicólogos pela população do campo é 50% menor do que pelos trabalhadores urbanos, e quase 90% dos pacientes de regiões rurais que precisam de terapia têm de se deslocar para as cidades, para ter um acompanhamento pro-

**“Cerca de 40% dos funcionários do agronegócio apresentam sintomas de transtornos mentais, de acordo com pesquisas. Quem precisa tratar da saúde mental no campo tem mais dificuldade para acessar os recursos terapêuticos”**

fissional.

Pensando nisso, a AFOCACAPI (Associação dos Fornecedores de Cana de Piracicaba) separou algumas dicas de como você pode cuidar da sua saúde mental.

- Tenha um hobby ou uma atividade complementar prazerosa, como futebol;
- Tenha uma rede de apoio, como família e amigos, e momentos de lazer com colegas do trabalho; noite;
- Pratique exercícios físicos;
- Cuide da higiene do sono, evitando uso de eletrônicos a
- Procure ajuda quando não estiver se sentindo bem, seja de um profissional da saúde ou familiares e amigos.

## Existe idade para a mulher deixar de ir ao ginecologista?

Especialista atua na prevenção e no tratamento de doenças que atingem as mamas e o aparelho reprodutor feminino

Os cuidados com a saúde da mulher incluem a visita regular ao ginecologista. A orientação é para que o acompanhamento seja realizado, conforme informações das autoridades de saúde. No entanto, podem surgir dúvidas sobre mudanças na periodicidade ou, até mesmo, a possibilidade de interromper as consultas com o passar do tempo.

O médico ginecologista é especialista no cuidado e tratamento da saúde das mamas e do aparelho reprodutor feminino, no período de fertilidade da mulher. Contudo, sua função não se interrompe a partir da menopausa ou da redução da vida sexual, conforme explica o Ministério da Saúde.

Isso porque ao longo da vida da mulher, ela passa por diferentes fases que exigem atenção e cuidados especiais. Durante a puberdade, o especialista acompanha o seu desenvolvimento, podendo identificar e tratar problemas de origem hormonal. A ginecologista e membro da Comissão Nacional Especializada em Ginecologia Infanto-Puberal da Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo), Cláudia Barbosa Salomão, informa que as consultas devem ter início aos dez anos, independente de a menina já ter ou não menstruado.

O profissional é responsável por orientar e tratar condições como menstruação irregular, alterações hormonais, dificuldades sexuais, infecções sexualmente transmissíveis, corrimentos vaginais, planejamento da maternidade e prevenção ao câncer de mama e tumores no aparelho reprodutor.

A partir da terceira idade, a ginecologia torna-se uma especialidade multidisciplinar, olhando a mulher além do sistema reprodutor e das mamas. Dessa forma, o profissional pode solicitar exames de ultrassonografia de abdome para monitorar rins, bexiga, fígado, pâncreas e vesícula. Outro exame importante é a densitometria óssea, já que é comum a perda de massa óssea como consequência da menopausa.

### Acompanhamento ginecológico e prevenção ao câncer

Assim que começa a vida sexual feminina, o ginecologista solicita que a paciente realize o exame de Papanicolau. Também chamado de preventivo, é capaz de detectar alterações nas células do colo do útero. Sua frequência costuma ser mais necessária entre os 25 e 59 anos.

Por meio dele é possível diagnosticar uma série de patologias, além de nódulos e cistos que, quando não identificados precocemente, podem evoluir para o câncer de colo de útero, terceiro tipo de tumor maligno mais comum em mulheres, atrás apenas do câncer de mama e do colorretal, conforme informações Instituto Nacional do Câncer.

De início, o preventivo deve ser feito anualmente. A partir de dois exames anuais seguidos sem alterações, sua frequência pode passar a cada três anos. Clamídia, sífilis, gonorreia, HPV, candidíase e tricomoníase são algumas das doenças detectadas pelo Papanicolau.

A partir dos 65 anos, o risco de câncer de colo de útero cai drasticamente. Portanto, quem não apresentou alterações preocupantes até os 64 anos só precisará fazer o exame a cada três anos, seguindo a recomendação médica.

### Câncer de mama

Além do câncer de colo de útero, o ginecologista também auxilia na detecção de tumores nas mamas, auxiliando na prevenção e no diagnóstico precoce da doença. Já o mastologista é o profissional que cuida da mama em si e do tratamento para o câncer.

Para fazer o diagnóstico, o médico costuma solicitar a ultrassonografia de mama e axilas para pacientes a partir dos 40 anos, além de mamografia bienal a partir dos 50 anos. Para quem tem histórico familiar da anomalia ou lesões nodulares na mama, a orientação é realizar o exame clínico e a mamografia a partir dos 35 anos, com repetição anual.

O tratamento do câncer de mama pode ser dividido em dois tipos: local e sistêmico. O primeiro é feito com cirurgia, radioterapia e reconstrução mamária, enquanto o segundo é composto por quimioterapia, hormonioterapia e terapia biológica.

Ao contrário do câncer de colo de útero, cujas chances de surgimento caem com o passar dos anos, o de mama é mais frequente entre os 50 e 69 anos. Portanto, mesmo a partir dessa faixa etária, é preciso fazer o monitoramento.



## Santa Casa mantém controle rígido de psicotrópicos no hospital

Foto: Marcelo Germano



Equipe farmacêuticas 2024

No universo da saúde, a Portaria nº 344 se destaca como um pilar essencial para o controle de medicamentos psicotrópicos no Brasil. Esta regulamentação visa promover a segurança no manuseio de substâncias que demandam atenção especial, por apresentarem potencial de causar dependência ou riscos à saúde quando utilizadas de forma inadequada.

Seu propósito é claro: buscar o equilíbrio entre a disponibilidade de medicamentos e a necessidade de proteger o bem-estar de todos. Neste contexto, o papel do profissional farmacêutico é fundamental em todas as fases da implementação desta Portaria, pois sua atuação abrange desde a gestão de estoque até a efetiva utilização desses medicamentos de forma rigorosamente controlada.

No dia do Farmacêutico, 20 de janeiro, a Santa Casa de Piracicaba ressalta a importância dos profissionais capacitados em desenvolver atividades ligadas à produção, armazenamento, controle, dispensação e distribuição de medicamentos e materiais médico-hospitalares em cumprimento à Portaria 344.

Na Instituição, eles somam nove farmacêuticos que atuam com o apoio de uma equipe composta por 105 funcionários habilidosamente treinados para atuar nas oito farmácias satélites e nas oito áreas de apoio coordenadas pelo setor de farmácia para o efetivo e rígido controle dos mais de 210 mil medicamentos dispensados mensalmente no complexo hospitalar a pacientes internados.

“A gestão de estoque, que abrange desde a aquisição até a

**“A gestão de estoque, que abrange desde a aquisição até a dispensação de medicamentos, é um dos pontos essenciais para o sucesso do controle proposto pela Portaria nº 344. Na Santa Casa de Piracicaba, este controle é meticulosamente realizado, envolvendo a identificação diferenciada, conferência diária do estoque físico e via sistema, além do armazenamento em armários específicos...”**

dispensação de medicamentos, é um dos pontos essenciais para o sucesso do controle proposto pela Portaria nº 344. Na Santa Casa de Piracicaba, este controle é meticulosamente realizado, envolvendo a identificação diferenciada, conferência diária do estoque físico e via sistema, além do armazenamento em armários específicos. A dispensação é personalizada e administrada pela equipe de enfermagem de forma individualizada e por horário, proporcionando uma abordagem cuidadosa e eficaz”, explica a farmacêutica coordenadora do setor de Farmácia, Juliana Castro.

Segundo ela, a transparência e a responsabilidade estão intrínsecas no processo de controle e são evidenciadas pelo envio trimestral do livro eletrônico à Vigilância Sanitária, detalhando entradas, saídas e posição de estoque dos psicotrópicos, bem como mensalmente são reportados os medicamentos vencidos e com avarias.

A farmacêutica ressalta também a atuação colaborativa do profissional farmacêutico junto à equipe multiprofissional que, segundo ela, é imperativa para garantir o uso seguro e eficaz desses medicamentos. “Essa integração fortalece a abordagem holística no cuidado ao paciente, assegurando que a terapêutica seja aplicada de maneira adequada e personalizada”, salienta Juliana.

Para ela, o profissional farmacêutico, com sua dedicação e expertise, torna-se um ‘guardião’ efetivo dessa missão, garantindo que os medicamentos psicotrópicos sejam gerenciados com o máximo de cuidado, responsabilidade e respeito à saúde pública.

## A doença que atingiu o rei Charles III afeta mais da metade da população masculina acima dos 50 anos

Após diagnóstico de Hiperplasia Benigna da Próstata, monarca deve ser internado na próxima semana para procedimento cirúrgico, segundo comunicado oficial; médico urologista alerta para importância de tratamento para garantir a qualidade de vida do paciente

A Hiperplasia Benigna da Próstata (HBP) é a doença da próstata mais comum na população masculina e atinge cerca de 30 milhões de homens em todo o mundo, segundo estimativa da Organização Mundial da Saúde. Nesta quarta-feira (17), o Palácio de Buckingham informou que o rei Charles III, de 75 anos, passará por uma cirurgia na próxima semana, após ser diagnosticado com a doença. De acordo com dados da Sociedade Brasileira de Urologia, a HBP afeta mais 50% dos homens acima de 50 anos e é ainda mais comum com o avanço da idade, chegando a 80% da população com mais de 90 anos.

A doença se caracteriza pelo aumento da próstata, o que pode causar uma compressão e estreitamento da uretra, dificultando assim o ato de urinar e impactando negativamente a qualidade de vida dos pacientes.

Segundo o médico urologista Ruimário Coelho, preceptor da residência médica em urologia do Hospital de Clínicas da Universidade Federal do Paraná e diretor técnico do Uroville – Urologia Avançada, apesar de ser uma condição bastante comum, muitas pessoas ainda não reconhecem os sintomas. “Geralmente os sinais surgem aos poucos e vão ficando mais frequentes com o passar do tempo, mas por uma questão cultural alguns pacientes acabam naturalizando essa condição, pois acreditam que é normal e que faz parte do envelhecimento”, explica.

Entre os principais sintomas, ele destaca a redução da pressão ou interrupções do jato urinário, dificuldade de iniciar a micção, aumento do número de micções noturnas, dificuldade de esvaziar totalmente a bexiga e a incontinência urinária.

“A qualquer sinal, os homens devem procurar um médico urologista para fazer uma avaliação e iniciar o tratamento mais adequado para o seu caso. Mesmo não tendo nenhuma relação com o câncer de próstata, a HBP pode evoluir para quadros mais graves se não for tratada. Entre as complicações mais comuns, estão a infecção urinária, a formação de pedras na bexiga e pode levar à insuficiência renal”, alerta Ruimário Coelho.

### Novas tecnologias no tratamento da HBP

O tratamento da HBP vai desde o acompanhamento clínico com exames regulares e medicamentos para controlar os sintomas, até procedimentos cirúrgicos, que estão cada vez menos invasivos, graças ao desenvolvimento de novas tecnologias.

**“Geralmente os sinais surgem aos poucos e vão ficando mais frequentes com o passar do tempo, mas por uma questão cultural alguns pacientes acabam naturalizando essa condição, pois acreditam que é normal e que faz parte do envelhecimento”**

Entre as inovações mais recentes está a enucleação endoscópica da próstata com Holmium Laser (HoLEP), que tem se tornado o ‘padrão-ouro’ do tratamento da HBP. “Com o auxílio de uma microcâmera, o cirurgião consegue retirar com precisão o tecido aumentado com a ajuda do laser, tornando a cirurgia muito mais assertiva e reduzindo o risco de complicações”, explica Ruimário

Coelho, um dos expoentes da técnica no país.

Uma das vantagens da nova tecnologia é a rápida recuperação no pós-operatório, com o procedimento feito sem a necessidade de internações prolongadas. Assim, os riscos de infecção também diminuem e o paciente consegue retomar suas atividades cotidianas em menos tempo do que nos métodos tradicionais. Além da enucleação endoscópica da próstata, no Brasil, as cirurgias minimamente invasivas mais difundidas são o Rezum, o UroLift e iTind,



## Fisioterapia e Ergonomia

### Esporão de calcâneo

Muitas vezes damos pouca importância aos pés que são parte fundamental do nosso corpo e utilizada para todas as atividades do cotidiano e, por isso, exigem cuidados. Os pés que suportam todo o peso do corpo quando estamos em pé parados ou caminhando. O calcâneo é o osso que possui o maior tamanho de acordo com toda a estrutura óssea do pé.

O esporão de calcâneo, conhecido popularmente como "esporão de galo" é um crescimento ósseo anormal (calcificação) na parte inferior do calcanhar, geralmente na área onde o ligamento plantar (fáscia plantar) se conecta ao osso. O esporão no pé e a fascite plantar são duas condições relacionadas, mas distintas, que afetam os pés, especialmente o calcanhar. Um esporão no pé geralmente é uma consequência da fascite plantar crônica. Nem todas as pessoas com fascite plantar desenvolvem um esporão.

A dor no calcanhar é uma condição comum na população e um dos principais motivos de atendimento ortopédico.



#### Causas:

✓ Uso excessivo ou atividades de alto impacto: participar de esportes de alto impacto como corrida dança ou esportes que envolvem corridas e saltos frequentes, pode sobrecarregar a fáscia plantar e contribuir para a formação do esporão.

✓ Mudanças no arco do plantar: pisada pronada ou supinada.



✓ Uso de calçados inadequados que não oferecem suporte adequado aos pés ou que não se ajustam corretamente, dependendo do grau de exposição, aumenta a tensão nos tecidos do pé e conseqüentemente o risco de esporão.

✓ Sobrepeso;

✓ Envelhecimento: os tecidos do corpo, incluindo a fáscia plantar, se tornam menos flexíveis e mais suscetíveis a lesões e inflamação;

✓ Má postura: ao caminhar, correr ou praticar atividades físicas pode aumentar a pressão sobre a fáscia plantar;

✓ Trauma ou lesão no pé (essas condições são raras).

#### Sintomas:

✓ Dor no calcanhar pode ser aguda, latejante ou em queimação na parte inferior do calcanhar, especialmente ao dar os primeiros passos pela manhã ou após longos períodos de repouso. A dor pode diminuir à medida que a pessoa se movimenta, mas piorar novamente após atividade física prolongada ou ao final do dia;

✓ Sensibilidade ao toque;

✓ Rigidez matinal ao dar os primeiros passos pela manhã ou após um período prolongado em repouso;

✓ Inchaço;

✓ Amplitude de movimento da articulação do tornozelo limitada nos movimentos de flexão plantar e flexão dorsal.

É importante ressaltar que existem pessoas que têm um esporão de calcâneo, porém são assintomáticas. E nem todo calcanhar dolorido tem um esporão. Às vezes, a dor no calcanhar pode estar relacionada a outras condições, como tendinite ou bursite.

#### Diagnóstico:

É feito uma anamnese por um especialista em ortopedia. E a confirmação será feita através de um exame de radiografia, conforme ilustrado abaixo:



#### Tratamento:

✓ O repouso é fundamental para uma melhora significativa em curto prazo;

✓ Fisioterapia;

✓ Palmilhas ortopédicas: palmilhas personalizadas ou almofadas de calcanhar podem ser usadas para fornecer suporte extra e amortecimento ao pé, ajudando a aliviar a pressão;

✓ Gelo: para ajudar a reduzir a inflamação. Colocar as pedras de gelo em saco preto (que é mais grosso, vale porque o gelo direto da pele e dependendo o tempo da compressa, vai promover queimadura), quebrar as pedras para que elas acoplem bem a região do calcanhar. Pode ser feita até 3 vezes ao dia de 10 a 15 minutos;

#### Recomendações para reduzir a inflamação e aliviar a dor:

1. Massageie a sola dos pés com uma bolinha do tamanho aproximado das bolas de tênis, movimentando-a em todas as direções;



2. Congele água dentro de uma garrafa pet e role-a sob o arco plantar para frente e para trás durante 10 minutos.

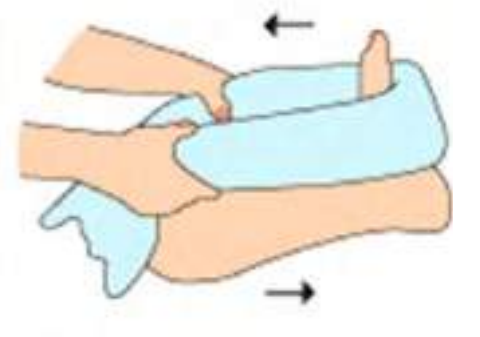


3. Automassagem na planta do pé também é uma excelente opção.



#### Para alongar e fortalecer:

4. Sente-se no chão com as costas retas, estique as pernas e puxe a ponta dos pés com uma toalha;



5. Sentado em uma cadeira, puxe a toalha com os dedos.



✓ Cirurgia: recomendada para pessoas que não obtiveram resultado satisfatório no tratamento conservador;

✓ Uso de palmilhas ortopédicas de silicone;

✓ Procure usar sapatos apropriados e que se encaixam na curvatura do pé e tênis com amortecedores. Evite usar chinelos ou rasteirinhas e andar descalço.

A prevenção é o melhor caminho!

Cuide-se, seu corpo agradece!

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





## Sindicato promove pesquisa Perfil Bancário 2024

Levantamento é feito desde 2004 e orienta o trabalho da entidade



Diretores e assessores do Sindicato organizam todo o desenvolvimento da pesquisa, até a tabulação dos dados



A vice-presidente do SindBan, Angela Savian, em visita à agência bancária de Piracicaba



Durante distribuição, diretores do Sindicato dialogam com os trabalhadores nas agências



Pesquisa levanta informações sociais, socioeconômicas e a opinião dos bancários

Paulo Roberto Botão

O Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região iniciou nesta semana a Pesquisa Perfil Bancário 2024. O levantamento é feito pela entidade desde 2004 e permite uma atualização anual das informações sobre a categoria, além de auxiliar na identificação das principais demandas e reivindicações dos trabalhadores, sendo fundamental para o planejamento das ações a serem realizadas ao longo do ano.

A pesquisa pretende ouvir o máximo de bancários e bancárias da base do Sindicato, que representa cerca de dois mil trabalhadores que atuam em 22 cidades. “Neste momento, nós temos a mobilização de mais de 40 dirigentes sindicais, que vão visitar pessoalmente mais de cem agências e locais de trabalho, para que possamos ter a participação do máximo de bancários que conseguirmos”, explica José Antonio Fernandes Paiva, presidente da entidade.

Além de fazer a distribuição dos questionários diretamente nas agências, o Sindicato faz o envio do material, por correio, aos associados. Os questionários são devolvidos sem a identificação do respondente, o que garante o anonimato e permite que todos possam manifestar livremente suas opiniões.

O questionário é amplo e permite avaliar as condições socioeconômicas dos trabalhadores, sua formação e atividades desenvolvi-

“Nos últimos anos temos observado o aparecimento de preocupações importantes, como o uso de medicamentos controlados, em virtude da pressão exercida pelos bancos, e até situações de assédio moral e sexual, principalmente contra as mulheres. Esses dados são fundamentais para orientar o nosso trabalho”

das, além de opiniões sobre temas de saúde e ligados às condições de trabalho. O levantamento também avalia a opinião dos bancários sobre a atuação da própria entidade e sobre a sua capacidade de comunicação com a categoria e com a sociedade.

“Nos últimos anos temos observado o aparecimento de preocupações importantes, como o uso de medicamentos controlados, em virtude da pressão exercida pelos bancos, e até situações de assédio moral e sexual, principalmente contra as mulheres. Esses dados são fundamentais para orientar o nosso trabalho”, informa Paiva.

Ele ressalta também que a pesquisa oferece elementos para a atuação social do Sindicato, que tem uma participação ativa na vida pública da cidade. “Nossos diretores estão nos mais diversos conselhos participativos do município, que debatem temas como direitos da pessoa com deficiência, emprego, saúde, desenvolvimento econômico e outros, e os dados da pesquisa têm servido de base para nossa inserção”.

Após o preenchimento, os questionários são retirados nas agências pelos diretores da entidade, mas caso isso não ocorra, o trabalhador pode acionar o Sindicato, o que pode ser feito diretamente na sede de Piracicaba, na rua Boa Morte, 1457 (Centro), ou pelos telefones: (19) 3417.1333 e 99791.5542 (WhatsApp).

## Padronização em cor de táxis

De acordo com Thiago Ribeiro, memorando da Procuradoria-Geral traz que não há cor específica para táxis comuns. Táxis executivos, no entanto, devem ser pretos ou cinzas

Assessoria parlamentar

A Procuradoria-Geral do Município de Piracicaba encaminhou, no dia 16 de janeiro, memorando à Secretaria Municipal de Mobilidade Urbana, Trânsito e Transportes (Semuttran) do qual, de acordo com o vereador Thiago Ribeiro (Podemos), depreende-se que não existe padronização vigente na legislação municipal em relação à cor a ser adotada pelos veículos de táxi “comum” da cidade.

O memorando é uma resposta ao ofício 050/2023, protocolado pelo vereador junto ao Executivo, que solicita informações sobre a regulamentação das cores dos veículos do serviço de táxi municipal.

No ofício, o parlamentar informa que o questionamento advém de taxistas da cidade, que o procuraram e relataram dúvidas em relação às normas de padronização dos veículos, questionando se há regimento em vigência que mencione a obrigatoriedade de que os táxis registrados no município sejam “prata” ou de quaisquer outras cores.

De acordo com o vereador, o memorando nº 005/2024 da Procuradoria-Geral, encaminhado à Semuttran, traz que, “da leitura das normas vigentes, verifica-se que o Decreto nº 17.046, de 10 de abril de 2017, revogou a regulamentação geral de identificação visual (Decreto nº 14.512/2012), revogou aquela feita para pessoas jurídicas (Decreto nº 14.113/2011)”, não revogando apenas a regulamentação para Táxi Executivo, a qual permanece vigente na cor preta ou cinza.

Os serviço de Táxi Executivo no município é regulamento pelo decreto 14.573/2012, alterado pelo decreto 16.641/2016 que, entre outras previsões, traz que “os veículos a serem utilizados como Táxi Executivo deverão obrigatoriamente ter a cor preta ou cinza, com no máximo 07 (sete) anos de uso, a contar da data de sua fabricação, motor com potência igual ou acima de 120 cv (HP), com 04 (quatro) portas, capacidade para até no máximo 07 (sete) passageiros e contar com air-bag, vidros com película em conformidade com a legislação vigente, ar condicionado, vidros elétricos e portas com travamento automático, sistema de freios ABS e seguro de vida dos passageiros.”

“Protocolei o Ofício, após ser procurado pelos taxistas que questionavam a padronização dos veículos na cor prata. Agora, com o retorno do memorando da Procuradoria-Geral do Município, temos a resposta oficial de que neste momento, não existe tal padronização de cor na cidade, a não ser para os veículos que operam como Táxi Executivo, que mantêm suas cores regulamentadas por decreto. Agora podemos dar uma devolutiva para a classe, orientando e explicando a legislação vigente”, afirmou Thiago Ribeiro

O vereador é autor da lei 9.970/2023, que regulamenta o serviço de táxi no município e prevê, por exemplo, permissão de uso de veículos com até 10 anos de anos de fabricação, permissão para cobrança de tarifa especial de “Bandeira 2” entre 01 de dezembro e 01 de janeiro do ano subsequente, bem como reajustes anuais.

Foto: Assessoria parlamentar



Segundo memorando da Procuradoria-Geral do Município de Semuttran, regulamentação atualmente em vigência sobre cor dos veículos abarca apenas o serviço de Táxi Executivo



## Piracicaba foi a quarta cidade que mais exportou no Estado de São Paulo em 2023

Ranking é do Ministério do Desenvolvimento, Indústria, Comércio e Serviços

**P**iracicaba foi a quarta cidade que mais exportou em 2023, segundo ranking divulgado pelo Governo Federal. De acordo com dados do Ministério do Desenvolvimento, Indústria, Comércio e Serviços, o município exportou US\$ 3,59 bilhões no ano, ficando atrás apenas de Santos, com US\$ 6,16 bilhões, São Paulo, com US\$ 5,51 bilhões e São Bernardo do Campo, com US\$ 4,05 bilhões.

“A posição de uma cidade no quarto lugar em um ranking de exportação é de extrema relevância, refletindo não apenas a vitalidade econômica local, mas também sua contribuição significativa para a economia nacional. Ainda mais levando em consideração que duas das maiores exportadoras fazem parte de nosso quadro de associadas. Porém, lembramos que além destas empresas também representamos muitas outras organizações empresariais que estão presentes nos mercados mundiais”, afirmou Erick Gomes, presidente Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras).

O setor de máquinas, que inclui escavadoras, pás-carregadeiras, compactadores, niveladoras, entre outras, lidera em Piracicaba com US\$ 2,21 bilhões em exportações. Na sequência vem a exportação de automóveis, com US\$ 216 milhões. Os números são completados com grupos de geração de energia, açúcar de cana, sacarose, álcool, ferro e aço, entre outros.

“Estar nas primeiras posições em exportação implica em possuir quesitos importantes como infraestrutura logística robusta, investimentos em inovação e uma força de trabalho qualificada. Esses fatores não apenas impulsionam o crescimento econômico local, gerando empregos e oportunidades, mas também fortalecem a posição da cidade no cenário internacional, estabelecendo-a como um centro crucial os negócios. A quarta posição no ranking de exportação confere prestígio e confiança, consolidando a cidade como um player-chave no panorama econômico global”, continuou o empresário.

O prefeito Luciano Almeida comemora a colocação de Piracicaba no ranking do Governo Federal e avalia que esse resultado é fruto de muito trabalho da Administração. “Piracicaba possui tudo o que uma empresa precisa para investir. Contamos com uma economia diversificada e com mão de obra qua-

*“Essa conquista é um indicador significativo de que Piracicaba possui um papel relevante no cenário econômico global, pois denota uma vigorosa capacidade produtiva e de qualificação de pessoas, que é um dos diferenciais do município, além de demonstrar a aptidão da cidade em competir eficientemente no mercado internacional, identificando setores e produtos que possuem tais demandas”*

Foto: André Covolam



Erick Gomes, presidente Simespi

lificada. Esses expressivos números de nossa balança de exportações demonstra o potencial e o crescimento econômico da cidade. Isso é resultado de muito trabalho no incentivo para o crescimento das empresas que aqui estão instaladas e na busca ativa de novas empresas, com a criação de condições para que elas tenham sucesso no município. Seguiremos trabalhando para que esses números evoluam cada vez mais”, ressaltou.

Para o secretário de Desenvolvimento Econômico, Trabalho e Turismo, José Luiz Ribeiro, o desempenho do município é muito importante para a geração de emprego e renda. “Muito importante para Piracicaba este saldo de exportação. A cidade vem avançando no ranking de emprego e também nos mercados nacional e internacional. E isso se deve ao município ser uma fábrica que fabrica fábricas. Existem muitas empresas multinacionais em Piracicaba hoje. São americanas, alemãs, indianas, coreanas, italianas... E isso tem ajudado também a alavancar este mercado internacional, mostrando que Piracicaba, além de ser um celeiro de mão de obra qualificada, se tornou uma referência para além de suas fronteiras. Temos empresas que estão exportando para diversos países e isso é muito importante para a economia e geração de emprego e renda, tornando a cidade cada vez mais conhecida. Aliás, isso é bom para a cidade, para o Estado, para o Brasil e para o mundo, que está recebendo produtos de qualidade e alta tecnologia da nossa cidade”, disse José Luiz Ribeiro, secretário da Semdettur.

“Essa conquista é um indicador significativo de que Piracicaba possui um papel relevante no cenário econômico global, pois denota uma vigorosa capacidade produtiva e de qualificação de pessoas, que é um dos diferenciais do município, além de demonstrar a aptidão da cidade em competir eficientemente no mercado internacional, identificando setores e produtos que possuem tais demandas”, concluiu Erick Gomes.

## LBV vai inaugurar suas novas instalações em Piracicaba

A unidade seguirá realizando diversos atendimentos a pessoas em situação de vulnerabilidade social

Em Piracicaba/SP, a Legião da Boa Vontade (LBV) foi fundada em 6 de janeiro de 1961. Há 63 anos, a Instituição vem realizando seu trabalho socioeducativo com foco no atendimento a pessoas que vivem em situação de vulnerabilidade social, implantando na unidade serviços a partir das demandas identificadas.

Seu Centro Comunitário, localizado na Rua Lázaro Lozano, 46, na Vila Monteiro, passou por melhorias. Com amplas salas de atividades, um refeitório reestruturado, banheiros com acessibilidade e uma quadra poliesportiva, a Entidade reforçará a oferta de seus serviços de convivência e fortalecimento de vínculos Criança: Futuro no Presente! e Vida Plena. O primeiro busca garantir a crianças e adolescentes (6 a 15 anos) o direito à proteção social e ao acesso a ações socioeducativas que propiciem o desenvolvimento integral; e o segundo é voltado a idosos e visa colaborar para o processo de envelhecimento saudável, no desenvolvimento da autonomia e socialização.

E para celebrar mais essa vitória, a Instituição fará uma cerimônia de inauguração das novas instalações, na quarta-feira, 31 de janeiro, às 9h. Vale ressaltar que todo esse trabalho tem sido realizado graças ao apoio de seus doadores, parceiros, colaboradores e voluntários, Amigas e Amigos de Boa Vontade que unem esforços para ajudar a LBV a ajudar a quem mais precisa.

Foto: Divulgação



**Há 63 anos a Instituição realiza um trabalho socioeducativo com foco no atendimento a pessoas em situação de vulnerabilidade social**

**Serviço:**

**Evento:** Inauguração das novas instalações do Centro Comunitário de Assistência Social da LBV

**Data:** 31 de janeiro de 2024 (quarta-feira)

**Horário:** às 9 horas

**Endereço:** Rua Lázaro Lozano, 46, Vila Monteiro – Piracicaba/SP

**Informações:** (19) 3433-0948



## Acipi incentiva aprendizado contínuo com formação profissional de alta qualidade

As empresas de sucesso entendem equipes capacitadas como fundamentais para o crescimento dos negócios

Em um mundo cada vez mais competitivo, dinâmico e em constante evolução, manter-se atualizado e desenvolver novas competências são fundamentais para o sucesso profissional. A Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba), por meio de sua Escola de Negócios, oferece cursos de graduação e pós-graduação altamente qualificados, com temas essenciais para competir neste novo ambiente. As inscrições para o Vestibular 2024.1 do Polo FAC (Faculdade do Comércio) estão abertas até dia 15 de fevereiro – mais informações abaixo.

De acordo com o diretor da Acipi Escola de Negócios, Thiago

Salgado, ao investir no desenvolvimento pessoal e profissional, os profissionais fortalecem suas habilidades, impulsionam sua empregabilidade e abrem portas para grandes oportunidades. Vale lembrar que as empresas de sucesso entendem equipes capacitadas como fundamentais para o crescimento dos negócios. “Nosso foco é no desenvolvimento dos profissionais interessados em impulsionar suas carreiras e, também ajudar as empresas a construir equipes de alta performance. Acreditamos que a capacitação e educação fortalecem o ambiente de negócios, contribuindo para uma sociedade melhor”, comenta o diretor da Acipi.



Os cursos são EAD (Educação a Distância), contam com nota máxima do MEC e provas presenciais

### SERVIÇO:

#### Acipi Escola de Negócios - Inscrições Vestibular 2024-1

Público-alvo:

- **Alunos:** Oportunidade de impulsionar carreira
- **Empresas:** Terem um time altamente capacitado com temas atuais e relevantes para mercado

Até 15/02/2024

Mensalidades fixas

Valor - A partir de R\$ 145,00

Mais informações:

(19) 9.7147-9611



Em parceria com a Acipi Escola de Negócios, a FAC oferece cursos de Graduação e Pós-Graduação



As inscrições para o Vestibular FAC podem ser feitas até o dia 15 de fevereiro

Thiago reforça que as atividades da Escola de Negócios são definidas a partir das principais demandas das empresas associadas. “Nosso escopo está estruturado para oferecer oportunidades educacionais, cursos de curta duração, congresso empresarial, treinamentos In Company e convênio educacional com várias instituições de ensino de Piracicaba. “Temos um calendário que conecta nossos alunos às empresas e principais tendências de mercado. A ideia é promover trocas em busca de resultados assertivos, que sejam positivos para todos os envolvidos”.

### Oportunidade para 2024

A Acipi Escola de Negócios está com inscrições abertas, até o dia 15 de fevereiro, para o Vestibular 2024.1 do Polo FAC (Faculdade do Comércio).

Os cursos são EAD (Educação a Distância) e contam com nota máxima do MEC. Entre as opções de graduação estão Análise e desenvolvimento de sistemas; Ciências contábeis; Gestão comercial; Gestão em logística; Gestão em Recursos Humanos; Sistemas para internet; Comércio exterior; Gestão financeira e Gestão em Marketing. Para quem deseja cursar uma pós-graduação, estão disponíveis os cursos de Comércio Exterior e Negócios Internacionais; Gestão de Projetos; Gestão Estratégica de Negócios; Gestão Financeira e Controladoria; Gestão Estratégica de Pessoas e Liderança; Logística Empresarial Estratégica

“Nosso foco é no desenvolvimento dos profissionais interessados em impulsionar suas carreiras e, também ajudar as empresas a construir equipes de alta performance. Acreditamos que a capacitação e educação fortalecem o ambiente de negócios, contribuindo para uma sociedade melhor”

e Negócios e Marketing Digital.

**SOBRE A FAC** - A Faculdade do Comércio de São Paulo, mais conhecida como FAC-SP, é uma instituição de ensino superior particular, que atua na oferta de cursos de graduação de alta qualidade, fundada em 2020. Um diferencial é o seu método educacional inovador, no qual o estudante é incentivado a perceber a relevância direta do conteúdo para sua própria vida e seu empreendimento. Em outras palavras, o conhecimento deve estar profundamente interligado com situações reais, e todos os professores, sem exceção, aplicam em suas vidas aquilo que ensinam. A FAC foi reconhecida como a quinta melhor instituição de ensino privado do Brasil, conforme uma pesquisa de qualidade publicada no Guia da Faculdade, uma iniciativa conjunta do jornal O Estado de S. Paulo e da Quero Educação. Possui 112 polos distribuídos em 12 estados. A expectativa é alcançar 3200 alunos ativos em 2024.

**JP NEWS**  
PIRACICABA - 99,5 FM

**OUÇA A MELHOR PROGRAMAÇÃO NO SEU CELULAR**

Baixe agora mesmo o app da JP News Piracicaba

Disponível na Google Play e na App Store



# As 6 vantagens de deixar seu imóvel para alugar com a Frias Neto

Imobiliária destaca segurança e exclusividades como pontos fortes

A decisão de investir em um imóvel depende de vários fatores, como metas financeiras, disponibilidade, tempo, entre outros... Mas, é inegável que imóveis são ótimos investimentos e moeda forte: são investimentos seguros, que acabam sendo valorizados com o tempo, oferecem uma diversidade de oportunidades quando se pensa em aplicações financeiras e são um patrimônio rentável e duradouro.

Por isso, para realizar bons negócios com seu maior investimento, uma imobiliária é a aposta certa para que cada etapa de uma negociação seja benéfica e que haja apoio do início ao final do processo. A Frias Neto Consultoria de Imóveis destaca 6 vantagens de confiar seu imóvel a uma imobiliária para comercialização:

### 1) Rentabilidade

O mercado imobiliário está em constante movimentação e mesmo em tempos de crise, se mantém aquecido. Uma imobiliária pode garantir a rentabilidade mais assertiva para o seu imóvel dentro das condições atuais do mercado.

A Frias Neto destaca a necessidade de um comitê de avaliação, o qual mantém diariamente, para definir o melhor custo do imóvel, além de sua rede de contatos e mais de cem corretores especialistas que estão preparados para fazer o melhor negócio.

### 2) Velocidade e destaque

Uma das maiores vantagens de deixar seu imóvel sob a responsabilidade de uma imobiliária é o cuidado: fotos e vídeo profissionais, e destaque

em portais imobiliários além do site, que geralmente atrai grande visibilidade. O site da Frias Neto superou, no último ano, a marca de mais de 1 milhão e 700 mil acessos.

Além disso, atualmente, a imobiliária conta com um recorde de um imóvel comercializado a cada hora trabalhada, tendo mantido o recorde de mais de R\$ 5 bilhões em ativos imobiliários sob sua gestão.

### 3) Preservação do seu patrimônio

Imóveis fechados acabam acumulando sujeira e sofrem com as ações do tempo. Com seu imóvel locado, ele fica sob os cuidados do inquilino, previstos em contrato. A imobiliária se responsabiliza por mediar o que for necessário.

Neste caso, a Frias Neto também aponta com destaque a necessidade de uma gestão de contrato, que facilitará a comunicação e o equilíbrio entre as duas partes, locador e locatário.

### 4) Segurança

A palavra pode parecer abrangente, mas uma imobiliária é responsável por assegurar que todo o processo de locação do imóvel seja transparente e ágil, além de garantir que ambas as partes cumpram sua responsabilidade dentro de um contrato.

A segurança aqui também se manifesta no recebimento do aluguel e até da possibilidade de antecipação, que serão descritas mais adiante.

### 5) Assessoria completa

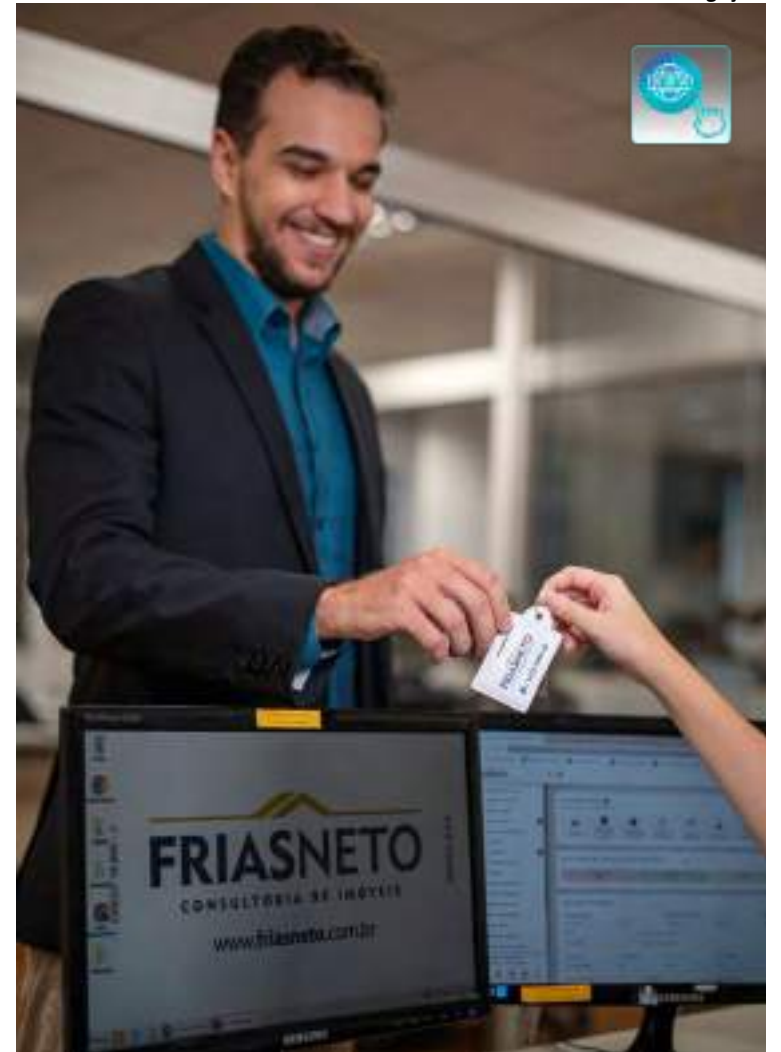
Com uma rede de mais de 100 corretores especialistas e 90 colaboradores, a Frias

Neto disponibiliza a assessoria completa para a negociação do seu imóvel: destaques nos principais portais imobiliários, placas exclusivas, além de escolher o cliente que considerará seu imóvel como o ideal, ainda serão necessários apoio e respaldo de assessoria jurídica, vistoria e manutenção do imóvel.

### 6) E as exclusividades...?

Como você já sabe, por ler até aqui, além da equipe especialista, a Frias Neto oferece destaque em seu site, que possui um recorde de acessos, principais portais imobiliários e placas exclusivas.

Uma vez que seu imóvel já tenha sido alugado, algumas das vantagens que você encontra com a Frias Neto são o Aluguel Garantido, que realmente garante que você receba o aluguel até a entrega das chaves e a Antecipação de Aluguel, onde você pode antecipar em até 12 meses os



Imóveis são ótimos investimentos e moeda forte

recebíveis do seu aluguel, não é um empréstimo e você ainda pode abater do imposto de renda.

Para esclarecer quaisquer dúvidas, você pode entrar em contato com o time de espe-

cialistas da Frias Neto através de quaisquer canais: redes sociais, aplicativo, site acessando a área do cliente, telefone ou WhatsApp (19) 3372-5000.



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

**mega**  
PNEUS

19 981659369

FAÇA UM ORÇAMENTO - CONTATO ARV

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

## 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

condominios



# Guerra prolongada em Israel trará custos financeiros e políticos enormes e nenhum lado vai ganhar com isso

Escalada do conflito só vai causar instabilidade mundial, dizem os especialistas Emanuel Pessoa e Gisele Souza

Em longo prazo, a continuidade dos combates entre Israel e a Faixa de Gaza, anunciado no início de janeiro por autoridades de defesa israelense, não interessa a nenhuma das partes envolvidas. É o que afirmam Emanuel Pessoa, especialista em Direito Internacional e fundador do Emanuel Pessoa Advogados, e Gisele Souza, professora de Relações Internacionais da ESAMC Santos.

“Os atores envolvidos não têm real interesse que a crise se agrave. Nem Israel, pelo custo da guerra, tanto financeira quanto em perdas humanas, nem o Hamas (grupo extremista palestino que organizou atentados em Israel), porque corre sério risco de sofrer perdas ainda mais pesadas”, detalha Pessoa, sobre as duas partes diretamente envolvidas no conflito.

Ele também cita que países que apoiam cada lado não veem vantagem no prolongamento do conflito. “O Irã, que apoia o Hamas, está se equilibrando em uma linha tênue, fora da qual arrisca sofrer novas sanções americanas. E os Estados Unidos também, pelos custos políticos e financeiros que envolvem o apoio a Israel.”

### Desdobramentos mundiais

Uma escalada no conflito não vai ter repercussões apenas no Oriente Médio, acrescenta Gisele. Há questões econômicas e geopolíticas que se entrelaçam e vão criar ondas de instabilidade no mundo, caso não sejam pacificadas. A disparada dos preços do petróleo seria uma consequência natural, visto que a maior parte da produção mundial vem do Oriente Médio.

“Um possível envolvimento de países exportadores de petróleo (Irã e Arábia Saudita) no conflito já tem se refletido nos preços dos barris no mercado internacional”, observa a professora. Dependendo do nível da escalada, os preços da commodity podem “explodir”. “Pode chegar a US\$100, US\$150 o barril [na primeira dezena de janeiro, a cotação média está em torno de US\$78]. Toda a economia mundial dependerá do nível da escalada e o tempo que essa guerra vai se prolongar.”

O petróleo mais caro vai desencadear aumento global de custos, continua Gisele. “A guerra traria problemas não só para a produção de petróleo e custos de produtos dependentes dessa matéria-prima. Como reflexo da tensão, já estamos vendo insegurança no transporte e logística internacionais (no Mar Vermelho, extremistas houthis estão atacando navios que vão para Isra-



Soldados das IDF em Jerusalém

**“A guerra traria problemas não só para a produção de petróleo e custos de produtos dependentes dessa matéria-prima. Como reflexo da tensão, já estamos vendo insegurança no transporte e logística internacionais e esses fatores vão encarecer os custos e pressionar ainda mais a inflação global.”**

el) e esses fatores vão encarecer os custos e pressionar ainda mais a inflação global.”

Na esfera geopolítica, Pessoa cita que outra consequência seria o aumento da polarização entre as superpotências. “Com mais instabilidade, pode haver um alinhamento de países locais com a Rússia e a China para enfraquecer a influência americana no Oriente Médio, onde os EUA são aliados de primeira hora de Israel.”

### Repercussão no Brasil

Para o Brasil, a consequência de uma guerra longa será nos preços, segundo os especialistas. O principal efeito será no preço dos combustíveis, de acordo com Emanuel. “Isso vai implicar em pressão inflacionária, já que a maior parte das mercadorias (inclusive comida) são transportadas por meio rodoviário.”

Gisele destaca a questão logística como consequência da guerra. “Um caos logístico internacional, que estaria diretamente ligado à escalada do conflito, vai afetar as nossas exportações e importações. As mercadorias ficariam paradas nos portos e os navios viajarão com capacidade ociosa. Sentiríamos um impacto direto nossa indústria, pois somos grandes dependentes da importação de matérias primas, principalmente o setor químico.”

Para encerrar o conflito, é preciso haver pressão internacional para uma solução duradoura que atenda às necessidades dos dois lados, segundo a professora. “Os países estão exigindo um cessar fogo e o fim do conflito. De qualquer maneira, é preciso construir uma solução que preveja dois estados (israelense e palestino). Do contrário, se o mundo não fizer esforços conjuntos para a pacificação da região, haverá consequências globalizadas para todos os players internacionais.”

# Atitudes para melhorar seu planejamento financeiro em 2024



Thiago Martello

Um ano novo começou e, com ele, uma série de sonhos, objetivos e contas a pagar. Mas como tornar o planejamento financeiro algo mais simples e positivo em 2024? E como chegar em dezembro com as contas em ordem?

De acordo com Thiago Martello, fundador da Martello EF, empresa que abocanhou investidores no programa Shark Tank Brasil ao oferecer uma metodologia própria, um bom planejamento financeiro começa na mudança de hábitos com relação às finanças. “É preciso mudar o que não está funcionando. Da mesma forma que alguém que quer emagrecer deve alterar o cardápio de todo dia, quem quer ficar de bem com as finanças precisa mudar a forma de lidar com dinheiro”, explica.

Para o educador e planejador financeiro, uma das primeiras atitudes a serem tomadas é entender em detalhes as receitas e despesas. “Apenas desta forma é possível saber para onde está indo o dinheiro e, a partir daí, reduzir despesas supérfluas, elaborar orçamentos mais realistas ou entender a necessidade de se ganhar um extra”, afirma. “Na Martello EF, por exemplo, temos um serviço chamado Lupa Financeira, que entende no detalhe as finanças de alguém antes de qualquer outra coisa”, conta.

Uma segunda atitude a ser tomada, segundo Martello, é entender que há despesas que acontecem todos os anos e que, muitas vezes, são negligenciadas. “Neste começo de ano, por exemplo, chegam as contas relacionadas a IPVA, IPTU, seguro, matrícula de escola e etc. Elas são contas que chegam sempre, mas muita gente esquece de colocá-las no orçamento anual e, quando chegam, precisam recorrer a empréstimos para dar conta. O correto é inseri-las no orçamento, de forma que, caso uma renda extra chegue, esse valor extra já seja separado com a finalidade de quitar essas contas”, sugere.

O especialista também acredita que é preciso estabelecer objetivos claros e realistas para o ano. “Por exemplo, se você quer chegar em dezembro com R\$ 5 mil guardados, o que precisa fazer mês a mês para que isso aconteça? Definir objetivos é importante e ajuda a tornar a sua realização do seu planejamento mais fácil. Vale para guardar dinheiro para uma viagem, criar uma reserva ou simplesmente quitar as dívidas ou começar a investir”, diz.

Martello também aposta na automatização das finanças para quem quer melhorar o planejamento financeiro em 2024. “Na Martello não acreditamos em planilhas, caderninhos nem nada do tipo, pois sabemos que

a grande maioria das pessoas não consegue preenchê-los de forma regular. Quando você coloca os boletos para serem pagos de forma automática, por exemplo, não corre o risco de esquecer e nem de pagar juros. É um dos exemplos que eu recomendo para quem quer facilitar a vida e melhorar a organização das finanças neste ano, mas toda a nossa metodologia está centrada em automatizar o que é possível”, finaliza.

**Thiago Martello**

**Educador Financeiro, fundador da Martello Educação Financeira, agente autônomo de Investimentos pela CVM, e em Investimentos ANBIMA, corretor de Vida e Previdência pela Susep.**



# Estela Manfrinato canta os versos de Vinicius de Moraes: “Minha poesia, você não rouba, não!”

Imagens: Divulgação

### Adolpho Queiroz

Dia desses, no Mercado Municipal de Piracicaba, encontrei-me com o velho amigo de mais de cinco décadas, dos nossos estudos lá no “Sud Mennucci”, David Manfrinato. Empresário, músico, oriundo de uma família de músicos e artistas como ele. O pai, Hélio Manfrinato, foi regente da Orquestra da Escola de Música. Sua mãe, Clea, até hoje, aos 94 anos, canta periodicamente no Coral da Igreja Metodista. Irmãos e irmãs também tiveram formações básicas na E.M.P., no violino, violão, flauta e piano. Muitos cresceram na carreira, só um desistiu.

Desse encontro fraterno veio uma sugestão para o nosso “Café co Dorfo”, lá no Portal Nova 15 (Ver serviço, no final da matéria). “Minha filha é uma grande cantora. Gostaria que você a conhecesse!” E finalmente a conhecemos, Bete e eu no nosso programa de reestreia, no dia 11 de janeiro. Que voz! Que experiência e competência, como artista e pesquisadora. Foi uma aula, não uma entrevista.

Estela começou a sonhar com a música desde que o pai, com seu violão, cantava para ela embalar seu sono. Hoje é ela, quando está em Piracicaba, quem embala o sono do pai, no quarto ao lado, na casa onde vive com eles, depois das suas andanças pelo Rio de Janeiro, outras cidades brasileiras e, recentemente, por uma turnê na Europa, visitando a Itália e Holanda e Alemanha, onde, entre outras cantou a música símbolo de nossa terra, “O rio de Piracicaba”, para espectadores inebriados com as can-

ções de uma cidade do interior, rica em cultura popular.

Mas a grande inspiração para a música foi a avó Clea, que cantava na cozinha de casa. “Uma voz que não esqueço nunca e que me inspira até hoje”, conta a neta hoje protagonista de shows em reverenciando grandes artistas brasileiros, como Noel Rosa, a quem homenageou recentemente no Sesc de Piracicaba, pelos seus 111 anos de nascimento.

Durante a pandemia, presa em casa, como todos nós, Estela abriu-se para o mundo. E dos alunos que ensinou no Instituto Casa do Choro, RJ, passou a ensinar canto e história da música popular brasileira para alunos brasileiros e estrangeiros. E foi através destas relações que construiu, que as portas se abriram para outros voos e outros cantares.

Ela toca vários instrumentos, violão, cavaquinho, bandolim, formou-se em música no Conservatório de Tatuí e faz da música sua vida. Sua profissão de fé. E das pesquisas sobre Noel Rosa, Dolores Duran, Carlos Lyra e o poeta Vinicius de Moraes, (ouçam no Serviços, a música da dupla, no link que lá está) vão surgindo as canções gravadas e exibidas pelo youtube, em shows aqui em Piracicaba no Sesc e em outros turnê cantos do mundo. No começo da carreira, barzinhos noturnos e restaurantes conheceram o início da sua trajetória, mas segundo ela, “a vida noturna tem suas alegrias e perigos, por isso prefiro hoje trabalhar em shows, eventos e nos estúdios, escolhendo

sempre bons e competentes músicos e arranjadores que me acompanham”.

Como pesquisadora de reinterpretaciones de artistas da música popular brasileira, do cururu, do batuque de umbigada, dança de lenço, maxixe, música sertaneja, entre outros estilos, ela vai difundindo aqui e ali os nossos estilos e referências com maior conteúdo musical e poético. Na contramão do que hoje chamamos, músicas “das batidas do coração”, um ritmo só, uma letra de verso único, repetida exaustivamente pelas novas estreletes da música popular brasileira. Estela vai na contramão, a toda velocidade, conquistando seus alunos e os que as seguem pelas redes sociais, vai reinventando a música popular brasileira e divulgando seus ritmos. Estudando sempre, como também aprendeu em casa.

### Rainha do maxixe

Contou-nos também durante a entrevista sobre a existência da Rainha do Maxixe, a cantora igualmente nascida em Piracicaba, Pepa Delgado, que se ainda aqui estivesse, completaria nes-



Pepa Delgado

te ano, 138 anos.

Foi um longo e controverso percurso para esta dança, cujas origens se encontram nos clubes clandestinos localizados na região do Mangue e Praça Onze, no Rio de Janeiro, na época chamados de “criouléus”, e que viriam a ser os precursores da gafeira no Rio. Considerado extremamente erótico e vulgar, o que era associado à sua origem negra, o maxixe ganhou o apelido de “dança proibida”.

Segundo o pesquisador Marcelo Bonavides, Pepa Delgado nasceu em Piracicaba (SP) em



Estela Manfrinato

21 de julho de 1886. Era filha da sorocabana Ana Alves e do espanhol Lourenço Delgado. Seu pai era toureiro na Espanha e continuou suas atividades artísticas com touros no Brasil, apresentando-se em São Paulo, no interior paulista e pelo sul do país. Teve algum sucesso nessa carreira, como os jornais mostram.

Pepa Delgado surgiu como atriz fazendo pequenos papeis em peças da Companhia Dias Braga, no Rio de Janeiro, no primeiro semestre do ano de 1900. Ainda naquele ano, em julho, estava com a companhia excursionando pelo Nordeste e Norte do país, com um variado repertório de peças.

Sua grande oportunidade veio em 1904, e ela soube bem aproveitar. Com alguns papeis de destaque na peça Cá e Lá, de Tito Martins e Bandeira de Gouvea, ela foi chamada a substituir uma das principais atrizes da

peça, a famosa Aurélia Delorme, interpretando 11 personagens.

Sua atuação foi bem recebida pela imprensa e pelo público, aumentando sua popularidade. Naquele mesmo ano, ela gravaria seus primeiros discos pela Casa Edison, registrando o repertório de Cá e Lá e da outra revista em que atuou com sucesso, Avança!, de Álvaro Peres e Álvaro Colás. Naquele ano, gravaria alguns sucessos como O Maxixe Aristocrático (de José Nunes), ao lado do ator Alfredo Silva, e O Abacate (de Chiquinha Gonzaga).

### SERVIÇO

Veja a entrevista com Estela Manfrinato, no Café co Dorfo, Portal Nova 15

<https://youtube.com/live/67xpxuG1sYc?feature=share>

Ouçam também essa canção



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

PORTAL NOVA 15

## Aniversário CAFÉ CO DORFO

RETROSPECTIVA - ANO 1

ERASMO, HUMOR • VITINHO, DIVINO • RICO VENENO, CIRCO  
ELAINE TEOTONIO, AFROPIRA • PAULEO, ESCULTURAS

DIA 25/1 - DAS 18 ÀS 19 HORAS

PORTAL NOVA 15 - WWW.NOVA15PIRACICABA.COM.BR • PORTAL NOVA 15 @ F



## Ato Memorial

### Vítimas do Holocausto são lembradas em Piracicaba

#### Redação

“Quem vier, de onde vier, venha em paz”. A frase escolhida para ser o tema do Ato em Memória às Vítimas do Holocausto em Piracicaba não é inédita, e o jornalista Mauricio Ribeiro, que desde 2018 coordena na cidade as ações em torno da campanha #WeRemember, conta de onde saiu a inspiração. “Eu trabalhei em um colégio católico no Rio de Janeiro, e desde que li essa frase num quadro nunca mais esqueci dela”. E de fato, o Ato Memorial é um encontro aberto a todos que acreditam na cultura de viver em paz, independente de credo religioso ou ideologia. O evento acontece no sábado, dia 27 de janeiro, no Marco da Paz instalado no Parque da Rua do Porto, e faz parte de uma agenda mundial.

27 de janeiro foi o dia em que, há 79 anos, o Campo de Concentração de Auschwitz, na Polônia, foi definitivamente fechado; em 1945. Por ele passaram milhões de vítimas do nazismo, entre judeus, ciganos, homossexuais, maçons, deficientes físicos, negros e opositores de Adolf Hitler. A data é o ponto alto da campanha #WeRemember, promovida pelo World Jewish Congress, com sede em Nova York, e realizada na cidade pela Associação Memorial Amigos de Sião, entidade cultural sob a coordenação de Mauricio Ribeiro. Em sua sétima edição em Piracicaba, a ação chega em um momento delicado, depois que o conflito Israel x Hamas acendeu os ânimos e despertou manifestações por todo o globo. A livre expressão de opiniões em torno da causa palestina,



no entanto, tem limite, e é essa a mensagem que o Ato Memorial pretende anunciar na edição 2024. “Não apenas judeus foram mortos durante a Segunda Guerra Mundial, mas representantes de diversas minorias. É para que isso não se repita que estamos nos unindo, pedindo paz concreta, real, e não apenas ideológica”, esclarece Mauricio.

O Ato Memorial é uma cerimônia que se repete em vários países nesta data, e o acendimento de velas simboliza a lembrança das vítimas. Em Piracicaba, sete representantes dos sete segmentos de perseguidos pelo nazismo farão o acendimento da Menorah, castiçal cerimonial judaico, reforçando a mensagem de que, mesmo diferentes, somos todos um. Estão confirmados representantes da comunidade LGBTQIA+, integrantes da Maçonaria, membros da Sociedade Sírio Libanesa, componentes da comunidade judaica local e um grupo da Pastoral Afro, entre outros. O destaque da edição 2024 fica por conta da presença do venezuelano Victor Sermon, cujo avô, de mesmo nome, foi soldado da resistência belga contra os avanços nazistas na Europa e que por isso foi preso em um campo de concentração, de onde saiu para migrar para as Américas.

O Ato em Memória às Vítimas do Holocausto é uma re-

**“Não apenas judeus foram mortos durante a Segunda Guerra Mundial, mas representantes de diversas minorias. É para que isso não se repita que estamos nos unindo, pedindo paz concreta, real, e não apenas ideológica”**

alização do World Jewish Congress por meio da AMAMOS – Associação Memorial Amigos de Sião; com apoio do IMAP (Instituto Marco da Paz) e da Prefeitura de Piracicaba por meio da SEMAC (Secretaria da Ação Cultural), SEMDETTUR (Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Trabalho e Turismo) e SIMAP (Secretaria de Infraestrutura e Meio Ambiente). Além do encontro no dia 27 às 10h no Parque da Rua do Porto a sociedade civil é convidada a fazer fotos segurando papéis com a #WeRemember e enviar para o e-mail holocaustonuncamais@gmail.com. Todas as imagens serão projetadas em um telão instalado em Auschwitz com transmissão ao vivo pela internet para todo o mundo.



Nossa administradora de condomínios é

**pioneira certificada**

ISO 9001 em Piracicaba, garantindo excelência em gestão e serviços.

 **PRO CONT**  
condomínio



 (19) 3377-8333 [www.procontcondominio.com.br](http://www.procontcondominio.com.br)



Fotos: Divulgação

## Hyundai é premiada com o Selo Ouro no Programa Brasileiro GHG Protocol pelo 5º ano seguido



Hyundai Motor Brasil

O “Selo Ouro” é concedido após uma empresa demonstrar o atendimento de todos os critérios de transparência na publicação de seus dados de emissões.

A Hyundai Motor Brasil foi certificada, pelo 5º ano consecutivo, com o grau máximo do Programa Brasileiro GHG Protocol, ferramenta originalmente desenvolvida nos Estados Unidos, em 1998, para quantificar emissões de Gases de Efeito Estufa (GEE), e que foi implementada no Brasil a partir de 2008 pelo Centro de Estudos em Sustentabilidade da Fundação Getúlio Vargas (GVces), em parceria com o Ministério do Meio Ambiente.

O “Selo Ouro” é concedido após uma empresa demonstrar o atendimento de todos os critérios de transparência na publicação de seus dados de emissões. A certificação é referente aos inventários de emissões do

ano base de 2022. A edição teve recorde de participações, com 434 empresas participantes e 1256 classificadas com o Selo Ouro, sendo apenas seis montadoras de automóveis.

“A Hyundai tem trabalhado constantemente na adoção de métricas dos seus respectivos impactos no meio ambiente e, uma vez mensurados, em programas para reduzir estes danos. Hoje podemos ver a evolução que nossa fábrica tem alcançado no controle de emissões. Muito nos orgulha receber pela 5ª vez seguida o Selo Ouro no GHG Protocol e poder, assim, compartilhar com a sociedade a seriedade com a qual tratamos a questão do impacto ambiental na Hyundai

**“A Hyundai tem trabalhado constantemente na adoção de métricas dos seus respectivos impactos no meio ambiente e, uma vez mensurados, em programas para reduzir estes danos. Hoje podemos ver a evolução que nossa fábrica tem alcançado no controle de emissões. Muito nos orgulha receber pela 5ª vez seguida o Selo Ouro no GHG Protocol e poder, assim, compartilhar com a sociedade a seriedade com a qual tratamos a questão do impacto ambiental na Hyundai aqui no Brasil e no mundo”**

aqui no Brasil e no mundo”, afirma Ricardo Martins, vice-presidente administrativo da Hyundai Motor Brasil

Desde 2021, a Hyundai Motor Brasil adotou o indicador de tCO<sub>2</sub>e (toneladas de CO<sub>2</sub> equivalentes) por veículo produzido. Neste método, é possível avaliar se as estratégias e projetos desenvolvidos pela empresa estão de fato resultando na redução das emissões de gases de efeito estufa. Enquanto em 2019 esse volume foi de 0,100 tCO<sub>2</sub>e/veículo produzido, em 2021 a montadora registrou a marca de 0,089 tCO<sub>2</sub>e/veículo produzido, e em 2022 conseguiu uma redução ainda maior, de 0,064 tCO<sub>2</sub>e/veículo produzido, uma queda total de 36% em 3 anos.

A relação completa de empresas avaliadas pelo Programa Brasileiro GHG Protocol e os respectivos históricos podem ser consultados no site [registropublicodeemissoes.com.br](http://registropublicodeemissoes.com.br).

Durante a edição 2021 do IAA Mobility, em Munique, na Alemanha, a Hyundai anunciou seu compromisso global de neutralizar as emissões de carbono por completo até 2045. A empresa planeja aumentar gradualmente a comercialização de veículos com zero emissões (ZEVs) e espera que, até 2040, os veículos elétricos totalmente movidos a bateria (BEVs) ou célula de combustível a hidrogênio (FCEVs) respondam por 80% do total de suas vendas mundiais.

**SOB MEDIDA**  
FÁBRICA DE BOTAS E CALÇADOS

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

CONsertos

SUB MENDUA

MALUSA CALÇADOS

**Malusa**  
CALÇADOS

Av. Rui Barbosa, 532 - V. Rezende  
19 9441 0989 - 3302 9706  
[www.malusacalçados.com.br](http://www.malusacalçados.com.br)  
(19) malusacalçados

CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS

**FUJI** **BOX FUJI**  
VIDROS, BOX E TELA MOSQUITEIRA

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

BOX DE CAIXA VIDRO MEDIDA SEM TEMPERADO - 171 ALUMINIO BRANCO

- Tampos Bisotes
- Molduras em Alumínio
- Aquários
- Vitraux

TAMPO DE VIDRO TEMPERADO MEDIDA SEM

Rua do Resário, 2298  
8ª Paulista - Piracicaba-SP

19 3433.1632  
19 9 7168.3292

Fuji Kawai  
@boxfuji vidraçaria





**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. REGINA RODRIGUES DA SILVA**, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 97 anos de idade e era viúva do Sr. João Luiz Bezerra. Era filha do Sr. Antonio Rodrigues da Silva e da Sra. Maria Josefa da Conceição, falecidos. Deixou os filhos: Maria de Fatima Rodrigues; Raimunda Rodrigues Bezerra Silva; Francisco de Assis Bezerra; Cicero Luiz Bezerra; Maria do Socorro Bezerra, Geraldo Luiz Bezerra; José Bezerra, já falecido. Deixa ainda netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 13pp as 17:00hs, 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.

**SR. CARLOS FERNANDO LOPES ABELHA**, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 59 anos de idade e era casado com a Sra. Tania Aparecida Fassiroli. Era filho do Sr. Washington Lopes Abelha e da Sra. Eleonice Maria Momesso Abelha, falecidos. Deixa os filhos: Lucas Lopes Abelha casado com Lygia Bittencourt Figueiredo, Leticia Lopes Abelha casada com Isadora Penteadó Salum, Lorenzo Lopes Abelha. Deixa os netos Lucia Bittencourt Figueiredo Abelha, Sophia Fassiroli Alves, Breno Fassiroli Alves, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 13pp as 17:00 horas, 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. EDSON JOSE DA SILVA**, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 46 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Roseline Ferreira da Silva. Era filho do Sr. José Lourival da Silva e da Sra. Maria Tereza dos Santos Silva. Deixa a filha Thais Ferreira da Silva casada com Vitor Ramon Matias. Deixa ainda 1 neto, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 13pp as 16:00 horas, 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. IZAULINA DO LIVRAMENTO GOMES**, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 75 anos de idade e era filha do Sr. Gerson José Gomes e da Sra. Maria Candida Gomes, falecidos. Deixa os filhos: Odair José Ferreira de Araujo casado com Edilaine Regina Ferreira de Araujo, Raquel Aparecida Gomes da Cruz viúva de Marcos Antonio da Cruz. Deixa irmãos, netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp as 09:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. VALENTIN GIOVANETTI**, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 80 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Dirce Venturini Giovanetti.

Era filho do Sr. José Giovanetti e da Sra. Amalia Passuelo, falecidos. Deixa os filhos: Valdir Roberto Giovanetti casado com Marta Cilene Gadotti, Agnaldo Jose Giovanetti casado com Adriana Quiles Giovanetti, Eliane Cristina Giovanetti Spadoto casada com Ricardo Augusto Spadoto, Geraldo Luis Giovanetti casado com Claudete de Castro Guerra Giovanetti. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp as 16:00 horas, 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.

**MENINA - ISIS CAMPEÃO**, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba e era filha do Sr. Cleiton Jose Campeão da Sra. Julia Paulino da Silva. Deixa parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp 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. LUIZ VENANCIO RIBEIRO**, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba, aos 63 anos de idade. Era filho do Sr. Benedito Venancio Ribeiro e da Sra. Maria Aparecida Ribeiro, falecidos. Deixa irmãos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp as 16:30 horas, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. NEISE MARIA ALBERONI**, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba, aos 63 anos de idade. Era filha do Sr. Nercio Alberoni, falecido e da Sra. Hilda Tavares Alberoni. Deixa irmão, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp as 17:15 horas, saindo a urna mortuária do Velório da 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.

**SR. ANTONIO BEZERRA DA SILVA**, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba, aos 75 anos de idade era casado com a Sra. Francisca Fernandes da Silva. Era filho do Sr. José Bezerra da Silva e da Sra. Quiteria Luiza Conceição, falecidos. Deixa os filhos: Debora Alexandra Bezerra da Silva, Lindailton Venancio da Silva casado com Rita de Cassia Lima Viana, Ivaniide Fernandes Rissato Justi, Lindail Venancio da Silva, Antonio Venancio da Silva, Cicera Fernandes da Silva casada com Jonas e Maria Fernandes da Silva casada com Aparecido Gaspar de Oliveira. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório 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. ANA PINTO DA CUNHA BARROS**, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba, aos 100 anos de idade e era viúva do

Sr. Joaquim da Silva. Era filha do Sr. João Pinto e da Sra. Augusta Goes da Cunha, falecidos. Deixa os filhos: João Batista Carriel de Barros casado com Irani Gonçalves de Lima, Mauro Carriel de Barros casado com Margarida Keller de Barros, Maria Spada casada com Geraldo Spada, Izabel Maria Conceição Spada casada com Tito Spada, Aparecida Munhos casada com Benedito Munhos, Jairo Carriel de Barros (já falecido), Helena Amaro (já falecida) e Moises Carriel de Barros (já falecido). Deixa netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp as 16:30 horas, 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. EDSON JOSE DA SILVA**, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 46 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Roseline Ferreira da Silva. Era filho do Sr. José Lourival da Silva e da Sra. Maria Tereza dos Santos Silva. Deixa a filha Thais Ferreira da Silva casada com Vitor Ramon Matias. Deixa ainda 1 neto, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 13pp as 16:00 horas 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.

**DAVID GUTIERREZ RAMOS FILHO**, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 32 anos de idade. Era filho do Sr. David Gutierrez Ramos, falecido e da Sra. Maria Aparecida dos Santos Gutierrez. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp as 16:00 horas, no Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. JOSÉ FELICIANO DA SILVA**, Faleceu dia 15pp na cidade de Piracicaba, aos 68 anos de idade e era casado com a Sra. Antônia Maria Soares da Silva. Era filho do Sr. Francisco Feliciano da Silva e da Sra. Maria Leite da Silva, falecidos. Deixa os filhos: Edilaine Cristina da Silva casada com Osniir Sanches, Eder Fernando da Silva, Veronica Aparecida da Silva casada com Delelmo Cordeiro, Amanda Thais da Silva Barbosa casada com Matheus Barbosa. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 16pp às 15:00 horas saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. ZILDA LEITE DOMINGOS**, Faleceu dia 15pp na cidade de Rio das Pedras, aos 89 anos de idade e era viúva do Sr. Benedito Domingos. Era filha do Sr. Francisco Leite e da Sra. Ida Pavam, falecidos. Deixa os filhos: Maria Ines Domingos Alexandre, viúva do Sr. João Alexandre, Antonia Ap. de Jesus Domingos Ferreira, viúva do Sr. Adonis Ferreira, Vera Lucia Domingos Ortolani casada com Jose Luis

Ortolani, Creusa Ap. Domingos Antonio casada com Edemur Lourenço Antonio, Teresinha de Fatima Domingos Trevisan casada com Antonio Carlos Trevisan, Diomar Rosangela Domingos da Silva casada com Sebastião Feliciano da Silva, Luis Reginaldo Domingos e Jucilene Cristina Domingos Gomes casada com Valdemar Jose Gomes. Deixa ainda netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 15pp as 17:00 horas, 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 do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. BERTHA INGEBORG KRISTENSEN ROMÃO** - Faleceu dia 15pp na cidade de Piracicaba, aos 97 anos de idade e era viúva do Sr. Pedro Romão. Era filha do Sr. Jens Aage Kristensen e da Sra. Christiane Buldensen Kristensen, falecidos. Deixa os filhos: Anders Kristensen Romão casado com Maria Vicentina do Carmo Teixeira Gonçalves Romão, Jose Geraldo Kristensen Romão casado com Sandra Aparecida Zanuzzi Romão, Joaquim Kristensen Romão, Maren Christiane Kristensen Romão casada com Marcelo Augusto Rovarth Braz, Pedro Ernesto Kristensen Romão casado com Sandra Rosinei Cataldi Romão, BIRTHA Ingeborg Kristensen Romão. Deixa também netos, bisnetos e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 15pp às 14:30 hs saindo a urna mortuária do Velório da Saudade Sala-06, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. JOSE DERCIO JACINTO**, Faleceu dia 17pp na cidade de Rio das Pedras, aos 74 anos de idade e era casado com a Sra. Ines Severino Jacinto. Era filho do Sr. Francisco Jacinto Domingos e da Sra. Izaura Oste, falecidos. Deixa os filhos: Paulo Cesar Severino Jacinto, Silvia Cristina Severino Jacinto de Souza casada com Ariovaldo de Souza, Flavia Luciane Severino Jacinto Pimpinato casada com Denilson Silvio Pimpinato e Angela Severino Jacinto Petrini casada com Rodrigo Petrini. Deixa também netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 17pp às 11:00 horas saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. SILVIO ANTONIO DORTA DE OLIVEIRA**, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 74 anos de idade e era casado com a Sra. Ivete Maria Correr de Oliveira. Era filho do Sr. Sival Dorta de Oliveira e da Sra. Aurora Feliciano de Oliveira, falecidos. Deixa as filhas: Janaina Melissa Dorta e Silvia de Oliveira Ortega. Deixa também netos e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 17pp às 17:00 horas saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala04, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom

Jesus Funerais.

**SRA. IVONE JESUS DE CAMARGO NICOLSI**, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 84 anos de idade e era viúva do Sr. Euclides de Lizier Nicolosi. Era filha do Sr. Joaquim de Camargo e da Sra. Palmira Demarqui de Camargo, falecidos. Deixa os filhos: Marcia Maria Camargo Nicolosi Fidelis casada com Jair Rodrigues Fidelis, Marcelo Camargo Nicolosi, Andreia Camargo Nicolosi. Deixa netos, bisnetos, demais parente e amigos. O velório ocorreu no Memorial Metropolitan de Piracicaba - Sala Safira das 17:00 horas do dia 17pp as 09:00 horas do dia 18pp. O seu sepultamento deu-se dia 18pp as 09:30 horas, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

**MENINO - VICENTE FERNANDO DA SILVA FELTRIM**, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba e era filho do Sr. Emerson Fernando Feltrim e da Sra. Leticia Fernanda da Silva. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 17pp as 15:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Bom Jesus de São Pedro - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de São Pedro. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. MAURICIO JOSE DESUO** - Faleceu dia 17pp na cidade de Jau, aos 59 anos de idade era filho do Sr. Armando Desuo Filho e da Sra. Maria Ignez Desuo, falecidos. Deixa as filhas: Vanessa Patricia Desuo Carvalho casada com Evandro Miguel Carvalho, Tatiana Carla Desuo Martins casada com Fernando Giusti Martins Desuo. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp as 17:00 horas saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 5, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. ROMEU LUIZ GUIMARÃES**, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 71 anos de idade. Era filho do Sr. Aprígio de Souza Guimarães e da Sra. Maria Aparecida Guimarães, falecidos. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 10:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. MELQUISEDEQUE WOLFHORNDL**, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 58 anos de idade e era casado com a Sra. Adriana Broski Rodrigues Wolfshorndl. Era filho do Sr. Jose Wolfshorndl e da Sra. Maria de Jesus Bottene Wolfshorndl, falecidos. Deixa os filhos: Susana Conceição Wolfshorndl, Vanessa Conceição Wolfshorndl. Deixa 04 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se hoje as 10:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 06, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.



REVISTA  
**UUs**

21 de janeiro de 2024

# Carla Albuquerque

A maior jornalista investigativa  
do país fala tudo pra PiraCult

**Turismo** *Campos do Jordão no verão*

**Estética** *O impacto estético da braquioplastia nos braços*

**Vida Saudável** *Implantes hormonais: usar ou não?*

**Saúde** *HPB ou câncer de próstata?*



“

Muitos me consideram uma das jornalistas mais corajosas e destemidas do nosso país, e de fato, escolher as pautas é um processo intenso e profundamente importante, pois vamos dar voz a histórias que não são fáceis de contar.

”





# Uma Dama de Fibra

## Carla Albuquerque, jornalista investigativa, em entrevista exclusiva ao jornalista Mauricio Ribeiro

Eu sou Carla Albuquerque, e com 54 anos de idade, trago uma trajetória profissional repleta de experiências ricas e diversificadas. Comecei minha carreira aos 20 anos, e desde então, venho atuando no mercado audiovisual de comunicação. Sou formada em Comunicação Social pela ECA/USP e possuo um mestrado em Business of Television pela NYU, em Nova Iorque, o que expandiu significativamente minhas perspectivas e habilidades.

Minha jornada profissional me levou a trabalhar nos maiores conglomerados de mídia do Brasil e dos EUA. Na TV Globo, tive a oportunidade de trabalhar na produção de novelas, minisséries e programas especiais, desafiando-me a cada novo projeto. Em Nova Iorque, na VIACOM, cuidei da programação e operação internacional de 27 canais do grupo, englobando marcas como MTV, VH1, Nicklodeon e TVLand. Minha experiência se estendeu até a Time Warner, onde me concentrei na área de distribuição internacional de jornalismo. Em 2006, ao voltar para o Brasil, fundei a produtora independente Medialand. Aqui, decidi focar em conteúdos investigativos e de realidade policial, um segmento até então pouco explorado pela produção independente brasileira.

Ao longo de 17 anos, a Medialand se consolidou, produzindo mais de 80 programas para TV aberta, TV a cabo, streamings e ISPs. Com a chegada da pandemia, vi uma nova oportunidade e decidi investir no nicho do YouTube. Hoje, orgulho-me de liderar o maior canal de produções policiais do Brasil, um marco que reflete minha paixão por inovar e adaptar-me às mudanças do cenário audiovisual e de mídia.

Minha paixão pelo jornalismo nasceu de uma curiosidade insaciável e um desejo profundo de investigar. Sempre fui fascinada por histórias humanas, pesquisa e informação. Durante anos, atuei como executiva em grandes conglomerados de mídia, onde pude absorver uma vasta experiência. No entanto, foi a produção independente que me deu a verdadeira liberdade para perseguir aquilo que acredito ter um propósito maior: a informação de qualidade e independente.

Há duas áreas que capturam meu interesse de maneira profunda. A primeira é o jornalismo investigativo policial. Sempre me atraiu a complexidade e a necessidade de um olhar criterioso e detalhado para trazer à luz as nuances de cada caso. A segunda é o meio ambiente. Vivemos em um mundo onde as questões ambientais são cruciais e urgentes, e sinto que é minha responsabilidade como jornalista trazer essas discussões para o centro do debate público. Para mim, o jornalismo não é apenas uma carreira; é uma missão de desvendar, educar e informar, sempre com o compromisso com a verdade e a integridade.

A transição para o jornalismo investigativo foi, para mim, um retorno às minhas raízes na comunicação social, mas não foi um caminho direto. Apesar da minha formação, demorei anos para realmente abraçar o jornalismo. O motivo? Eu tenho uma crença firme de que o jornalismo deve ser exercido com total independência, algo que muitas vezes é complicado nos grandes grupos de mídia com suas agendas específicas.

Foi apenas quando me libertei das amarras corporativas que pude realmente praticar o jornalismo em que acredito. Essa liberdade, no entanto, veio com seus próprios desafios. Ser independente traz suas dores – há períodos de solidão, momentos de dúvida, onde você se pergunta se fez a escolha certa. As dificuldades são inúmeras, mas ao superar essas barreiras, a sensação de ter acreditado em mim mesma e no meu propósito é indescritível.

Há uma sensação de realização incrível em não desistir, apesar dos obstáculos. Agora, sinto que não estou apenas trabalhando; estou vivendo um propósito. E esse propósito é trazer à luz verdades que só o jornalismo

investigativo pode descobrir, de maneira independente e destemida.

À frente de uma equipe incrivelmente talentosa e multidisciplinar, tenho a honra de trabalhar com mais de 50 profissionais, tanto no Brasil quanto no exterior. Ao longo dos meus 34 anos de carreira, construí uma rede de relacionamentos profissionais extremamente sólida, que se reflete na qualidade e dedicação do nosso trabalho.

Nossa equipe é composta por especialistas em diversas áreas, cada um trazendo sua expertise única para a mesa. Trabalhamos juntos inúmeras horas por dia, mas não é apenas uma questão de tempo. É sobre paixão, dedicação e um compromisso compartilhado com a excelência. Cada membro da equipe desempenha um papel crucial no processo criativo e na produção de conteúdo que informa, educa e impacta nossos espectadores. A sinergia entre nós é palpável. As longas horas de trabalho são repletas de brainstorming criativo, análise metódica e uma incessante busca pela qualidade. É esse esforço coletivo que nos permite entregar conteúdo que não só alcança, mas também ressoa profundamente com nosso público. No final do dia, é a paixão pelo que fazemos que nos une e nos motiva a continuar criando e inovando no mundo do jornalismo.

Muitos me consideram uma das jornalistas mais corajosas e destemidas do nosso país, e de fato, escolher as pautas é um processo intenso e profundamente importante, pois vamos dar voz a histórias que não são fáceis de contar. As histórias chegam até nós de maneiras diversas, e a evolução da nossa caminhada para o YouTube foi um divisor de águas. Antes, nosso contato era majoritariamente com canais e plataformas de streaming, um modelo B to B (business to business). Com o YouTube, mergulhamos no universo B to C (business to consumer), ganhando um acesso direto e valioso com o público.


Esse contato com o público ampliou nossa visão sobre a importância do nosso trabalho. Por exemplo, notamos que o público feminino consome predominantemente programas investigativos, enquanto o conteúdo de realidade policial atrai mais o público masculino. A série "Investigação Criminal" nos confrontou com uma realidade dura: a maioria das vítimas de crimes familiares são mulheres e crianças. Isso mexeu profundamente comigo e com a equipe.

Vivemos em um país onde, infelizmente, os criminosos muitas vezes têm privilégios, e as vítimas e suas famílias são deixadas para trás. As pautas que trazem luz a essas injustiças se tornaram essenciais para nós. Também focamos em casos que mostram os perigos enfrentados pela nossa sociedade, como os crimes organizados em plataformas de comunicação como o Discord. Passei meses ajudando vítimas, levando denúncias à polícia, envolvendo advogados, médicos, psicólogos e congressistas para garantir que esses casos não caíssem no esquecimento.

Agora, estamos nos dedicando a um problema alarmante: as milícias digitais. Acredito que 2024 será um ano de muitas revelações e mudanças significativas, especialmente após a nossa extensa investigação que já colaborou com mais de 60 prisões. Mas no fim das contas, todas as histórias humanas são importantes. Onde quer que possamos fazer a diferença e ajudar, estaremos lá, enfrentando os desafios e trazendo à tona as verdades que precisam ser reveladas.

Acordar todos os dias com a consciência de que estou "mexendo em vespeiro" é, na verdade, um combustível para mim e minha equipe.





**“A jornada não será fácil,  
mas a recompensa  
de fazer um trabalho  
que pode realmente  
fazer a diferença no  
mundo é imensurável.”**

Trabalhamos incansavelmente, e a possibilidade de enfrentar resistência ou até mesmo de pessoas tentando nos silenciar não é algo que nos intimida. Pelo contrário, é um lembrete da importância do nosso trabalho. Somos profundamente respeitados na área, inclusive por aqueles que estão do outro lado da lei, porque mantemos um padrão de respeito e integridade em tudo o que fazemos.

No entanto, o que realmente me preocupa é a desinformação. Estamos vivendo uma era onde a corrida pelo "furo" jornalístico muitas vezes supera a busca pela verdade. Isso pode levar a sérios problemas, como linchamentos virtuais e destruição de reputações. Cometer erros em jornalismo investigativo tem consequências graves. Fazer esse tipo de jornalismo requer muito mais do que apenas trabalho; exige diligência, paciência e um compromisso inabalável com a verdade.

Vejo que alguns profissionais estão se deixando levar por "curtidas" e informações superficiais, o que é preocupante. Para mim, o jornalismo investigativo é uma vocação que vai além das manchetes sensacionalistas e dos likes nas redes sociais. É um compromisso com a verdade, um dever para com a sociedade, e um respeito profundo pelas histórias e vidas que estamos tratando. É isso que me motiva a levantar todos os dias, com a convicção de que o trabalho que fazemos tem um valor imensurável, não apenas para mim, mas para a sociedade como um todo. Então, mesmo diante das adversidades e dos desafios, mantenho minha cabeça erguida, focada em nossa missão de trazer luz às sombras, sempre com ética e responsabilidade. No final do dia, o que importa é a consciência tranquila de que fizemos o nosso melhor para reportar a verdade, honrando o verdadeiro espírito do jornalismo.

O trabalho que realizamos, especialmente quando se trata de obter informações de fontes "do lado de lá", é meticulosamente respaldado por uma estrutura legal sólida. Temos uma equipe jurídica interna robusta, além de contar com o apoio de mais de 400 advogados externos. Esses profissionais são fundamentais para garantir que cada passo que damos está dentro da legalidade.

Toda informação que trazemos ao público passa por um processo rigoroso de checagem e verificação. Nada vai ao ar sem que seja minuciosamente analisado e confirmado. Isso é crucial, não apenas para manter nossa integridade e credibilidade, mas também para proteger nossas fontes e garantir que estamos agindo de forma responsável e ética.

Este cuidado jurídico é parte integrante do nosso compromisso com o jornalismo investigativo de alta qualidade. Garante que nossas revelações sejam não apenas impactantes, mas também inquestionáveis em termos de sua veracidade e legalidade. É um trabalho complexo, mas absolutamente vital para manter a confiança do público e a integridade do nosso trabalho jornalístico.

2024 será um ano de intensa atividade e inovação para 'Investigação Criminal'. Estamos focando fortemente na área de segurança, que é crucial na vida dos brasileiros. Uma das nossas grandes novidades é a incorporação de hackers éticos em nossa equipe, que vão trazer uma dimensão totalmente nova para nossas investigações digitais. Estamos falando de uma abordagem inovadora,

Além disso, estamos expandindo nosso escopo para abordar questões que afetam diretamente os consumidores. Sabemos que são o elo mais fraco na cadeia e merecem uma atenção especial. Estamos prontos para entregar um programa de alta qualidade focado nesse aspecto, algo que acredito ser um serviço valioso para o público.

E há mais novidades! Logo após o Carnaval, daremos as boas-vindas ao RealTV, o maior canal dedicado ao universo policial, investigativo e de realidade, estará disponível em todas as grandes operadoras do Brasil, como Claro, Vivo, Sky, entre outras. Este canal chega com uma base de mais de 20 milhões de assinantes, todos em busca de informação de qualidade, e eu estou honrada por ter sido convidada para cuidar da curadoria de conteúdo desse canal. Estamos seguindo uma tendência que tem se mostrado extremamente forte nos Estados Unidos, onde os canais de investigação estão crescendo rapidamente, e isso tem um reflexo expressivo aqui no Brasil. Então, para 2024, espere muita inovação, informações de qualidade, e abordagens novas e empolgantes. Estamos prontos para trazer algo que nunca foi visto antes no jornalismo investigativo brasileiro.

Se eu pudesse compartilhar uma mensagem com jovens jornalistas sonhando em trilhar um caminho semelhante ao meu, seria esta: tenham paixão pela verdade e pela justiça. O jornalismo, especialmente o investigativo, não é apenas uma profissão, é uma vocação. Exige coragem, integridade e um compromisso inabalável com a verdade. Em primeiro lugar, cultivem a curiosidade. Ela é a alma do bom jornalismo. Não aceitem o superficial; sempre busquem as camadas mais profundas das histórias. Em segundo lugar, preparem-se para enfrentar desafios. Vocês vão "mexer em vespeiros", e isso pode ser assustador, mas é essencial para provocar mudanças significativas. Mantenham-se sempre éticos e íntegros. Em uma era de desinformação e notícias falsas, a sua credibilidade é o seu bem mais valioso. Invistam em relacionamentos e redes de contatos, mas nunca às custas de seus valores. Lembrem-se: a confiança do público é difícil de ganhar e fácil de perder.

Não subestimem o poder do trabalho em equipe. Aprendam a ouvir, a colaborar e a valorizar as habilidades de cada membro da sua equipe. E, acima de tudo, estejam preparados para aprender constantemente. O jornalismo é um campo em constante evolução, e vocês devem evoluir com ele.

Por fim, mas não menos importante, cuidem de si mesmos. A jornada é longa e muitas vezes difícil. Encontrem um equilíbrio saudável entre trabalho e vida pessoal. A paixão pelo jornalismo é vital, mas nunca deve consumir toda a sua vida. Lembrem-se: são as suas experiências, perspectivas e humanidade que enriquecem suas reportagens e contam histórias que ressoam verdadeiramente com as pessoas.

Então, a todos os aspirantes a jornalistas, eu digo: Sigam seus corações, mas levem suas mentes críticas com vocês. Sejam audaciosos, sejam curiosos, e acima de tudo, sejam sempre fiéis à verdade. A jornada não será fácil, mas a recompensa de fazer um trabalho que pode realmente





## Eternal Sunshine

Definitivamente, Ariana Grande é maior do que se pode supor. E a gente explica porque. Não satisfeita em ser apenas uma voz bonita em um rostinho lindo (o que já seria pra lá de suficiente), ela encanta seus fãs com detalhes muito bem pensados a cada passo da sua carreira. Como no álbum "Eternal Sunshine", cujo título ela tomou emprestado do filme de mesmo nome. Filme esse estrelado por Jim Carrey, que fez aniversário na última quarta, dia 17, data escolhida por ela para anunciar o lançamento, que chega ao público em 8 de março, Dia Internacional da Mulher. É muito capricho nos detalhes, gente. Ah, e o filme era o preferido do seu grande amor, Mac Miller. Ariana é grande demais! ■



## Dica da Semana com Nathalia Felipe

@nathaliarfelippe



Us

## Leo

Na dica desta semana, apresentamos um filme leve e repleto de várias reflexões. Leo (dublado por Adam Sandler) é um velho lagarto que está há anos confinado com uma tartaruga (narrado por Bill Burr) em um terrário na sala de aula de uma escola. Ao descobrir que tem apenas mais um ano de vida, Leo planeja fugir das quatro



paredes de vidro para viver o restante de seu tempo no mundo exterior. No entanto, nada ocorre como planejado, já que ele se envolve nos problemas da turma. No final, seus últimos

desejos não se concretizam como imaginava ou planejava, mas o resultado o surpreende. Pegue uma pipoca, chame as crianças e tenha uma ótima opção para este domingo, disponível na Netflix. ■

## Batata!

Tradicional evento gastronômico de Piracicaba, a Festa da Batata aterrissa no Engenho Central, com promoção da Associação Educando pelo Esporte.

Anote na agenda: de 15 a 18 de fevereiro, com vasto cardápio e produção cultural; e dentre as atrações musicais Aninha Barros já está com sua presença confirmada. E aí: vai perder? ■



## #WeRemember2024

Focada em lembrar os horrores do Holocausto Nazista para que não voltem a acontecer, a campanha #WeRemember chega à sua sétima edição em Piracicaba trazendo apoios de peso. Jovens atores de novelas globais toparam o desafio de

fazer a sua foto pessoal destacando a # da campanha, e a publicação nas redes sociais convida cada um a fazer o mesmo. Para somar ao movimento no Brasil, basta enviar a imagem para o e-mail holocaustonunca mais@gmail.com, como eles fizeram. Participe! ■



Miguel Venerabile, de "Mar do Sertão"



Fred Garcia, de "Terra e Paixão"



Nicolas da Paz, de "Renascença"

## De olho em... Nicolas da Paz!



Nesta edição da PiraCult estamos estreando a seção "De olho em..."; onde vamos destacar talentos emergentes da cultura pop, seja na teledramaturgia, música, artes plásticas e onde mais surgirem. Gente que está em início de carreira, mas que já merece destaque e atenção, porque fatalmente vai decolar e a gente quer poder dizer que viu primeiro e que

mostramos aqui! E ninguém melhor pra nossa estreia do que um estreante em véspera de estreia na TV! Estamos falando do precoce Nicolas da Paz, carioca de Paciência, zona oeste do Rio, que aparece na telinha da Globo amanhã no remake de Renascença, sucesso das 21h. O pequeno faz o papel de Zé Bento, interpretado na fase adulta por Marcelo Mello Jr. Vale prestigiar! ■

Nicolas em três tempos: com o "painho" Zé Inocência, vivido por Humberto Carrão; nos estúdios Globo, ostentando o crachá da casa e no núcleo familiar da primeira fase.



## HPB ou câncer de próstata?

Urologista explica como saber a diferença entre as duas doenças

Imagem: Banco de Imagem



Com temas relacionados à saúde masculina ganhando destaque, a Hiperplasia Prostática Benigna (HPB) e o câncer de próstata emergem como temas cruciais. No cenário urológico, diferenciar entre essas condições torna-se vital, e é aqui que o Antígeno Prostático Específico (PSA) desempenha um papel crucial no diagnóstico.

Para explicar melhor, o urologista Dr. Roberto José Colombo, a Hiperplasia Prostática Benigna, ou HPB, é uma condição urológica comum que afeta a próstata, uma glândula do sistema reprodutor masculino. "Por isso é fundamental entender a importância dos seus sintomas e buscar orientação médica especializada para um diagnóstico preciso", afirma.

O médico reforça que para distinguir HPB e câncer de próstata é necessário estar atento aos sintomas, realizar exames de sangue, toque retal e biópsia como ferramentas essenciais. O aumento do PSA pode indicar ambas as condições, mas níveis mais elevados estão frequentemente associados ao câncer.

"Exploramos os principais métodos diagnósticos, como o exame

**“Exploramos os principais métodos diagnósticos, como o exame de toque retal, a dosagem do PSA e exames de imagem. A combinação dessas abordagens é muitas vezes necessária para um diagnóstico preciso da HPB”**

## Seguro para Condomínios

Dê ao condomínio a proteção que ele merece! Tenha a proteção que o Síndico e a Administradora precisam. São diversas as opções de cobertura, SIMPLES E AMPLA para atender as necessidades da propriedade, proporcionando segurança aos moradores, síndico e ao próprio imóvel. Consulte nossos especialistas e garanta tranquilidade para o seu condomínio.

Converse com nossos especialistas: 19 3447.2000



Pedro de Linardo, Diretor da Planalseg

Uma vida saudável e feliz começa com um sorriso

Tenha a melhor cobertura para seu sorriso.

ANS - nº 34.600-4

uniodonto

O nosso sorriso é único.

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

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

de toque retal, a dosagem do PSA e exames de imagem. A combinação dessas abordagens é muitas vezes necessária para um diagnóstico preciso da HPB", explica o especialista.

Alguns fatores como idade, histórico familiar, hormônios masculinos, etnia, estilo de vida e doenças crônicas podem influenciar o desenvolvimento da HPB, por isso, compreender esses fatores é importante para a prevenção e o manejo da condição.

Para finalizar, o médico explica que embora ambas as condições afetem a próstata, a HPB envolve um crescimento não canceroso, não aumentando o risco de câncer de próstata. "Manter a frequência nas consultas médicas e entrar em contato sempre que surgir alguns dos sintomas é crucial para o diagnóstico precoce e tratamento adequado".

Telemedicina

SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA

0800-000-3009

ATENDEMENTO MÉDICO

24 horas

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

SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA

O Plano que tem Saúde Inteligente

Planalseg

Corretora de Seguros

Proporcione mais segurança ao seu condomínio:

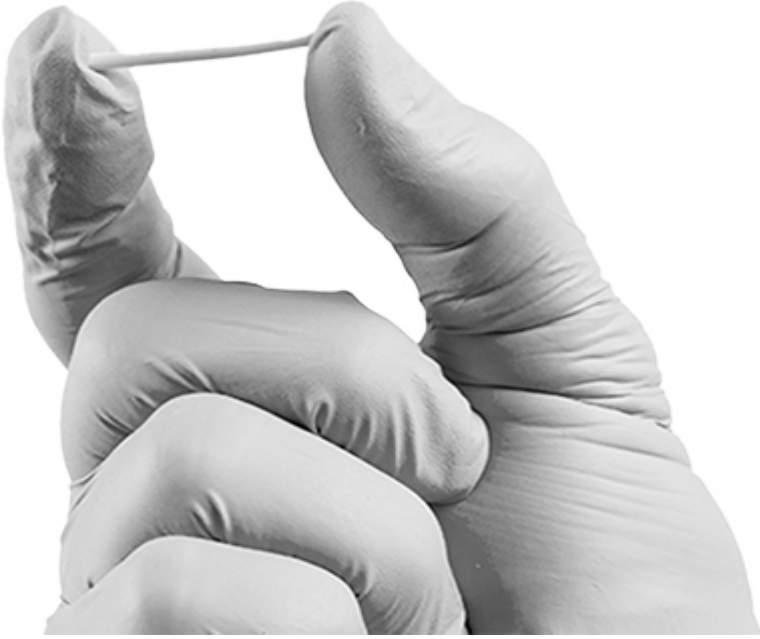
Faça um seguro!

planalseg.com.br

19 3447-2000



## A polêmica dos implantes hormonais. Usar ou não?



Apesar das inúmeras vantagens oferecidas à saúde da mulher, os implantes devem ser prescritos sob orientação médica

Os implantes hormonais são dispositivos médicos que liberam hormônios no corpo ao longo do tempo. Inserido na pele através de um tubinho de 4 a 5 cm, contém substâncias que caem na corrente sanguínea e, de maneira controlada, passam a regular a quantidade de hormônios no organismo feminino.

O tratamento é indicado em situações de anti-concepção e doenças que são hormônio dependentes como endometriose, miomatose, hiperplasia, displasia mamária, osteoporose e, também, para reposição hormonal – a exemplo de mulheres no climatério e na pós-menopausa.

Apesar das inúmeras vantagens oferecidas à saúde da mulher, os implantes devem ser prescritos sob orientação médica, e não podem ser associados à benefícios estéticos. “Ademais, os tratamentos devem ser individualizados, com substâncias e doses específicas para cada paciente”, afirma Walter Pace, ginecologista, médico do Centro de Endometriose no Hospital Santa Joana - SP.

**“Se o tratamento for bem indicado com determinado hormônio, para uma determinada situação e, principalmente, se o tratamento está dando certo, os possíveis efeitos negativos se tornam algo pequeno e são contornáveis”**



Em alguns casos, principalmente no início do tratamento, a terapia com os implantes hormonais pode causar alguns incômodos para as mulheres. Isso porque o organismo está em fase de adaptação aos hormônios e que, posteriormente, estas substâncias podem ser ajustadas, revela Luiz Calmon, ginecologista da Clínica Elsimar Coutinho. “Não existe nenhum tratamento que não tenha algum efeito inesperado e não seria diferente com os tratamentos hormo-

nais”, revela o médico.

Dentre os possíveis efeitos colaterais causados pelo uso dos implantes hormonais estão o aumento da oleosidade da pele, surgimento de acne, queda dos cabelos, retenção de líquido e alguns sangramentos. Os sintomas podem variar em decorrência da intensidade dos hormônios, mas podem ser ajustados pelo médico.

“Se o tratamento for bem indicado com determinado hormônio, para uma determinada situa-

-ção e, principalmente, se o tratamento está dando certo, os possíveis efeitos negativos se tornam algo pequeno e são contornáveis”, explica Calmon.

É importante destacar que os prós e contras podem variar dependendo de cada caso, pois o tratamento deve ser individualizado. Antes de optar por qualquer forma de terapia hormonal, é fundamental discutir as opções com o seu médico de confiança para avaliar os benefícios e possíveis riscos à saúde.

## Volta às aulas

Volte às aulas com as vacinas em dia



(19) 9999.5.3322

**CdVac**  
Vacinas para todas as idades

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





# Contornos elegantes: o impacto estético da Braquioplastia nos Braços

O procedimento pode ser realizado isoladamente ou em conjunto com a lipoaspiração

Na busca incessante por procedimentos cirúrgicos que promovam a harmonia corporal, a braquioplastia surge como uma intervenção especializada na correção do excesso de pele e flacidez nos braços. Hugo Sabath, renomado cirurgião da Clínica Libria, destaca a relevância desse procedimento na restauração da firmeza e contorno dos membros superiores.

principalmente na região do tríceps, situada na parte posterior dos braços, onde o acúmulo de pele em excesso muitas vezes resulta em desconforto estético, especialmente durante movimentos como o aceno comumente conhecido como "tchauzinho". O objetivo principal é proporcionar aos pacientes uma aparência mais tonificada e contornada.

Um dos aspectos distintivos da braquioplastia é sua versa-

tilidade. O procedimento pode ser realizado isoladamente ou em conjunto com a lipoaspiração, dependendo das necessidades específicas do paciente. Se o acúmulo de gordura não for uma preocupação e a principal questão for a flacidez cutânea, a braquioplastia isolada pode ser a opção mais indicada, afirma Sabath.

**Cinco dicas importantes a serem consideradas antes de realizar a braquioplastia:**

**Consulte um cirurgião plástico qualificado:** É essencial buscar um cirurgião plástico experiente e certificado para realizar a braquioplastia. Certifique-se de pesquisar sobre a reputação e as qualificações do cirurgião, além de verificar antes e depois de fotos de pacientes anteriores.

**Faça uma avaliação completa:** Antes de prosseguir com a cirurgia, é importante passar por uma avaliação completa com o cirurgião plástico. Durante a consulta, discuta suas expectativas, histórico médico, medicamentos em uso e quaisquer condições pré-existentes. Isso ajudará o cirurgião a determinar se você é um candidato adequado para a braquioplastia e a criar um plano de tratamento personalizado.

**Entenda os riscos e benefícios:** Assim como qualquer cirurgia, a braquioplastia tem seus próprios riscos e benefícios. Converse detalhadamente com o cirurgião plástico sobre os possíveis resultados, complicações potenciais, tempo de recuperação e quaisquer restrições pós-operatórias. Ter uma compreensão clara dos prós e contras ajudará a tomar uma decisão informada.

**Prepare-se para o período de recuperação:** A recuperação da braquioplastia pode levar algumas semanas. Certifique-se de entender completamente as instruções pós-operatórias fornecidas pelo cirurgião plástico e esteja preparado para seguir essas orientações rigorosamente. Isso pode incluir o uso de curativos, a restrição de atividades

físicas e a necessidade de evitar levantar objetos pesados. Planeje antecipadamente o suporte pós-operatório necessário e faça ajustes em sua rotina diária para garantir uma recuperação tranquila.

**Tenha expectativas realistas:** É importante ter expectativas realistas em relação aos resultados da braquioplastia. Embora a cirurgia possa melhorar significativamente o excesso de pele e a flacidez nos braços, é importante compreender que os resultados variam de pessoa para pessoa. Discuta suas metas e expectativas com o cirurgião plástico durante a consulta para garantir que você esteja alinhado em relação aos resultados desejados

Hugo Sabath enfatiza a importância de uma abordagem personalizada em cada caso, destacando que a braquioplastia é projetada para atender às necessidades individuais de cada paciente. "A beleza está na singularidade de cada pessoa, e a braquioplastia é uma ferramenta valiosa para restaurar a confiança e o conforto estético nos braços", afirma o médico.

Este procedimento, realizado com precisão e perícia, não apenas aborda a questão estética, mas também pode ter impactos positivos na autoestima e na qualidade de vida dos pacientes.

A braquioplastia focaliza-se

Imagem: Divulgação



**ÓPTICA SÃO JOÃO**

UM NOVO CONCEITO DE ÓTICA!

ESTILO, BELEZA E OUSADIA

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

An advertisement for Óptica São João. It features a large image of a smiling woman wearing glasses. Below her are two smaller images of her wearing different styles of glasses. The text includes the store name, slogan, and contact information.



## Bebê recusando comida: nutricionista explica o que fazer e quando se preocupar

É comum observar sinais de recusa de alimento aos 12 meses; saiba como lidar

Foto: Banco de imagem



Uma vez que o problema seja identificado é preciso uma estratégia de resolução

Quem tem filhos compreende os desafios que cercam a introdução alimentar. Variar cardápio, oferecer todos os grupos alimentares, lidar com a recusa e a bagunça. No entanto, existe um comportamento comum que pode ser observado em bebês por volta dos 12 meses, que é a rejeição de alguns alimentos antes aceitos ou a redução na quantidade ingerida. Para a nutricionista materno infantil, Franciele Loss, isso se deve em grande parte pela mudança do motivador da alimentação, que é a curiosidade, a imitação e a fome. Ela explica ainda como driblar a situação para o bebê continuar se alimentando bem e a partir de qual momento a falta de apetite deve se tornar uma preocupação.

Certamente, existem alguns fatores externos que vão contribuir para essa redução de apetite, como doenças sazonais, dentes nascendo, e alterações no ambiente onde o bebê convive. No entanto, existem outros motivos que não são levados em consideração pelos pais de primeira viagem, que acabam esquecendo que isso é algo natural. "A velocidade de ganho de peso dos bebês reduz com um ano. Então é esperado que reduza também a necessidade energética, e com a necessidade energética menor, o apetite também diminui. É uma questão de auto regulação energética", esclarece Franciele.

### O que fazer quando meu bebê recusar comida?

Antes de tudo, Franciele reforça que é esperada uma redução na quantidade de comida ingerida a partir dos 12 meses de vida. "A maioria das pessoas imagina que com o passar do tempo o bebê come mais, mas não é sempre assim. Em muitos casos, o bebê come menos porque o apetite acompanha a velocidade de crescimento, que desacelera se comparado ao primeiro ano de vida".

*“A maioria das pessoas imagina que com o passar do tempo o bebê come mais, mas não é sempre assim. Em muitos casos, o bebê come menos porque o apetite acompanha a velocidade de crescimento, que desacelera se comparado ao primeiro ano de vida”*

Para reforçar e ativar a curiosidade, a especialista sugere variar a forma de preparo dos alimentos. Não se acomode com as mesmas preparações, mesmos cortes, mesmos temperos. "Se você oferece um frango desfiado, por exemplo, tente também oferecer ele na forma de hambúrguer caseiro, uma coxa de frango assada. Varie na forma de cozinhar e nos temperos. Todos os temperos naturais, de horta, são bem-vindos. Os legumes, não faça apenas no vapor, faça grelhado, assado, refogado. Essas diferentes formas de preparo e oferecimento, aumentam o interesse e curiosidade da criança", orienta Franciele.

Outra dica da nutricionista é comer junto do bebê, sempre que possível. "A partir do primeiro ano, o bebê começa a observar mais ao seu redor e tende a imitar os mais velhos. Enquanto a curiosidade é o motivador mais presente nos primeiros meses de introdução alimentar, a imitação vem na sequência e que ela tem uma importância enorme. A criança precisa ver os pais ou os mais velhos com os quais ele convive comendo. Elas precisam de alguém para poder imitar", menciona.

### Quando a redução de apetite deve ser uma preocupação?

Para a nutricionista, só deve ser uma preocupação caso o bebê passe a não querer comer nada, uma vez que a redução do apetite é normal. "É preciso identificar se ele não está comendo nada porque ele não tem espaço para ter fome. As vezes porque ele está recebendo bolachas, biscoitos e produtos ultraprocessados, o que é muito comum, ou está recebendo um excesso de leite de vaca ou de fórmula, que após o primeiro ano, devem ser limitados entre 500 e 600ml por dia, pois, mais do que isso, pode atrapalhar a aceitação de outros alimentos. É importante esclarecer que o leite materno não entra nessa conta".

## Dor de garganta: em crianças, é preciso redobrar a atenção!



Dra. Cristiane Adami

Dor de garganta é algo comum, sim. Todos nós temos. E com as crianças é ainda mais recorrente e jamais pode ser ignorada. Especialmente na faixa etária entre 5 e 15 anos, é importante ter atenção a certos aspectos, como dor ao engolir, presença de pus na garganta, aumento dos gânglios nessa região, febre e desconforto.

Isso porque, mais do que sintomas clássicos de faringite e amigdalite, esses podem ser indicativos de infecção por estreptococos. Ou seja, algo bem mais grave e que pode abrir portas para o desenvolvimento de doenças como febre reumática, glomerulonefrite e síndrome Pandas.

Essas doenças, em princípio, também se caracterizam pela inflamação da faringe e amígdala, mas têm potencial de danos bem maiores quando não tratadas, por serem causadas pelos estreptococos beta-hemolítico do grupo A, também chamado de Piogenes. É um tipo de bactéria bastante nociva e que está presente em qualquer ambiente.

Dessa forma, os pais devem ficar atentos aos quadros que envolvem inflamações. Geralmente, de início, muitos ignoram as queixas das crianças por pensarem se tratar de algo comum, que pode ser facilmente tratado em casa – e só depois que o caso evolui é que procuram ajuda profissional. Daí a importância da avaliação clínica tão logo os sintomas sejam identificados.

Nesse contexto, sempre é recomendável avaliar alguns aspectos relacionados aos sintomas, que são diferenciais importantes para o diagnóstico. Casos de resfriado, que não são graves, sempre vêm acompanhados de tosse, coriza e congestão nasal, associada à dor de garganta. Esse é um ponto importante a ser observado, pois afasta bastante a possibilidade de ter relação com a infecção por estreptococos.

Isso porque, esse tipo de bactéria tem uma ação muito restrita à garganta e se manifesta principalmente por meio do aumento de gânglios, febre, desconforto grande, dores no corpo e na cabeça – e não apresenta reações típicas de resfriado.

Quadros com esses sintomas devem ser investigados o quanto antes. Até porque, se confirmada a infecção por estreptococos, será necessário iniciar de imediato o tratamento à base de antibióticos - o que só pode ser feito por meio de prescrição médica. A urgência deve-se, sobretudo, às consequências danosas que esse tipo de infecção pode causar no coração, nos rins e até mesmo no sistema nervoso.

A mais grave é a febre reumática, síndrome caracterizada por cardite, ou seja, inflamação do coração, o que provoca falta de ar, dispnéia, sopro e arritmia. Além disso, pode ocasionar também artrites, que são inflamações nas articulações do corpo e coreia (movimentos involuntários resultantes da inflamação do sistema nervoso por estreptococos), assim como lesões de pele avermelhadas, que costumam ter o centro da lesão em tom mais claro.

Embora o advento dos antibióticos tenha reduzido muito a incidência de febre reumática em escala mundial, cerca de 3% dos casos de faringoamigdalite por infecção de estreptococos evoluem para esse tipo complicação por falta de tratamento adequado.

Nesse contexto, é fundamental reforçar a necessidade de se prevenir contra tais enfermidades, haja visto as consequências tão danosas. Quando há sintomas de faringite e amigdalite, nunca se deve deixar para depois. Tem que investigar, passar pelo médico, examinar.

Hoje em dia, o diagnóstico não é difícil. Há testes rápidos colhidos a partir da secreção da garganta, ou mesmo a cultura de bactérias, que também permite a identificação. O tratamento, por sua vez, é feito com antibióticos. Quanto antes iniciar, melhor!

**Dra. Cristiane Adami é médica otorrinolaringologista do Hospital Paulista, especializada em patologias e cirurgias nasais**



# Borderline: conheça o transtorno de personalidade com difícil diagnóstico que interfere nos relacionamentos

Foto: Divulgação

A condição nem sempre é facilmente diagnosticada, segundo especialistas; tratamento precisa ser personalizado, requer psicoterapia e uso de medicamentos.

Úrsula Neves

**M**udanças frequentes de humor, impulsividade e instabilidade nas emoções e nos relacionamentos estão entre as características do Transtorno de Personalidade Borderline (TPB). A pessoa com esse diagnóstico geralmente apresenta uma hipersensibilidade em suas relações e um medo intenso de abandono.

“É um padrão de personalidade que se mostra diferente da maioria das pessoas de um modo geral. Esses indivíduos vivem relacionamentos intensos e instáveis com características impulsivas, românticas ou oscilações de humor muito bruscas e intensas”, explica Ricardo Jonathan Feldman, que atua como psiquiatra e professor de pós-graduação e residência no Hospital Israelita Albert Einstein, além de ser fundador do Centro Feldman de Saúde.

“Com isso, surgem problemas de relacionamento interpessoais e de autoimagem. Basicamente, é uma alteração de como a pessoa lida com as adversidades, com o estresse, com ela mesma e com os outros”, complementa o psiquiatra.

Apesar de não existirem dados sobre a prevalência no Brasil, estima-se que entre 1,5% e 3% da população mundial sofra desse transtorno de personalidade, que afeta tanto homens quanto mulheres. Especialistas, no entanto, apontam que esse número pode estar subestimado, uma vez que muitos casos permanecem sem o diagnóstico correto.

### Como é realizado o diagnóstico?

O psiquiatra é o profissional médico que deve analisar o histórico e o padrão de funcionamento que acompanha a pessoa desde a adolescência até o momento atual, incluindo as suas vivências.

“Para conseguir o diagnóstico correto, é necessário que o psiquiatra crie um vínculo de confiança com o paciente para entender melhor todo o processo, suas emoções, medos e angústias. A entrevista com familiares e amigos próximos também pode ser incluída no processo, auxiliando na busca pelas informações necessárias para o diagnóstico”, diz Feldman.

É importante saber diferenciar os sintomas de Transtorno de Personalidade Borderline de sinais em decorrência dos efeitos de

drogas ou mesmo problemas de identidade, comuns na infância ou adolescência.

“Para realizar o diagnóstico correto de Borderline, o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais indica que o paciente deve apresentar, pelo menos, cinco de nove características apontadas. Isso é muito interessante porque se temos cinco itens a serem preenchidos, imagine só quantas combinações são possíveis. São 256 combinações possíveis, 256 tipos de pacientes diferentes com variações diferentes”, afirma o psiquiatra e psicoterapeuta Erlei Sassi Júnior, coordenador do Programa Transtornos de Personalidade e do Impulso do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (USP).

“Temos uma quantidade enorme de pacientes que podem compartilhar o mesmo diagnóstico, mas também podem apresentar características potencialmente diferentes. Portanto, é muito importante que o profissional consiga enxergar cada pessoa e não apenas a doença”, diz Sassi Júnior.

Então, pacientes com TPB devem apresentar, no mínimo, cinco das nove características a seguir, conforme o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais:

1. Esforços desesperados para evitar algum episódio de abandono real ou imaginário;
  2. Padrão de relacionamentos interpessoais instáveis e intensos com alternância entre extremos de idealização e desvalorização da pessoa dentro do relacionamento;
  3. Perturbação da identidade: instabilidade acentuada e persistente da autoimagem ou da percepção de si;
  4. Impulsividade em, no mínimo, duas áreas potencialmente autodestrutivas, como gastos excessivos, sexo desprotegido, abuso de substâncias ilícitas, direção irresponsável no trânsito ou compulsão alimentar;
  5. Recorrência de comportamento, gestos ou ameaças suicidas ou automutilantes;
  6. Instabilidade afetiva em decorrência a uma acentuada reatividade de humor;
  7. Sentimentos duradouros de vazio;
  8. Raiva intensa e inapropriada ou dificuldade em controlá-la;
- Pensamentos paranoicos tran-



sitórios associados a episódios de estresse ou sintomas dissociativos intensos, como problemas de memória, identidade, emoção, percepção, comportamento e senso de si.

“Quanto mais cedo começar o tratamento, melhor para o paciente. A partir dos 14 anos já dá para identificar melhor os sintomas e investigar os possíveis fatores ambientais (relações, traumas, hábitos de vida, etc.) que possam estar contribuindo para o desequilíbrio das emoções”, complementa o psiquiatra e psicoterapeuta.

### Principais características e sintomas

Um dos sintomas mais significativos do TPB é o medo intenso do abandono, abrindo espaço para sentimentos de pânico ou raiva que podem ser desencadeados por situações cotidianas normais, como um atraso na resposta de um amigo a uma mensagem, por exemplo. Ao se sentirem rejeitadas, essas pessoas reagem de forma intensa e, por vezes, agressiva.

A recorrência de comportamentos, gestos e ameaças suicidas ou automutilantes é também parte dos sintomas apresentados por pessoas com TPB. Outra característica é a forma dos relacionamentos, que tendem a ser instáveis e intensos, oscilando entre extremos de idealização e desvalorização. Em outras palavras, essas pessoas mudam rapidamente de opinião em relação aos outros.

“Mais um traço marcante é a mudança brusca da percepção de si mesmo e da própria identidade, o que leva a mudanças frequentes de objetivos, valores, opiniões, carreiras e até grupos de amigos. Muitas vezes, essas pessoas têm a sensação de estranhamento sobre si mesmos. Com muita frequência, relatam sentir um ‘vazio crônico’. Apresentam humor instável, oscilando entre irritabilidade, ansiedade, tristeza e alegria, com alterações que po-

dem durar poucas horas ou até mesmo alguns dias”, afirma Feldman, do Einstein. Segundo ele, outra característica é a dificuldade em lidar com o próprio êxito, muitas vezes se autossabotando quando estão prestes a alcançar um objetivo.

Os especialistas pontuam que é difícil definir o início do transtorno, uma vez que o processo vai surgindo no decorrer do desenvolvimento da personalidade da pessoa.

“Em geral, os sintomas ficam mais visíveis na adolescência e no início da idade adulta, podendo até mesmo regredir nos indivíduos com mais idade, sempre contando com o valioso e indispensável recurso da psicoterapia”, diz Sassi Júnior.

### Causas e fatores envolvidos

As causas ou fatores envolvidos no surgimento do Borderline são variados, desde a predisposição genética a episódios estressantes na infância. “São muito recorrentes no histórico desses pacientes situações traumáticas, como abusos físicos, verbais e sexuais, com negligência por parte de pais e/ou cuidadores”, explica Feldman.

Episódios como a separação ou a morte de um dos pais, especialmente durante os primeiros anos de vida, ou o nascimento de um irmão ou irmã, podem servir como gatilhos emocionais. Embora, à primeira vista, essas separações e mudanças possam parecer insignificantes, elas têm efeitos profundos em indivíduos que já possuem alguma predisposição genética para o transtorno.

### Tratamento, remissão e manejo dos sintomas

Jerold J. Kreisman, psiquiatra e pesquisador, e Hal Straus, escritor e pesquisador, afirmam que, apesar do estigma e do desconhecimento geral, os avanços nas pesquisas, terapias e medicamentos indicam grandes chances de

sucesso, seja na remissão dos sintomas ou no seu gerenciamento.

“Assim como não se reconhece um remédio único como melhor que os outros para tratar todos os pacientes de TPB, ainda não ficou demonstrado que alguma abordagem terapêutica seja a melhor para todos”, eles escrevem no livro “Eu te odeio, não me deixe: Como entender as pessoas com Transtorno da Personalidade Borderline e aprender a se relacionar com elas”, em que são autores juntos.

“Embora a psicoterapia seja o principal tratamento reconhecido para o paciente borderline, a maioria dos métodos traçados contempla o uso de medicamentos. Apesar de ainda não existir um único remédio que trate todos os aspectos do TPB, a medicação é útil para amenizar os sintomas associados (como antidepressivos para depressão) e domar características voltadas contra si mesmo, como a impulsividade”, afirmam em um outro trecho.

Os especialistas afirmam que, atualmente, o prognóstico é mais positivo do que se pensava algumas décadas atrás, mas ainda não existe uma cura definitiva para todos os indivíduos com transtorno borderline. No entanto, eles agora reconhecem que, apesar de toda a instabilidade e sofrimento que essas pessoas causam a si mesmas e aos seus conhecidos, o curso do transtorno não é tão negativo como se pensava anteriormente.

“Eu diria que é totalmente possível conseguir ‘pequenas curas’ com a remissão dos sintomas. Já vi isso acontecer com alguns pacientes. Através do acompanhamento psicoterapêutico, o indivíduo com borderline aprende novas maneiras de lidar com suas emoções e situações, que antes eram sentidas como fim da vida”, conclui Sassi Júnior.

Fonte: Agência Einstein



### Exagerou nas festas de final de ano? Alimentos antioxidantes são a receita para voltar à rotina e limpar o organismo

#### Receitas para desintoxicar o corpo

**D**urante as festas de final de ano e férias há uma mudança de hábitos, inclusive os alimentares. Após esse período, é comum uma sensação de fadiga, retenção de líquido e aumento no peso corporal. “Os alimentos com alto potencial antioxidante ajudam muito no funcionamento de todo o nosso organismo, por isso, aumentar o consumo dos produtos com essas características contribui para uma limpeza do corpo”, ensina a nutricionista do Oba Hortifruti, Renata Guirau.

Os alimentos fontes de antioxidantes, que vão acelerar esse processo de limpeza, podem ser usados na rotina alimentar de forma muito simples. Muitos deles, inclusive, já são comuns na dieta do

dia a dia. Renata elenca os mais importantes que devem integrar o cardápio com mais frequência.

- 1. Frutas vermelhas e roxas:** morango, melancia, mirtilo, pitaya vermelha, cerejas, amora, uvas roxas, framboesas
- 2. Alimentos roxos:** repolho roxo, batata-doce roxa, manjeriçã roxo, berinjela
- 3. Alimentos amarelo-alaranjados:** manga, kiwi amarelo, mamão, cenoura, abóbora, melancia amarela, pêssegos, ameixa
- 4. Oleaginosas:** castanhas, nozes, amêndoas, avelãs
- 5. Peixes:** atum, sardinha, salmão, fontes de ômega-3
- 6. Alho e cebola, fontes de ali-**

**cinas** (ação anti-inflamatória e ajudam o sistema cardiovascular)

**7. Gengibre, fonte de vitamina B6, cobre, magnésio e potássio**

**8. Cúrcuma,** que também tem propriedades anti-inflamatórias, antivirais e antibacterianas

A nutricionista explica que para ajudar o corpo, também é importante voltar para a rotina. “Manter a alimentação equilibrada, aumentar a hidratação, regular horário de sono e voltar para a prática regular de atividades físicas. Essa deve ser a base para quem procura se “desintoxicar” dos excessos cometidos”.

Renata dá uma sugestão de cardápio para retomar uma dieta equilibrada e ensina as receitas

#### Sugestão de cardápio

**Café da manhã:** Smoothie de iogurte proteico com pitaya rosa congelada e gengibre

**Lanche:** Uvas roxas + água de coco

**Almoço:** Arroz negro com açafrão, feijão carioca, repolho roxo refogado, peixe grelhado e salada de folhas com abacaxi

**Lanche:** Cereja + castanhas do Pará

**Jantar:** Purê de batata doce roxa, filé de frango e salada de rúcula com manga

#### Arroz negro com açafrão



- 1 xícara de chá de arroz negro
- 1 colher de sopa de cebola roxa picada
- 2 dentes de alho picados
- 1 colher de café de sal
- 1 colher de café de açafrão ralado
- 1 colher de sopa de azeite

#### Modo de preparo

Aqueça o azeite e doure o alho e a cebola. Adicione o arroz, o sal e o açafrão e refogue bem. Acrescente 2 xícaras de chá de água e mantenha a panela fechada, em fogo baixo. Cozinhe até que a água seque no fundo da panela.

**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**  
 SÉNDUA 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 DESCARTAVEL

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

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

**EVENTOS PADARIA RIVANA**  
**COFFEE BREAK RIVANA**  
 ORÇAMENTO 3435-1282  
 AQUELE CAFÉ EXECUTIVO A RIVANA REALIZA PARA SUA EMPRESA \*AGENDE SUA DATA

**RIVANA**  
 PADARIA DELICATESSEN





### Smoothie de pitaya

- 100ml de iogurte proteico
- 1 pitaya roxa (polpa) congelada
- 1 colher de café de gengibre ralado

#### Modo de preparo

Bata tudo no liquidificador ou mixer e consuma em coar

### Purê de batata-doce roxa



#### Modo de preparo

Amasse a batata-doce já cozida até formar uma massa homogênea. Em uma panela, adicione o creme de ricota e o sal e misture novamente. Cozinhe em fogo baixo misturando até que a massa se solte facilmente da panela. Consuma em seguida.

- 2 xícaras de chá de batata-doce roxa cozida e picada
- 1 colher de sopa de creme de ricota
- 1 colher de café de sal

### Salmão com molho de maracujá



- 500g de filé de salmão com pele
- Sal e pimenta preta moída na hora a gosto
- Polpa de um maracujá com as sementes
- 1 colher de chá de açúcar
- 1 colher de café de sal
- 1 colher de sopa de manteiga

#### Modo de preparo

Tempere o salmão com sal e pimenta. Grelhe em frigideira untada com azeite.

#### Para o molho

Derreta a manteiga e misture o maracujá, o sal e o açúcar. Cozinhe em fogo baixo até formar um molho homogêneo.

Adicione o molho ao salmão já previamente grelhado e consuma em seguida.

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

## FAÇA SEU EVENTO NO Givaldo's

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

# 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

sodexo **USECRED**

ifood Faça seu Pedido Online

19 3377-5814

MOCAFE\_PIRACICABA

**VENHA EXPERIMENTAR! VEJA O CARDÁPIO EM NOSSAS REDES SOCIAIS**

<b>DOCES/BOLOS</b> 	<b>SALGADOS</b> 
<b>CAFÉS/SUCOS</b> 	<b>PÃES</b> 
<b>MASSAS</b> 	<b>ALMOÇO</b> 

RUA PROFESSOR JOSÉ BENEDITO DE CAMARGO, 53 - PIRACICABA



## Integração conta com diferentes materialidades e um jardim vertical

No térreo de um prédio moderno em uma rua sem saída no centro do Itaim Bibi nasce o apartamento Único.

Abrigo de um jovem casal que busca praticidade e integração no seu dia a dia, o projeto visa mesclar as áreas de trabalho com as áreas sociais, fazendo a rotina de cozinha e estar acontecerem juntas já que é uma tarefa feita pelos moradores na dinâmica do par.

O pavimento térreo, abriga as funções da casa e o pavimento superior a suíte master.

Toda a área social se resu-

me a um mesmo bloco, onde mesa de jantar, ilha da cozinha, estar e área externa funcionam de forma integrada e contínua, possibilitando o uso conjunto de todos os ambientes e funções em um mesmo local.

O estar se estende a área externa, onde o casal recebe os amigos e prepara refeições na churrasqueira. O jardim possui bastante vegetação, tanto nas paredes quanto teto, para ambientar de forma confortável e natural o apartamento que em contraponto trabalha predominantemente

os tons branco, preto, cinza e caramelo.

O piso monolítico traz uma base limpa e tela em branco para as demais informações que vem acima dele. O contraste entre marcenaria, serralheria e pedra é trabalhado para equilíbrio do toque quente e frio, propagação e retenção acústica. A estante metálica que nasce no térreo e sobre até o pé direito duplo abriga biblioteca de livros e objetos colecionados pelo casal, além de estruturar o primeiro lance de escadas em serralheria que traz leveza em seu traço.

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

A suíte master aproveita os espaços das extremidades para concentrar os armários do closet e escrivaninha e deixar o centro livre para pausa, espaço. Onde é necessário guarda corpo para o mezanino, temos armários baixos para proteger da altura e ter mais espaço para acomodar os itens pessoais. A cama desenhada em tapeçaria sob medida tem altura baixa e ocupa o quadrante logo ao

lado dos caixilhos para ter vista das copas das árvores e respirar, trazendo o que está fora para dentro.

### Ficha técnica:

**Nome do Projeto:** Apartamento Único

**Escritório:** Nati Minas & Studio

**Créditos autorais:** Nati Minas e Gabriela Mestriner

**Área total construída (m2):** 100m2

Casa de arquiteta, o projeto tem traços limpos, funções definidas sem repetição e uso de diferentes materialidades. Preza pelo fundo branco mimetizado para dar leveza ao todo e da cor aos detalhes que devem se destacar, como requadro da cozinha e core da escada.



Como um plano de tela, ao entrar no Garden temos ao fundo um jardim vertical que veste toda a área social através da permeabilidade dos grandes caixilhos.





As cubas do banho master são esculpidas e desenhadas em ângulo e toda a marcenaria foi feita sob medida, criando uma caixa de concreto e sensação de continuidade e extensão.


A suíte master aproveita os espaços das extremidades para concentrar os armários do closet e escrivaninha e deixar o centro livre para pausa, espaço. Onde é necessário guarda corpo para o mezanino, temos armários baixos para proteger da altura e ter mais espaço para acomodar os itens pessoais. A cama desenhada em tapeçaria sob medida tem altura baixa e ocupa o quadrante logo ao lado dos caixilhos para ter vista das copas das árvores e respiro, trazendo o que está fora para dentro.



## Casa à venda!

Valor:  
790.000,00

- 3 quartos sendo 1 suíte todos com closet
- Banheiro social
- Sala de Estar e de Jantar
- Cozinha estilo americana
- Piscina com cascata
- Garagem para vários carros
- Terreno 1000 m<sup>2</sup>
- Área Construída 200 m<sup>2</sup>
- Aceita imóvel como parte do pagamento

Agende sua visita  
 (19)99785-5155



## Prevenção é a forma mais eficaz de evitar a giardíase canina

Hábitos de higiene e vacinação são os principais aliados de tutores

Foto: Banco de Imagem



A giardíase canina é uma infecção causada pelo protozoário *Giardia lamblia* atingindo cães de todas as idades e outras diversas espécies animais. A doença é classificada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma zoonose, ou seja, que pode ser transmitida dos animais para os humanos. Nos cachorros e seres humanos, o parasita se prende à parede do intestino delgado e causa problemas gastrointestinais como diarreia e vômito.

Sua transmissão ocorre por meio da ingestão de alimentos e/ou água contaminados pelos cistos do protozoário. “A prevenção, por meio da vacinação, é uma forma eficaz e segura de proteger o animal da doença”, diz a médica-veterinária e Gerente de Produtos para Animais de Companhia da Zoetis, Fabiana Avelar.

Para proteger o animal contra a giardíase, cuidados básicos de higiene como verificação da fonte da água de bebida e limpeza adequada de pisos e instalações são importantes. Os cistos de giárdia são altamente resistentes no meio ambiente e para eliminá-los são necessários produtos à base amônia quaternária.

“Os principais sintomas da doença são diarreia, com as fezes apresentando-se pastosas, de odor mais forte que o habitual e com pigmentos esverdeados. Outros sintomas incluem vômitos e

**“Os principais sintomas da doença são diarreia, com as fezes apresentando-se pastosas, de odor mais forte que o habitual e com pigmentos esverdeados. Outros sintomas incluem vômitos e flatulência”**

flatulência”, diz a médica-veterinária e Coordenadora de Serviços Técnicos para Animais de Companhia da Zoetis, Mariana Guedes.

Importante ressaltar que alguns cães não apresentam sintoma algum, mas por estarem infectados, continuam eliminando cistos no ambiente, trazendo situação de risco para crianças, adultos e outros animais, o que reforça ainda mais a importância de prevenir a doença.

O tratamento é realizado com medicamentos especí-

GBN MULTIMARCAS

VENDA  
TROCA  
COMPRA  
CONSIGNAÇÃO  
FINANCIAMENTO

19 98382-0454 ANDRE  
19 99856-0344 ALEXANDRE  
19 99737-2863 RADAMES

AV. INDEPENDÊNCIA, 1813, PIRACICABA - SP

VENDA MAIS ANUNCIE NO RÁDIO

PROGRAMA TROCANDO IDEIAS Mariana Meneghini

LÍDER ABSOLUTA DE AUDIÊNCIA EM PIRACICABA E REGIÃO

FALE CONOSCO (19) 98170-7010

ficos para a doença. O cão deve ser banhado com maior frequência e limpo sempre que defecar, para evitar espalhar os cistos pelo ambiente. O local onde o animal defeca deve ser limpo cuidadosamente, pois os cistos podem ter se espalhado e,

desta forma, poderão causar nova infecção. “Por esse motivo, é aconselhável que todos os animais e os humanos que compartilham do mesmo ambiente sejam tratados também, mesmo que não apresentem sintomas”, destaca Mariana.

Vantagens do ALUGUEL de uma IMPRESSORA A LASER

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

TC TONER COPY

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



## Campos do Jordão no Verão

Com atrações sustentáveis e imersas na natureza, Hotel Ort quer que hóspedes vejam a cidade como destino de passeio o ano todo

**D**urante o Inverno, Campos do Jordão costuma oscilar entre 6°C e 18°C. Sendo o destino com baixas temperaturas perfeito para pessoas de diversas regiões do Brasil, poucos se lembram que no Verão a temperatura na cidade é muito agradável, variando entre 20 e 25°C, tornando-a um ótimo lugar para programar as férias ou para passar um final de semana relaxante.

Foi justamente apostando no clima ameno, sem muito frio nem muito calor, que o Hotel Ort, mais jovem complexo de luxo de Campos, investiu em atrações perfeitas para todos os tempos. Baseado na onda do turismo sustentável e no crescente conceito de nothing-cation (nothing + vacation, que significa em português viajar para não fazer nada), o hotel espera atrair hóspedes

que preferem a natureza para relaxarem nas montanhas. Segundo o proprietário do Ort, Fabio Burg, "a ideia é que as pessoas se divirtam e, por que não, possam nos visitar a qualquer momento do ano para descansar e aproveitar uma boa gastronomia com uma bela paisagem em meio a muito conforto e sofisticação, seja vindo para aproveitar o frio europeu ou fugir do calor tropical".

Apesar de atrações indoors serem muito populares em destinos de Inverno, o Ort diversificou seus espaços de lazer e se dedicou a incorporar atividades em que o hóspede encontre aventura e contato com a natureza. Uma de suas principais ações nesse sentido foi a criação do Berg Explora, uma experiência de turismo de aventura regional e exclusiva para hóspedes. A ideia é levar o viajante a explorar não apenas na propriedade hotel,

como também na natureza da região.

As trilhas da Pedra do Baú e da Pedra Ana Chata, pontos de visitação muito conhecidos, são algumas das opções de passeio e contam com cachoeiras que podem ser muito melhor aproveitados em um dia de Sol do que em um dia de inverno jordanense. O Berg Explora oferece uma diversidade de trilhas que também podem incluir escalada e rapel em paisagens naturais.

O complexo também oferece bicicletas para incentivar seus hóspedes a explorar os arredores do hotel, repleto de mata atlântica preservada. Além disso, aproveitando o fato de estar bem no meio de uma área protegida e cheia de vegetação original, apostou muito na integração com a natureza nos últimos anos. A maioria de suas atrações, incluindo trilhas, arborismo, piqueniques e espaços de

descanso, está envolta por áreas verdes.

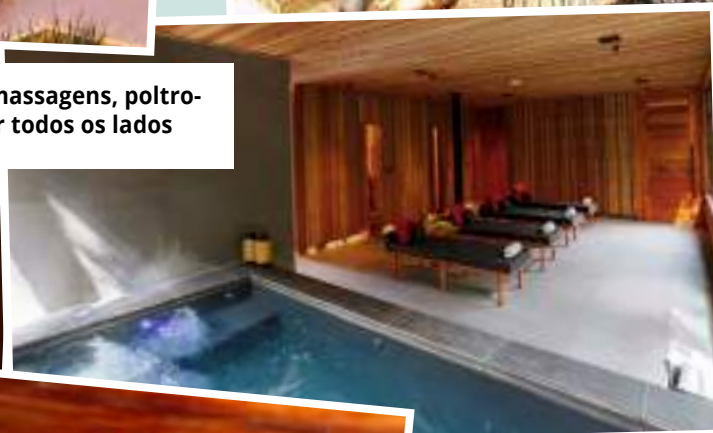
Já pensando em proporcionar experiência gastronômica refrescante e que fugisse da tradicional fondue de queijo jordanense, excelente opção para o Inverno, pratos alemães brasileiros foram incorporados pelo restaurante Küche, que fica dentro do hotel e é considerado o melhor restaurante de Campos segundo o Tripadvisor. Com ingredientes locais e técnicas clássicas, pratos, como o Knödel Mantiqueira e o Wiener Schnitzel, trazem a tradição e frescor que combina com o clima ameno do Verão em Campos. Muitas das sobremesas do Küche são variações com sorvete de sobremesas clássicas. E para as possíveis noites um pouco mais quentes, o Ort também abriga o mais exclusivo bar de drinks refinados e música ao vivo de Campos de Jordão, o Musik.

Fotos: Divulgação

Hotel Ort, mais jovem complexo de luxo de Campos do Jordão



Spa que oferece diversos tipos de massagens, poltronas, pufes e sofás espalhados por todos os lados



Gastronomia



As piscinas, três coberta e uma ao ar livre, são climatizadas e têm suas temperaturas adaptadas ao tempo



Quartos que proporcionam contato com a natureza

