

### Nova esperança para pessoas com fibromialgia



Foto: Divulgação

Pág. 03

Estudo desenvolvido por Rambam Health Care Campus, em Haifa, traz resultados promissores no combate à dor crônica

Uma pesquisa inovadora em testes com pacientes que sofrem de fibromialgia tem mostrado potencial e eficácia no combate e alívio dos sintomas

de quem tem dor crônica. O estudo, que envolve a administração de microbiomas intestinais, composição bacteriana presente em nosso organismo,

em pacientes com o distúrbio, está em andamento no Rambam Health Care Campus, um dos maiores hospitais da região norte de Israel, em Haifa.

Cultura

Pág. 24

Cidade

Pág. 09



Cultura

Pág. 20

### Esiopoeta, uma nova Galeria de Arte em Piracicaba



### Prefeitura passa a usar videomonitoramento para coibir imprudências

Cidade

Pág. 09

### Aeroporto Municipal começa a ser recapeado

Cidade

Pág. 06

### Plasma Rico em Plaquetas como alternativa aos preenchimentos faciais



Cidade

Pág. 04

### Lubrificante íntimo que ajuda a engravidar chega ao Brasil

Foto: Divulgação



Já comercializado em mais de 70 países, Conceive Plus tem formulação exclusiva aprovada pela Anvisa, que aumenta as chances de gravidez em até três vezes

Cidade

Pág. 05

### Pensão por morte: principais dúvidas após a Reforma da Previdência

Foto: Divulgação



Como se sabe, a pensão por morte é um benefício pago ao dependente do segurado em razão do falecimento deste. Essas dúvidas aumentaram mais ainda após a Reforma da Previdência.

Estética

Pág. 37

### Tipos de rugas e quais os tratamentos disponíveis





### ELEIÇÕES 2024



Artigo

## Impulsionar a indústria, gerar emprego e reduzir desigualdade

Começamos o ano com entusiasmo diante de uma excelente notícia para a categoria metalúrgica, o lançamento do plano Nova Indústria Brasil, pelo presidente wLuiz Inácio Lula da Silva.

O plano com ações que buscam o desenvolvimento para os próximos 10 anos, é uma retomada no desenvolvimento industrial. E consiste em atuar nos eixos de infraestrutura, tecnologia de defesa, transformação digital, saneamento, moradia e mobilidade, agroindústria, complexo industrial de saúde, bioeconomia e transição energética.

Piracicaba já se destaca como polo industrial, é referência em transformação e com oportunidades para a abertura de novas empresas e a chegada de multinacionais. Mas, é preciso mais de-

envolvimento e estratégias para retomada do crescimento, por isso, a Nova Indústria Brasil, é vista com bons olhos.

Com essa iniciativa, acreditamos que o plano irá contribuir principalmente, para a capacidade de gerar emprego e reduzir a tamanha desigualdade existente em nosso país.

O Sindicato dos Trabalhadores

**“Piracicaba já se destaca como polo industrial, é referência em transformação e com oportunidades para a abertura de novas empresas e a chegada de multinacionais”**

Metalúrgicos de Piracicaba e região tem uma história pautada na busca de salários dignos, geração de emprego e atuação diária para oferecer as melhores condições aos trabalhadores. Continuamos trabalhando, buscando inovação, desenvolvendo novos projetos e acreditando no Brasil, e em seus avanços para dias melhores.

**Wagner da Silveira (Juca) - Presidente do Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de Piracicaba e Região**

Toyota  
**Corolla  
branco  
pérola**  
GLI Upper, 2018, Flex

Por apenas  
**92.990,00**  
19 99310-3915  
Falar com Luciana

Artigo

## Contra o autoritarismo, participação e mobilização

Vivemos um período de grande autoritarismo no Estado de São Paulo. Herdeiro do bolsonarismo, o governo de Tarcísio de Freitas de caracteriza pela forma truculenta como age na política e na sociedade.

Foi com métodos autoritários que conseguiu aprovar na Assembleia Legislativa a privatização da SABESP, no final do ano passado, em meio a forte pancadaria da Polícia Militar contra manifestantes na galaria e nos corredores. Com truculência, aumentaram em pelo menos 45% as mortes provocadas por policiais militares em serviço entre janeiro e setembro de 2023, em comparação com o mesmo período de 2022, de acordo com dados da Secretaria de Segurança Pública do Estado.

Na Educação o autoritarismo está cada vez mais presente. Nesta semana, a Secretaria Estadual da Educação regulamentou, por meio de resolução, o disposto na Lei Complementar 1396/2023, também aprovada no final do ano passado, que determina demissão ou transferência de Diretores de escolas, Vice-Diretores e Supervisores de Ensino que não cumprirem determinadas metas que serão impostas pela própria SEDUC.

Essa avaliação de desempenho punitiva determinada no artigo 2º da LC 1396/2023 não visa atingir tão somente esses profissionais. A medida tem o objetivo de criar pressão sobre eles para que transfiram essa pressão aos professores e funcionários, criando uma espiral de mais assédio moral nas nossas escolas.

Por isso, nosso mandato popular e a APEOESP lutarão juntamente com a APASE, a UDEMO e demais entidades da Educação pela sua revogação. Na Assembleia Legislativa, realizarei uma audiência pública para debater esse tema, por meio do qual pretendo realizar com a comunidade uma discussão mais ampla sobre a questão educacional.

Evidentemente, se Diretores, Supervisores e Vice-Diretores eventualmente não estão cumprindo adequadamente suas funções – e não estão cometendo faltas graves previstas na legislação – cabe um processo de formação que permita aos gestores recolocar esses profissionais no sentido do cumprimento das políticas e diretrizes não apenas

emanadas do governo, mas também democraticamente definidas pela comunidade escolar, por meio de um projeto político-pedagógico elaborado e gerido pelos Conselhos de Escola, conforme determina a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional.

As escolas são espaços de convivência democrática e a processo educativo é, por natureza, coletivo e participativo. Não cabe ao Estado impor nas escolas públicas métodos gerenciais baseados em “produtividade” e “eficiência” típicos de empresas privadas e que não são regras sequer nas boas escolas privadas.

O fato é que o autoritarismo do governo Tarcísio e do seu secretário de Educação, Renato Feder, entre outras medidas, provocou a demissão de quase 50 mil professores temporários (e provocaria mais 61 mil demissões de professores com contratos ativos, sem a nossa interferência), passa pela manutenção das condições precárias de contratação, por um processo de atribuição de aulas com erros e injustiças, por assédio moral, desmonte da carreira do magistério e tantas outras medidas impostas à comunidade escolar.

A APEOESP não assiste a todo esse processo de forma passiva. A entidade reuniu mais de 5 mil professores e professoras em assembleia realizada no recesso escolar, no dia 9 de janeiro e vem atuando, inclusive judicialmente, em defesa dos interesses e direitos da categoria e também dos estudantes e suas famílias, que precisam de Educação pública de qualidade.

Vamos prosseguir. No planejamento escolar, o sindicato distribuirá aos professores e professoras um material analítico sobre as políticas educacionais do atual governo, preparando a categoria para grandes mobilizações ainda em fevereiro e em março, quando pretendemos realizar uma grande assembleia para a abertura da campanha salarial e educacional.

Contra o autoritarismo, nada melhor do que participação e mobilização.

**Professora Bebel é Deputada Estadual e Segunda Presidenta da APEOESP**

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



## Em Israel, pesquisa envolvendo microbioma oferece nova esperança para pacientes com fibromialgia

Estudo desenvolvido por Rambam Health Care Campus, em Haifa, traz resultados promissores no combate à dor crônica

Uma pesquisa inovadora em testes com pacientes que sofrem de fibromialgia tem mostrado potencial e eficácia no combate e alívio dos sintomas de quem tem dor crônica. O estudo, que envolve a administração de microbiomas intestinais, composição bacteriana presente em nosso organismo, em pacientes com o distúrbio, está em andamento no Rambam Health Care Campus, um dos maiores hospitais da região norte de Israel, em Haifa.

A fibromialgia é uma doença que afeta de 2% a 4% da população e é mais comum em mulheres. É caracterizada por dor generalizada e persistente, fadiga e problemas relacionados à concentração e à memória.

No estudo coordenado por Amir Minerbi, MD/PhD, vice-diretor do Instituto de Medicina da Dor do Rambam, membro do Instituto de Pesquisa Clínica do Rambam e professor sênior da Faculdade de Medicina Technion – Ruth e Bruce Rappaport, participaram 15 pacientes mulheres do hospital que lutam contra fibromialgia grave e resistentes ao tratamento. A pesquisa foi conduzida em colaboração com colegas da Universidade McGill, no Canadá, os professores Yoram Shir e Arkady Khotorsky, e a médica-cientista Milena Pitashny, chefe do Centro de Microbioma Clínico e de Pesquisa em Rambam, e contou com financiamento da Weston Family Foundation e do Ministério da Saúde de Israel.

Os microbiomas de sujeitos saudáveis de pesquisa foram transplantados e administrados a esses pacientes por meio de uma cápsula ingerível. Desse total, 11 participantes relataram menos dor, fadiga e distúrbios de memória, superando os efeitos dos tratamentos anteriores. “Essa melhora, inclusive, conti-

nuou por meses e os pacientes retornaram ao trabalho, aos estudos e ao estilo de vida habitual”, destaca Minerbi.

### **Conexões entre os microbiomas e o distúrbio da dor**

O estudo de Minerbi sobre a ligação entre bactérias intestinais e fibromialgia começou em 2017. Ele e seus colegas queriam descobrir se a microbiota intestinal também poderia influenciar os processos de dor. O estudo se concentrou na dor na fibromialgia por vários motivos: a causa desconhecida, sua prevalência e a falta de um método diagnóstico ou de tratamento eficaz.

A fase inicial da pesquisa incluiu a análise das diferenças estatísticas na composição do microbioma entre indivíduos saudáveis e aqueles com fibromialgia. “Foram encontradas diferenças marcantes entre 20 espécies bacterianas, que variaram em prevalência entre os dois grupos. Observamos que quanto maiores as diferenças no grupo da fibromialgia, mais graves eram seus sintomas”,



**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

**A fibromialgia é caracterizada por dor generalizada e persistente, fadiga e problemas relacionados à concentração e à memória**

**“Encontramos uma ligação quase direta entre a concentração de substâncias específicas influenciadas pela atividade bacteriana e a intensidade da dor relatada pelos pacientes. É importante ressaltar que essas substâncias podem ser medidas no sangue..”**

explica Minerbi.

Análises posteriores mostraram que essas bactérias liberavam certas substâncias ligadas ao sistema nervoso e à intensidade da dor relatada pelos pacientes. “Encontramos uma ligação quase direta entre a concentração de substâncias específicas influenciadas pela atividade bacteriana e a intensidade da dor relatada pelos pacientes. É importante ressaltar que essas substâncias podem ser medidas no sangue. Esta descoberta pode permitir o desenvolvimento de exames de sangue para diagnosticar e monitorar a fibromialgia”, relata o especialista do Rambam.

Ele descreve que “devido à sua natureza indescritível, a fibromialgia é categorizada mais como um distúrbio do que como uma doença. Apesar de existirem muitos sintomas, sua causa não é clara. Por isso, atualmente, não há outro método de diagnóstico além dos relatos subjetivos dos pacientes”.

De acordo com Minerbi, o sistema médico negligenciou a

doença e as pacientes do sexo feminino muitas vezes enfrentam ceticismo por parte dos seus prestadores de cuidados de saúde. “A causa subjacente dos sintomas permanece desconhecida e isso dificulta o desenvolvimento de tratamentos específicos. Contamos com o controle da dor e tratamento da fadiga e perda de memória. No entanto, tudo isso é paliativo e ineficaz.”

Para estabelecer a causalidade, ou seja, se esses microbiomas específicos causavam a fibromialgia, o grupo de pesquisa transplantou microbiomas de pacientes saudáveis do sexo feminino em camundongos livres de bactérias. Dentro de duas semanas, os ratos exibiram sintomas de fibromialgia que persistiram durante meses, fornecendo evidências convincentes do papel do microbioma no desenvolvimento da fibromialgia.

Uma investigação mais aprofundada revelou um impacto no sistema imunitário, perturbando o seu equilíbrio e fazendo com que ele atingisse áreas do sistema nervoso responsáveis pela sensação de dor. Os ratos receberam antibióticos para tratar o microbioma doente, após o que microbiomas de mulheres saudáveis foram transplantados para os ratos. Notavelmente, os sintomas de dor nos ratos desapareceram rapidamente.

O sucesso inicial do estudo encorajou a equipe de pesquisa a preparar uma investigação mais abrangente. “Faltou grupo controle e randomização no estudo. Em breve, recrutaremos 80 pacientes para um ensaio maior e controlado, que esperamos confirmar nossas descobertas”, acrescenta o Dr. Minerbi, o que abre caminho para uma maior compreensão e possíveis avanços no diagnóstico e tratamento para pessoas que sofrem de fibromialgia.



## Autorizado pela Anvisa, produto que ajuda a engravidar chega ao Brasil

Já comercializado em mais de 70 países, Conceive Plus tem formulação exclusiva e aumenta as chances de gravidez em até três vezes

**A**provado pela Anvisa, o lubrificante íntimo Conceive Plus acaba de chegar oficialmente ao Brasil. O produto aumenta em até três vezes as chances de gravidez porque cria condições adequadas para a concepção, equilibra o pH da vagina e aumenta o tempo de sobrevivência dos espermatozoides, entre outros benefícios. O produto está à venda em aproximadamente 300 farmácias das redes Drogaria São Paulo e Pacheco (e também no e-commerce dessas redes), além de disponível para compra nas lojas online da Droga Raia, Drogasil e por meio do site [www.conceiveplusbrasil.com.br](http://www.conceiveplusbrasil.com.br).

Com formulação exclusiva composta por íons de cálcio e magnésio e com pH favorável para sobrevivência e locomoção dos espermatozoides, o produto é seguro e não possui restrições de uso, segundo o fabricante. "O Conceive Plus é o único lubrificante vendido no Brasil que cria as melhores condições para ampliar as chances de concepção. Ele permite que os espermatozoides sobrevivam por até 72 horas. Quanto mais tempo eles forem capazes de fecundar um óvulo, maior a probabilidade de coincidir com a ovulação da mulher no período fértil", explica Carlos Alberto Dimarzio Filho, Gerente Geral da Euroart Import, importadora oficial do produto.

Ainda segundo Dimarzio, além da chancela da Anvisa no Brasil, e de órgãos internacionais, como o FDA (Food and Drug Administration) dos EUA, a eficácia do Conceive Plus foi comprovada por testes em laboratório. "Estudos científicos demonstram o quanto o produto é eficiente e realmente traz os resultados esperados. Mas, além disso, no mundo inteiro temos muitos relatos de casais que engravidaram após o uso do



Foto: Banco de Imagem

O produto é seguro e não possui restrições de uso

**“O Conceive Plus é o único lubrificante vendido no Brasil que cria as melhores condições para ampliar as chances de concepção. Ele permite que os espermatozoides sobrevivam por até 72 horas. Quanto mais tempo eles forem capazes de fecundar um óvulo, maior a probabilidade de coincidir com a ovulação da mulher no período fértil”**

lubrificante”, afirma.

Indicado para casais saudáveis, o produto deve ser utilizado na região íntima de 10 a 15 minutos antes da relação sexual, podendo ser reaplicado sempre que necessário. “O Concei-

ve Plus aumenta as chances de engravidar em até três vezes. Uma das vantagens é que a mulher e o homem podem utilizar o mesmo produto. Quando isso ocorre, os resultados podem ser ainda mais rá-

pidos”, diz Bruno Jacón de Freitas, Gerente de Qualidade e Assuntos Regulatórios da Euroart.

Desenvolvido por médicos da Universidade de Harvard (EUA) e produzido na França pela Sasmar Farmacêutica desde 2009, o produto conta com uma formulação sem componentes irritantes ou quimicamente agressivos, justamente porque os ambientes internos da vagina e do útero são extremamente sensíveis.

Segundo o fabricante, além de ser um importante auxílio para engravidar, o lubrificante íntimo pode ser utilizado por mulheres que têm secura vaginal, sentem dor na penetração e que utilizam indutor de ovulação. Homens com pouco volume de esperma também podem fazer uso do produto.

**Casa à venda!**

Valor: 790.000,00

- 3 quartos sendo 1 suite 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



## Principais dúvidas sobre a pensão por morte após a Reforma da Previdência

Guilherme Chiquini

**T**alvez nenhum benefício do INSS gere tantas dúvidas e incertezas quanto a pensão por morte. Como se sabe, a pensão por morte é um benefício pago ao dependente do segurado em razão do falecimento deste. Essas dúvidas aumentaram mais ainda após a Reforma da Previdência.

Primeiramente, é bom esclarecer que nem todas as pessoas têm direito à pensão por morte. Isso porque o primeiro requisito para gerar direito ao benefício é o fato de o falecido possuir a chamada "qualidade de segurado", ou seja, possuir "cobertura" do INSS no momento

do óbito. Tem qualidade de segurado a pessoa que contribui com o INSS, seja como empregado, autônomo ou facultativo. Portanto, se o falecido não possuía qualidade de segurado, infelizmente o seu dependente não fará jus à pensão. Já o aposentado que falece gera o direito à pensão ao seu dependente. E quem é o dependente? A qualidade de dependente está relacionada ao grau de parentesco do dependente com o falecido. Podem ser dependentes o cônjuge, os pais, o filho, o irmão.

Uma das principais dúvidas acerca da pensão por morte é sobre a possibilidade de ela ser acumu-

lada ou não com aposentadoria. Não há vedação alguma que impeça a acumulação de pensão por morte com aposentadoria. Sendo assim, tanto um aposentado que ficar viúvo poderá receber pensão por morte em razão do óbito de sua esposa quanto um pensionista poderá se aposentar.

Muitos acreditam ainda que o pensionista não pode se casar senão "perde" o benefício. Mito. Não há na lei nenhum dispositivo contrário à possibilidade de o viúvo ou a viúva se casar novamente. Deste modo, podem, tranquilamente, os viúvos contraírem novo matrimônio que não perderão o be-



Foto: Divulgação

Guilherme Chiquini

Advogado. Especialista em Direito Previdenciário: Concessão e Revisão de Benefícios do INSS - OAB/SP 370.740

nefício pago pelo INSS. No entanto, em caso de óbito do novo cônjuge, deverá o pensionista – casado pela segunda vez – optar pela pensão mais vantajosa, eis que há proibição de o pensionista receber duas pensões por morte em decorrência de óbito de cônjuge ou companheiro.

Por fim, outra dúvida muito comum entre as pessoas é se o cônjuge ou

companheiro que trabalha pode receber pensão por morte do segurado falecido junto com sua remuneração. A resposta é sim. Não há restrição alguma ao recebimento conjunto de salário ou remuneração pelo trabalhador com a pensão por morte.

Essas são, comumente, as principais dúvidas acerca da pensão por morte.



## 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





## Beleza Natural e Segura: Saiba como utilizar o Plasma Rico em Plaquetas (PRP) como alternativa aos preenchimentos faciais



Por utilizar os próprios componentes sanguíneos do paciente, os riscos de reações adversas, alergias ou rejeição são praticamente nulos

A técnica estética utiliza o próprio sangue do paciente para promover a cicatrização e regeneração de tecidos

Uma abordagem inovadora que tem ganhado destaque na estética é o uso de Plasma Rico em Plaquetas (PRP), como alternativa aos preenchimentos faciais tradicionais, onde o PRP utiliza os próprios recursos regenerativos do corpo para promover uma aparência mais jovem e revitalizada.

Para Lisney Daniele, especialista em harmonização orofacial, essa técnica é sustentável e econômica, além de deixar mais natural.

“O Plasma Rico em Plaquetas é obtido através da centri-

fugação do próprio sangue do paciente, isolando uma concentração elevada de plaquetas. Essas substâncias desempenham o papel na reparação e regeneração dos tecidos, tornando o PRP uma escolha segura para o rejuvenescimento facial”, comenta Lisney Daniele.

A técnica estética utiliza o próprio sangue do paciente para promover a cicatrização e regeneração de tecidos. O processo envolve a coleta de uma pequena quantidade de sangue, que é centrifugado para separar os componen-

“O tratamento é gradual, até que o paciente se sinta confortável com os resultados, que podem durar até um ano”

tes sanguíneos, concentrando as plaquetas.

A aplicação do plasma no rosto estimula a produção de colágeno e a regeneração celular, promovendo uma melhoria gradual na textura da pele, linhas finas e rugas.

“O tratamento é gradual, até que o paciente se sinta confortável com os resultados, que podem durar até um ano”, afirma a especialista.

Por utilizar os próprios componentes sanguíneos do paciente, os riscos de reações adversas, alergias ou rejeição

são praticamente nulos, tornando o tratamento uma opção segura para quem busca rejuvenescimento facial sem comprometer a segurança. Por usar preenchimento produzido pelo próprio paciente, o valor também é bastante atrativo.

O procedimento se tornou uma alternativa empolgante aos preenchimentos tradicionais, se destacando como uma opção promissora para aqueles que buscam uma aparência mais jovem, de maneira sustentável e econômica.

# 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.



## Onde a Serenidade Encontra um Lar

**E**m meio à agitação do cotidiano, o Cemitério Parque da Ressurreição emerge como um refúgio sereno, oferecendo um ambiente acolhedor e propício à reflexão. Com missas diárias às 7h, proporciona momentos de paz e conforto espiritual.

O Cemitério Parque da Ressurreição, com seus jardins bem

cuidados e paisagens tranquilas, proporciona um espaço acolhedor para honrar e lembrar entes queridos. A beleza natural se une à serenidade, criando um ambiente propício para a contemplação.

As missas diárias, realizadas às 7h, são um convite à espiritualidade e à união com a comunidade. Um momento de reflexão que fortalece laços e oferece conforto



Foto: Divulgação

As missas diárias, realizadas às 7h, são um convite à espiritualidade e à união com a comunidade



Cemitério Parque da Ressurreição é um espaço onde a memória é honrada, a espiritualidade é cultivada, e a paz encontra um lar

durante a jornada do luto.

O Parque oferece a possibilidade de planejamento, com a venda de jazigos. Uma escolha consciente que proporciona tranquilidade à família, assegurando um local digno para aqueles que amamos.

A administração está pronta para atender das 7h30 às 17h, de segunda a sexta-feira. Uma equipe dedicada para orientar e oferecer suporte em todos os detalhes necessários.

Em cada detalhe, o Cemitério Par-

que da Ressurreição é um espaço onde a memória é honrada, a espiritualidade é cultivada, e a paz encontra um lar. Estamos aqui para caminhar ao seu lado, proporcionando conforto em todos os momentos.

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.



**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)





## Saiba como cuidar de sua rede de esgoto

Usando a rede de forma correta, todo o sistema de esgotamento sanitário funciona de maneira positiva

Viver em sociedade requer muita responsabilidade, pois fazemos parte de um coletivo. Desde não jogar lixo na rua até cuidar de nossas calçadas, muitas de nossas atitudes interferem na vida de outras pessoas. O mesmo vale para a rede de esgoto interna de um imóvel. A forma como você cuida de sua rede, impacta no seu bairro, na sua região e até na sua cidade.

É bem fácil de entender: a rede de esgoto interna é aquela que recebe todo o resíduo proveniente de atividades diárias, como lavar roupas e louças, tomar banho, acionar a descarga de vasos sanitários, escovar os dentes, entre outras. Descartar lixo e objetos em vasos sanitários ou em ralos, entopem a rede, provocando transtornos não só para quem mora no imóvel, mas na rede pública da cidade. Por isso é muito importante a conscientização sobre o uso correto da rede.

Mas não são só lixo e objetos descartados indevidamente que ocasionam entupimentos e, conseqüentemente, extravasamentos de esgoto. Um dos principais motivos de ocorrências dessa natureza é quando a rede pluvial, aquela que recebe a água de chuva, está ligada à rede de esgoto.

“A tubulação da rede de esgoto é dimensionada para receber somente o esgoto doméstico. Sendo assim, não tem capacidade para suportar o grande volume proveniente das águas de chuva, podendo ocorrer transbordamentos”, explica o coordenador de Operações e Serviços, Alan Pedra.

Além da questão do diâmetro da tubulação, Alan comenta que há outras diferenças. “A rede pluvial coleta a água de chuva por meio das bocas de lobo (bueiros), que ficam próximas às calçadas. Já as redes coletoras de esgoto são dimensionadas para receber exclusivamente efluentes, que são resíduos líquidos

provenientes de diversas atividades que utilizam água nas residências, como cozinhas e sanitários”, reforça.

Ele lembra ainda que o esgoto lançado incorretamente na rede pluvial vai diretamente nos corpos hídricos (rios, córregos e ribeirões), impactando os mananciais. “É importante que as pessoas verifiquem suas redes. Assim, estão contribuindo para a preservação do meio ambiente e para a saúde da população”, conclui Alan.

### Fique de olho

– A água de chuva não pode estar ligada à rede de esgoto. Esta prática causa transtornos e prejuízos, pois provoca entupimento, rompimento de tubulação e transbordamento de esgoto nas ruas ou dentro do imóvel;

– As águas de chuva devem ser conduzidas para as sarjetas, de onde vão para as bocas de lobo e seguem seu trajeto para córregos, ribeirões e rios;

– Para regularizar as instalações, tanto da ligação da rede de esgoto do imóvel ou para deslacrar a caixa de inspeção, é preciso contatar o serviço de um pedreiro de sua confiança.

### Use corretamente

Alan lembra ainda que a rede coletora de esgoto - pias, ralos e vasos sanitários, não deve ser utilizada para descarte de óleo de cozinha usado e gorduras em geral, papel higiênico, cotonetes, preservativos, absorventes higiênicos, fraldas descartáveis, fios de cabelo, peças íntimas, entre outros objetos. “Usando a rede de forma correta, todo o sistema de esgotamento sanitário funciona de maneira positiva e em prol da saúde de todos. É uma responsabilidade de todos nós”, afirma.

### Plano Águas de Verão

Para minimizar as ocorrências de entupimentos e extravasamentos

de esgoto, a Mirante vem colocando em prática, desde outubro de 2023, o Plano Águas de Verão. O objetivo é conscientizar a população para reduzir a quantidade de lixo descartado indevidamente na rede, além de orientar sobre a separação da rede pluvial da rede de esgoto.

As áreas de Serviços e Responsabilidade Social da Mirante vem realizando encontros com moradores de vários bairros da cidade para orientar sobre o uso correto da rede de esgoto, especialmente a separação da rede pluvial da rede de esgoto. “Esse é um dos principais motivos de entupimento e extravasamento de esgoto, especialmente no período chuvoso”, diz a coordenadora de Responsabilidade Social da concessionária, Andréia Ferreira.

Quer receber o Plano Águas de Verão no seu bairro/associação? Entre em contato pelo e-mail [responsabilidadesocial@miranteppp.com.br](mailto:responsabilidadesocial@miranteppp.com.br).

### Quem somos

#### Mirante

A Mirante é uma empresa da Aegea Saneamento, líder no setor privado no Brasil. Desde 2012, a empresa é responsável pelo esgotamento sanitário da área urbana de Piracicaba (SP), município que em



Uma das principais causas de extravasamento é a ligação irregular de água pluvial na rede de esgoto

2014 atingiu a universalização do serviço de saneamento. A operação funciona por meio de uma PPP (Parceria Público-Privada) com o Semae (Serviço Municipal de Água e Esgoto) de Piracicaba.

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

#### Aegea

Criada em 2010, a Aegea é líder no

setor privado de saneamento básico no Brasil. Em cada município onde atua leva mais saúde e qualidade de vida para a população, respeitando sempre o meio ambiente e a cultura local. Hoje são mais de 30 milhões de pessoas atendidas em 500 cidades de 16 estados, de norte a sul do Brasil.

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



## Consórcio ou financiamento?

Transforme seus planos em realidade com o Consórcio ou Financiamento! Descubra a melhor opção para você através de uma conversa especializada com os experts da Planalseg.

Vamos juntos tornar seus sonhos possíveis!

Converse com nossos especialistas:



19 3447.2000



Pedro de Linardo, Diretor da Planalseg

Grupo **Planalseg**  
Corretora de Seguros

### CONSÓRCIO OU FINANCIAMENTO?

**AUTO**

**IMÓVEL**

Seja qual for a sua necessidade, temos o plano perfeito para você!

**Solicite uma cotação.**



## Segurança no trânsito: Prefeitura passa a usar videomonitoramento para coibir imprudências

Imagens das câmeras da Central Integrada de Monitoramento e Mobilidade serão analisadas por agentes

Com o intuito de tornar o trânsito de Piracicaba cada vez mais seguro, tanto para pedestres quanto para motoristas, a Prefeitura, por meio da Semuttran (Secretaria Municipal de Mobilidade Urbana, Trânsito e Transportes), passa a utilizar agora o videomonitoramento para fiscalizar e coibir imprudências. O sistema consiste no acompanhamento, por parte dos agentes de trânsito, das imagens das câmeras da CIMM (Central Integrada de Monitoramento e Mobilidade). Inicialmente serão utilizadas seis câmeras em três pontos da cidade. Piracicaba registrou 22 mortes em acidentes de trânsito em 2022, em vias municipais, número que subiu para 36 em 2023.

O anúncio desta nova ferramenta aconteceu na manhã de hoje, sexta-feira, 26/01, em coletiva de imprensa com a presença do prefeito Luciano Almeida e da titular da Semuttran, Jane Franco Oliveira.

Entre as imprudências a serem flagradas em tempo real pelo videomonitoramento estão o de avanço de sinal vermelho, parada sobre a faixa de pedestres, retorno e conversão proibidas pela sinalização e veículos estacionados em lugares proibidos. A fiscalização e autuação por videomonitoramento são autorizadas desde 2022 pelo Contran, por meio da Resolução 909/2022.

Os pontos onde serão monitoradas as imprudências por meio desta nova ferramenta são: avenida Dr. Paulo de Moraes x rua Benjamin Constant, avenida Armando de Salles Oliveira x rua Regente Feijó e avenida Independência x rua XV de Novembro. Assim que constatada a transgressão da lei, o



Fotos: Justino Lucente

### Autoridades presentes na coletiva de imprensa para lançamento do videomonitoramento no trânsito

agente faz o print (imagem) da tela de monitoramento e preenche o formulário para emissão de multa. No último ano foram registrados 45 acidentes na avenida Armando de Salles Oliveira; 38 na avenida Independência e 29 na avenida Dr. Paulo de Moraes.

“Essas avenidas são as três com maior número de sinistros no município. Elas foram escolhidas porque já possuem as câmeras de videomonitoramento e porque têm grande fluxo de veículos e pedestres, portanto, com possibilidade mais elevada de número de acidentes”, explicou Ricardo Piton, responsável pela CIMM.

Segundo a secretária da Semuttran, Jane Franco Oliveira, a utilização desta nova ferramenta tecnológica atende a população que cobra ações para refrear as imprudências e também para conscientizar a sociedade. “Os motoristas estão desrespeitando regras básicas no trânsito e a população pede por providências. Na nossa fase de estudos para implantação do videomonitoramento, apenas no horário de pico, entre 16h30 e 18h30,

contabilizamos 400 imprudências em 20 dias. Isso significa que foram, portanto, 400 situações que poderiam resultar em acidentes. As pessoas precisam entender que o respeito às leis de trânsito é essencial para a vida, então adotamos essa nova ferramenta para reforçar nossa fiscalização”, falou.

De acordo com o prefeito Luciano Almeida, novas câmeras devem chegar para ampliar o serviço, visando a criação de um sistema integrado de videomonitoramento com as forças de segurança, trânsito e socorro. “Os números de acidentes e mortes são inadmissíveis, então buscamos estratégias para ter cada vez mais um olhar atento ao trânsito. E já estamos com processos de licitações em andamento para, em breve, ter mais câmeras de fiscalização no trânsito e de segurança. Nosso intuito é integrar um sistema de monitoramento, colaborando para o controle e eficiência no atendimento às ocorrências”, falou o chefe do Executivo.

Participaram, ainda, da coletiva de imprensa os vereadores Gustavo Pompeo e Paulo Camolesi.



Coletiva aconteceu na CIMM

## Aeroporto Municipal começa a ser recapeado; prefeito Luciano Almeida acompanhou os serviços

Obra contempla novo pavimento em 36 mil metros quadrados da pista e ampliação da taxiway

O prefeito Luciano Almeida esteve na manhã de hoje, 26/01, no Aeroporto Municipal Pedro Morganti, que começou a receber novo pavimento na pista de pousos e decolagens. A obra, realizada por meio da Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Trabalho e Turismo (Semdettur), vai contemplar 36 mil metros quadrados da pista.

Também será executada ampliação da taxiway, com aplicação de camada impermeabilizante e ligante em 4.000 metros quadrados.

“Iniciamos nesta semana os serviços de recuperação da pista de pousos e decolagens, mas vamos continuar com esse projeto. A ideia é também ampliar a pista em 300 metros, assim conseguiremos receber aviões de até 100 passageiros, e também instalar novos hangares. Queremos consolidar o Aeroporto como regional na Região Metropolitana de Piracicaba”, destacou Luciano Almeida.

A obra, que tem investimento total de R\$ 4.254.976,53, é uma benfeitoria exigida de acordo com os regulamentos da Agência Nacional de Aviação Civil (Anac).

Segundo a Semdettur, o recape da pista é a obra mais importante para a segurança dos usuários porque vai eliminar os buracos e ondulações na pista, ocasionados nos últimos anos pela aterrissagem diária das aeronaves.

Fotos: Divulgação



O prefeito Luciano Almeida acompanhou o andamento dos serviços hoje



Obra contempla novo pavimento em 36 mil metros quadrados da pista e ampliação da taxiway

### Aulas gratuitas de alongamento na Vila Rezende

Moradores dos bairros Vila Rezende, Jardim Monumento, Nova Piracicaba e região podem participar de aulas gratuitas de alongamento, oferecidas pela Selam/Prefeitura de Piracicaba, na Associação Amigos da Vila Rezende (localizada à avenida Clemente Ferreira, 1.026, Jardim

Monumento).

As aulas são gratuitas, abertas a todos os interessados e ocorrem às terças, quartas, quintas e sextas-feiras, em dois horários distintos: às 7h50 e às 14h.

As atividades são ministradas pelo educador físico Izael Marin e mantidas pela Selam/Prefeitura Municipal de Piracicaba. Mais informações pelo fone: (19) 98724-8333.



## Helinho Zanatta assume presidência do PSD de Piracicaba

Partido deve lançar candidatura própria à Prefeitura de Piracicaba, mais cotado é do deputado Helinho Zanatta

Foto: Divulgação/Assessoria Parlamentar/Pedro Gil



Francisco Duarte, Vanderlei Dionísio, Helinho Zanatta, Hélio Vilani e Miromar Rosa

O Partido Social Democrático (PSD) deverá ter candidato próprio para concorrer às eleições em outubro deste ano em Piracicaba. Para isso, a sigla já dá passos importantes na consolidação de um grupo forte para acirrar ainda mais a disputa eleitoral. O nome mais cotado para disputar a Prefeitura de Piracicaba é do deputado estadual e vice-presidente da Alesp, Helinho Zanatta.

Nesta semana, o ex-prefeito por quatro mandatos nas cidades de São Pedro e Charqueada, assumiu a presidência do PSD e vem trabalhando intensamente por pautas estruturantes na Região Metropolitana de Piracicaba. O partido tem mais de 300 prefeitos no Estado, além de forte inserção no governo de Tarcísio de Freitas, de quem Helinho também é aliado na Alesp.

“O PSD tem trilhado um caminho de fortalecimento em todo o estado de São Paulo. Recebi com louvor essa missão de coordenar um grupo

**“O PSD tem trilhado um caminho de fortalecimento em todo o estado de São Paulo. Recebi com louvor essa missão de coordenar um grupo forte, coeso e comprometido com o desenvolvimento da região de Piracicaba e também da nossa cidade de Piracicaba, em especial...”**

forte, coeso e comprometido com o desenvolvimento da região de Piracicaba e também da nossa cidade de Piracicaba, em especial. É uma missão dada pelo nosso presidente nacional Gilberto Kassab e que tem o apoio do governador do Estado, Tarcísio de Freitas. Assumimos esse papel de protagonista e vamos lutar para que o partido cresça e contribua cada vez mais com a sociedade”, disse Zanatta.

Sobre uma candidatura própria do PSD em Piracicaba, Helinho confirmou que este é o caminho que tem se desenhado até agora. “Vimos para sermos protagonistas. Então, certamente, isso passa por uma candidatura própria na cidade e uma chapa de vereadores forte. Piracicaba precisa voltar a ser grande e enxergada em todo o Estado com o potencial que sempre lhe foi peculiar. É por isso que vamos trabalhar”.

Além disso, ele destaca que o PSD já tem conversado com outros partidos da cidade, visando a formação de um grupo forte para o pleito eleitoral. “Não é um projeto personalista, nem de um único partido e sim um projeto de um grupo, que pensa e discute a cidade”, disse Helinho.

**NOVO DIRETÓRIO** - O PSD passou a ter uma nova composição em Piracicaba. Além do atual presidente Helinho Zanatta, a vice-presidência do partido ficou sob comando do ex-vereador e ex-presidente da Câmara, Vanderlei Dionísio, que já concorreu à prefeitura e obteve boa votação.

O ex-assessor parlamentar da Câmara Municipal, Hélio Vilani, assumiu a secretária-geral; Francisco Duarte, Chefe de Gabinete do deputado, ficou com a 1ª tesouraria, tendo o jornalista Miromar A. Rosa, ex-chefe de Gabinete da Prefeitura de Piracicaba, assumido a função de 2ª tesoureiro. O ex-vereador Francisco Roncatto será o vogal.

## Visto EB-2 é o caminho mais popular para aqueles que almejam um Green Card e a residência permanente nos EUA

Kris Lee, sócia-gerente e advogada americana da LeeToledo PLLC



O visto EB-2 tem se destacado como uma opção atrativa para aqueles que almejam viver nos Estados Unidos, oferecendo um leque abrangente de oportunidades. Diferentemente dos vistos convencionais, o EB-2 proporciona aos aprovados a obtenção do tão cobiçado Green Card, possibilitando a residência permanente no país norte-americano.

Recentes pesquisas apontam que 37,52% dos green cards concedidos em 2021 foram para solicitantes do visto EB-2, que possuem o objetivo de exercer suas profissões legalmente nos EUA.

De acordo com Kris Lee, sócia-gerente e advogada americana da LeeToledo PLLC, com mais de 30 anos de prática em Direito, para garantir a aprovação do EB-2, os solicitantes devem se enquadrar nos requisitos estipulados pelo consulado. “O visto é concedido para profissionais com mais de cinco anos de graduação, indivíduos com habilidades excepcionais e empresários com mais de 10 anos de experiência. Além disso, um ponto crucial é a exigência de uma oferta de emprego nos EUA”, revela.

### Variedade de perfis atendidos pelo EB-2

Segundo a especialista, o visto EB-2 é destinado a uma variedade de perfis, desde graduados com experiência até empresários consolidados. “Profissionais com habilidades excepcionais, como artistas, atletas e pesquisadores também encontram nessa categoria uma porta de entrada para a vida nos EUA. A amplitude de possibilidades oferecidas pelo EB-2 o torna uma escolha flexível para os mais diversos aspirantes à imigração”, pontua.

### Green card e a importância do auxílio jurídico

Um dos grandes atrativos do visto EB-2 é que, após a aprovação, o solicitante recebe também o tão cobiçado Green Card. “Esse documento concede não apenas a permissão para viver nos Estados Unidos, mas a possibilidade de residência legal e permanente para o solicitante e sua família, proporcionando estabilidade e segurança a longo prazo”, declara.

**“Esse documento concede não apenas a permissão para viver nos Estados Unidos, mas a possibilidade de residência legal e permanente para o solicitante e sua família...”**

Dada a complexidade do processo de solicitação e a variedade de perfis contemplados, é fundamental contar com o auxílio de um advogado especializado. “Um profissional será capaz de orientar o cliente de forma personalizada, levando em consideração as nuances específicas de cada caso e desempenhando um papel crucial no sucesso do processo”, relata.

Kris Lee acredita que o visto EB-2 se destaca como uma das opções mais populares para quem busca a residência permanente nos Estados Unidos. “A categoria oferece não apenas uma via para o status de imigrante, mas também a perspectiva de estabilidade a longo prazo por meio do Green Card”, finaliza.

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



## Ministro avisa Bebel que regionalização do aeroporto de Piracicaba será oficializada

O objetivo é viabilizar a transformação do aeroporto regional, para que possa passar a receber voos regionais



Foto: Divulgação

Márcio França junto a deputada Professora Bebel

### Vanderlei Zampaulo

O aeroporto Pedro Morganti, de Piracicaba, deverá ter a sua regionalização anunciada nos próximos dias pelo governo federal, através da Infraero. Foi o que disse o ministro de Micro e Pequenas Empresas, Márcio França, em vídeo dirigido à deputada estadual Professora Bebel (PT), nesta última quarta-feira, 24 de janeiro.

Márcio França, que ocupou o Ministério de Portos e Aeroportos no governo do presidente Lula, lembra que foi a deputada Professora Bebel quem o procurou visando viabilizar a transformação do aeroporto regional, para que possa passar a receber voos regionais. No vídeo, o ministro diz: "Amigos e amigas de Piracicaba, sou Márcio França, ministro do presidente Lula, ex-governador de São Paulo, e quando estive no Ministério de Portos e Aeroportos, a deputada Professora Bebel foi a primeira pessoa que falou da possibilidade da gente voltar a usar o aeroporto de Piracicaba como uma alternativa importante para voos regionais. Por isso, quero reafirmar isso Professora Bebel. Obrigado pela força. Parece que vai sair".

Márcio França, amigo da Professora Bebel, já havia conversado com a deputada sobre a regionalização do aeroporto

logo no início do ano, assim que assumiu o Ministério, inclusive a recebeu em audiência em Brasília, na manhã do dia cinco de junho do ano passado, no próprio Ministério de Portos e Aeroportos, para tratar do assunto. A audiência também contou com a participação de Marcos Petri, presidente da estadual do Sindreceita - Sindicato dos Analistas Tributários da Receita Federal, que tem articulado junto a deputada melhorias para o aeroporto.

Naquela audiência, o ministro Márcio França deixou claro que a Prefeitura precisaria fazer a concessão do Aeroporto Pedro Morganti, que é municipal, para o governo federal poder fazer os investimentos necessários a fim de que seja credenciado como regional pela Infraero.

A deputada Professora Bebel, que é a principal liderança do PT na região, por sua forte relação com o governo do presidente Lula, foi chamada a intervir para garantir que o aeroporto de Piracicaba realmente seja transformado em um aeroporto regional, contribuindo assim para o desenvolvimento de toda região. De acordo com a deputada, naquela audiência, o ministro Márcio França, com quem tem uma boa relação, assegurou que com a concessão do aeroporto, o governo do presidente Lula, que está atuando em diversas frentes visando garantir a retomada do desen-

volvimento do país, estará assegurando recursos necessários para que sejam realizadas as obras e melhorias necessárias para que o aeroporto passe a ser regional, contribuindo assim para o desenvolvimento de toda região.

Na audiência, ainda, o ministro disse que o governo federal do presidente Lula já considerava o aeroporto de Piracicaba como estratégico para aviação nacional, mas ainda precisava destinar os recursos e isso depende da concessão. "O plano é a ampliação da estrutura existente que passará a atender 24 municípios da Região Metropolitana de Piracicaba", conta a deputada.

Segundo falou o então ministro Márcio França, ainda, por fazer parte da rede estratégica de aeroportos do país, o de Piracicaba deve receber recursos da União para melhoria do perímetro patrimonial, auxílios visuais e capacitação dos funcionários do aeroporto. "Fiquei muito feliz com a notícia dada pelo ministro e, certamente, nos próximos dias haverá o anúncio oficial, o que muito contribuirá para ajudar a alavancar ainda mais o desenvolvimento da nossa cidade e toda região metropolitana, o que gera novas oportunidades de empregos, renda e consequentemente melhor qualidade de vida para todos", completa Bebel.

## Como a reforma tributária pode impactar a transferência de bens



Hygoor Jorge

O tema "Reforma tributária" tem ganhado grande foco nos últimos tempos e, apesar das alíquotas ainda não estarem definidas, já que o Congresso tem um prazo de até 180 dias para fazê-lo, já é possível inferir alguns pontos relacionados à transferência de bens.

Segundo o Hygoor Jorge, advogado há 20 anos, consultor jurídico com atuação em âmbito nacional e internacional, coordenador da pós-graduação em Planejamento Patrimonial e Holdings da PUC/MG e professor de cursos de pós-graduação e do LLM em Direito Empresarial do IBMEC/RJ no módulo de Planejamento Sucessório e Empresas Familiares, com a reforma, não será mais possível, por exemplo, eleger um domicílio para alcançar uma tributação melhor no caso da realização do inventário de um falecido.

"Uma pessoa que recebe, por exemplo, uma casa no valor de R\$ 1 milhão de reais, ou R\$ 1 milhão de ativos nessa casa através de cotas de uma holding, não consegue mais escolher um estado com menor tributação para fazer o inventário. Com isso, era possível conseguir um benefício de até 400% menos de tributo. Essa é uma possibilidade que acaba com a reforma tributária", explica. Outro ponto apontado pelo advogado é que foi extinto com a reforma tributária a possibilidade de se fazer a eleição do seu domicílio para fazer a doação.

De acordo com Hygoor Jorge, a reforma tributária determinou a progressividade do imposto, de sorte que todos os estados deverão ter tributação progressiva. "Aí, dependeremos das legislações dos estados e de quando que eles vão fazer isso, exercendo a sua competência de alterar a legislação do ITSM, que é o imposto de herança. Ou seja, cada estado tem a sua. Nós temos 27 legislações e tudo vai depender de como os estados vão fazer a progressividade, porque hoje nós temos alíquotas que variam muito", afirma.

O especialista explica que alguns estados, tais como Paraná, Minas Gerais, Espírito Santo, Amazonas e São Paulo têm alíquota única. "A grande questão é que acabando a alíquota única, você terá uma progressividade que poderá alcançar até 8%. Então pode ser que os estados passem a legislar dentro dessa progressividade com alíquotas maiores, e aí aquelas possibilidades que hoje ainda existem de você eleger um outro domicílio tributário para fazer a transferência do seu patrimônio vão acabar", diz ele.

**Hygoor Jorge, Advogado e consultor jurídico com atuação em âmbito nacional e internacional; Pós-graduado em Direito Tributário e Processo Tributário; Mestrando em Contabilidade Tributária**

Atualmente, segundo Jorge, quando se faz uma doação de cotas de uma holding, o Código Internacional autoriza a fazer a alteração de domicílio fiscal para sair de uma tributação de 8%. "Vamos supor que uma casa tenha sido comprada por R\$ 100 mil reais e hoje ela vale R\$ 1 milhão. Se ela fosse transferida de maneira comum, você pagaria 8% sobre R\$ 1 milhão, ou seja, R\$ 80 mil reais. Com a alteração de domicílio fiscal, você pode ir para uma jurisdição mais benéfica e pagar 2% ou 4% sobre o valor histórico, que é o valor que está no seu imposto de renda. Então daria R\$ 2 mil ou R\$ 4 mil reais no lugar de R\$ 80 mil reais", exemplifica.

Para o advogado, algumas questões da reforma ainda não estão claras, mas há movimentos que indicam essa progressividade. "Agora teremos que saber qual será essa progressividade. Sabemos que o teto hoje é de 8%, mas temos já uma série de projetos dentro do Senado para aumentar esse teto de 8% para 16% ou 20% ou até mesmo 30%", finaliza.



## Emoção marca revelação do ganhador do apartamento na promoção Acipi+Presente

André Hendrick Rodrigues foi o consumidor sorteado. Teste de chaves marcou o encerramento da programação comemorativa aos 90 anos da entidade

**A**nsiedade e muita emoção definiram a noite de ontem (23) na Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba). Um misto de sentimentos tomou conta do auditório da durante o teste das chaves para conhecer o ganhador(a) do apartamento da promoção Acipi + Presente. O feliz foi o vendedor André Hendrick Rodrigues.

Foram 10 consumidores sorteados no dia 9 de janeiro, quando ocorreu o último sorteio da promoção, referente ao Natal. Os 10 receberam ontem, cada um, uma chave teste para tentar abrir a porta montada no palco e que representou a entrada do novo apartamento de dois dormitórios avaliado em R\$ 250 mil. Cada um deles também recebeu um vale-compras de R\$ 150,00.

O auditório ficou lotado de convidados e as torcidas de cada um dos "possíveis ganhadores" do imóvel, além dos também contemplados no sorteio de Natal (consumidores e empresários), os quais foram entregues na ocasião.

Ao abrir a porta, houve muita festa e animação. "Cancelei um compromisso em São Paulo para estar aqui. A gente que trabalha com vendas sabe o quanto é corrido, mas fiz questão de cancelar para vir aqui na Acipi. Estava convicto de que ganharia. Estou muito feliz. É uma conquista maravilhosa", disse.

Rodrigues relatou que é cliente da Sousa Gonçalves Veículos há bastante tempo. "Eles são meus padrinhos de casamento, então, vou sempre na loja. Como atuo no com evento off road, estou sempre prestigiando e trabalhei lá muitos anos", contou.

O evento de ontem encerrou também a programação em



André Hendrick Rodrigues foi o ganhador do apartamento sorteado na campanha Acipi+Presente



A entrega dos prêmios do sorteio de Natal encerrou a programação comemorativa aos 90 anos da Acipi

**“Cancelei um compromisso em São Paulo para estar aqui. A gente que trabalha com vendas sabe o quanto é corrido, mas fiz questão de cancelar para vir aqui na Acipi...”**

comemoração aos 90 anos da Acipi. "Fechamos com chave de ouro. Com muita alegria, conhecemos o grande ganhador do apartamento. Estamos felizes e satisfeitos com mais essa promoção, que bateu recorde de participação das empresas e entregou cerca de 150 prêmios, sendo um deles o apartamento, numa parceria especial com a Embraplan. Que o André seja muito feliz com o seu imóvel", afirmou o presidente Marcelo Cançado.

Além de André, concorreram ao apartamento: Simone Dias Urias Moreira, Claudete Aparecida Sabatin Torina, Bárbara Fernanda da Silva, Fernanda Fernandes Campos, Luciane Prado Rocha Lopes, José Antonio Cardena Melotto, Rodrigo Cesar Nazatto, João Batista Paulino e Lia Maura Angelocci.

"Ficamos muito satisfeitos pela parceria com a Acipi. Que Deus abençoe o André e sua nova casa", destacou a diretora da Embraplan, que também participou do teste das chaves, Vanessa Gullo.

A Acipi agora tratará dos trâmites correspondentes à transferência e toda documentação do imóvel de Rodrigues, sem custo algum para o ganhador. "Vale a pena preencher o cupom e participar!", frisou o ganhador.



O auditório ficou lotado de convidados e das torcidas de cada um dos possíveis ganhadores do imóvel

Fotos: Isabela Borghese

## Deputado apoia pré-candidatura de Alex para prefeito

Lucas Bove esteve em Piracicaba para ratificar apoio ao colega da Alesp

Foto: Aldo Guimarães



Lucas Bove junto a Alex Madureira

A cada dia, surgem nomes de influência política reforçando o grupo do deputado Alex Madureira (PL) para a disputa a cargo de prefeito de Piracicaba. Na última sexta-feira (19), quem oficializou apoio à pré-candidatura de Alex Madureira a prefeito foi o também deputado estadual pelo Partido Liberal, Lucas Bove, que esteve na cidade e se encontraram em um restaurante localizado nas margens do Rio que banha o município paulista.

Em seu segundo mandato como deputado estadual e conhecido no ambiente político pelo seu perfil de articulador, Alex Madureira é pré-candidato a vereador nas eleições municipais de 2024.

"Em seu primeiro mandato, o Lucas Bove é uma nova liderança da polícia paulista e que vem despontando no quadro do PL, tanto que é vice-líder do Partido na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo. Temos muitas afinidades e fiquei muito honrado e receber seu apoio. Espero fazer jus ao seu voto de confiança pela minha pré-candidatura à prefeitura de Piracicaba", afirmou Alex Madureira.

O encontro entre os dois deputados do parlamento paulista contou ainda com a presença de correligionários do PL, lideranças, apoiadores e simpatizantes, com quem mantém uma histórica relação política. "Contamos com o aval do nosso grupo político que acredita que Piracicaba merece uma efetiva renovação política", ressaltou Alex Madureira.

Estando em seu primeiro mandato como deputado estadual por São Paulo, após ser Alex Madureira eleito com expressivos 130.451 votos, em

2022, Lucas Bove lembrou que já esteve na cidade outras vezes, tanto que aqui recebeu perto de 1500 votos na última eleição.

"Conheci o Alex Madureira agora no início do meu mandato na Alesp e decidi apoiá-lo porque tenho acompanhado seu trabalho e vi o quanto é dedicado, principalmente pude perceber isso durante a relatoria do orçamento de 2024. Tenho certeza de que é uma figura que está à altura do que Piracicaba merece", justificou Bove.

A reunião ainda teve como objetivo selar a parceria entre Alex Madureira e Lucas Bove para o projeto eleitoral de 2024, mais especificamente quanto aos candidatos que pretendem concorrer às eleições municipais neste ano.

"Foi muito gratificante tê-lo recebido em Piracicaba, mas não apenas pelo apoio recebido, também conversamos sobre os desafios da Região Metropolitana, especialmente sobre a cidade de Piracicaba e sobre as pautas desta semana na Alesp", completou Alex Madureira.



## Simespi faz pesquisa salarial com associadas

Levantamento bienal, feito desde 1995, é o único do gênero na região

O Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras) inicia o ano com a missão de apurar, entre suas associadas, como estão os salários pagos e benefícios concedidos pelo setor metalmeccânico. A pesquisa salarial, única do gênero em Piracicaba e região, é realizada pelo sindicato patronal a cada dois anos, desde 1995.

O trabalho de levantamento e apuração dos dados será realizado pela Carreira Muller, maior empresa de consultoria de remuneração do Brasil, parceira do Simespi desde 2017. A previsão é de que a pesquisa estará concluída em até cinco meses a partir da primeira reunião on-line com as empresas associadas voluntárias, que aconteceu na última quarta-feira (24), a partir das 14h. Apenas as empresas participantes terão acesso totalmente gratuito aos resultados da pesquisa. “Contratar uma pesquisa deste porte seria dispendioso para uma empresa apenas, por isso, esta é uma grande oportunidade das associadas contarem com uma ferramenta fundamental para a gestão da empresa, especialmente nas áreas de recursos humanos e financeira”, argumenta André Simioni, segundo vice-presidente do Simespi.

Ele explica que a participação das empresas é bastante simples. “Elas devem preencher um



André Simioni, segundo vice-presidente do Simespi

questionário padrão que pede dados sobre salários, nome do cargo, benefícios oferecidos etc. Os consultores da Carreira Muller, inclusive, ficam disponíveis para tirar dúvidas durante o preenchimento. Não há coleta de dados pessoais. O sigilo das informações é assegurado e a LGPD (Lei Geral de Proteção de Dados) é rigorosamente seguida”, destaca Simioni.

A pesquisa abrange três perfis de empresas: aquelas que têm até 45 funcionários; as que contam com até 170 empregados; e as que empregam mais de 170 pessoas. “Isso é interessante porque a pesquisa atende a associadas de todos os portes”, completa o vice-presidente.

“Contratar uma pesquisa deste porte seria dispendioso para uma empresa apenas, por isso, esta é uma grande oportunidade das associadas contarem com uma ferramenta fundamental para a gestão da empresa, especialmente nas áreas de recursos humanos e financeira”

## Sorriso Cidadão realiza atendimento nas Corporações de Segurança

O atendimento no trailer que funciona como um completo consultório odontológico

Mesmo em período de férias escolares, o trailer odontológico Sorriso Cidadão segue seus atendimentos. Desta vez, a atenção à saúde bucal está sendo nas Corporações de Segurança.

O atendimento no trailer que funciona como um completo consultório odontológico, acontece no 16º Grupamento de Bombeiros (GB), aos profissionais do 10º Batalhão de Ações Especiais de Polícia (BAEP), 5ª Companhia da Polícia Militar de Santa Terezinha, Guarda Civil, 16º Grupamento de Bombeiros, Tiro de Guerra e os familiares dos beneficiados. A pretensão da equipe é atender em 30 dias 180 pessoas, todos de maneira totalmente gratuita.

Caso não seja possível finalizar o tratamento do beneficiado dentro do prazo em que o Sorriso Cidadão esteja exclusivo para as Corporações de Segurança, eles serão direcionados para atendimento nos consultórios instalados na Sede do Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de Piracicaba e Região, que teve a iniciativa há 9 anos

do projeto, e atualmente tem como parceiro colaborador, a Albusdente e patrocinadores, Hyundai Motors do Brasil e Parque Automotivo de empresas sul-coreanas.

Segundo o presidente do Sindicato, Wagner da Silveira (Juca), é um orgulho e satisfação manter o projeto criado para atender as escolas municipais, “Como estamos em períodos de férias escolares estendemos o atendimento do projeto que transforma sorriso, as Corporações, que tanto trabalham para oferecer segurança à população. Esse é um dos grandes projetos sociais que abraçamos a quase uma década, atendendo escolas de Piracicaba e

do projeto, e atualmente tem como parceiro colaborador, a Albusdente e patrocinadores, Hyundai Motors do Brasil e Parque Automotivo de empresas sul-coreanas.

Segundo o presidente do Sindicato, Wagner da Silveira (Juca), é um orgulho e satisfação manter o projeto criado para atender as escolas municipais, “Como estamos em períodos de férias escolares estendemos o atendimento do projeto que transforma sorriso, as Corporações, que tanto trabalham para oferecer segurança à população. Esse é um dos grandes projetos sociais que abraçamos a quase uma década, atendendo escolas de Piracicaba e

do projeto, e atualmente tem como parceiro colaborador, a Albusdente e patrocinadores, Hyundai Motors do Brasil e Parque Automotivo de empresas sul-coreanas.

do projeto, e atualmente tem como parceiro colaborador, a Albusdente e patrocinadores, Hyundai Motors do Brasil e Parque Automotivo de empresas sul-coreanas.

Foto: Alexandre Novaes



A dentista Fernanda Abrahão, responsável pelo atendimento no projeto Sorriso Cidadão

Nossa administradora de condomínios é

**pioneira certificada**

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

 **PRO CONT**  
condomínio

 EMPRESA CERTIFICADA

(19) 3377-8333 www.procontcondominio.com.br



## Bancários fazem manifesto em apoio à luta dos trabalhadores na Argentina

Plenária do Sindicato também elege delegados para encontro interestadual e define campanha em defesa da categoria

**N**a plenária do seu Sistema Diretivo, no último dia 24, o Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região realizou uma manifestação em solidariedade aos trabalhadores da Argentina, que promoveram nesta semana a primeira greve geral contra o governo recém-empossado de Javier Milei.

Os trabalhadores argentinos realizaram manifestações em todo o país, sob a liderança da CGT (Central Geral do Trabalho), protestando contra as medidas econômicas e sociais adotadas e propostas pelo Governo. "São medidas que retiram direitos dos trabalhadores e aumentam a desigualdade social, por isso essa reação do povo argentino é fundamental, assim como o apoio de entidades sindicais de todo o mundo", afirmou o presidente do Sindicato, José Antonio Fernandes Paiva.

O Sindicato também aprovou o envio de um ofício ao ministro do Trabalho, Luiz Marinho, manifestando apoio à luta pela valorização da carreira dos auditores fiscais e pelo pagamento do bônus de eficiência e produtividade à categoria, conforme acordo firmado pelo Governo Federal desde 2016. A entidade pede a mediação de Marinho junto ao Ministério da Gestão e Inovação, responsável pelo encaminhamento do tema.

Durante o evento também ocorreu uma plenária extraordinária com o objetivo de eleger os delegados ao VIII Congresso Interestadual dos Bancários de São Paulo e Mato Grosso do Sul, que acontece em março, em São Paulo.

"É um evento fundamental para a nossa categoria, quando definimos nossas ações e prioridades, nossas delegações sempre têm uma participação qualificada, com a apresentação de propostas e intervenção nos debates", explicou Paiva, que é vice-presidente da Federação.

Outro ponto de destaque foi a apresentação e debate sobre uma campanha de proteção e respeito



Foto: Divulgação

Manifestação de apoio ocorre no dia de realização da Greve Geral na Argentina



Paiva: "Solidariedade e apoio são fundamentais nas lutas dos trabalhadores"

aos bancários. A iniciativa será tomada em função do crescimento de casos de agressão, física e verbal, a bancários e bancárias durante o seu trabalho. "Nós precisamos garantir a segurança e a integridade dos nossos colegas e vamos fazer uma campanha intensa de conscientização sobre o assunto", observou.

A plenária também contemplou informações sobre a pesquisa Perfil Bancário 2024, que está em fase de coleta dos dados, homenagem pelo Dia dos Aposentados, as ações do Núcleo de Saúde e Qualidade de Vida e a programação da entidade para o ano, com destaque para as

iniciativas em comemoração ao Dia Internacional da Mulher, ao longo de todo o mês de março.

### Gatos do Cemitério

Os diretores e diretoras do Sindicato também tiveram a oportunidade de adquirir produtos do Bazar dos Gatos do Cemitério, mantido por voluntárias que atuam nesta área. Os recursos obtidos pela iniciativa são todos revertidos ao abrigo dos gatos, para a complementação e distribuição de ração no Cemitério da Saudade e, principalmente, saldar dívidas com veterinários que realizam o tratamento e castração dos animais.



A plenária votou nos delegados que participarão do Congresso Interestadual



Voluntária montaram Bazar em prol dos Gatos do Cemitério

## Agência bancária em reforma tem atendimento suspenso e Sindicato exige medidas de segurança

Os diretores do Sindicato encontraram irregularidades nas condições de trabalho que poderiam acarretar risco de acidentes para os bancários e clientes

Foto: Divulgação



Diretores do Sindicato afixaram faixa na entrada da agência alertando para os riscos

A agência 0731 do Banco Itaú, na avenida Carlos Botelho, em Piracicaba, que passa por reformas, teve o seu atendimento suspenso na manhã da última terça-feira, 23, em função de uma ação fiscalizadora do Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região.

Ao fazer uma visita às instalações, os diretores do Sindicato encontraram irregularidades nas condições de trabalho que poderiam acarretar risco de acidentes para os bancários e clientes. Imediatamente, fizeram contato com a gerência da agência e a direção do banco, em São Paulo, motivando a suspensão do atendimento e a transferência dos funcionários para outros locais.

A Federação dos Bancários de São Paulo e Mato Grosso do Sul, ao tomar conhecimento da situação, acionou a COE (Comissão de Organização dos Empregados) Itaú, que no momento estava em negociação com o banco, expôs a situação e cobrou providências.

O Sindicato também acionou o Cerest (Centro de Referência em Saúde do Trabalhador de Piracicaba), que fez uma inspeção no local, no período da tarde, e orientou que a agência só poderia ser reaberta mediante a apresentação de laudo, assinado por engenheiro de segurança do trabalho do banco, assumindo a responsabilidade pela segurança dos funcionários e dos clientes em função da obra que está sendo realizada.

"Nossa ação foi para garantir a integridade física dos colegas do Banco Itaú, que estavam trabalhando na agência em situações extremamente precárias e com condições de segurança que a qualquer momento poderiam resultar em um acidente, vitimando os colegas que lá trabalhavam", explicou o presidente do Sindicato, José Antonio Fernandes Paiva.



No interior da agência, em diversos espaços, as obras comprometem a segurança de bancários e clientes

Diante da movimentação, o Itaú se posicionou informando que não haverá reforma no horário de expediente, se incumbiu de realizar uma ampla revisão em toda a fiação da agência, para que não ofereça riscos, e solicitará à construtora responsável pela obra uma limpeza diária no local antes da chegada dos funcionários. O uso obrigatório dos EPIs (Equipamentos de Proteção Individual) contra acidentes também será cobrado da empresa responsável pela reforma.

"A indignação do Sindicato acontece em função das prioridades que o Banco Itaú define. Compra um prédio de mais de 3 bilhões de reais em área nobre de São Paulo e ao reformar uma agência pequena, o interior do estado trata com tanto desleixo os impactos dessa reforma sobre os bancários e os clientes", destacou Paiva.



Também foram encontrados fios sem o devido isolamento e proteção



## Hanseníase: dermatologista explica aspectos da doença, tratamento e cura

No janeiro roxo, mês de conscientização da doença, dermatologista do Santa Casa Saúde reforça a importância do diagnóstico precoce

Causada pela bactéria *Mycobacterium leprae*, a hanseníase é uma doença infecciosa crônica, que afeta principalmente a pele e os nervos periféricos. Os sintomas podem incluir manchas na pele, dormência e fraqueza muscular, sendo essencial o diagnóstico precoce. O alerta é da dermatologista do Plano Santa Casa Saúde Piracicaba, Elisa Secamilli, que explica a necessidade de difundir essa informação sob a ótica do janeiro roxo, que é o mês de conscientização sobre a doença.

De acordo com ela, existem diferentes tipos de hanseníase: a tuberculóide, a dimorfa e a virchowiana (ou lepromatosa), que apresentam variações na resposta imunológica do paciente, influenciando os sintomas e a progressão da doença. "A hanseníase tuberculóide apresenta manchas ou placas com até cinco lesões e há o comprometimento de um nervo. Já a hanseníase dimorfa, apresenta manchas e placas com mais de cinco lesões e há o comprometimento de dois ou mais nervos; enquanto a hanseníase virchowiana é a forma mais grave da doença, com muitas lesões na pele e comprometimento de estruturas, como o nariz, por exemplo", explica.

Elisa alerta que a transmissão da hanseníase ocorre principalmente por meio de



Foto: Marcelo Germano

Elisa Secamilli, dermatologista do Plano Santa Casa Saúde Piracicaba

**“A hanseníase é tratável e a cura completa é possível com a adesão rigorosa ao tratamento”**

gotículas respiratórias durante contato próximo e prolongado. Embora a pele seja predominantemente afetada, a hanseníase pode comprometer nervos e, em casos raros, órgãos internos. O impacto na saúde geral depende da extensão do acometimento. Complicações como deformidades e comprometimento dos nervos, segundo ela, podem surgir em casos avançados da doença, que tem seus riscos minimizados com tratamento específico.

O diagnóstico da hanseníase, de acordo com a dermatologista, envolve avaliação clínica, exames dermatoneurológicos e, em alguns casos, biópsias de pele. "A precisão no diagnóstico é fundamental para o início adequado do tratamento".

De acordo com ela, o tratamento e acompanhamento da hanseníase são realizados de forma 100% gratuita pelo SUS (Sistema Único de Saúde). Atualmente, o tratamento é feito com três antibióticos que são tomados de seis a 12 meses, além de avaliações periódicas da sensibilidade dos nervos periféricos e reabilitação das incapacidades, quando presentes.

"A hanseníase é tratável e a cura completa é possível com a adesão rigorosa ao tratamento", alerta Elisa. Ela lembra que o risco de reinfecção é baixo, mas o acompanhamento pós-tratamento é essencial e inclui exames regulares para monitorar possíveis complicações. "A atenção contínua à saúde dermatoneurológica assegura uma recuperação completa", finaliza a dermatologista.

## O que podemos aprender com a série da Netflix "Você é o que Você Come: As Dietas dos Gêmeos"

Beatriz Frias  
Nutricionista



Quem já conferiu esta série documental, realizada pela Netflix, deve ter sentido um "quê" de sensacionalismo e extremismos típicos. Entretanto, traz também uma abordagem inovadora no campo científico, além de temas super relevantes e necessários.

Para contextualizar: basicamente, a série mostra um experimento científico inédito realizado com gêmeos idênticos, no qual ambos mudam de dieta e estilo de vida por oito semanas. Enquanto em um é aplicada uma dieta onívora, no outro é aplicada uma dieta vegana. E, como já era de se esperar, a dieta vegana consegue melhorar diversos índices e marcadores, como, por exemplo: colesterol LDL e gordura visceral.

Neste sentido, o estudo comprovou que apesar da genética, nós conseguimos sim mudar muito de nosso destino, através de escolhas próprias. E este é o ponto mais sensacional de todos! O poder que existe em cada pequena escolha que fazemos, a cada dia.

Ainda assim, é necessário aqui um ponto de atenção: a transição de uma dieta onívora para uma dieta vegana, ou ainda, para um vegetarianismo estrito, a qual não é tão simples assim, pois se trata de um longo processo, envolvendo diversos aspectos, principalmente como deficiências de vitaminas e minerais...

Mas, nada nos impede de comermos mais vegetais no nosso dia a dia e diminuir carnes e processados. E acredito que este é o caminho. Não, necessariamente, a exclusão, mas a moderação.

**Confira abaixo 4 dicas extraídas da série:**

### 1. O DNA não é o seu destino

Sabia que nossos genes podem ser usados a nosso favor? É isso mesmo! E a epigenética nos mostra que uma nutrição adequada é uma das ferramentas mais poderosas para isso! Por isso nossas ESCOLHAS importam.

### 2. Comer bem e se exercitar

Com uma boa alimentação e atividade física regular podemos REDUZIR nossa idade biológica e fazer uma mudança drástica em nossa saúde, em apenas poucas semanas.

### 3. Cuidado com os processados

Pois, além do potencial ganho de peso e risco de desenvolver doenças metabólicas, o EXCESSO destes alimentos tendem a aumentar a chance de desenvolver demência.

### 4. Coma mais vegetais

Dietas veganas tendem a diminuir a gordura visceral (mais perigosa), além de melhorar a composição da microbiota intestinal. Desembale menos e descasque mais ;)

**Beatriz Frias é Administradora de Empresas de primeira formação e Nutricionista por paixão. Facilitadora em mudanças de estilo de vida, realiza acompanhamento nutricional on-line e compartilha dicas em seu Instagram @biafriasnutri.**

**SOB MEDIDA**  
FÁBRICA DE BOTAS E CALÇADOS

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

CONCERTOS

SOLTEIRO MEDIDA

MALUSA CALÇADOS

**Malusa**  
CALÇADOS

Av. Rui Barbosa, 532 - V. Rezende  
1919441-0989 - 33029706  
www.malusacalçados.com.br  
malusacalçados

CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS



# Entendendo a Síndrome de Burnout e Cuidando da sua Saúde Mental

Sua saúde mental é valiosa, e a Intermedici está comprometida em ser sua parceira no cuidado integral



Foto: Divulgação

Síndrome de Burnout, um distúrbio emocional que pode afetar profundamente a vida de quem enfrenta situações de trabalho desgastantes

A Síndrome de Burnout, também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional, é um distúrbio emocional que pode afetar profundamente a vida de quem enfrenta situações de trabalho desgastantes. Profissionais como médicos, enfermeiros, professores e outros, que vivem diariamente pressões e responsabilidades intensas, são particularmente propensos a desenvolver essa síndrome.

**Sintomas da Síndrome de Burnout:** a estafa mental, cansaço excessivo, dores de cabeça frequentes, alterações no apetite, insônia, dificuldades de concentração e sentimentos de fracasso são alguns dos sinais indicativos dessa síndrome. Ignorar esses sintomas pode levar a problemas mais sérios, incluindo depressão profunda.

**Diagnóstico e importância da busca por ajuda profissional:** o diagnóstico é feito por profissionais especializados, como psiquiatras e psicólogos, após uma análise clínica do paciente. Reconhecer a necessidade de ajuda é o primeiro passo

*“O diagnóstico é feito por profissionais especializados, como psiquiatras e psicólogos, após uma análise clínica do paciente. Reconhecer a necessidade de ajuda é o primeiro passo para o tratamento adequado”*

para o tratamento adequado. A Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) do Sistema Único de Saúde (SUS) oferece suporte integral e gratuito, sendo os Centros de Atenção Psicossocial os locais mais indicados.

**Tratamento e sinais de piora:** o tratamento geralmente envolve psicoterapia e, em alguns casos, medicamentos. A atividade física regular, mudanças no estilo de vida e a busca por momentos de lazer são componentes fundamentais do processo de recuperação. Ignorar o tratamento adequado pode levar a uma piora dos sintomas, incluindo a perda total de motivação e distúrbios gastrointestinais.

**Prevenção e cuidados com a saúde mental:** pequenos objetivos na vida profissional e pessoal, participação em atividades de lazer, evitar o contato com pessoas negativas, conversar sobre sentimentos e a prática regular de atividades físicas são estratégias eficazes na prevenção. A Intermedici está aqui para apoiar sua saúde mental, oferecendo planos de saúde que priorizam o cuidado integral.

Mantenha o equilíbrio entre trabalho, lazer, família e atividades físicas. Sua saúde mental é valiosa, e a Intermedici está comprometida em ser sua parceira no cuidado integral. Cuide de você, cuide da sua saúde.

Referência: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout#:~:text=S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20ou%20S%C3%ADndrome,justamente%20o%20excesso%20de%20trabalho>

# Paixão pelo futebol

Juliana Previtali  
Médica cardiologista - Idealizadora do projeto Paradas pro Sucesso



Nhambu, pomba do mato, rolinha e juruti. No mato ou no meio do canal, a menina divertia-se caçando com estilingue. Na forquilha de madeira, o garoto Marco fazia marquinhas com o canivete para cada passarinho abatido e exibia-as, como troféus. Havia outra forma de caçá-los — com a ceva: durante uma semana, jogava quirera de milho sempre no mesmo lugar. Em seguida, armava o juquiá — espécie de armadilha no formato de um caixote grande com as paredes de tela e uma portinha, por onde as aves entram, mas não conseguem sair. No final do dia, recolhia os bichinhos. Aqueles muito pequeninos, dava-os aos gatos. Os maiores, limpava-os das penas e levava-os para a mãe fritar e comer.

As horas quentes das tardes de verão passavam lentas e preenchidas pelas brincadeiras infantis. No quintal do sítio do avô, próximo à Usina São Francisco do Quilombo, em Paraisolândia, município de Charqueada, interior de São Paulo, o pomar proporcionava alegria com os pés de goiaba, de maçã, de manga e de banana. Foi no quintal que Marco, aos 10 anos de idade, aprendera a fumar. Não só ele, mas também o irmão mais velho, o tio, a tia — numa família tão grande cujo avô tivera 10 filhos, alguns sobrinhos eram da mesma idade que os tios. Costume da época, a bisavó mandava-os acender cigarros para espantar os mosquitos com a fumaça. Imitando os pais e os avós, logo muitos se tornaram fumantes regulares.

Outra paixão do menino era o futebol. Marco começara a jogar aos 13 anos. Adão, o pai, levava-o a ver a equipe amadora da usina, no campo de Paraisolândia. Mais velho, passou a participar de campeonatos e de jogos amistosos contra equipes tradicionais de Piracicaba, como a Morato, a Olímpico, a Vera Cruz e a Catatumba.



Quando terminou a escola, quis continuar os estudos no SENAI — Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial —, no curso profissionalizante de torneiro mecânico, formando-se em 1979. Dessa época, recorda-se, saudosos, da primeira vez em

que fora conhecer o Estádio Barão de Serra Negra, em 1978, e ver XV versus Corinthians: jogo bonito, que resultou em 4 gols para o Corinthians de Zé Maria, de Biro-Biro, de Sócrates e de Palhinha e 3 gols para o XV com os famosos Getúlio, Vadinho, Perrela e Zé Luiz.

Trabalhou pouco tempo na Motocana e na Dedini até empregar-se na gigante Raízen, onde trabalha até hoje. Certa vez, o Sr. Adão adoeceu e assustou a família. Após um ano e meio tossindo, perdendo peso e sentindo falta de ar, fora levado aos médicos, mas estes não conseguiam dar o diagnóstico. Com um tumor no rim e no fígado, levantaram a hipótese de câncer. Não era — depois de três broncoscopias, de inúmeros raios X e de vários exames de imagem, a biópsia revelou tratar-se de tuberculose. Com o tratamento adequado, curou-se, mas não sem antes deixar cicatriz nele e na família. O trauma de ver o pai em tamanho sofrimento, fizera Marco decidir abandonar de vez os cigarros.

Anualmente, 70 mil brasileiros são diagnosticados com tuberculose. Destes, 4,5 mil morrem, segundo dados do Ministério da Saúde. Frequentemente vista como uma doença do passado, é ainda das mais infecciosas do mundo — até o surgimento da COVID-19, dez milhões de pessoas adoeciam com tuberculose no mundo, das quais 1,5 milhão morriam todos os anos. Estigmatizada e silenciosa, a tuberculose continua presente e mortal entre a população brasileira. O diagnóstico, no entanto, é desafiador, ainda mais quando a doença ocorre fora dos pulmões — a tuberculose extrapulmonar. Existe, entre os fumantes, um risco aumentado em 200% de se contrair a doença e a mortalidade, entre eles, é 900% maior. A cessação do tabagismo, por outro lado, reduz, significativamente, o risco de morte.

Prisioneiro dessa dependência, Marco sentia vergonha de fumar. Poucas pessoas sabiam — somente a esposa, os filhos e os familiares. Até os colegas de profissão desconheciam-lhe o vício dos cigarros.

A paixão pelo futebol, herdada do pai, ele divide, hoje, com o filho Vinícius. Possuem dois times do coração: o XV de Piracicaba e o Corinthians. Se tem jogo no estádio Barão de Serra Negra, eles vão: estavam lá no primeiro jogo da decisão da Copa Paulista em 2022; em 2011, viram o XV sagrar-se campeão da segunda divisão contra o Guarani — a série A2, a Segundona Paulista, é considerada um dos campeonatos mais difíceis do futebol brasileiro. Quando a família sai em viagem, gostam de conhecer estádios de futebol. Estiveram no Rei Pelé, em Maceió, e no Arena das Dunas, em Natal. À Neo Química Arena, estádio do Corinthians, em São Paulo, já foram duas vezes.

Hoje, tanto tempo depois, conta que se arrepende das caçadas aos passarinhos. Mas uma data ficará marcada em sua memória, pois vem carregada de simbolismo, o 01/09/2010 — a comemoração do centenário da fundação do seu segundo time do coração, o Esporte Clube Corinthians Paulista — e também o dia em que parara definitivamente de fumar.

**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



# Fisioterapia e Ergonomia

## Nervo Ciático ou Isquiático

### O que é?

O nervo ciático é o maior nervo do corpo humano. Ele se origina das raízes nervosas que saem do final da coluna lombar (L4, L5, S1, S2 e S3). Ele é responsável por controlar as articulações do quadril, joelhos e tornozelos, além dos músculos das pernas e pés. A dor ciática ou ciatalgia pode ocorrer desde uma forma mais leve até uma situação absolutamente incapacitante. Dor ciática tem cura, mas o importante é que o caminho certo seja trilhado. A compreensão de que se trata de uma batalha e de que precisamos ter coragem e paciência é fundamental no processo de reabilitação. Geralmente apenas um lado é afetado.

### Causas:

A inflamação do ciático acontece geralmente devido à compressão em alguma região específica da estrutura vertebral. Também ocorre quando há dano a alguma das raízes do nervo, provocando diversos sintomas de dor ao longo de toda sua extensão.

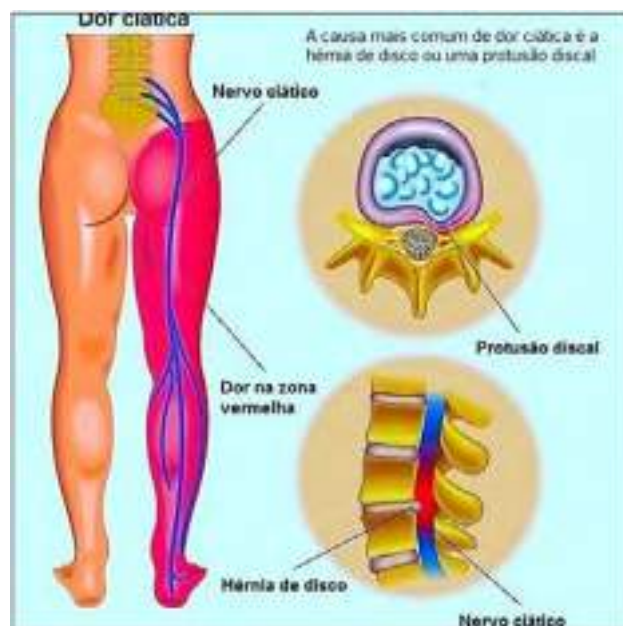
- ✓ Má postura;
- ✓ Estresse;
- ✓ Envelhecimento natural do organismo;
- ✓ Sobrepeso;
- ✓ Deslocamento de carga constante durante a jornada de trabalho,
- ✓ Esforços repetitivos das articulações que comprimem a coluna vertebral;
- ✓ Hérnia de disco;
- ✓ Traumas;
- ✓ Tumores;
- ✓ Síndrome do músculo piriforme responsável pela rotação da coxa (espasmo muscular que comprime o nervo ciático);
- ✓ Osteoartrite;
- ✓ Estenose da coluna lombar (estreitamento do canal vertebral e consequente desgaste das estruturas da coluna);
- ✓ Deslizamento de vértebras em decorrência de fraturas por pressão (espondilolistese).



### Sintomas:

- ✓ Dor lombar que irradia para o glúteo, parte posterior da coxa e da perna;
- ✓ Dor na perna em queimação;
- ✓ Nos casos mais graves pode ocorrer diminuição da força no membro inferior;
- ✓ Geralmente a dor melhora na posição deitada de lado;

- ✓ A dor piora na posição sentada ou em pé e principalmente ao apoiar o peso no membro inferior afetado.
- ✓ Piora do quadro álgico ao espirrar, tossir ou ao movimentar o tronco;
- ✓ Diminuição da força muscular;
- ✓ Perda de sensibilidade ou diminuição dos reflexos na região afetada;
- ✓ Aumento da dor com a manobra de elevar o membro inferior esticado se o paciente estiver deitado;
- ✓ Limitação de movimento ao realizar a flexão de tronco;
- ✓ Postura antálgica (uma postura em pé parcialmente inclinada para um dos lados (torto). Isso acontece devido a uma reação antagônica da coluna a dor, ou seja, a nossa coluna adota uma postura que seja menos dolorosa).
- ✓ Piora do quadro no período noturno.



### Diagnóstico:

Anamnese e exame físico por um médico ortopedista, especialista em coluna. Os exames de imagem para comprovar o diagnóstico são: tomografia ou ressonância.

### Tratamentos tradicionais:

- ✓ Medicamentos analgésicos e anti-inflamatórios via oral, através de prescrição médica;

- ✓ Fisioterapia;
- ✓ Compressa quente para relaxar a musculatura e descomprimir o nervo;
- ✓ Repouso é fundamental para melhora do quadro álgico em curto prazo;
- ✓ Pomadas para alívio de dor e inflamação.

### Os tratamentos alternativos estão mais relacionados às terapias naturais como:

- ✓ Osteopatia
- ✓ Acupuntura;
- ✓ Reflexologia;

### Cirurgia:

A cirurgia é o último recurso quando o tratamento clínico não teve um resultado satisfatório. Atualmente essas cirurgias são minimamente invasivas o que diminui consideravelmente o tempo de recuperação.

### Incidência:

A dor no nervo ciático e nas costas tem uma taxa de incidência e prevalência muito alta em nosso meio. Mais de 60% da população está sujeita a esse tipo de dor. Esse percentual aumenta por conta do sedentarismo, da movimentação diária das cidades e longas horas sentadas. (Fonte: Dr. Luciano Miller Reis Rodrigues, médico do Einstein).

### Recomendações:

- ✓ Peça orientação de um especialista para praticar exercícios físicos que ajudem a fortalecer a musculatura de todo o corpo;
- ✓ Procure manter a postura correta, especialmente quando houver necessidade de permanecer sentado ou em pé durante muito tempo;
- ✓ Flexione os joelhos sempre que for erguer um peso do chão;
- ✓ Evite os sapatos com saltos excessivamente altos;
- ✓ Não faça movimentos bruscos com a coluna vertebral que possam favorecer o pinçamento dos nervos;
- ✓ Prefira deitar de costas com um travesseiro debaixo dos joelhos ou de lado, com um travesseiro entre as pernas.
- ✓ Realizar alongamento diariamente;
- ✓ Praticar exercícios físicos regulares;
- ✓ Evitar o sobrepeso;
- ✓ Colchões com densidade adequada;
- ✓ Evitar carregar pesos de forma inadequada;
- ✓ Evitar permanecer em uma mesma posição por longos períodos (Sentado, em pé parado ou caminhando).

### A prevenção é o melhor caminho!

**Cuide-se, seu corpo agradece!**



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



# Engenho da Notícia chega aos 18 anos com nova logomarca e muitas novidades

Em 2024, a empresa de comunicação e assessoria de imprensa alcança a "maioridade" celebrando o feito de cara nova

Foto: Marcelo Germano



Fabiane e Marcelo Basso

Em janeiro de 2024, o Engenho da Notícia começa a celebrar 18 anos de existência. Essa é uma marca importante para o jornalista Marcelo Basso, seu fundador e proprietário, que completa 26 anos de profissão neste mesmo ano. Para celebrar este feito, além de lançar uma nova logomarca, com uma cara mais contemporânea, a empresa também deve apresentar novidades, como a reestruturação do site.

O Engenho da Notícia alcança a "maioridade" com uma trajetória marcada pelo compromisso com os clientes e excelência nos serviços prestados em Piracicaba e região. Inicialmente, a empresa era exclusivamente focada em assessoria de imprensa, já na atualidade atende também demandas como gerenciamento de mídias sociais, produção de conteúdo, clípagem e monitoramento de mídia, prevenção e gestão de crises, apoio na organização e cobertura de eventos, planejamento estratégico de comunicação e consultoria em comunicação.

Olhando para o futuro, o Engenho da Notícia planeja diversificar a sua atuação, buscando novas parcerias para atender às demandas em constante evolução, mas sempre mantendo o compromisso de produzir conteúdo de qualidade e ser um fornecedor confiável das notícias de seus clientes à imprensa e ao público. "É com grande orgulho que celebramos este marco significativo de 18 anos de atuação no mercado. Nossa missão sempre foi a de comunicar bem e, para isso, seguimos comprometidos em continuar oferecendo soluções confiáveis aos nossos clientes", disse Marcelo

Basso.

A empresa de comunicação compartilha seu sucesso expressando gratidão aos clientes, parceiros, fornecedores e, principalmente, à equipe de colaboradores, tanto os atuais como os que passaram e contribuíram para essa jornada notável. "Entendemos que chegamos até aqui por acreditar na importância da parceria, da confiança e do respeito, tanto aos nossos clientes quanto à equipe que trabalha conosco. Seguiremos com os mesmos valores, buscando expandir ainda mais nossas perspectivas. Apesar de quase duas décadas de atuação, temos muitos planos e sonhos pela frente".

### Site reestruturado

Ainda que as redes sociais sejam essenciais para a divulgação de uma empresa, o site também se faz necessário para dar credibilidade a ela; porém, tê-lo apenas como um cartão de visita e servindo somente como porta de entrada para os clientes é muito pouco para uma agência que trabalha com comunicação.

"Vamos dar mais utilidade e dinamismo ao site, criando um portal de notícias, tanto para nossos clientes, como para a público em geral, pois produzimos muito conteúdo e, algumas vezes, esse material fica restrito aos jornalistas que recebe nossas mensagens. Portanto, o novo conceito é o de compartilhar as informações e, para isso, estamos reestruturando o site, para deixá-lo mais atraente, noticioso e abrindo para outras possibilidades caso surjam novas ideias", explicou Basso.

**História de sucesso** - Após a graduação, Basso passou por oito anos de aprendizado e muito tra-

balho em prol de um jornalismo sério e de procedimentos éticos, que regem a atividade. Essa trajetória culminou com a criação do Engenho da Notícia, em 2006. Desde então, são 18 anos de atuação no mercado, desbravando o setor de comunicação.

Deste modo, o Engenho da Notícia conquistou uma reputação sólida e confiável no mercado. Ao longo dos anos, a empresa tem se esforçado para oferecer soluções simplificadas e de qualidade, atendendo às necessidades de seus clientes e colaborando para que a mensagem atinja o maior número de pessoas, nos mais diversos ambientes por onde navegam ou se informam.

Após sua fundação, o Engenho da Notícia emergiu como uma referência no setor de assessoria de imprensa, atendendo clientes tanto em sua cidade, como nos municípios que compõem a Região Metropolitana de Piracicaba. O foco incansável sempre foi em busca de resultados para as duas pontas da ponte que liga o emissor e o receptor de uma mensagem emitida, satisfazendo assim todos os envolvidos no processo de comunicação. Esse objetivo tem sido importante para a contínua melhoria da empresa e também fundamental no seu duradouro sucesso.

No decorrer de sua história, o Engenho da Notícia acumulou uma extensa lista de clientes satisfeitos, incluindo entidades, instituições, empresas, cooperativas, órgãos governamentais e profissionais autônomos. Seu compromisso com a verdade e a qualidade de atendimento ao cliente tem sido reconhecido pela extensa carteira conquistada ao longo dos anos.

# FANTÁSTICOS 10 ANOS

A banda de samba, FANTÁSTICOS DO SAMBA completa 10 anos em 2024.

Foto: Divulgação



Fantásticos do Samba, completa 10 anos

A banda, que não tem fins lucrativos, é formada por amigos e amantes do samba, que se reuniram para transformar a música em ajuda a entidades sociais e pessoas necessitadas. Dentre as entidades beneficiadas neste período, estão: Centro de Reabilitação Piracicaba, Lar Betel Piracicaba, FUNJAPE Fundação Jaime Pereira, APAE Piracicaba, Lar dos Velhinhos de Piracicaba, Projeto Amor a criança especial, Projeto pernas caipiras Piracicaba, Lions Cruzeiro do Sul Piracicaba, entre outros.

**"A banda, que não tem fins lucrativos, é formada por amigos e amantes do samba, que se reuniram para transformar a música em ajuda a entidades sociais e pessoas necessitadas"**

O Fantásticos do Samba já se apresentou em várias cidades do Estado de São Paulo, tais como, São Paulo, Sorocaba, Avaré, Campinas, Limeira, Capivari, Rio das Pedras, Águas de São Pedro, entre outras.

A banda perdeu o seu principal músico, Mauri Camargo, durante esta trajetória e precisou se reinventar para que o projeto não fosse encerrado, afinal, o show tem que continuar.

Os integrantes da banda são: Geraldo Teixeira, Agnaldo Lopes, Arthur Ribeiro, Alex Basualdo, Rene Guerrini, Carlos Marra, Marcelo Germano e Márcio Germano.

Para saber mais sobre o Fantásticos, siga nas redes sociais:

@fantasticossamba no instagram

Fantasticosdosamba no facebook



**Escuna** 1974

**Happy Hour**

COPÃO EM DOBRO	TORRE EM DOBRO
02 COPÃO 500ml	02 TORRES 2,5L. C/ CREME
15,99	89,90
COPO DESCARTÁVEL	QUALQUER MARCA

87.3 87.4 87.45 87.15

87.2 87.1 87.40 87.58

986.1 986.2 986.3 986.4

Todos os dias das 16:00 às 02:00



## Frias Neto realiza convenção comercial 2024 com o tema: O futuro é criar

Evento premiou corretores especialistas de destaque e estabeleceu metas para 2024

No último sábado, 20 de janeiro, aconteceu no auditório da ACIPI, Associação Comercial e Industrial de Piracicaba, a 5ª Convenção Comercial da Frias Neto, com o tema "O Futuro é Criar", este é um evento tradição na Frias Neto Consultoria de Imóveis, reforçando o objetivo de aprimorar o time de corretores especialistas profissionalmente e reconhecer os esforços do ano anterior, premiando os grandes destaques e estabelecendo metas para o novo ano.

O evento reuniu os mais de 100 corretores especialistas, integrantes de uma equipe administrativa e o palestrante Guilherme Blumer, publicitário, especialista em Marketing imobiliário e co-fundador da CredAluga. O palestrante discorreu sobre a importância do branding pessoal, pontuando estratégias de marketing para especialistas, entre outros tópicos.

Um ano de recordes históricos para a imobiliária, 2023 marcou o 11º ano consecutivo que a Frias Neto conquistou o Top Of Mind, como imobiliária mais lembrada em Piracicaba segundo pesquisa do Instituto CW7 divulgada pela Gazeta de Piracicaba, além de triplicar os acessos no site, ultrapassando a marca de 1.7 milhões de acessos durante o ano. Hoje, a Frias Neto é líder nas buscas orgânicas no Google quando o tema é imóveis.

Para o diretor presidente, Angelo Frias Neto, "Nossa empresa se apresenta como referência no mercado imobiliário e foi



Foto Divulgação

O evento reuniu os mais de 100 corretores especialistas, integrantes de uma equipe administrativa e o palestrante Guilherme Blumer

graças ao nosso time comercial e administrativo, engrenagens que se complementam e giram em conjunto, que nos fortalece diariamente como agentes de desenvolvimento do mercado imobiliário de Piracicaba". O último ano também trouxe, para o diretor presidente, a medalha de Lenda do Mercado Imobiliário na edição de 2023 do Cupola Summit.

No último ano a imobiliária cresceu 49% em Vendas de imóveis prontos, 16% em Locação e 14% em Lançamentos, comercializando 1.1 imóvel por hora, e

também mantendo o espantoso número de mais de R\$ 5 bilhões em ativos sob gestão.

Para finalizar com chave de ouro uma manhã de aprendizado e celebração, a empresa

apresentou as novas metas e as premiações de 2024, totalizando mais de R\$300 mil em prêmios.

www.fqgescan.com.br

### FQ CONTABILIDADE SERVIÇOS PREVIDENCIÁRIOS

- PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO
- AUXÍLIO RECLUSÃO
- PENSAÇÃO 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@fqgescan.com.br

## SEU CONDOMÍNIO CONECTADO EM UM SÓ APP

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

**(19) 3437.2776**  
condominios@smdsolucoes.com.br

**smd.condominios**

Av. Dr. Paulo de Moraes, 890  
Piracicaba/SP



# Esiopoeta, uma nova galeria de arte em Piracicaba

**Adolpho Queiroz**

Reconhecido como um dos mais importantes poetas e cronistas da cidade, Écio Antonio Pezzato, além de funções públicas como gestor da Casa do Povoador e presidente do Codepac, Conselho de Defesa do Patrimônio Cultural do Município de Piracicaba, divide há anos, com a sua segunda paixão, para além das letras, com as artes plásticas.

É uma das maiores autoridades quando se fala em artistas plásticos locais, com os quais muito conviveu desde a juventude. Era frequentador assíduo dos cafés na casa de Archimedes Dutra (na rua XV de Novembro, entre a Alfredo Guedes e Bom Jesus, onde

Edgar Oelmayer, S. Takaka, Francisco Paula Junior, Faustino Fernandes de Souza, Roldolfo Amoedo, Pedro Weingartner, entre outros.

Pode perguntar ao nosso entrevistado muitas das mil histórias que conhece sobre estes pintores que legaram a cidade um Salão de Belas Artes, com mais de 70 anos. Muitos tornaram-se professores na antiga Pinacoteca ou em espaços e ateliês pessoais, transferindo seus conhecimentos e técnicas a centenas de artistas que hoje replicam os antigos mestres também ensinando artes plásticas das escolas acadêmica e contemporânea às novas gerações. E participando intensamente de salões de belas artes e arte

autores internacionais como o autor fiorentino Dário Mecatti, entre outros e nacionais como José Pancetti e sobre os quais discorre com absoluto conhecimento de formas e estilos.

Frequentador de leilões realizados pela internet, chegou recentemente a comprar obras valiosíssimas, a preços de ocasião. Tem sido intensamente procurado por descendentes de antigos colecionadores locais, que lhe pedem avaliação sobre as artes guardadas nas casas, nestas coleções. As quais atende sempre com precisão e respeito.

Mas agora Écio decidiu-se por uma nova empreitada. Montar sua própria Galeria de Artes, na rua São José, 267 (em frente ao antigo prédio da Cadeia Pública local), que batizou com o singular nome de "Esiopoeta", uma das suas marcas registradas nas redes sociais e na cidade. E, com hora marcada, passará a atender os que o procurarem, para mostrar mais de 200 obras espalhadas na nova galeria, desde a entrada, passando igualmente por sala, copa, cozinha e os quartos. Além destas, mantém também uma parte do acervo em armários que existem pela casa. Não cabem todas por lá.

E resolveu periodicamente anunciar essas raridades e preciosidades pelo Facebook, falando de algumas características dos autores, estilos das obras, data de realização. Entre outras.

Passa a integrar um ainda modesto universo de comercialização de artes em nossa cidade, marcado por mais uma galeria, recém aberta pelo pintor Juliano Oliveira (filho de Ciro de Oliveira, na Rua Voluntários de Piracicaba nº 1077, apartamento 503 Studio Holland). E de empresas que fazem molduras e tem também obras de arte de artistas locais, nacionais e internacionais para sua comercialização. Assim como os estúdios de ensino de artes plásticas na cidade.

Écio também foi responsável por uma galeria de exposições de arte que existiu na Secretara de Ação Cultural, lá no Engenho. Por lá, prestigiou autores locais com inúmeras exposições pelas várias salas do antigo casarão do Engenho.

Fotos: Marcelo Germano



**Écio Antonio Pezzato, um dos mais importantes poetas e cronistas da cidade**



**"Esiopoeta", Galeria de Artes de Écio Pezzato**

"Vivemos uma nova realidade, Piracicaba se engrandeceu, hoje é capital de uma região metropolitana com outras dezenas de cidade", explica ele dizendo ainda que "o mercado de artes plásticas representa releituras de espaços, paisagens, festas e tradições da cultura local, que tornam Piracicaba exemplar nas suas histórias e manifestações. E também por isso, uma referência nesse campo", sugere nosso entrevistado.

Sempre com respostas, bem humoradas, sobre as pergun-

tas que lhe faço ao longo de pelo menos cinco décadas de amizade, ficou sem saída quando lhe pedi um voto para o quadro mais importante de sua coleção. Respondeu em meio segundo "Todos!!!"

### SERVIÇO

Galeria de Artes Esiopoeta.

Rua São José, 267

Agendamentos e visitas através do Facebook do autor <https://www.facebook.com/Esio.Pezzato.9>



**Pacheco Ferraz**



**Dario Mecatti, Artista Fiorentino**

hoje existe um restaurante). Mas conheceu também de perto Ciro de Oliveira, Dinho Amaral, Alberto Thomazzi, Joca Adâmoli, Alberto Thomazzi, Neno Nardin, Antonio Pacheco Ferraz (hoje homenageado com seu nome na Estação da Paulista de Piracicaba), Gil Schreiber e outros tantos da dinastia dos Dutra, Alípio, João e Miguel, igualmente pioneiros na pintura e nas artes piracicabananas.

Há na sua coleção ainda obras de Almeida Junior (itua-no que faleceu em Piracicaba),

contemporânea na cidade, na região, no país.

Mas desde 1980, portanto há 44 anos, Écio passou a ter uma nova e boa paixão. Coletar quadros. Hoje ele possui em sua casa, na Rua do Vergueiro, mais de 600 obras, que estão espalhadas pela sua sala, cozinha, sala de jantar e outros espaços, e outras tantas guardadas em armários, guarda roupas e até debaixo das camas. Tem apreço especial pelos autores piracicabanos, mas a coleção igualmente contempla

**PORTAL NOVA 15**  
Piracicaba

**CAFÉ CO DORFO ELEIÇÕES 2024**

Adolpho Queiroz Elisabete Bertolini

01/02/2024  
18 HRS

Portal Nova 15  
[www.nova15piracicaba.com.br](http://www.nova15piracicaba.com.br)

Alex Madureira



### Alimentação segue ganhando mercado

O setor de alimentação e bebidas brasileiro deve movimentar, até o final de 2023, cerca de R\$ 929,5 bilhões, o que representa um acréscimo de 5,8% em relação ao ano passado, quando respondeu por R\$ 878,5 bilhões. É o que aponta a Pesquisa IPC Maps, especializada em potencial de consumo dos brasileiros há quase 30 anos, com base em dados oficiais.

Nos cálculos, são levadas em conta tanto despesas com alimentação e bebidas no domicílio (alimentos "in natura", industrializados, preparados e agregados como sacolão, varejão, cestão, etc, além de bebidas e infusões como sucos artificiais, cafés moídos e solúveis, chás, refrigerantes, cervejas, aguardentes, vinhos e outras bebidas alcoólicas), quanto fora dele (refeições,

lanches, cafés da manhã, refrigerantes, cafezinhos, caldos, cervejas, chopes e outras bebidas alcoólicas).

Já a quantidade de serviços alimentícios no País segue praticamente estável. Segundo o IPC Maps, das 1.602.215 empresas existentes em 2022, apenas 1.418 foram abertas, totalizando atualmente 1.603.633 unidades instaladas no Brasil.

IPC MAPS - ÍNDICE DE POTENCIAL DE CONSUMO					
PIRACICABA					
IPC MAPS 2023	A	B	C	D/E	TOTAL
Alimentação no Domicílio	173.291.464	586.972.737	546.963.670	119.380.905	1.426.608.776
Alimentação fora do Domicílio	128.581.094	357.961.810	196.594.822	26.347.701	709.485.427
Bebidas	25.517.186	89.846.844	62.649.425	10.236.704	178.050.159
Total Alimentos e Bebidas	327.389.744	1.025.581.391	806.207.918	195.965.310	2.315.144.323
IPC MAPS 2022	A	B	C	D/E	TOTAL
Alimentação no Domicílio	167.485.433	558.977.104	610.995.643	117.397.427	1.454.775.608
Alimentação fora do Domicílio	119.374.270	342.714.409	219.364.190	25.909.929	707.362.798
Bebidas	24.561.584	76.587.470	69.932.747	10.066.619	181.148.420
Total Alimentos e Bebidas	311.412.287	978.278.977	900.292.579	153.373.975	2.343.287.727
Varição 2023/2022 (%)	A	B	C	D/E	TOTAL
Alimentação no Domicílio	3,5%	5,8%	-10,5%	1,7%	-1,9%
Alimentação fora do Domicílio	7,7%	4,4%	-10,4%	1,7%	8,3%
Bebidas	3,8%	5,3%	-10,4%	1,7%	-1,2%
Total Alimentos e Bebidas	5,2%	4,8%	-10,5%	1,7%	-1,2%

EMPRESAS DE ALIMENTAÇÃO				
	2023	2022	Qtd.	2023/2022 %
Serviços de Alimentação	3.869	3.810	59	1,5%

### Como aproveitar o mercado de capitais de forma efetiva



Rodrigo Negrini, fundador da Soul Capital

É preciso escolher o instrumento mais adequado para cada necessidade e possibilidade, se beneficiando de prazos, custos e amortizações mais customizadas

No atual cenário financeiro, as empresas enfrentam constantes desafios para expandir, inovar e garantir sua sustentabilidade a longo prazo. Uma das ferramentas cruciais à disposição delas é o mercado de capitais, um ambiente dinâmico que oferece oportunidades para alavancar recursos financeiros de forma estratégica.

O mercado de capitais engloba um conjunto diverso de instrumentos financeiros e instituições que facilitam a captação de recursos para empresas. Desde ações e títulos de dívida até derivativos complexos, as organizações têm acesso a diversas opções para angariar fundos e financiar projetos de expansão, desenvolvimento tecnológico e outras iniciativas estratégicas, incluindo o reperfilamento de dívidas atuais.

#### Estratégias de captação de recursos: fundamentação para o crescimento

De acordo com Rodrigo Negrini, fundador da Soul Capital, empresa que colabora na estratégia financeira de companhias, auxiliando a otimizar recursos e buscar as soluções adequadas para cada projeto, as organizações que desejam expandir suas operações ou financiar novos empreendimentos devem utilizar o mercado de capitais de forma efetiva. "Estruturar uma estratégia sólida de captação de recursos envolve avaliar cuidadosamente as diferentes opções disponíveis, considerando aspectos como custo de capital, prazos e riscos associados a cada instrumento financeiro", alerta.

As reestruturações corporativas desempenham um papel significativo no mercado de capitais. "Algumas estratégias são capazes de oferecer oportunidades para consolidação de mercado, diversificação de portfólio e otimização de recursos, permitindo que as companhias fortaleçam sua posição competitiva e alcancem novos patamares de crescimento", revela.

#### Navegando nas complexidades do mercado de capitais

Para Negrini, embora o mercado de capitais ofereça inúmeras possibilidades, é essencial reconhecer os desafios e as nuances associadas a esse ambiente. "Volatilidade, regulação financeira, demandas dos investidores e oscilações econômicas são apenas algumas das variáveis que as empresas devem considerar ao explorar esse mercado. Ao enfrentar esses desafios com uma abordagem estratégica e orientada, as organizações podem transformar esses obstáculos em oportunidades", pontua o especialista.

**O mercado de capitais engloba um conjunto diverso de instrumentos financeiros e instituições que facilitam a captação de recursos para empresas.**

O mercado de capitais é um campo vasto e dinâmico, que oferece inúmeras oportunidades para as empresas expandirem seu alcance financeiro. "Ao colaborar com pessoas que entendem exatamente o que estão fazendo para buscar esse crescimento, as organizações podem criar estratégias sólidas e eficazes para otimizar sua presença nesse mercado, impulsionando seu desenvolvimento e garantindo uma posição competitiva no panorama econômico global", finaliza o fundador da Soul Capital.

EVENTOS PADARIA RIVANA

**COFFEE BREAK RIVANA**

ORCAMENTO 3435-1282

AQUELE CAFÉ EXECUTIVO A RIVANA REALIZA PARA SUA EMPRESA

\*AGENDE SUA DATA

**RIVANA**

PADARIA DELICATESSEN

1963 1997



Fotos: Divulgação

## Hyundai inaugura concessionária na ilha de Florianópolis



Hyundai inaugura concessionária na ilha de Florianópolis

### A Hyundai agora passa a ter uma loja completa no cartão postal do estado de Santa Catarina

A Hyundai Motor Brasil (HMB) e o Grupo Geração inauguraram na última quinta-feira (25) sua nova concessionária na cidade de Florianópolis (SC). A Geração Hyundai Ilha segue os mais modernos padrões de arquitetura adotados globalmente pela montadora sul-coreana e recebeu investimentos de aproximadamente R\$ 3 milhões do Grupo Geração, que representa a marca desde 2008 com outras quatro lojas no estado catarinense: em São José, Brusque, Lages e Rio do Sul. A revenda conta com 3.000 m<sup>2</sup> de área, sendo 700 m<sup>2</sup> apenas para o showroom, e está equipada para captação de energia solar e água da chuva para reuso, em linha com as iniciativas de sustentabilidade da montadora.

A Geração Hyundai Ilha é uma unidade pet friendly, pensada para proporcionar o máximo de conforto para clientes e seus ani-

mais de estimação, e conta com estrutura completa para vendas, serviços, acessórios e peças de reposição. Oferecerá ainda oficina totalmente modernizada, que atende os mais altos níveis de excelência em mão de obra da equipe de profissionais treinados pela Hyundai HMB, capacitados a realizar todo tipo de manutenção, revisões periódicas e demais reparos nos veículos da marca.

“Esta é uma inauguração muito especial para a Hyundai, que agora passa a ter uma loja completa no cartão postal do estado de Santa Catarina, que é a ilha de Florianópolis. É um grande investimento de nosso parceiro local, o Grupo Geração, e o passo que buscávamos para proporcionar um atendimento ainda mais próximo, focado nas pessoas e personalizado aos clientes da capital catarinense, com a melhor estrutura e toda a qualidade que a Hyundai tem a oferecer”, comenta Airton

Cousseau, presidente e CEO da Hyundai Motor Brasil e Hyundai Motor Américas Central e do Sul.

“A inauguração da nova unidade na Ilha é motivo de muito orgulho para o Grupo Geração, ainda mais, por marcar a abertura de nossa quinta concessionária Hyundai. Com a nova loja, localizada na SC 401, uma das vias mais importantes e de maior fluxo da cidade, estaremos mais próximos de nossos clientes moradores da Ilha de Florianópolis. A loja conta com estrutura completa e moderna de vendas e pós-vendas, para que possamos atender ainda melhor nossos clientes, sempre buscando a expansão da marca Hyundai na região”, destaca Luciano Boeira Garcia, sócio do Grupo Geração.

Mais inaugurações de concessionárias são esperadas para o ano de 2024. A Hyundai fechou 2023 com 233 unidades distribuídas pelas cinco regiões do Brasil



**“A inauguração da nova unidade na Ilha é motivo de muito orgulho para o Grupo Geração, ainda mais, por marcar a abertura de nossa quinta concessionária Hyundai...”**

e planeja ultrapassar as 250 até o final deste ano, com a abertura de, pelo menos, mais 20 unidades.

Para obter informações sobre todos os modelos Hyundai, consultar a lista completa de concessionárias e encontrar a loja mais próxima, acesse: [hyundai.com.br](http://hyundai.com.br).

#### Serviço:

Geração Hyundai Ilha  
Endereço: Rua José Carlos Daux, SC-401, 4153, Florianópolis (SC)

Horário de funcionamento: segunda a sexta, das 8h às 18h; aos sábados, das 8h às 13h



Representantes da Hyundai Motor Brasil, da Hyundai Financiamentos e do Grupo Geração



## BOX FUJI

VIDROS, BOX E TELA MOSQUITEIRA

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

BOX DE CAIXA VIDRO MELHOR BOM TEMPERADO - KIT ALUMÍNIO BRANCO



- Tampos Bisotes
- Molduras em Alumínio
- Aquários
- Vitraux

TAMPO DE VIDRO TEMPERADO MELHOR BOM



Rua do Rosário, 2298  
Bº 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. IVETE DE OLIVEIRA SILVA,** Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 65 anos de idade e era filha do Sr. David Krasilchik, falecido e a Sra. Maria Nilza Pires Ferreira Krasilchik. Deixa os filhos: Frederico de Oliveira Terrini casado com Amanda Spazziani Pennachioni, Patrícia de Oliveira Terrini, Fernando de Oliveira Terrini, Marcos de Oliveira Terrini casado com Natalia Sartini Macedo Terrini. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala D, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. MARIA BARBOSA MELLEGA,** Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 86 anos de idade e era viúva do Sr. Antonio Mellega. Era filha do Sr. José Barbosa Galvão e da Sra. Rosalina Clemente Barbosa, falecidos. Deixa os filhos: Rosani de Fatima Mellega Laurelli casada com Roberto Laurelli, Antonio Celso Mellega casado com Marcia Maria Matavelli Mellega, Marli Tezinhina Mellega Graça casada com Milton Graça, Elide Regina Mellega Seccato casada com Roberto Seccato, Eliana Cristina Mellega casada com Claudia Regina Sabatini Bodini, Andrea Cristiane Mellega Bottene casada com Luiz Carlos Bottene Junior. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 15:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala B, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. OSVALDO ANTONIO KUHN,** Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 89 anos de idade e era viúvo da Sra. Maria Conceição Marin Kuhn. Era filho do Sr. Jorge Pio Kuhn e da Sra. Elizena Grisotto, ambos falecidos. Deixa os filhos: Valdete Aparecida Kuhn Baltieri viúva de Claudio Gilberto Baltieri e Oswaldo Gilberto Kuhn casado com Claudia Maria Negri Kuhn. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 15:00 horas saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende - Sala-3, para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. CELINA LOURENÇO DA SILVA,** Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 95 anos de idade. Era filha da Sra. Joana Maria da Conceição, falecida. Deixa os filhos: Nazdi Cavalcante, Elisabete Cavalcante casada com Orlando Alves da Silva, Jose Cavalcante casado com Josefa Maria da Conceição, Edileuza do Nascimento Silva casada com Jose Angelo da Silva Filho, Nerecino Cavalcante casado com Ilda Ribeiro da Silva, Cícera Cavalcante casada com Benedito Alves Feitosa, Benjamin Cavalcante casado com Flavia Cavalcante. Deixa netos, bisnetos, tataranetos, demais parente e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório no Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Esmeralda, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. JOEL BISPO DOS SANTOS,** Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 85 anos de idade e era viúvo da Sra. Maria de Lourdes dos Santos. Era filho do Sr. Estevo Bispo dos Santos e da Sra. Maria Norberta de Jesus, falecidos. Deixa os filhos: Maria Conceição dos Santos, Jose Carlos dos Santos casado com Luciete dos Santos, Lenilda dos Santos, Jose Valter dos Santos casado com Eliane dos Santos, Gerson dos Santos, Rosa Cristina dos Santos casada com Daniel Ramalhão, Joelson dos Santos. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 10:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 03 , se-

guindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**HILLARY MIRELA CONTESSA,** Faleceu dia 19pp na cidade de Rio das Pedras, aos 16 anos de idade. Era filha do Sr. Leandro Contessa e da Sra. Elen Renata Sansalone. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se 20pp 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. INÊS QUARESMA DA SILVA,** Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 52 anos de idade e era viúva do Sr. Nadir João da Silva. Era filha do Sr. João Ismael da Silva, falecido e da Sra. Ana Quaresma da Silva. Deixa os filhos: Fabio Quaresma da Silva casado com Bruna Vitoria da Silva, Natalia Fabiana Lisboa da Silva casada com Luis Henrique Lisboa, Poliana Tamires da Silva Natale casada com Daniel Natale. Deixa 2 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp 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 de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. BENEDICTA FERREIRA DA SILVA TORRES,** Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 88 anos de idade e era viúva do Sr. Mauro Pagotto. Era filha dos finados Sr. Martins Ferreira da Silva e da Sra. Philomena Squinca. Deixou os filhos: Eloisa da Silva Torres Armenda casada com Geraldo Gonzales de Armenda; Eugenio da Silva Torres casado com Carmen da Silva Torres; Elza Maria da Silva Torres, já falecida foi casada com Jorge Benedito Lourenço. Deixa ainda netos, bisnetos, tataraneta e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 21 pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende - Sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. EDSON LUIS DAVID,** Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 56 anos de idade e era casado com a Sra. Valdirene Duarte Bento David. Era filho dos finados Sr. Francisco David e da Sra. Maria de Jesus Maximiano David. Deixou a filha: Veridiana Luiza David. Deixou o enteado: Marcelo Rodrigo Hardt. Deixa ainda demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 16:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade Sala - 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. ANTONIO CUSTODIO GUIMARÃES,** Faleceu na cidade de Piracicaba, aos 83 anos de idade e era filho dos finados Sr. Pedro Custodio Guimarães e da Sra. Maria Candida de Jesus. Deixa ainda sobrinhos e demais familiares. O seu sepultamento dar-se as 15:30 horas, saindo a urna mortuária da residência sito a R. Querubim Sampaio, 41 - Jd. Nova Suíça, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**LUAN CAMILO RIBEIRO,** Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 30 anos de idade e era filho do Sr. Dorinaldo Camillo Ribeiro, já falecido e da Sra. Marcia Maria Moraes Ribeiro. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 17:00 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. MARCIO JOSE DOS PASSOS,** Faleceu dia

21pp na cidade de Piracicaba, aos 44 anos de idade e era filho do Sr. Valter Jose dos Passos e da Sra. Maria Nadir Ventura dos Passos, já falecida. Deixa os filhos: Marcelo Kaua Donato dos Passos, Leonardo Gabriel Donato dos Passos, Nadia Gabriela Donato dos Passos casada com Lucas Barbosa de Castro, Heloisa dos Passos. Deixa demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 21pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Esmeralda das 15:00 as 18:00 horas, onde também haverá a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. MARIA REGINA PERIN FRANKI,** Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 70 anos de idade e era casada com o Sr. Jose Carlos Franki. Era filha do Sr. Pedro Perin e da Sra. Edviges Avancini Perin, falecidos. Deixa os filhos: Thais Regina Perin Franki Plotegher, Luis Henrique Plotegher, Matheus Domingos Perin Franki, Jose Carlos Franki Junior. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp às 14:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala - C , seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. MARIA NADYR NASCIMENTO REBUÁ,** Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 73 anos de idade. Era filha do Sr. Wilson Rebuá e a Sra. Nadyr Nascimento Rebuá, falecidos. Deixa os filhos: Carolina e Marcelo. Deixa netos, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 22pp na Sala Safira no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 10:30hs até as 17:30hs, em seguida houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

**RA. JOSEPHINA PERON SARCEDO,** Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 94 anos de idade e era viúva do Sr. Djarne Sarcedo. Era filha do Sr. Antonio Peron e da Sra. Clementina Sesso, falecidos. Deixa os filhos: Jose Acacio Peron Sarcedo, falecido, Vera Helena Peron Sarcedo Santana casada com Paulo Gomes Santana, Regina Celia Peron Sarcedo Ferreira casada com Paulo Roberto Ferreira, Leila Silvia Peron Sarcedo casada com Paulo Luis Massariol. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório no Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. OSIRIS FRANCISCO FASSIROLI,** Faleceu dia 20pp na cidade de Saltinho, aos 81 anos de idade e era viúvo da Sra. Maria Aparecida de Almeida Fassiroli. Era filho do Sr. Luiz Fassiroli e da Sra. Edwignes Gimenes Fassiroli, falecidos. Deixou as filhas: Edna Cristina Fassiroli casada com Emerson de Moraes Cesar; Tania Aparecida Fassiroli; Ana Paula Fassiroli Bressan casada com Marcelo Bressan; Juliana de Fatima Fassiroli; Bruna Nataly Fassiroli casada com Bruno Rezende. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 15:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Saltinho. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. SEBASTIÃO MIRANDA,** Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 88 anos de idade e era casado com a Sra. Maria José Gravena Miranda. Era filho do Sr. Jose Miranda e da Sra. Luiza Maria da Conceição, falecidos. Deixou os filhos: Antonio Carlos Gravena Miranda casado com Magali Conceição Passarelli Miranda; Roberto Gravena Miranda casado com Lucia Aparecida Nogueira Miranda. Deixa 05 netos, 02 bisnetas, demais parentes e amigos. O

seu corpo foi transladado em auto fúnebre para a cidade de Santa Maria da Serra e seu sepultamento deu-se dia 21pp as 16:00 hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Santa Maria da Serra. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. ANGELO FRANCISCO BRANCATTI,** Faleceu dia 21pp na cidade de Rio das Pedras, aos 74 anos de idade e era casado com a Sra. Neusa Maria Carpin Brancatti, era filho do Sr. Miguel Brancatti e da Sra. Teresina Jeronimo, falecidos. Deixou os filhos: Andreia Cristina Brancatti; Angelo Augusto Brancatti; Ana Paula Brancatti. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 16:00hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. LAIS AGUIAR LEMOS,** Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 64 anos de idade e era filha do Sr. Bráulio de Lemos e da Sra. Nise Aguiar Lemos, falecidos. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 24pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Diamante das 08:00 as 11:00 horas, onde também haverá a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. MARIA APARECIDA MORAES PEREIRA,** Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 66 anos de idade e era casada com o Sr. Nivaldo Batista Pereira. Era filha do Sr. José de Moraes Santos e da Sra. Dilce Del Tio Santos, falecidos. Deixa os filhos: Anderson Moraes Pereira casado com Vanuza Ferrer Mendes Pereira, Alessandro Moraes Pereira casado com Karina Zangerolomo Pereira. Deixa netos, bisneto, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 09:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. JOSÉ DONATO DA SILVA FILHO,** Faleceu dia 23pp na cidade de Charqueada, aos 58 anos de idade e era filho do Sr. José Donato da Silva e da Sra. Helena Maria da Conceição. Deixa filhos, netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 10:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Charqueada, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. MIGUEL LOPES,** Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 96 anos de idade e era viúvo da Sra. Durvalina Bispo Lopes. Era filho do Sr. Antonio Lopes e da Sra. Teodora Francisca de Jesus, falecidos. Deixa os filhos: Jose Vitor Lopes casado com Maria Ivanilde Sebastião Lopes, Leonor Lopes Vaz de Lima viúva de Laercio Vaz de Lima, Maria Aparecida Lopes da Silva viúva do Durcilio Bernardo da Silva, Elena Maria Lopes Pereira casada com Antonio Aparecido Cardoso Pereira, Neusa Lopes Vanzela casada com João Carlos Vanzela, Otair Lopes casado com Lidia Acasio da Silva Lopes, Vilma Aparecida Lopes de Oliveira casada com Jaime Gonçalves de Oliveira, Valdir Lopes casado Luciana Gimenes Lopes. Deixa netos, bisnetos, tataraneto, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp 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. MARIA CELIA SCHMIDT CARDOZO,** Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 75 anos de idade e era viúva do Sr.

Oswaldo da Silva Cardozo. Era filha do Sr. Luiz Gonzaga Schmidt e da Sra. Assumpta Voltante Schmidt, falecidos. Deixa os filhos: Carlos Andre Schmidt Cardozo casado com Flavia Andrea Furlan Cardozo, Oswaldo Luiz Schmidt Cardozo casado com kathia Christina Arantes Von Haydine Cardozo e Ana Paula Schmidt Cardozo Gonsalves da Silva casada com Sergio Gonsalves da Silva. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 17:15 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 05 , seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. ELISABETE MICHIKO SAITO ANGELI,** Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 56 anos de idade e era casada com Sr. Benedito Jose Angeli. Era filha do Sr. Toshiaki Saito e da Sra. Miekko Saito, já falecida. Deixou enteados e 01 neto. Deixa ainda demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 13:00 horas saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala-01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. LUIZ CARLOS LUCAS,** Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 69 anos de idade e era casado com a Sra. Sueli de Fatima Cabral Lucas. Era filho dos finados Sr. Benedito Lucas e da Sra. Antonia Lucas. Deixou os filhos: Helom Erlilu Lucas casado com Débora Fernanda Lucas; Halul Thales Lucas casado com Tatiana Ferraz Lucas; e Haloos Harim Lucas casado com Vanessa Boteselli Lucas. Deixa ainda 3 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 05, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SR. ANTONIO CINCINATO MARQUES,** Faleceu dia 24pp na cidade de Sorocaba, aos 64 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Madalena Tesi Marques. Era filho do Sr. Dionisio Marques e da Sra. Elza de Oliveira Marques, falecidos. Deixa o filho: Fabio Tadeu Tesi Broggio casado com Maria Eliana de Oliveira Broggio. Deixa o neto Bruno, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 25pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Esmeralda das 11:30 as 16:00 horas, e as 16:30 horas houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

**NATHALIA BOLDRIN ALVES,** Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 31 anos de idade e era casada com Lucas Antonio Bueno de Camargo. Era filha do Sr. Marcos Luiz Alves e da Sra. Maria do Carmo Boldrin Alves. Deixa irmãos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 13:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 2, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

**SRA. ISAUARA GALHARDO VIEIRA,** Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 92 anos de idade e era viúva do Sr. Dorival Teixeira Vieira. Era filho do Sr. Manoel Galhardo e da Sra. Maria Valverde, falecidos. Deixou os filhos: Ademir Galhardo Frutuoso casado com Liliana da Cunha Frutuoso, Lazara Marta Frutuoso Paes, Gilmar Frutuoso, falecido, Sonia Odete Frutuoso, Dimas Sansão Frutuoso, falecido. Deixa netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 15:00 hs saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala A , seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.





REVISTA  
**Us**

28 de janeiro de 2024

Victor Robberecht,  
neto de sobreviventes do Holocausto

# Pelo direito de existir!

Histórias reais de quem não  
deixa o Holocausto ser esquecido

## Vida Saudável

*Medicamentos de referência,  
genéricos e similares: qual  
a diferença?*

## Estética

*Tipos de rugas e quais os  
tratamentos disponíveis*

## Filhos

*Negar matrícula ou cobrar  
valores extras para crianças  
com deficiência ou TEA; pode?*

## Comportamento

*Decifrando o Transtorno  
Narcisista*



“

Sou totalmente contra preconceito de qualquer tipo. Todos temos o direito de ser quem queremos ser, sem ter medo de ser perseguido ou julgado.

”





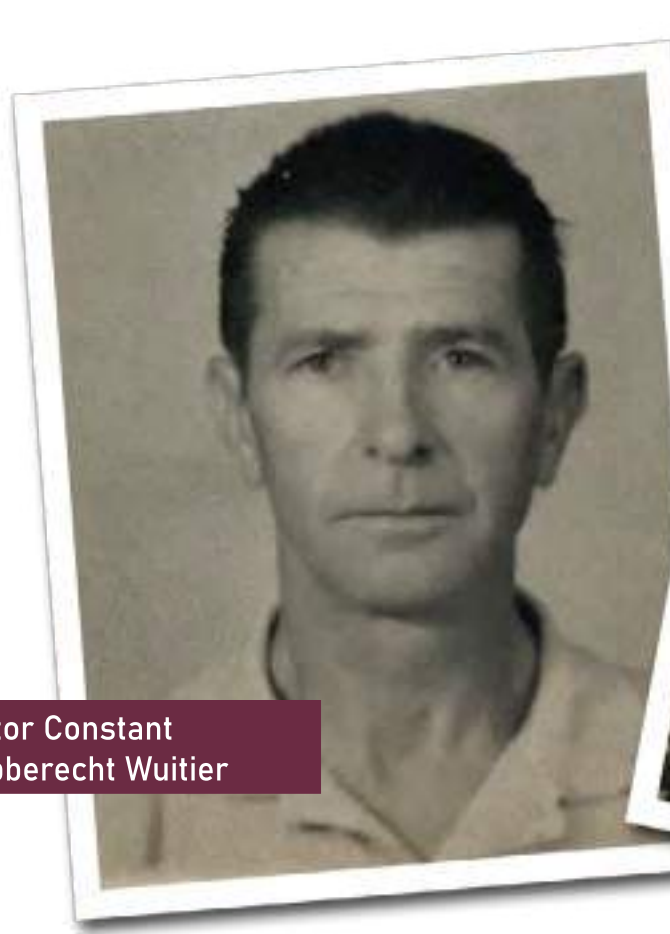
# Pelo direito de existir!

Victor Alberto Sermon Robberecht, neto de sobreviventes do Holocausto, em entrevista exclusiva ao jornalista Maurício Ribeiro. Colaborou Maria Victoria Sermon Perez.

Us

Eu sou Victor Alberto Sermon Robberecht, tenho 55 anos, nasci em Carabobo, Venezuela. Atualmente estou morando em Valência, na Venezuela, onde trabalho como mecânico. Estou passando uns dias no Brasil, em Piracicaba, com minha filha e a família da mãe dela. Meu avô, Victor Constant Robberecht Wuitier, nasceu em Bruxelas, na Bélgica, no ano de 1912. Ele era motorista de caminhão, boxeador e ciclista. Ele teve uma filha e ficou viúvo antes de casar com a minha avó, Ana Francisca Haverals De Robberecht, que era dona de casa e nascida em 1919. Eles se casaram, e durante a gestação da minha avó, a Bélgica foi invadida pelos nazistas

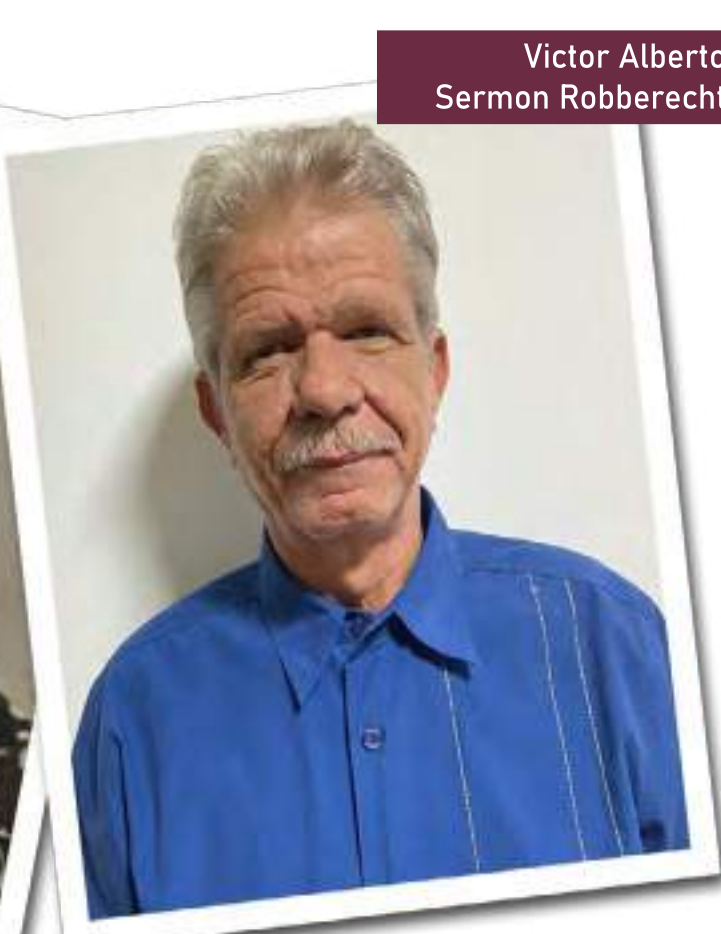
todos eles foram capturados e levados para um campo de concentração. Meu avô me falava muito sobre como era trabalhar para os alemães, cozinhando para eles, construindo barracas, fazendo limpeza e trabalhos forçados. O meu avô passou muita fome... Ele roubava batatas e borra de café para eles poderem comer e beber. Ele saiu do campo de concentração quando finalizou a guerra, e a minha mãe conta que ele chegou em casa desnutrido, barbudo, e com uma jaqueta alemã. Minha mãe tinha 5 anos e falava "esse não é o meu pai, é um alemão". Minha mãe e o meu avô não se conheciam pessoalmente, somente por foto, e minha vó



Victor Constant Robberecht Wuitier



Ana Francisca Haverals de Robberecht



Victor Alberto Sermon Robberecht

em 1940. Meu avô começou a participar de um grupo de rebeldes que defendia o seu próprio país contra as forças nazistas. Os militares belgas sabiam da existência desse grupo do qual meu avô participava e apoiavam. Em 1941, nasceu a minha mãe, Jeannine José Josefina.

O meu avô era uma pessoa muito querida para mim. A gente passeava muito, compartilhamos vários momentos juntos. Ele foi como um pai para mim, pois ele me criou. Ele era muito engraçado e adorava crianças. Era uma pessoa doce, super tranquilo, nunca estava bravo, me levava para todos os lugares. Fazíamos pão juntos, biscoitos, criávamos coelhos... Ele gostava muito de batata, pois é costume do seu país comer muita batata; e apesar de ter sofrido tanto durante a guerra era uma pessoa super calma. Me lembro dele ficar jogando baralho durante as tardes. Quem contava histórias sobre a guerra era a minha vó. Ela contava que vendia pilha e carvão clandestinamente, porque tanto a pilha quanto o carvão eram necessários para a sobrevivência durante a guerra. Não tinha energia, e o carvão servia para se esquentar. Ela trocava por dinheiro ou por troca de alimentos, como batata, laranja, fruta, pão... Ela contava muitas histórias do momento que eles iam ser atacados. Quando tocava a sirene, eles tinham que ir para o sótão das casas se esconder; e eles escutavam tudo lá embaixo. Elas passaram muita fome, tinham que cortar uma laranja em quatro partes para comer quatro vezes, e reutilizavam os alimentos, como por exemplo, a casca da batata, que era utilizada para fazer omelete. As vezes eles recebiam ajuda do governo, quando eram distribuídos alguns alimentos.

Dentro do grupo rebelde do qual meu avô fazia parte tinha, um primo dele que se entregou a Gestapo, a polícia nazista, em troca de "benefícios": viver uma vida tranquila, sem mata-lo... Esse primo falou para os alemães sobre o grupo rebelde, e

preparou um jantar com muita comida; tanta comida que meu avô passou mal de tanto comer e teve que ir para o hospital... Ele quase morreu.

Meu avô tinha um outro primo que foi para Venezuela e trabalhava em minas, na extração de ouro. Esse primo mandou uma carta para o meu avô, falando que na Venezuela tinha muito trabalho, muita oportunidade para os estrangeiros. Eles não estavam passando uma situação ruim na Bélgica, mas meu avô queria explorar outro país. Ele chegou na Venezuela de barco no dia 23 de janeiro de 1958. Nesse dia teve o golpe de estado do presidente na Venezuela, e como estava acontecendo isso no país, o barco teve que voltar e retornar para desembarque somente três dias depois. Ele foi sozinho, ficou um tempo em Caracas, e depois para Valência (cidade onde moro atualmente). Ele começou trabalhando em construções, e quando ele se estabilizou economicamente, busco a minha avó de barco e eles compraram um açougue. Em 1963, meu pai e minha mãe, que ainda viviam na Bélgica, foram para a Venezuela de avião. Minha mãe estava grávida de 8 meses do meu irmão. Meu pai começou a trabalhar na Ford como engenheiro desenhista de carro e minha mãe abriu o seu próprio negócio. Ela teve açougue, livraria, loja de roupas de bebê... Não conheço a Bélgica, mas tenho muita vontade de ir para lá e conhecer o país onde os meus avós e os meus pais nasceram e moraram. Meu sonho é conhecer a estátua "Manneken Pis" (um símbolo do povo Belga), da qual meu avô sempre lembrava e falava.

Hoje, para que os horrores da guerra não se repitam, é preciso que haja a paz entre os países, respeito na posição política, na etnia religiosa e sexualidade de cada um. Sou totalmente contra preconceito de qualquer tipo! Todos temos o direito de ser quem queremos ser, sem ter medo de ser perseguido ou julgado. Investir em educação, compreensão cultural e respeito aos direitos humanos também desempenha um papel fundamental. ■



“

Tive a oportunidade de retratar um sobrevivente do Holocausto, em Porto Alegre. Essa experiência mudou a minha vida.

”





# Holocausto nunca mais!

Luiz Rampazzo, fotógrafo e curador do Memorial do Holocausto de São Paulo, em entrevista ao jornalista Maurício Ribeiro.

Us

Eu sou Luiz Rampazzo, tenho 49 anos. Sou fotógrafo de publicidade e retratos desde os 18 anos, diretor de filmes comerciais e documentários, com 30 anos de experiência, 5 livros publicados; e sou curador do Memorial do Holocausto de São Paulo.

Desde adolescente, era apaixonado por fotografia e cinema, amigo das artes, era natural seguir algum caminho que me levasse ao universo criativo, da construção de imagens e que esse trabalho, fosse de alguma forma relevante nas áreas social e

homenagear os sobreviventes e a todos aqueles que lutaram e foram assassinados neste terrível episódio.

Existe uma crescente, na última década, de movimentos nazi fascistas e supremacistas no Brasil e no mundo todo. Juntam-se a eles, outros que negam a existência do Holocausto. Isso é perigoso. É o resultado da desinformação, da intolerância e do ódio, que tanto falamos. É preciso combater a ignorância com informação, com ações constantes a respeito do que aconteceu no Holocausto e



Nanette Blitz Konig, sobrevivente



Daniel Roth pelas lentes de Rampazzo



Rita Braun, testemunha viva do Holocausto

cultural. Foram quase 30 anos trabalhando para agências de publicidade e grandes empresas, na área da fotografia publicitária. Neste período, intercalando a fotografia publicitária e a direção de filmes comerciais, sempre produzia uma das minhas grandes paixões na fotografia, o retrato. Nesses anos todos, fotografei centenas de pessoas, personalidades, artistas, cantores, atores, empresários, escritores e tantas outras profissões, no Brasil e em outros países.

Mais ou menos há uns 8 anos atrás, fazendo um trabalho para uma agência de notícias internacional, tive a oportunidade de retratar um sobrevivente do Holocausto, em Porto Alegre. Essa experiência mudou minha vida. Durante a sessão de fotos com o sobrevivente, na conversa que tive com ele, despertei para um tema que eu pouco conhecia: o Holocausto. A partir daí, esse seria meu foco de interesse, e que posteriormente se transformou no meu trabalho. Anos de pesquisas, de estudos sobre o tema, resultaram em uma grande exposição que foi exibida em alguns lugares de São Paulo. Logo depois, construí o Memorial do Holocausto de São Paulo, publiquei 3 livros que contam a história dos sobreviventes do Holocausto que moram no Brasil e dirigi um documentário sobre o mesmo tema.

Retratar os sobreviventes do Holocausto é uma experiência para não se esquecer. Cada relato contado por eles, que são verdadeiros heróis, nos fazem refletir sobre a crueldade, a barbárie e a covardia humana. O que essas pessoas passaram, são episódios inimagináveis para a maioria de nós. Oví-los é nos transportar para uma época muito recente que, por mais absurdo que possa parecer, aconteceu, e nos mostra o que o antissemitismo, o racismo, a intolerância e todas as formas de preconceito e perseguição pode fazer. A importância do nosso trabalho e do Memorial do Holocausto é fazer lembrar, todos os dias, o resultado do ódio e da intolerância. É lembrar e educar jovens e adultos, provocar a reflexão da barbárie que foi o Holocausto, ocorrido na Segunda Guerra Mundial e nesta lembrança,

levar estas ações e informações ao maior número de pessoas possíveis. Os horrores ocorridos no Holocausto foram retratados, catalogados e registrados pelas próprias pessoas que cometeram os crimes. Existe uma imensidão de provas, fotografias e documentos que comprovam o que aconteceu. A maior das provas que temos são as testemunhas vivas da tentativa de genocídio, os próprios sobreviventes do Holocausto, que não esmorecem nunca, no trabalho em levar a verdade para quem queira ouvi-los.

Na Alemanha e outra dezena de países, a negação do Holocausto é crime. A Comissão de Direitos Humanos e Legislação Participativa (CDH) aprovou no ano passado o projeto de lei (PL) 192/2022, que tipifica o crime de apologia ao nazismo e negação do Holocausto. Os atos de negar, diminuir, justificar ou aprovar a ocorrência do Holocausto também serão criminalizados caso a proposta seja decretada. Em casos de violação, o texto prevê reclusão de três a seis anos e pagamento de multa como penalidade. O PL 192/2022 recebeu parecer favorável do relator. Agora, a proposta segue para análise na Comissão de Constituição e Justiça (CCJ) e está aguardando designação do relator. Com certeza, será aprovado.

As artes, em todas suas manifestações, também são instrumentos importantes para levar ao mundo, as reflexões que resultaram no Holocausto, provocados pelo ódio e pela intolerância. É papel de artistas, educadores, governos, pais e mães e sociedade em geral impedir que, o que aconteceu no Holocausto, não se repita, jamais, contra nenhum povo ou nação. ■



Luiz Rampazzo



“

Acredito que já está mais do que na hora de criarmos espaços coletivos, e de reivindicarmos todos os direitos que nos foram negados a vida toda por sermos quem somos.

”





# Uma constante construção

Daniel Manduchi Seghese, cozinheiro profissional, homem trans;  
em entrevista exclusiva ao jornalista Maurício Ribeiro  
pelo Dia da Visibilidade Trans (29 de janeiro).

Us

Meu nome é Daniel Manduchi Seghese, tenho 26 anos, sou nascido e criado aqui em Piracicaba, formado cozinheiro pelo SENAC e estou como auxiliar de cozinha no restaurante Cumbuk. Sou um homem trans, mas acho que não teve um momento exato em que eu tenha entendido que meu corpo não retratava quem de fato eu era. Já na infância, entender a diferença de gênero entre eu e as outras mulheres foi, e acredito que ainda seja, um processo de autoconhecimento. Mas foi com 18 anos que a crise de não-indentidade ficou mais forte, e fui atrás de entender de fato as minhas questões de gênero e sexualidade, e quando me rerepresentei para as pessoas como transmasculino e como Daniel.

Tenho muita sorte, e sou extremamente privilegiado por ter a família que tenho. Óbvio que tiveram momentos caóticos, mas as dificuldades deles no início vieram do não entendimento da Transexualidade. Com o tempo, muita conversa, estudo, e vendo que eu continuava sendo a pessoa com o mesmo caráter e educação que eles tinham me dado, as coisas foram se acalmando, e nos aproximando cada vez mais. Eles foram peça chave na minha transição e na minha formação. Sem eles, com certeza, não teria chegado até aqui.

Entender gênero e sexualidade é sempre um processo longo, complexo, e diria que contínuo. Acredito que passamos a vida toda nos entendendo. Na minha infância eu não tinha muita ideia das diferenças de gênero, sabia só que me identificaram enquanto mulher, e que não gostava disso. Passei a juventude toda fugindo de tudo o que me feminilizasse, ainda que não me entendesse masculino. A sexualidade e o gênero se confundiam na minha adolescência. Me forcei a me relacionar com homens por achar que deveria seguir o que era "normal". Depois entendi que homens gostavam de mulheres, então para me aproximar mais de quem eu sentia ser, precisava me relacionar com mulheres, e aí fui identificado enquanto mulher homossexual, e lido enquanto lésbica por toda a sociedade. Mas isso nunca me contemplou, porque não conseguia enxergar em mim a mulher que a sociedade me apontava, e não queria me relacionar com outras mulheres daquela forma. Quando finalmente me entendi transmasculino, e descobri que tudo se tratava de gênero, aos poucos fui entendendo também a minha sexualidade de forma mais concreta. Hoje sei que sou um homem trans, e um homem trans bissexual. Jamais serei lido nos meus relacionamentos enquanto biologicamente fêmea ou macho, e não precisarei me relacionar de nenhuma dessas duas formas. Entender isso e viver isso é algo transgressor, me libertou enquanto indivíduo dentro da sociedade, e me fez enxergar as pessoas e a vida de forma muito mais aberta, com muito mais possibilidades.

No que se refere à minha transição, a única etapa que me importa e me satisfaz, e que penso estar concluída, é a de me fazer ser visto e respeitado enquanto Daniel nos lugares em que me coloco. Claro que isso inclui a mastectomia que eu fiz em 2018, os 6 anos de hormonização com testosterona que modificaram todo o meu corpo e minha voz, que talvez sejam outras duas etapas do processo todo. Mas acho que a transição não acaba nunca. As etapas estão sempre em aberto, porque com o tempo a

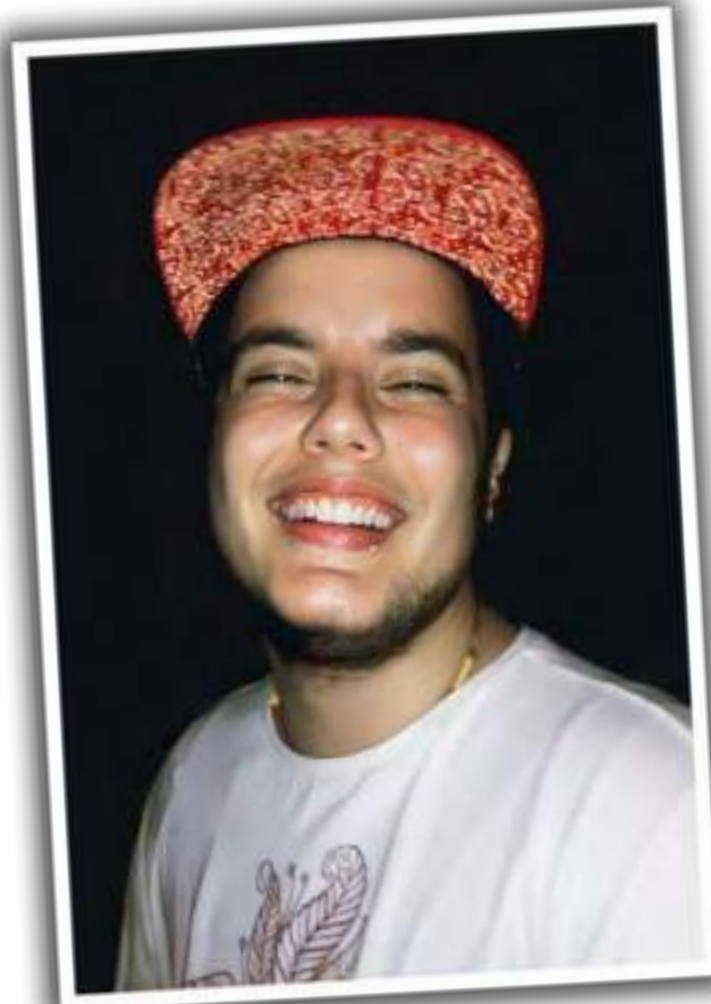
gente vai se entendendo de forma diferente. Talvez seja complexo, mas apesar de homem, e sempre masculino, o meu gênero e a forma com que expresse ele no dia a dia foi se modificando, e vai continuar se modificando porque o meu "eu" se modifica com o passar dos anos também. O homem que eu era em 2017 não é mais o homem que eu sou, e talvez não seja o mesmo daqui 20 anos. O gênero, assim como a cultura e o caráter, na minha visão, está em uma constante e eterna construção. No que se refere ao suporte e atendimento de pessoas em transição, o SUS, na nossa cidade, é

péssimo; sinceramente. As pessoas trans de Piracicaba em sua maioria acabam buscando maneiras ilegais de conseguir os hormônios e acabam se hormonizando por conta própria, pela falta de endocrinologistas que entendam sobre as nossas necessidades físicas, e pela dificuldade no acesso. E isso é o básico, sem falar em ginecologistas e urologistas completamente despreparados e preconceituosos. Falta treinamento, estrutura, e muito mais atenção da Secretaria de Saúde quando se trata da população trans.

O período do nazismo é, com certeza, um dos mais cruéis que nós temos conhecimento, para todos aqueles que foram perseguidos: judeus, afrodescendentes, pessoas com deficiência, ciganos, etc. Assim como todos esses, os LGBT's de boa parte do mundo ocidental tiveram que se esconder para poupar suas vidas e seus bens. É triste lembrar, mas é preciso. É preciso lembrar pra que esses momentos da história não se repitam de forma alguma. Mas é mais triste ainda pensar que mesmo tão longe do polo do nazismo, nós aqui no Brasil ainda tivemos e temos outros grandes períodos de perseguição e de

tentativa de higienização da sociedade, assim como na Alemanha Nazista. Na chegada da família real, durante a Ditadura Militar, e com os resquícios dela até os dias de hoje. O Brasil continua sendo o país que mais mata e persegue LGBT's do mundo. Isso é seríssimo. E é preciso mudar esse cenário o quanto antes. É lembrar, e educar com consciência, sabendo que períodos do Nazismo, Fascismo e das Ditaduras não são períodos de glória, mas de vergonha, e de imensa revolta.

Eu tento sempre lidar de forma didática, quando vejo que tenho abertura para dialogar, diante de manifestações de preconceito e intolerância. Ainda não passei por preconceitos extremos, nem direcionados a mim, e nem a pessoas próximas. Mas nos casos de violência verbal e física, com certeza, o caminho é acionar a justiça. LGBTfobia é crime, e deve ser combatida. Para mudar essa realidade, acho que antes de qualquer coisa, as pessoas que se dizem aliadas precisam de fato estar ao nosso lado. É muito comum ver situações de violência e preconceito em que todo mundo ao redor continua seguindo reto, fingindo que não viram, e ignorando as nossas existências. Enquanto as pessoas não se unirem e protegerem umas às outras, a violência vai continuar sendo normalizada. Além disso, precisamos cada vez mais levar os casos para a justiça. Nós temos leis que nos protegem, nós precisamos correr atrás dos nossos direitos. Já passamos muito tempo da história escondidos e marginalizados. Acredito que já está mais do que na hora de criarmos espaços coletivos, e de reivindicarmos todos os direitos que nos foram negados a vida toda por sermos quem somos. ■





## Hérnia de disco ou AVC: sintomas podem se confundir

Especialista da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia esclarece as diferenças entre as duas patologias consideradas graves

Imagem: Banco de Imagem



O aparecimento dos sintomas vai depender da condição de saúde e da forma que o paciente foi acometido

Quando o assunto é Acidente Vascular Cerebral (AVC), os principais sinais associados a esta condição gravíssima são: formigamento no rosto, braços e pernas, fraqueza muscular, dor de cabeça súbita, alteração no equilíbrio e na forma de andar, além de confusão mental. Mas a maior parte desses sintomas também podem estar relacionados à hérnia de disco, o que pode facilmente confundir a pessoa e fazer com que esses casos sejam tão perigosos.

Para a Diretora de Comunicação da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia, Vanessa Milanese, isso acontece porque as duas patologias ocorrem "próximas" uma da outra. "A hérnia de disco acontece quando os discos intervertebrais da coluna são afetados, de forma que sua estrutura externa se rompe e expõe o núcleo gelatinoso. Como sua localização está muito próxima da estrutura nervosa, podem comprimir medula e nervos ligados às partes do corpo onde os sintomas se manifestam", comentou.

Enquanto aos casos, estima-se mais de 2 milhões de casos de AVC, no Brasil. Já a hérnia de disco pode afetar cerca de 5,4 milhões de pessoas no país. Os sintomas em relação ao AVC podem aparecer isolados ou em conjunto, assim como na hérnia de disco. "Vale destacar que segun-

do do Ministério da Previdência Social, a hérnia de disco foi a principal causa de afastamento do trabalho em 2023. Por isso, é importante manter um acompanhamento médico de rotina e buscar ajuda no aparecimento dos sintomas, para o atendimento necessário, seja em um provável AVC ou de uma hérnia de disco na coluna", orienta a especialista.

### Saiba mais sobre o Acidente Vascular Cerebral

O AVC se manifesta de duas formas: isquêmico e hemorrágico. A primeira é quando uma artéria do cérebro é obstruída por um tipo de coágulo, que interrompe o fluxo de sangue para as células próximas. O segundo é quando há o rompimento de uma artéria e o sangue vaza. De acordo com o Ministério da Saúde, este é o tipo menos frequente, com cerca de 15% dos casos, mas responsável pela maioria dos óbitos.

O aparecimento dos sintomas vai depender da condição de saúde e da forma que o paciente foi acometido. "Na hérnia de disco, por exemplo, se for cervical alta (região do pescoço) e afetar a medula cervical e o núcleo do nervo trigêmeo, que se estende até a cabeça, pode causar formigamento e dor em um lado na face, braços e pescoço. Se for torácica ou lombar, pode afetar os membros inferiores de um ou dos dois lados do corpo", esclarece. Vanessa.

*Uma vida saudável e feliz começa com um sorriso*

*Tenha a melhor cobertura para seu sorriso.*

ANS - nº 34.600-4

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

Rua Alferes José Caetano, 1352 - Centro

t. 19 3401-1770 | uniodontopiracaba.com.br

**uniodonto**

*O nosso sorriso é único.*

*“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”*

**Telemedicina**  
SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA  
0800-000-3009

**ATENDIMENTO MÉDICO**

**24 horas**

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

SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA

O Plano que tem Saúde Inteligente

**CdVac**  
Vacinas para todas as idades

**Volta às aulas**

Volte às aulas com as vacinas em dia

(19) 9999.5.3322







## Negar matrícula ou cobrar valores extras para crianças com TEA ou deficiência pode ser considerado crime

Pais de crianças PCD devem ficar atentos em relação à inclusão no ambiente escolar; apresentação de laudo médico também não é necessária

Foto: Banco de imagem



Crianças com deficiência têm direito não somente de frequentar e permanecer na escola

Com a proximidade do retorno do ano letivo nas escolas, muitos pais ficam apreensivos para buscar a melhor instituição para seus filhos. O desafio ainda fica maior quando se trata de pais de crianças com deficiência ou, até especificamente, com diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista (TEA). Além dos desafios financeiros, caso se opte por colégios particulares, ainda há a busca pela inclusão escolar.

Entre os desafios, estão a matrícula negada ou a cobrança de valores extras nas mensalidades, de forma que a escola possa buscar recursos e infraestrutura para atender crianças com deficiência ou adaptar o ambiente escolar. O que muitos pais desses jovens não sabem é que, dependendo da decisão administrativa da instituição de ensino, pode se caracterizar como crime.

De acordo com a advogada Karina Schulte, associada do escritório PHR Advogados e especialista em Direito da Pessoa com Deficiência, toda criança no Brasil tem direito a estudar e se matricular em uma escola - e isso também vale para crianças autistas e com deficiência. "Existem leis que garantem que elas possam se matricular em qualquer colégio. Na teoria, nenhum colégio no país

**“Existem leis que garantem que elas possam se matricular em qualquer colégio. Na teoria, nenhum colégio no país pode recusar a matrícula de alunos com deficiência”**

pode recusar a matrícula de alunos com deficiência”, reforça.

Cumprir destacar que a recusa pode ser “velada” como por exemplo a instituição informar que não irá entregar o “esperado” pelos pais ou na negativa de contratação de assistente exclusivamente para o aluno, caso necessidade comprovada.

Crianças com deficiência têm direito não somente de frequentar e permanecer na escola, o que inclui a diminuição de qualquer barreira socioambiental, mas também o direito de participar e aprender com as demais crianças.

“Esse princípio está respaldado na Constituição Federal, na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) e no Estatuto da Pessoa com Deficiência. Todas essas leis falam que as crianças têm o direito a se matricular na escola, preferencialmente em rede regular de ensino, e receber as condições de atendimento e de acessibilidade que precisam”, argumenta Karina.

Negar a matrícula ou cobrar valores extras para cobrir custos como de acessibilidade pode, inclusive, ser considerado crime, conforme o artigo 8º da Lei 7.853/89. Conforme explica a especialista, caso a escola se recuse a receber um aluno autista, ou com deficiência, pode sim, responder na Justiça. “Para isso, é importante que a família da criança faça uma denúncia às autoridades competentes. Nesse caso, é preciso procurar a ouvidoria da Secretaria de Educação municipal ou estadual, valendo tanto para as escolas públicas ou particulares”, recomendou.

A advogada salientou que, na cidade de São Paulo, já existe uma delegacia especializada em atender pessoas com deficiência, a qual opera com um sistema diferenciado, ao manter uma equipe mista de policiais e um Centro de Apoio Integrado composto por uma equipe multidisciplinar composta por assistentes sociais, psicólogos, intérpretes de Libras e sociólogos.

Os pais tanto podem tanto pedir um mandado para que a criança possa ser matriculada no colégio como exigir danos morais pela postura da instituição, afirmando que ela deveria estar adaptada para receber a criança com a infraestrutura necessária. Para isso, não é necessário apresentar qualquer tipo de laudo que ateste a deficiência da criança. “A apresentação de laudo médico com diagnóstico clínico específico por parte de um aluno com deficiência não é obrigatória, serve apenas para complementar, não podendo ser cerceadora do direito à educação”, concluiu.

## Como receber um aluno com autismo na escola?



**Mara Duarte,**  
neuropedagoga, psicopedagoga,  
psicomotricista e coach educacional,  
além de diretora do Grupo Rhema

Um aluno com autismo passará a frequentar a escola. Qual o modo correto de lidar para compreender necessidades e moldar o ambiente para o sucesso?

Segundo Mara Duarte, neuropedagoga, psicopedagoga, psicomotricista e coach educacional, além de diretora do Grupo Rhema, antes de qualquer coisa é preciso levantar informações. “Analisar o ambiente escolar, o programa vigente e as habilidades do aluno. Entenda as dificuldades comportamentais e suas implicações. Avalie o ambiente em que o aluno com autismo está inserido, desde a rotina até o desempenho frente às suas habilidades”, explica.

Com base no levantamento, Mara afirma que é hora de planejar. “Considere as necessidades educacionais e comportamentais e desenvolva estratégias para promover comunicação, autonomia e independência. Esteja atento ao estilo cognitivo no autismo, marcado por um pensamento literal e aprendizado visual”, orienta.

A especialista alerta que o perfil emocional precisa ser considerado. “Descreva os comportamentos em relação às questões emocionais, adequação social e necessidades. Estude os comportamentos problemáticos e defina condutas de trabalho”, sugere.

A criação de um ambiente inclusivo, segundo Mara, requer organização do espaço acadêmico, estabelecimento de uma rotina flexível e motivadora e planejamento conforme o estilo cognitivo do aluno. “Utilize material didático com pistas visuais, sequências de atividades adaptadas e jogos estruturados. Também integre jogos e brincadeiras estruturadas ao ambiente educacional. Isso não apenas torna o aprendizado mais divertido, mas também proporciona oportunidades para o desenvolvimento social e emocional”.

Confira outras orientações de Mara Duarte para receber bem um aluno com autismo:

- Ajuste o tempo e o ritmo de trabalho de acordo com as necessidades individuais do aluno. Flexibilidade é a chave para garantir que cada criança possa aprender no seu próprio ritmo.

**“Analisar o ambiente escolar, o programa vigente e as habilidades do aluno. Entenda as dificuldades comportamentais e suas implicações...”**

- Certifique-se de que a sala de aula seja um lugar onde o aluno com autismo se sinta seguro e confortável, minimizando estímulos excessivos.

- Mantenha um controle efetivo do aprendizado. Utilize a repetição como ferramenta para reforçar o conhecimento, garantindo que o aluno com autismo tenha oportunidade de praticar e internalizar novas habilidades.

- Não subestime o poder do registro. Documente o processo de aprendizagem e acompanhe a evolução dos conteúdos. Isso fornece uma visão clara do progresso e orienta futuras estratégias de ensino.

- Faça avaliações regulares da condição motora fina do aluno com autismo. “Isso permite uma abordagem mais personalizada, adaptando as atividades para promover o desenvolvimento motor fino”, explica.

- Apresente um estímulo por vez, permitindo uma compreensão mais clara e a assimilação gradual de novas habilidades.

- Utilize comandos verbais curtos, claros e associados a dicas visuais. Isso proporciona uma orientação eficaz, facilitando a compreensão e execução das tarefas.

- Invista em sua jornada de conhecimento para entender melhor como lidar com alunos autistas.

**SOB MEDIDA**  
FÁBRICA DE BOTAS E CALÇADOS

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

CONsertos

SOB MEDIDA

MALUSA CALÇADOS

Av. Rui Barbosa, 532 - V. Rezende  
199441-0989 - 3302-9706  
www.malusacalçados.com.br  
@malusacalçados

**Malusa**  
CALÇADOS

CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS



## Decifrando o Transtorno Narcisista: Entre grandiosidade e vazio interior

Especialista em Psicologia analisa causas, características e tratamento do TPN



Foto: Banco de imagem

O vazio interior da pessoa com TPN se manifesta em sintomas como ansiedade, depressão e tendências paranoides

No universo da psique humana, o Transtorno de Personalidade Narcisista (TPN) emerge como um labirinto de grandiosidade superficial e um vazio interior. Ora busca incessantemente por validação, ora esconde sua teia de ansiedades e relações fragilizadas.

Nesta matéria, conheceremos os corredores da mente narcisista, guiados pela especialista em Psicologia da Universidade Presbiteriana Mackenzie (UPM), professora Ana Lucia Pandini, para desvendar as causas, características e caminhos de tratamento desse transtorno.

De acordo com Pandini, a formação do TPN muitas vezes encontra suas raízes em uma infância marcada pela negligência afetiva, ataques invejosos, falta de limites e a ausência de construção da empatia. Ela destaca que o desenvolvimento do TPN pode ser promovido pela dificuldade da família em reconhecer as necessidades afetivas da criança.

“A persona narcisista se tece com fios de grandiosidade e superioridade. A pessoa com TPN se vê como especial e digna de privilégios, enquanto a falta de empatia e a tendência à crueldade permeiam suas relações. Exploração do outro, exagero nas realizações pessoais e dificuldade extrema em aceitar críticas são sinais marcantes desse transtorno”, enfatiza a especialista.

A psicóloga explica que o vazio interior da pessoa com TPN se manifesta em sintomas como ansiedade, depressão e tendências paranoides. Isso ocorre graças a constante sensação de ser alvo de inveja e a falta de objetos bons em seu mundo interno contribuem para uma experiência emocio-

**“A persona narcisista se tece com fios de grandiosidade e superioridade. A pessoa com TPN se vê como especial e digna de privilégios, enquanto a falta de empatia e a tendência à crueldade permeiam suas relações...”**

nal marcada por ódio, raiva e exigências esmagadoras.

Um ponto crucial para o especialista realizar o diagnóstico TPN é a evidência de frustrações, percebidas como abandono parental, rompimentos amorosos ou obstáculos profissionais. Com isso, a mente do narcisista acaba por se afundar na falta de autoestima, e numa busca desesperada por identidade. Segundo Pandini, geralmente são esses os motivos que levam o narcisista a procurar acompanhamento psicológico, seguido do desafio de manter a consistência ao tratamento.

“São pacientes que tem dificuldade em permanecer em terapia, pois o temor de entrar em contato com suas feridas emocionais e fragilidades é intenso. Contudo, ao se responsabilizarem por seu tratamento, poderão desenvolver sua capacidade de elaboração dos conflitos, e até construir uma personalidade mais madura”, reflete Ana Lucia Pandini.

Já em relação ao comportamento profissional, as pessoas com transtorno narcisista podem ter sucesso, uma vez que podem se “vender” muito bem, até de maneira exagerada. Contudo, Pandini explica que o TPN pode se tornar antissocial ou ter dificuldades nos relacionamentos interpessoais inclusive no mundo do trabalho. Desse modo, é possível que ocorram prejuízos no desenvolvimento da carreira.

É importante compreender não apenas os sintomas evidentes, mas também os anseios profundos desses indivíduos. A busca por equilíbrio entre a grandiosidade e o vazio interior se torna um caminho desafiador, mas não impossível, na construção de uma psique mais saudável e autêntica.

## Compulsão alimentar X Comer Emocional



Thaís Conte,

Nutricionista e Empresária no ramo da saúde, pós-graduada em nutrição funcional, nutrição esportiva e fitoterapia

Nas últimas semanas, o distúrbio de compulsão alimentar foi muito comentado por causa do comportamento da modelo e atriz Yasmin Brunet durante o confinamento do Big Brother Brasil 24. A loira relatou que não consegue parar de comer em grandes quantidades e afirma que isso é resultado da ansiedade que sente. Ela também disse sofrer com distúrbios alimentares anteriormente.

Frente a isso, a nutricionista Thaís Conte explica as diferenças entre a compulsão alimentar e o comer emocional.

A compulsão alimentar é caracterizada por critérios estabelecidos, onde a pessoa consome uma quantidade substancial de comida em um curto período de tempo. Além disso, esse padrão pode ocorrer com frequência crônica, levando a sentimentos de culpa, incapacidade e frustração após o episódio. Embora a compulsão alimentar possa estar associada ao sobrepeso ou obesidade, a característica essencial é a ausência de escolha específica de alimentos: “Você come muito de qualquer coisa que você vê pela frente”, explica a profissional.

Já o comer emocional, envolve uma preferência por alimentos específicos em resposta a estados emocionais. Pode incluir a busca por alimentos reconfortantes, como chocolates, doces, salgadinhos, hambúrgueres, em momentos de tristeza, aflição, nervosismo. Aqui, a ingestão alimentar não está limitada pela fome fisiológica, mas é influenciada por impulsos emocionais.

Para tratar ambos os distúrbios, a nutricionista ressalta o reconhecimento do relacionamento disfuncional com a comida, a fim de buscar um tratamento que ajude na raiz do problema.

**“O comer emocional, envolve uma preferência por alimentos específicos em resposta a estados emocionais”**

Isso abrange um amplo espectro de comportamentos, como o medo de certos alimentos, distorções de imagem corporal, pressões para atender a padrões específicos da sociedade e a polarização entre uma dieta extremamente rigorosa e episódios de descontrole. Pessoas com esse relacionamento muitas vezes enfrentam a luta constante do efeito sanfona, dificuldade em alcançar ou manter um peso ideal e uma pressão desproporcional sobre sua imagem.

“Existem ferramentas e estratégias na nutrição comportamental para que possamos ressignificar e tratar esse relacionamento disfuncional com a alimentação, é necessário um acompanhamento multidisciplinar envolvendo nutricionista especialista em comportamento alimentar, o psicólogo e muitas vezes, o psiquiatra”, afirma Thaís Conte. Ao abordar esses padrões, podemos não apenas lidar com a compulsão alimentar e o comer emocional, mas também promover uma relação mais saudável e equilibrada com a alimentação.



# Vamos impulsionar a produtividade e a criatividade no trabalho?

A pausa para o café pode ser sua grande aliada. O Café Morro Grande oferece a solução. Saiba mais sobre a locação de máquinas para café.

**P**ara manter uma equipe satisfeita durante os momentos de pausa no trabalho, bem como motivada durante a jornada de atividades, investir no cafezinho é uma ótima opção. O Café Morro Grande oferece uma solução prática através da venda e locação de máquinas para café.

Imagine uma pausa para recarregar as energias ou um impulso para manter o foco durante aquelas longas reuniões, elaboração de relatórios e planilhas. O café é mais do que uma simples bebida, é um aliado indispensável para impulsionar a produtividade e a criatividade no trabalho, um ambiente repleto de desafios e demandas diárias. Agora, se você não quer se preocupar com a manutenção de equipamentos, falta de insumos e atraso na hora de preparar a bebida, conheça a locação de máquinas de café.

O Café Morro Grande oferece um serviço com baixo investimento para o seu negócio.

O serviço exclusivo de aluguel de máquinas de

café traz todo o sabor e aroma dos grãos do Café Morro Grande para a sua empresa. Com um simples toque, sua equipe terá à disposição café expresso, fresco e de alta qualidade.

Ou seja, com as máquinas de café Café Morro Grande, você proporciona aos seus colaboradores não apenas uma bebida, mas uma experiência que impulsiona o desempenho e a satisfação no trabalho.

### Vantagens Inigualáveis: Manutenção e Condição

Uma das grandes vantagens de optar pelo aluguel de máquinas de café do Café Morro Grande é a preocupação zero com a manutenção do equipamento. Nossos técnicos especializados garantem o pleno funcionamento da máquina, proporcionando tranquilidade para você se concentrar no que realmente importa: o sucesso do seu negócio.

Além disso, oferecemos a comodidade de receber diretamente em sua empresa os melhores grãos de café, bem como todos os insumos necessários, **SEM NENHUM TIPO DE**

**COMPROMISSO DE CONSUMO MÍNIMO MENSAL, VOCÊ SÓ GASTA O QUE PRECISA.** Dessa forma, você e sua equipe desfrutam do café mais fresco, sem preocupações com reposição.

Seja qual for o tamanho da sua empresa, o Café Morro Grande tem a solução perfeita para atender às suas necessidades no ambiente de trabalho. Na loja virtual do Café Morro Grande ([loja.cafemorrogrande.com.br/maquinas-para-cafe-expresso](http://loja.cafemorrogrande.com.br/maquinas-para-cafe-expresso)) é possível conhecer as opções disponíveis para ven-



da (Lirika OTC) e locação (Lirika OTC, Aulika Evo Office, Bianchi leisa e Bianchi Lara).

**É MUITO FÁCIL**, entre em contato pelo número (19)

2106-3670. Nossa equipe de vendas esclarece dúvidas, encaminha a melhor proposta, e presta toda assistência necessária para que você seja atendido com eficiência e agilidade.

An advertisement for Morro Grande coffee. It features a laptop displaying the website [loja.cafemorrogrande.com.br](http://loja.cafemorrogrande.com.br) on its screen. To the left of the laptop is a white cup of coffee on a saucer. To the right is the Morro Grande logo and the slogan "Bons Momentos. Um Grande Café." The background is a warm, orange-toned setting.



### Volta às aulas: 5 dicas e cardápios para lancheiras saudáveis



### Como preparar lanches saborosos e nutritivos para os pequenos

O lanche da escola contribui muito para a saúde da criança, por isso, a montagem da lancheira deve garantir o bom teor nutricional, boas experiências com a comida, além de praticidade para o dia a dia. "É importante incluir alimentos de qualidade e frescos, além de prestar atenção aos rótulos, no caso de processados", ensina a nutricionista do Oba Hortifrutti, Renata Guirau.

A especialista dá 5 dicas que vão ajudar a preparar uma lancheira prática e equilibrada:

**DICA 1:** Inclua uma opção de fruta todos os dias. As inteiras, basta envolver em papel toalha ou embrulhar em filme plástico. As picadas devem ser armazenadas em potes bem vedados e, nesse caso, é necessário que a lancheira seja térmica para manter a temperatura adequada.

**DICA 2:** Inclua uma opção que con-

tenha proteínas, como os patês, queijos e iogurtes. Receitas com ovos e homus também são boas soluções para garantir um bom teor nutricional.

**DICA 3:** Inclua alimentos energéticos. Fontes de carboidrato devem sempre estar presentes para garantir toda a energia que as crianças precisam para se desenvolver, aprender e brincar ao longo do dia. Pães, granolas, tapioca, grissinis, crostatas, torradas, biscoitos de arroz e bolos caseiros são alguns exemplos.

**DICA 4:** Para as bebidas, o ideal é sempre uma garrafinha de água, se possível, térmica para os dias mais quentes. Sucos, principalmente os artificiais, refrigerantes e outras bebidas açucaradas devem ser evitadas na rotina dos lanches dos pequenos.

**DICA 5:** Para que aceitem bem o cardápio do lanche na escola, a

sugestão é incluir as crianças na montagem e preparo. Deixar que escolham qual será a fruta do dia ou o formato que os alimentos serão cortados, por exemplo.

Renata sugere um cardápio prático para a semana:



#### Sugestão de Cardápio

##### Segunda-feira

Pão integral com pasta de amendoim + kiwi amarelo picado com iogurte natural

##### Terça-feira:

Tapioca recheada com queijo + maçã golden (inteira ou picadinha)

##### Quarta-feira:

Grissini com boursin de azeitona + uva sem semente

##### Quinta-feira:

Crostata com homus + abacaxi picado com raspas de limão

##### Sexta-feira:

Pão de queijo tradicional + palmito temperado com orégano + melancia picada

**VALORES MARMITEX**

- MINI R\$18,00
- MÉDIA R\$20,00
- GRANDE R\$24,00
- EXTRA GRANDE R\$28,00
- EXTRA GRANDE COM DIVISÓRIAS R\$30,00

**SELF SERVICE A VONTADE**

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

SÁBADO **R\$29,90**

**CAÇAROLA Paulista RESTAURANTE**

19 99804-6443 R. DONA LICA 119

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

**FAÇA SEU EVENTO NO Givaldo's**

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

**MÓ CAFE**

sodexo USECRED

ifood Faça seu Pedido Online

19 3377-5814

MOCAFE\_PIRACICABA

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

**DOCES/BOLOS**

**SALGADOS**

**CAFÉS/SUCOS**

**PÃES**

**MASSAS**

**ALMOÇO**



Foto: Divulgação

## Confira os tipos de rugas e quais são os tratamentos disponíveis



As marcas na pele são inevitáveis com o passar do tempo; médicos explicam que hábitos saudáveis ajudam a retardar o surgimento das rugas

### Úrsula Neves

As rugas são inevitáveis: elas aparecem por conta da perda de elasticidade e do volume da pele, consequências naturais do envelhecimento de qualquer pessoa. No entanto, a manutenção de alguns hábitos saudáveis pode retardar o surgimento dessas marcas no rosto e corpo.

Segundo o dermatologista Beni Grinblat, do Hospital Israelita Albert Einstein, o envelhecimento da pele está relacionado a “fatores internos e externos”: “o envelhecimento intrínseco ou interno é programado pelo nosso histórico genético. Além dele, há ainda o envelhecimento extrínseco ou externo, que depende diretamente da nossa exposição a alguns fatores e do estilo de vida”, diz o especialista, que também atua como voluntário no Ambulatório de Terapia Fotodinâmica do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (USP).

As rugas mais comuns são próximas dos olhos (chamadas popularmente de pés de galinha), abaixo da boca (linhas de marionete), abai-

xo do nariz (bigode chinês), além de outras áreas, como no pescoço, na testa, no colo e nas mãos.

“Em geral, o surgimento dessas marcas faz parte de um processo de envelhecimento aliado a maus hábitos. Com o tempo, perdemos colágeno e elastina, o que resulta na perda do contorno e elasticidade da pele”, explica a especialista em rejuvenescimento facial, Aline Senatore. Além disso, ela ressalta que também perde-se gordura e outras substâncias que também sustentam a pele, como o ácido hialurônico, o que acelera o processo de envelhecimento. “Toda a estrutura facial vai se moldando e perdendo todo o contorno que tínhamos quando jovens, o famoso triângulo da face”, diz.

### Fatores ambientais também influenciam

O processo natural de envelhecimento pode ser retardado ou potencializado por conta de fatores ambientais. “As causas podem estar relacionadas a alguns hábitos que contribuem negativamente, como o consumo de bebida alcoólica, o fumo, o

excesso de açúcar e de sol, má alimentação, estresse, poucas horas de sono, além de não beber água o suficiente. Tudo isso pode acarretar no envelhecimento precoce da pele”, complementa Senatore.

Selma Hélène, do Hospital Israelita Albert Einstein, e presidente do Departamento de Dermatologia da Sociedade de Pediatria São Paulo (SPSP), explica como o excesso de sol e o cigarro age potencializando o aumento das rugas: “os raios solares e o tabaco agem de maneiras diferentes, mas resultam na perda da sustentação da pele. O sol age destruindo as fibras colágenas e elásticas, determinando a perda do tônus e sustentação da pele. Já o hábito de fumar diminui o fluxo sanguíneo, prejudicando a nutrição local da pele, além de outros fatores envolvidos”.

### Rugas surgem antes nas mulheres

Os especialistas explicam que, nas mulheres, as rugas começam a surgir entre os 28 e os 30 anos, quando o colágeno já começa a se degradar. Nos homens, devido

à pele mais espessa, elas começam a aparecer entre os 38 e 40 anos. No entanto, quando surgem na pele masculina, os sulcos já estão plenamente formados.

“Em geral, as pessoas com peles mais claras apresentam precocemente mais rugas do que as com peles mais escuras. Quanto mais escura a pele, menor e mais demorado é o envelhecimento por causa de uma maior concentração de melanina, que protege a pele. A pele negra, por exemplo, fica naturalmente mais protegida contra a radiação solar e envelhece menos do que a pele branca”, ressalta Grinblat.

Os especialistas explicam que as rugas podem ser classificadas em dois estágios. O primeiro é o das chamadas rugas dinâmicas ou linhas de expressão, que são as primeiras a serem notadas e apenas visíveis durante a contração muscular, como ao sorrir ou franzir a testa. Já a ruga estática, mais comum em peles maduras, acima dos 30 anos, é visível mesmo sem movimento facial e apresenta uma profundidade maior na pele.

### Como retardar o aparecimento de rugas

É possível adiar o aparecimento das rugas e prevenir o envelhecimento precoce da pele com hábitos saudáveis. Os principais são:

- Usar protetor solar com FPS indicado para o seu tipo de pele mediante avaliação dermatológica;
- Evitar exposição excessiva ao sol e à poluição;
- Parar ou não fumar;
- Evitar o consumo de bebidas alcoólicas;
- Limpar e hidratar a pele diariamente;
- Manter consultas anuais com um dermatologista;
- Seguir uma alimentação balanceada, com a redução do consumo de gorduras saturadas, alimentos fast-foods e açúcares;
- Manter o nível de hidratação adequado para a sua idade, segundo orientação médica;
- Dormir um sono reparador e de qualidade;
- Evitar o estresse.



“Devemos começar a cuidar da nossa pele desde a infância, quando os danos acumulados irão determinar na idade adulta a quantidade e intensidade de rugas, manchas, flacidez, além do surgimento ou não do câncer de pele. Quanto mais precoce os cuidados, mais os danos intrínsecos serão reduzidos”, afirma a dermatologista Hélène.

A médica explica que existem alguns tratamentos para combater as rugas, mas que os cremes anti-idade não são uma opção neste caso. “São ineficazes, infelizmente. As rugas não desaparecem visivelmente simplesmente usando um creme antirugas, seja qual for o preço do produto. Mesmo com uma lista de excelentes ingredientes, eles estão presentes em baixas quantidades”, explica Hélène, que ressalta que o protetor solar ainda é o melhor produto para minimizar os efeitos do envelhecimento da pele.

Veja, abaixo, 7 opções de tratamento que podem auxiliar no combate às rugas, segundo os especialistas entrevistados pela Agência Einstein:

### 1. Radiofrequência

É um procedimento que atenua as rugas finas, marcas de expressão e aumenta a elasticidade da pele. Trata-se de um aparelho que utiliza radiações para provocar um aquecimento controlado e direcionado nas estruturas de tecido da derme, estimulando as fibras de colágeno e elastina. Geralmente, são indicadas sessões a cada 15 ou 30 dias, segundo orientação de um dermatologista.

### 2. Microagulhamento

É um procedimento estético minimamente invasivo que induz a produção de colágeno e elastina, possibilitando uma melhora expressiva no aspecto de rugas e problemas de pigmentação.

Consiste em um aparelho de rolagem com microagulhas que gera mi-

crolesões na pele, levando a um processo inflamatório. Em consequência disso, a pele é estimulada a produzir mais colágeno e elastina para restaurar o tecido danificado. Assim, são formadas novas fibras de colágeno, possibilitando o aumento da penetração de cosméticos na pele. A indicação é sempre realizar esse procedimento com um dermatologista.

### 3. Peeling químico

O peeling químico consiste na aplicação de ácidos, como o glicólico ou o retinóico, visando remover a camada mais superficial da pele. Ele ajuda a estimular a renovação celular, com a criação de uma nova camada de pele, auxiliando na ativação da oxigenação, na tonificação e hidratação, além de combater a formação de linhas de expressão e rugas. Também deve ser sempre realizado com indicação de um dermatologista.

### 4. Preenchimento facial

É um procedimento invasivo, mas que pode apresentar resultados já na primeira sessão. Consiste na injeção de determinadas substâncias sob uma área específica da pele. Quando isso acontece, a região que recebeu o tratamento se eleva e depois reduz a profundidade.

Possibilita suavizar o contorno do rosto, corrigir cicatrizes, rugas finas, amenizar a flacidez e linhas de expressão, corrigir olheiras e marcas causadas por acne, entre outras indicações.

### 5. Aplicação de toxina botulínica

A toxina botulínica (popularmente chamada de botox) é um composto extraído de uma bactéria, que paralisa ou diminui a ação de um grupo de músculos, conseguindo reduzir as rugas de movimento ou expressão. Trata-se de um procedimento realizado em consultórios ou clínicas.

A substância deve ser

aplicada em locais específicos, como na região dos olhos, na glabella (espaço entre as sobrancelhas) e na testa. O procedimento é rápido, porém não é indolor, uma vez que depende do grau de sensibilidade de cada pessoa. Os efeitos duram cerca de três a quatro meses.

### 6. Lifting facial

Também conhecida como ritidoplastia, a cirurgia é realizada por um cirurgião plástico no centro cirúrgico. O paciente recebe sedação intravenosa ou anestesia geral, e é feita uma incisão que começa no couro cabeludo, na região temporal, segue ao redor da orelha e termina na parte inferior do couro cabeludo.

O médico remove o excesso de gordura, que é esculpido ou redistribuído entre o rosto, a papada e o pescoço. O tecido abaixo é reposicionado nas camadas mais profundas do rosto, com os músculos sendo elevados. Dependendo do caso, o médico pode precisar realizar uma segunda incisão abaixo do queixo para melhorar o aspecto do pescoço. As incisões são fechadas com suturas ou adesivos

**“As causas podem estar relacionadas a alguns hábitos que contribuem negativamente, como o consumo de bebida alcoólica, o fumo, o excesso de açúcar e de sol, má alimentação, estresse, poucas horas de sono, além de não beber água o suficiente. Tudo isso pode acarretar no envelhecimento precoce da pele”**

de pele.

Os efeitos geralmente duram cerca de dois anos, com a possibilidade de aplicação semestral ou anual de bioestimuladores para prolongar os resultados. Cada caso deve ser analisado individualmente para determinar a necessidade da cirurgia, que é um procedimento invasivo.

### 7. Bioestimulador de colágeno

O bioestimulador de colágeno é uma substância aplicada nas camadas mais profundas da pele (derme) para promover a produção natural de colágeno. Normalmente, o procedimento possui um efeito prolongado de 12 a 24 meses, auxiliando a pele a ficar mais firme e uniforme, além de dar mais volume.

É indicado para o tratamento de rugas, suavização de linhas de expressão, preenchimento de áreas profundas, especialmente que apresentam flacidez, correção de cicatrizes de acne, preenchimento do dorso das mãos, colo e pescoço, flacidez corporal e celulite. Deve ser realizado por um dermatologista.

Fonte: Agência Einstein

LOCAÇÃO DE IMPRESSORAS  
**ALUGUE JÁ!**

A TONER COPY é uma empresa especializada em venda, locação e manutenção de impressoras e multifuncionais a laser.

**FALTOU TONER?**

Rua: Benjamin Constant, 2371  
Paulista - Piracicaba - SP  
atendimento@tonercopy.com.br

TC  
TONER COPY

(19) 3433-0600



## Casa de praia no litoral paulista se destaca pelo layout estratégico

A premissa utilizada foi a praticidade e o conforto

A casa de praia Sangalli, localizada na Riviera de São Lourenço, no litoral paulista, partiu da implantação do bloco da residência na forma de "L", em um terreno de aproximadamente 1.098m<sup>2</sup>. O projeto é assinado pelo Raiz Arquitetura, dos arquitetos e sócios Alexandre Ferraz e Elias Souza, que têm em seu portfólio diversas casas de alto padrão no litoral e

interior paulista.

Pensada para receber um casal do Sul do Brasil e que recentemente se mudou para São Paulo, o propósito foi desenvolver um projeto no litoral que atendesse toda a família que atendesse toda a família para desfrutar do lazer, descanso e receber os parentes e amigos. A aquisição de um terreno privilegiado, voltado para o Leste e Norte da região litorânea, fez com que o bloco da

residência fosse aproveitado como barreira do poente, proporcionando somente o sol da manhã e do inverno nas áreas de lazer, esporte e descanso. A pedido do cliente, a fachada frontal foi desenvolvida para garantir privacidade, sem expor o interior da casa.

Por se tratar de uma residência de praia, a premissa utilizada foi a praticidade e conforto. Para o projeto de

interiores, foram definidos três conceitos principais: integração interno/externo, funcionalidade e aconchego. Os ambientes foram desenvolvidos com mobiliários leves, limpos e slim, que compusessem atmosfera acolhedora de tranquilidade aos moradores e visitantes.

Nos ambientes privativos, localizados no pavimento superior, o destaque fica para a suíte master. O dormitório do casal conta com um closet amplo e integrado à sala de banho, e uma varanda isolada que dá vista privilegiada para a área de lazer e a mata natural que cerca a residência.

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



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

Fotos: Manuel Sá



O pé-direito alto, aliado às grandes aberturas livres e caixilhos de vidro, traz iluminação natural abundante, oferecendo clareza a toda área social da casa e, por consequência, sensação de amplitude e integração ainda maior aos interiores.





Para a área externa da piscina, um pórtico em concreto aparente com vão de aproximadamente 11 metros abriga academia, sauna, espaço zen e parte da piscina. O fechamento da Sauna em vidro preserva a visão para a Mata Atlântica posicionada ao fundo do lote. O espaço ainda conta com uma área sombreada, que funciona como um abrigo em dias de muito sol.





## Janeiro Branco e os benefícios dos pets na vida de pessoas que sofrem com transtornos psicológicos

Foto: Banco de Imagem



O primeiro mês do ano é um convite para a conscientização sobre os cuidados com a saúde mental. A campanha Janeiro Branco, busca sensibilizar a população sobre a importância do cuidado com o bem-estar emocional, incentivando a prevenção dos transtornos psicológicos, a fim de criar um ambiente mais acolhedor e humano acerca das questões psíquicas.

O movimento se faz relevante, uma vez que o Brasil apresenta altos índices de transtornos de ansiedade e depressão. O país é líder na prevalência de doenças mentais, com estatísticas alarmantes, de acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS). De acordo com uma última pesquisa divulgada em 2023, 26,8% dos brasileiros receberam diagnóstico médico de ansiedade, sendo que a faixa etária entre 18 e 24 anos apresenta um índice ainda mais preocupante, de 31,6% da população jovem afetada. Além disso, 12,7% dos brasileiros relataram ter recebido diagnóstico médico para depressão.

Neste sentido, a interação com animais de estimação, como cães e gatos, pode desempenhar um papel significativo na melhoria da saúde mental e emocional das pessoas, ainda mais nos jovens, que lideram o ranking de transtornos psicológicos no Brasil. O estresse, a ansiedade e a depressão são condições que afetam profundamente a qualidade de vida, e é neste cenário que os pets têm se mostrado aliados valiosos.

De acordo com o médico-veterinário da Petlove Pedro Risolia, "os pets são ótimos companheiros para acalmar e aliviar o estresse. Ao interagir com um cachorro, por exemplo, os níveis de ocitocina aumentam, trazem a sensação de bem-estar e diminui níveis de ansiedade".

Na opinião da médica psiquiatra Emily Gomes de Souza, da clínica Revitalis, "os pets trazem alegria para a nossa vida, senso de cuidado e companheirismo. Quando a pessoa chega em casa e vê o seu cachorro todo feliz ao encontrar o dono, sem julgamentos e sem restrições, a sensação é

de acolhimento".

### Pets e a redução do stress:

Um estudo conduzido pela Universidade do Estado de Washington, destacado pelo blog da Petlove, revelou que a presença de gatos pode contribuir para a redução do estresse, especialmente em pessoas sensíveis. A pesquisa, que fez um recorte da interação entre gatos e estudantes universitários, resultou em benefícios mentais, indicando que indivíduos mais propensos a se conectarem emocionalmente também se mostraram mais abertos a interações com felinos, além de lidarem melhor com a vida acadêmica.

Já pesquisadores da Universidade de Basel, na Suíça, estudaram os efeitos positivos da interação com cães na saúde mental das pessoas. Ao acariciar cachorros, a atividade cerebral pré-frontal, associada ao gerenciamento de emoções e interações sociais, apresentou uma resposta positiva. Os benefícios dessa relação persistiram mesmo após o fim do contato com os animais, indicando um poten-

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

DIFUSORA

LÍDER ABSOLUTA DE AUDIÊNCIA EM PIRACICABA E REGIÃO

PROGRAMA TROCANDO IDEIAS

Marisara Meneghini

FALE CONOSCO (19) 98170-7010

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

cial terapêutico para pessoas com déficits socioemocionais, como ansiedade e depressão.

É cientificamente comprovado que a convivência com pets traz inúmeros benefícios para o bem-estar humano, tanto físico quanto emocional. A presença dos animais de estimação tem um impacto direto nos sentimentos da população, proporcionando alívio e melhora na qualidade de vida. Segundo Pedro Risolia, outra vantagem que a convivência com pets traz é a empatia, que ajuda na interação social. "Os pets possuem sentimentos e necessidades, que serão percebidos ao longo do convívio. Isso faz com que o tutor tenha uma noção maior sobre respeito e empatia com as pessoas ao seu redor", afirmou.

Pessoas que têm animais de estimação apresentam um

alívio no estresse, redução da ansiedade e podem até mesmo melhorar quadros depressivos. Durante o Janeiro Branco, é essencial lembrar que para cuidar da nossa saúde mental, a presença afetuosa dos nossos companheiros peludos pode fazer uma diferença significativa em nossa jornada rumo ao bem-estar emocional.

A psiquiatra da clínica Revitalis destaca um estudo publicado em 2021 na *Frontiers in Veterinary Science*: "essa interação traz diversos efeitos biológicos na frequência cardíaca e ativa indicadores neuroquímicos de comportamento afiliativo, que é a liberação de dopamina, prolactina e endorfina. Observa-se também a redução na concentração sérica do cortisol, hormônio relacionado ao estresse", finaliza a Dr.<sup>a</sup> Emily Gomes de Souza.





## Frias Neto comemora recordes em 5ª Convenção com o tema "O FUTURO É CRIAR"

No último sábado, 20 de janeiro, aconteceu no auditório da ACIPI, Associação Comercial e Industrial de Piracicaba, a 5ª Convenção Comercial da Frias Neto, com o tema "O Futuro é Criar", este é um evento tradição na Frias Neto Consultoria de Imóveis, reforçando o objetivo de aprimorar o time de corretores especialistas profissionalmente e reconhecer os esforços do ano anterior, premiando os grandes destaques e estabelecendo metas para o novo ano.

No último ano a imobiliária cresceu 49% em Vendas de imóveis prontos, 16% em Locação e 14% em Lançamentos, comercializando 1.1 imóvel por hora, e também mantendo o espantoso número de mais de R\$ 5 bilhões em ativos sob gestão. O evento reuniu os mais de 100 corretores especialistas, integrantes de uma equipe administrativa e o palestrante Guilherme Blumer, publicitário, especialista em Marketing imobiliário e co-fundador da CredAluga.

Fotos: Carlos Pierri



Equipe Lançamentos Frias Neto



Equipe Locação Frias Neto



Equipe Vendas Frias Neto



Guilherme Blumer, Angelo Amaral Frias, Celisa Amaral Frias e Angelo Frias Neto



Flávia Castilho



Angelo Amaral Frias, Celisa Amaral Frias, Angelo Frias Neto



Jonathan Siqueira, Diel Santana, Cristiane Jana, Andrea Colonnese, Dheimis Moreira e Angelo Frias Neto



Laura Bertaia e Isabele Soares



Celisa Amaral Frias e Tania Vendrusculo



Flávia Castilho, Juliana Nogueira, Michelle Gomes e Camila Scudeler



## Acipi+Presente revela o ganhador do apartamento

Uma noite especial, cheia de emoções e expectativas. Um misto de sentimentos tomou conta do auditório da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba), no dia 23, durante o teste das chaves para conhecer o ganhador(a) do apartamento da promoção Acipi + Presente. O felizardo foi o vendedor André Hendrick Rodrigues. Foram 10 consumidores sorteados no dia 9 de janeiro, quando ocorreu o último sorteio da promoção, referente ao Natal. Os 10 receberam, cada um, uma chave teste para tentar abrir a porta montada no palco e que representou a entrada do novo apartamento de dois dormitórios avaliado em R\$ 250 mil. Cada um deles também recebeu um vale-compras de R\$ 150,00. Uma noite memorável, para encerrar com "chave" de ouro a programação comemorativa dos 90 anos da Acipi.

Fotos: Isabela Borghese



Vanessa Valério Gullo, André Hendrick e Marcelo Caçado



Participantes que concorreram ao apartamento da promoção ACIPI+Presente



Jorge Aversa Jr, Vanessa Gullo, André Hendrick, Marcelo Caçado, Maurício Benato e Rodrigo dos Santos



Luis Carlos Furtuoso, Juliano Dorizoto, Gustavo Gutierrez, Francisco Bonassi, Maurício Benato e Rodrigo dos Santos



Jussara Lima e Francisco Bonassi



Família Torina



Silvante Neves e Elisabete Mazero



José Orlando Rizzato e Antônio Ferro



Rosali Morini e Nelson Morini



Natália Colombo e Natália Smaniotto



Fernando Ribeiro, Luciana Ribeiro, Brenda Ribeiro e Bárbara Silva



Paulo Nogueira Libório, Guilherme Gorga, Flávio Copoli



Luis Carlos Furtuoso e Fernando Mazero



Maria Isabella Moreira dos Santos e Simone Dias



# Uma Jornada de Bem-Estar e Renovação no Coração do Japão



Em um mundo onde o ritmo acelerado da vida moderna muitas vezes leva ao esgotamento, o Japão surge como um refúgio sereno, oferecendo uma jornada de bem-estar e renovação. Em 2024, a tendência do turismo wellness alcança novos patamares, segundo pesquisas da Quickly Travel, braço brasileiro da JTB no Brasil. Nesse cenário, o Japão está na vanguarda, oferecendo experiências que vão muito além dos itinerários turísticos convencionais. A agência destaca um roteiro visitando 3 províncias para uma experiência de wellness e reconexão incomparável.

### Imersão Cultural e Relaxamento em Hokkaido

A aventura wellness começa em Hokkaido, onde os onsen (banhos termais) são mais do que uma tradição - são um ritual de purificação e relaxamento. Aqui, em meio às paisagens naturais deslumbrantes, os visitantes podem experimentar a tranquilidade e a harmonia com a natureza. Os "onsen", são uma das experiências mais emblemáticas e rejuvenescedoras que esta região do Japão oferece. Situada no norte do país, Hokkaido é famosa por suas paisagens naturais impressionantes e seu clima mais frio, o que torna a experiên-

cia dos onsen particularmente agradável.

Muitos dos onsen em Hokkaido são alimentados por fontes termais naturais, que brotam do solo rico em atividade geotérmica da região. Essas águas são conhecidas por suas qualidades terapêuticas, contendo minerais que são benéficos para a saúde. Hokkaido oferece uma grande variedade de onsen, desde banhos ao ar livre (rotenburo) com vistas deslumbrantes da natureza até banhos internos (uchiburo) em ambientes mais privados e tranquilos. Alguns onsen são parte de ryokans (pousadas tradicionais japonesas), proporcionando uma experiência cultural completa.

As águas dos onsen são ricas em minerais como enxofre, sódio e magnésio, que se acredita ajudam a aliviar dores musculares, melhorar a circulação sanguínea e promover uma sensação geral de bem-estar.

Imersão em um onsen é uma experiência holística. Além dos benefícios físicos, há um forte elemento de relaxamento mental e emocional. O ambiente tranquilo, muitas vezes acompanhado pelo som de água corrente e vistas da natureza intocada, proporciona um retiro sereno do estresse cotidiano.

Ao visitar um onsen, é importante respeitar as tradições e etiquetas locais. Isso inclui tomar um banho completo antes de entrar na água termal e garantir que toalhas ou outros itens pessoais não contaminem a água. Muitos onsen em Hokkaido estão localizados em áreas de beleza natural excepcional. Isso pode incluir vistas de montanhas cobertas de neve, florestas densas e até mesmo a serenidade do oceano, dependendo da localização do onsen.

Enquanto os onsen são particularmente populares no inverno, quando a neve envolve a paisagem, eles também são agradáveis durante outras estações, oferecendo uma experiência única em meio às folhas verdes do verão, às cores vibrantes do outono ou à frescura da primavera.

### Meditação e Mindfulness em Kyoto

Em seguida, a jornada continua em Kyoto, um epicentro de tradição e espiritualidade. Vale participar de sessões de meditação Zen lideradas por monges locais, uma experiência que promete não apenas relaxamento, mas também uma profunda introspecção e conexão com o eu interior. Kyoto, com sua rica história e tradição espiritual, oferece experiências únicas de meditação e mindfulness que atraem visitantes de todo o mundo em busca de paz interior e autoconhecimento. Aqui está uma descrição detalhada dessas experiências:

As sessões de meditação em Kyoto muitas vezes ocorrem em templos antigos, cercados por jardins tranquilos e arquitetura tradicional japonesa. Esses locais, imersos na história e na cultura, proporcionam um cenário perfeito para a prática da meditação e mindfulness, ajudando os participantes a se desligarem das distrações do mundo exterior. São frequentemente lideradas por monges Zen experientes. Eles começam com uma breve introdução aos princípios do Zen e instruções sobre como meditar. Isso inclui como sentar-se corretamente em zafus (almofadas de meditação), a postura ideal, e dicas para focar a mente e controlar a respiração.

Zazen, ou meditação sentada, é o coração da prática Zen em Kyoto. Durante o Zazen, os participantes são encorajados a observar seus pensamentos sem julgamento, focando na respiração e na experiência do momento presente. A prática pode variar em duração, mas geralmente dura cerca de 20 a 30 minutos.

### Longevidade e Saúde em Okinawa

A ilha de Okinawa, conhecida pela impressionante longevidade de seus habitantes, oferece uma perspectiva única sobre a saúde e o bem-estar. Não à toa é uma das Blue Zones apontadas na série Netflix homônima, como detentora de habitantes que ultrapassam os 100 anos de forma saudável e lúcida. Explorar a dieta local, rica em superalimentos, e participar de workshops sobre estilos de vida saudáveis, tornas-se uma verdadeira lição sobre como viver mais e melhor.

Okinawa é notável por sua excepcional longevidade e práticas de vida saudáveis. Existem várias razões pelas quais os habitantes de Okinawa frequentemente vivem além dos 100 anos. A dieta tradicional de Okinawa é baseada em vegetais e é rica em grãos integrais, tofu, algas e peixes, com um consumo reduzido de carne e pouca gordura. Esta dieta é baixa em calorias, mas densa em nutrientes, o que contribui para uma vida mais longa e saudável. Os okinawanos mantêm um estilo de vida fisicamente ativo, que inclui jardinagem, caminhadas e a prática de artes marciais locais, como o Karatê. Esse exercício regular mantém seu corpo e mente saudáveis.



Além do Zazen, os templos também podem oferecer sessões de mindfulness e kinhin (meditação andando). O kinhin é uma prática meditativa de caminhar lentamente, concentrando-se na sincronização do movimento e da respiração, uma forma de meditação em movimento que complementa o Zazen. Após as sessões de meditação, muitas vezes há oportunidades para discussões interativas com os monges.