

H1N1, covid-19 ou dengue: como identificar as diferenças entre as doenças virais



Foto: Divulgação

Pág. 03

Entenda diferenças entre essas doenças, como identificar os sintomas e as vacinas específicas para cada caso

As chuvas de Verão trazem consigo uma explosão de casos de uma doença já conhecida entre os brasileiros: a dengue - doença que já atingiu mais de 500 mil pessoas em 2024, se-

gundo dados do Ministério da Saúde. Febre, dores de cabeça e no corpo, cansaço e mal-estar são alguns de seus sintomas, mas essas também costumam ser manifestações relatadas por

quem contrai Covid-19 e H1N1, sendo importante identificar essas diferenças para a obtenção de um diagnóstico assertivo e também para buscar a correta vacinação.

Cultura

Pág. 23



Cidade

Pág. 04

Dr. Bactéria alerta sobre os 07 mitos sobre a Dengue

Cidade

Pág. 07

Guarda compartilhada, o que muda com a nova norma?

Cidade

Pág. 09

Vice-governador, Secretário de Estado, deputados federais, estaduais e outras autoridades confirmam presença na abertura do COPLACAMPO 2024

Cidade

Pág. 18

Sorriso Cidadão: Trailer odontológico deve atender 700 crianças em São Pedro



+1 ALUGADO

Indusparquet
Av. Carlos Botelho, 626FRIASNETO
for business
friasneto.com.br

Cidade

Pág. 05

Extinção da "saidinha" no sistema penal brasileiro divide opiniões



Essa decisão pode causar a sobrecarga do sistema prisional, não abordando os fatores estruturais e culturais que contribuem para o cometimento de crimes

Cidade

Pág. 06

Os benefícios da cúrcuma no jejum



Foto: Divulgação

Os benefícios e contraindicações do alimento que é reconhecido pela ciência moderna e pela medicina ayurveda indiana

Filhos

Pág. 29

Como evitar que os filhos sejam impactados por uma separação

CONHEÇA A NOVA GRADE PROGRAMAÇÃO
da legítima e mais querida webrádio da cidadeFOLHA DE PIRACICABA
O JORNAL CONECTADO COM A CIDADEYou
Tube

@Folhadepiracicaba

TERÇA
27/02

9 hs da manhã



Artigo

Gestão Luciano Almeida: vanguarda do empoderamento feminino

Que Piracicaba é vanguarda em diversos índices positivos como qualidade de vida, educação, gestão fiscal, segurança e muitos outros, não é novidade. Mas o que quero destacar hoje é a construção de uma vanguarda que vem sendo feita pelo prefeito Luciano Almeida: a de ações voltadas para o público feminino e a igualdade de gênero entre as funções políticas nas secretarias municipais, com destaque para os cargos de liderança dentro da gestão.

No final do ano passado recebi o desafiador convite do prefeito Luciano Almeida para assumir a Secretaria de Governo. Senti-me lisonjeada e também muito ciente de tamanha responsabilidade, pois o Governo tem a função de ser o fio condutor entre poder público e população. Inclusive na secretaria estão os projetos que dialogam e influenciam diretamente a vida da população, como o Orçamento Participativo, o Prefeitura Sem Papel e a Zeladoria Comunitária.

Ao aceitar o convite tive a oportunidade de integrar um time forte, no qual mais 9 mulheres já fazem parte e encabeçam ações e projetos de decisão, alta liderança e confiança à frente do Fundo Social de Solidariedade, Chefia de Gabinete, Corregedoria Geral e secretarias de Habitação e Gestão Territorial, Assistência e Desenvolvimento Social, Trânsito e Transportes, Esportes, Agricultura e Abastecimento e Finanças.

Um relatório produzido por meio de uma parceria da Oxfam Brasil e Instituto Alziras, mostrou que pode levar até 144 anos para que a política brasileira alcance a equidade de gênero. Diante de um dado como esse é inegável que para eliminar as desigualdades de gênero na política ainda temos um longo caminho a percorrer, mas aqui em Piracicaba a lição de casa já está sendo feita, e o prefeito Luciano Almeida tem possibilitado a criação de espaços e poder, importantíssimos para que as mulheres ocupem cargos de alta liderança, além de viabilizar a autonomia feminina para a tomada de importantes decisões para a cidade.

Uma gestão que proporciona es-

paços de decisão e destaque para as mulheres, também trabalha no sentido de fortalecer políticas públicas voltadas ao público feminino.

Já integramos o Steam Girls, iniciativa da plataforma Força Meninas, em parceria com a ArcelorMittal, que buscou incentivar o ingresso de meninas em carreiras com baixa representatividade feminina; realizamos oficinas dentro do Programa Meu Futuro Emprego, reunindo mulheres em situação de violência; e promovemos a ação 21 Dias de Ativismo pelo Fim da Violência contra a Mulher, campanha nacional.

Na área da saúde, promovemos o Mamaço, encontro de amamentação simultânea para incentivar o aleitamento materno em alusão ao Agosto Dourado, que reuniu 250 pessoas no Ginásio Municipal.

Outra ação que quero destacar realizada nesta gestão é a Feira da Empregabilidade, com programação direcionada para pessoas com deficiência, mulheres, negros e público em geral, que ofertaram 3.515 vagas de emprego para cerca de 7.000 pessoas.

Por fim, destaco a campanha para denúncias de violência contra a mulher, desenvolvida em conjunto com o Centro de Comunicação Social da Prefeitura, e a implantação estratégica da Sala Patrulha Maria da Penha, que permite que a mulher tenha um espaço para orientações ou solicitação de acompanhamento. Também lançamos o aplicativo S.O.S Mulher Piracicaba, botão de emergência que a mulher, que tem medida protetiva, pode pressionar em caso de risco real, que permite uma ação mais ágil do que ligar para a Guarda Civil. São inúmeras ações desta gestão.

Ações para enaltecer, empoderar, proteger, elevar e possibilitar o protagonismo feminino na cidade.



Tássia Espago é secretária municipal de Governo

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



Artigo

Amor nós temos. Queremos valorização e respeito

Nesta semana o governador Tarcísio de Freitas, por meio de uma declaração irônica e infeliz, reconheceu que os professores não têm salários justos, nem condições de trabalho, mas têm "amor".

Considero a declaração desrespeitosa. Em primeiro lugar, porque o mesmo governador que reconhece que não temos salários justos, se recusa a estabelecer uma política salarial para a nossa categoria. Este governador mantém as políticas de governos anteriores, de pagamento de abono complementar, em lugar de aplicar o reajuste do piso nacional no salário base, beneficiando toda a carreira. Mantém pagamento de bônus, quando os recursos poderiam ser aplicados em reajustes salariais. Não se dispõe a discutir uma carreira aberta, justa e atraente e para as professoras e os professores.

Este governador também não realiza nenhum plano de reformas e adequações das escolas estaduais às necessidades do processo educativo. As escolas são antigas, possuem graves problemas estruturais, que não são enfrentados pelo Estado. As condições de trabalho também passam pelos projetos político-pedagógicos das escolas, que devem ser construídos de forma democrática por meio dos Conselhos de Escola, com participação ativa de todos os segmentos que compõem a

comunidade escolar (professores, estudantes, funcionários e pais). Entretanto, o governo do senhor Tarcísio de Freitas é marcado pelo autoritarismo, assédio e cerceamento da liberdade de ensinar e aprender.

O governador que diz que os professores têm "amor", por meio de seu secretário da Educação, Renato Feder, quer retirar totalmente desses profissionais sua autonomia para definir suas aulas. Por meio de apostilas e slides, este governo impõe ao professor o que deve ser trabalhado com os estudantes, deixando o professor na condição de um "monitor" em sala de aula. Pior ainda: tais apostilas e slides trazem conhecimentos aligeirados e contém até mesmo erros, como foi denunciado em 2023, quando se descobriu que ali se afirmava que a cidade de São Paulo tinha praias, que D. Pedro II havia assinado a Lei Áurea e outros absurdos.

O secretário Renato Feder, pelo jeito, não acredita muito nesse "amor" que o governador atribui aos professores, pois manda diretores de escolas, supervisores de ensino e coordenadores vigiarem as aulas, fazendo relatórios sobre o que o professor diz ou não em sala de aula. Não aceitamos. A Constituição garante liberdade de ensinar e aprender e pluralidade de concepções pedagógicas nas escolas.

Além disso, esse governo demitiu quase 50 mil professores no final de 2023, milhares deles ainda não conseguiram aulas, enquanto muitos milhares de estudantes ainda estão sem professores. Ao se recusar a prorrogar esses contratos, deixou esses professores sem salários, lutando pela sobrevivência. Este governo submeteu mais de 100 mil professores ao pior processo de atribuição de aulas da rede estadual de ensino.

Tarcísio de Freitas também é o governador que reconhece que o professor ganha mal e não tem estrutura para trabalhar, mas quer cortar R\$ 10 bilhões das verbas da Educação. Quanta contradição, senhor governador!

Temos, sim, amor à nossa profissão e temos amor aos estudantes aos quais nos dedicamos cotidianamente nas escolas, mesmo sem condições de trabalho. Mas somos profissionais, somos trabalhadores e trabalhadoras e precisamos ser valorizados profissionalmente. Precisamos de salários dignos. Precisamos de carreira justa. Precisamos e exigimos respeito!

Professora Bebel é deputada estadual pelo PT e segunda presidenta da APEOESP

Toyota Corolla branco pérola
GLI Upper
2018, Flex, 71.000km

Por apenas **88.900,00**
19 99310-3915
Falar com Luciana

H1N1, Covid-19 ou Dengue?

Entenda diferenças entre essas doenças, como identificar os sintomas e as vacinas específicas para cada caso

Foto: Banco de Imagens



Alguns sinais, como o modo de evolução dos sintomas, podem dar pistas sobre cada uma das enfermidades

As chuvas de Verão trazem consigo uma explosão de casos de uma doença já conhecida entre os brasileiros: a dengue - doença que já atingiu mais de 500 mil pessoas em 2024, segundo dados do Ministério da Saúde. Febre, dores de cabeça e no corpo, cansaço e mal-estar são alguns de seus sintomas, mas essas também costumam ser manifestações relatadas por quem contrai Covid-19 e H1N1, sendo importante identificar essas diferenças para a obtenção de um diagnóstico assertivo e também para buscar a correta vacinação.

Segundo a enfermeira especialista em vacinação Kátia Oliveira, alguns sinais, como o modo de evolução dos sintomas, podem dar pistas sobre cada uma das enfermidades, porém apenas um exame de sangue pode confirmar o diagnóstico. "Em comum, todas essas doenças são causadas por vírus. No entanto, eles são distintos: a Covid-19 é provocada pelo vírus Sars-CoV-2, da família do coronavírus, a H1N1 é causada pelo vírus da família Influenza, já a Dengue é causada pelo Flavivírus", explica.

Além do tipo de vírus há a diferença na forma de contágio, sendo que no caso da Covid-19 e H1N1, o modo de

“Em comum, todas essas doenças são causadas por vírus. No entanto, eles são distintos: a Covid-19 é provocada pelo vírus Sars-CoV-2, da família do coronavírus, a H1N1 é causada pelo vírus da família Influenza, já a Dengue é causada pelo Flavivírus”

transmissão é por gotículas de secreções respiratórias de uma pessoa infectada, e a dengue é transmitida pelo mosquito *Aedes aegypti*. "Identificar a forma de contágio é fundamental para o combate das doenças, que são sazonais, porém podem acometer as pessoas em qualquer época do ano. A Covid-19 e a H1N1, por serem transmitidas da mesma forma, podem contar com medidas protetivas iguais, como uso de máscara, higiene das mãos e evitar aglomerações. Já a Dengue exige cuidados específicos no combate ao mosquito", explica Kátia.

Sintomas de cada doença

A dengue é uma infecção viral transmitida principalmente pela picada do mosquito *Aedes aegypti*, que também transmite outros vírus como chikungunya, febre amarela e Zika. "Existem quatro sorotipos do vírus, cada um com interações diferentes com os anticorpos humanos, o que significa que uma pessoa pode ser infectada mais de uma vez. Seus sintomas são febre alta (sintoma clássico, que surge abruptamente no início da infecção), dor de cabeça, especialmente atrás dos olhos, dores musculares e articulares intensas, fadiga, náuseas e vômitos, erupção cutânea e, em alguns casos,

sangramento de gengivas ou nariz, além de dor abdominal intensa. Sintomas respiratórios como coriza e tosse, que são comuns na Covid-19 e H1N1, são raros na dengue", conta a especialista.

Kátia explica que identificar as diferenças de sintomas da Covid e da H1N1 pode ser algo mais desafiante, porém é importante notar que no caso da Covid, o período de incubação é mais longo, onde o organismo pode levar até cinco dias para manifestar os sintomas, enquanto a H1N1 o período de incubação é mais curto, resultando em um início rápido dos sintomas e uma progressão aguda do quadro. "Os sintomas da Covid-19 geralmente incluem febre alta, tosse seca, dificuldade respiratória, fadiga, dores musculares, perda de olfato e paladar, dor de garganta e, em alguns casos, diarreia. Já a H1N1 se manifesta com febre alta, tosse, dor de garganta, dores musculares, dor de cabeça, fadiga, calafrios, congestão nasal e, em algumas crianças, pode haver vômitos e diarreia", conta.

Vacinas

Entender as diferenças entre as vacinas também é importante. Para isso, Kátia explica abaixo os detalhes e características de cada uma das vacinas:

Vacina contra H1N1 (Influenza A)

A vacina contra o vírus H1N1 é desenvolvida anualmente para combater a gripe sazonal, sendo composta por cepas do vírus da gripe previstas para circular na temporada de gripe em questão. "A vacinação contra a gripe, incluindo o H1N1, é recomendada anualmente para grupos de risco, como idosos, crianças, gestantes e pessoas com condições médicas crônicas. Nesse caso, a rede pública oferece a vacina trivalente, que protege contra duas cepas da Influenza A e Influenza B, e a Efluelda,

que potencializa ainda mais a proteção, pois conta com uma alta concentração de antígenos, sendo fundamental para a população de risco, com mais de 60 anos", conta Kátia. A vacina ofertada na rede privada é a tetravalente, que protege contra quatro cepas da doença.

Vacina contra Covid-19

As vacinas contra a Covid-19 foram desenvolvidas rapidamente em resposta à pandemia causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, sendo desenvolvidas por diferentes fabricantes e utilizando diferentes tecnologias, como mRNA, vetor viral e proteína viral. "Essas vacinas foram submetidas a testes clínicos rigorosos para garantir a sua segurança e eficácia antes de serem autorizadas para uso emergencial ou aprovação regulatória. Hoje elas são as principais formas de controle contra a disseminação do vírus, atuando na prevenção de casos graves e na proteção da saúde pública", explica a especialista.

Vacina contra Dengue

A vacina contra a dengue é uma vacina tetravalente que visa prevenir a infecção pelos quatro sorotipos do vírus da dengue (DENV-1, DENV-2, DENV-3 e DENV-4). Ela foi desenvolvida para proteger contra os diferentes sorotipos do vírus e reduzir a gravidade da doença em indivíduos infectados. "A vacina contra a dengue está disponível em alguns países endêmicos e é recomendada para pessoas que vivem ou viajam para áreas onde a dengue é prevalente, sendo que a eficácia e segurança da vacina podem variar de acordo com o histórico de infecção do indivíduo e a prevalência dos diferentes sorotipos do vírus na região. A vacina disponível na rede privada é a Qdenga, fabricada pela farmacêutica Takeda, que conta com nova tecnologia e pode ser aplicada em indivíduos que não tiveram contato com a doença", finaliza Kátia.

Dr. Bactéria alerta sobre os 07 mitos sobre a Dengue

Especialista em saúde pública, o biomédico Roberto Figueiredo (Dr. Bactéria) faz uma listinha dos mais comuns mitos sobre a epidemia da Dengue. Confira:

1- Usar ar-condicionado ou ventiladores espanta, mas não mata o mosquito da Dengue. Dessa forma, quando os aparelhos estiverem desligados o problema volta. Não se iluda.

2- Animais de estimação não pegam dengue, ok? Mas, infelizmente, os pets podem ter uma doença muito mais grave, que também é transmitida por um mosquito. É a leishmaniose, que é uma zoonose, ou seja, pode acometer humanos também. Os mosquitos são diferentes, mas para nós, leigos e sem lentes de aumento, todo pernilongo é igual. O *Aedes aegypti* pode até picar um pet, mas ele não terá dengue, chikungunya ou zika.

3- A limpeza dos locais que

podem acumular água é fundamental para o mosquito não colocar os ovos, não basta apenas secar os reservatórios, todo cuidado é pouco.

4- Tomar vitaminas, comer bastante alho, cebola ou usar bastante perfume não vai afastar o mosquito. Nenhuma dessas alternativas é eficaz e pode prejudicar a sua saúde.

5- Os repelentes não combatem a Dengue. O que combate é a conscientização e prevenção. Repelentes, velas de citronela ou andiroba têm e indeterminado e temporário. Não se iluda.

6- Não são todas as pessoas que são picadas pelo mosquito que vão desenvolver a



Foto: Banco de Imagem

Durante o dia, não se deve descuidar do uso do repelente

doença, sabia? Entre 20 e 50% não vão apresentar sintomas. Mesmo assim, é importante em caso de dúvida ou qualquer suspeita procurar o posto de saúde mais próximo.

7- Os ovos do mosquito também podem se desenvolver em água suja e parada. Já foi comprovado que a larva do *Aedes aegypti* se desenvolve na água suja de borra de café. Ao invés de usar a borra, tente eliminar os pratos dos vasos, ou coloque areia até as bordas deles de forma a eliminar a água. Lave também os pratos com bucha

e sabão semanalmente. Isso é eficaz contra a dengue.

Em relação ao uso dos repelentes, o especialista em saúde pública adverte a população a buscar produtos confiáveis e de boa duração, de acordo com sua idade, morbidade e se for gestante. Não é recomendado usar o repelente por baixo das roupas, mas por cima dos tecidos e apenas na pele exposta (braços, colo, pernas, pés). Durante o dia, não se deve descuidar do uso do repelente. Os aparelhos de tomada são inseticidas e repelentes de eficácia reduzida.

São indicados para ambientes entre 10 m² e 20m² e devem ser ligados com antecedência.

“Cada um precisa fazer a sua parte, assim podemos combater essa praga. É importante manter a higiene e verificar regularmente possíveis focos de água parada. São várias condutas, como deixar as lixeiras bem tampadas, limpar os ralos sempre, verificar se não há água parada em pneus, vasos de plantas, garrafas e outros recipientes que possam permitir a reprodução do mosquito”, finaliza alerta Dr. Bactéria.

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.

Extinção da “saidinha” no sistema penal brasileiro causa discussões e divide opiniões

De acordo com o advogado Fábio Chaim, essa decisão pode causar a sobrecarga do sistema prisional, não abordando os fatores estruturais e culturais que contribuem para o cometimento de crimes

A extinção da saída temporária no cenário jurídico brasileiro tem gerado debates intensos, levando em consideração as diferentes perspectivas sobre o assunto. Esta medida, popularmente conhecida como “saidinha”, tem sido alvo de discussões que vão além das paredes dos tribunais, adentrando o cenário político e social.

As divergências refletem concepções distintas sobre a função da pena e a eficácia do sistema penal brasileiro.

De acordo com Fábio Chaim, advogado especialista em Direito Criminal, a dicotomia entre a perspectiva retributiva e preventiva é central na discussão. “A visão retributiva, que busca a punição proporcional ao crime, é criticada pela falta de conexão entre a conduta criminosa e a pena aplicada. Por outro lado, a abordagem preventiva se desdobra em diversas categorias, com destaque para a prevenção especial positiva, que visa evitar novos crimes por meio da ressocialização dos criminosos”, revela.

Legislação penal com foco na ressocialização

A legislação penal brasileira possui um foco majoritariamente ressocializador, buscando a reinserção do indivíduo na sociedade. Mecanismos como a conversão de penas privativas de liberdade, remição pelo trabalho ou estudo, progressão de regime e saídas temporárias são parte desse esforço. “A saída temporária, em especial, é um benefício concedido a presos do regime semiaberto, marcado por critérios rigorosos e vedações legais para crimes hediondos”, pontua.

Os defensores da saída temporária destacam seu índice baixo de reincidência, apontando que apenas 6.3% dos beneficiados não retornaram ao sistema carcerário. Dados do Relatório de Informações Penais (RELIPEN) revelam que a maioria cumpre as regras estabelecidas, contribuindo para a eficácia do sistema penal e, por consequência, para a sociedade.

A dinâmica da saída temporária e seus desafios administrativos

Segundo o especialista, a saída temporária ocorre em quatro períodos de sete dias ao longo do ano, mas sua concessão em datas específicas, como feriados, gera eficácia administrativa. “No entanto, situações polêmicas surgem, como a libertação de presos, responsáveis pela morte dos seus genitores em datas como o dia dos pais ou das mães, alimentando o



As divergências refletem concepções distintas sobre a função da pena e a eficácia do sistema penal brasileiro

“...o debate levanta a questão da expansão da população carcerária e possíveis instabilidades no sistema prisional, causando problemas que podem ser imensuráveis”

sensacionalismo a respeito do assunto”, alerta.

Além dos aspectos sociais e legais, a saída temporária também apresenta vantagens econômicas e administrativas. “Presos em regime semiaberto, ao passarem o dia

fora, podem se manter por meios próprios, reduzindo custos para o Estado. Durante as saídas temporárias, o impacto financeiro é aliviado, já que os detentos deixam de gerar despesas relacionadas à saúde, alimentação e infraestrutura carcerária”, ressalta.

O cenário político e social na tomada de decisões

Nos últimos anos, a possibilidade de extinção da saída temporária ganhou contornos políticos, refletindo anseios de uma parcela punitivista do eleitorado. O Projeto de Lei 2253/2022, por exemplo, que propõe a eliminação da “saidinha”, promete um cenário de benefícios aos seus apoiadores. “No entanto, o debate levanta a questão da expansão da população carcerária e possíveis instabilidades no sistema prisional, causando problemas que podem ser imensuráveis”, alerta Chaim.

Para o advogado, a discussão sobre a extinção da saída temporária revela uma sociedade dividida entre a busca pela punição e a necessidade de ressocialização. “Enquanto o punitivismo pode trazer ganhos políticos momentâneos, as consequências a longo prazo envolvem a sobrecarga do sistema prisional e a falta de abordagem dos fatores estruturais e culturais que contribuem para o crime. A decisão sobre a saída temporária não é apenas jurídica, mas sim uma escolha que moldará o futuro do sistema penal brasileiro”, finaliza.

Casa à venda!

Valor: 790.000,00

- 3 quartos sendo 1 suíte todos com closet
- Banheiro social
- Sala de Estar e de Jantar
- Cozinha estilo americana
- Piscina com cascata
- Garagem para vários carros
- Terreno 1000 m²
- Área Construída 200 m²
- Aceita imóvel como parte do pagamento

Agende sua visita
(19)99785-5155

Os benefícios da cúrcuma no desjejum

A nutricionista Priscila Gontijo apresenta os benefícios e contraindicações do alimento que é reconhecido pela ciência moderna e pela medicina ayurveda indiana

O desjejum, ou café da manhã, é um momento crucial do dia para a saúde e o bem-estar. Após um longo período de jejum noturno, em que o corpo utiliza reservas de glicose e glicogênio para manter funções vitais como circulação e respiração, é essencial repor os níveis de glicose pela manhã. Esta refeição, responsável por 20 a 25% das calorias diárias, devolve a energia gasta durante o sono, preparando o organismo para as tarefas do dia.

Um desjejum equilibrado envolve proteínas, carboidratos e gorduras boas. E incluir a cúrcuma longa em sua pri-

meira refeição ou shot do dia pode trazer efeitos positivos adicionais. Seu princípio ativo, a curcumina, é reconhecido pela ciência moderna e pela medicina ayurveda indiana por suas propriedades benéficas à saúde.

A curcumina, com mais de 5.600 estudos científicos publicados, é apreciada por suas propriedades. A forma mais simples de aproveitar os benefícios do alimento é dissolvendo em água e tomando na forma de shot para imunidade. Também é possível consumir em preparos de carnes, molhos, omeletes, sopas, pães e cozidos.



Foto: Banco de Imagem

E incluir a cúrcuma longa em sua primeira refeição ou shot do dia pode trazer efeitos positivos adicionais

“A curcumina, com mais de 5.600 estudos científicos publicados, é apreciada por suas propriedades...”

A nutricionista Priscila Gontijo explica que o consumo pode ser feito na forma de suplementação, evitando o amarelamento dos dentes. “O Curcumagic, por exemplo, apresenta uma formulação avançada e oferece os benefícios da cúrcuma de forma eficiente e prática”, aponta.

Sobre as contraindicações, ela alerta que o produto deve ser evitado por pessoas que apresentem úlceras gástricas ou que tenham histórico do problema na família. Ele tam-

bém deve ser evitado por pacientes que tenham sensibilidade ou alergia à curcumina, obstrução de ductos biliares, distúrbios hemorrágicos ou que usam medicamentos que alteram o processo de coagulação.

“Na dúvida, a indicação é sempre procurar ajuda médica ou nutricional para iniciar a suplementação, seja ela por meio de cápsulas ou do consumo in natura. O especialista pode indicar a melhor dosagem para cada caso”, finaliza



O ESPAÇO GIANNA AGORA ESTÁ NO GIANNA MIX CONVENIÊNCIA!

Um espaço maravilhoso para o seu HAPPY HOUR com as nossas melhores porções e lanches deliciosos!

Chicco's Bar no Espaço Gianna:
. terça a sábado das 17h às 23h
. domingo das 16h às 22h

Gianna Mix Conveniência:
. segunda a sábado das 6h às 23h
. domingo das 6h às 22h

AV. ARMANDO CÉSARE DEDINI, 330 . PIRACICABA . SP



#vemprogianna

Guarda compartilhada, o que muda com a nova norma?

Especialista em direito da família analisa as mudanças da Lei nº 14.713/2023 que rege sobre as atribuições da guarda compartilhada

Foto: Banco de Imagem

Aprovada em novembro de 2023, a Lei 14.713/2023 estabelece um novo critério de proteção à criança e ao adolescente ao determinar que a presença de risco de violência doméstica ou familiar inviabiliza a aplicação da guarda compartilhada. Esta nova legislação modifica artigos tanto do Código Civil, datado de 10 de janeiro de 2002, quanto do Código de Processo Civil, de 16 de março de 2015, os quais abordam os diferentes modelos de guarda para assegurar o bem-estar dos filhos.

Segundo a advogada especialista em Direito de Família da Assis Gonçalves, Kloss Neto e Advogados Associados, Eloise Caruso Bertol, é importante entender o contexto da Lei e suas modificações ao longo dos anos. “A Lei nº 11.698/2008 dividiu a guarda em duas formas: unilateral e compartilhada. A guarda unilateral atribui a responsabilidade a um dos genitores, enquanto a compartilhada envolve ambos, a despeito de não morarem na mesma residência. Já a Lei nº 13.058/2014 trouxe uma abordagem mais abrangente para a guarda compartilhada, prio-

rizando a equidade de responsabilidades entre os pais e o interesse superior da criança”, conta.

Eloise explica que à Lei nº 13.058/2014 introduziu-se uma exceção à aplicação da guarda compartilhada caso um dos genitores manifeste ao juiz sua falta de interesse na guarda, mantendo-se, assim, a responsabilidade unilateral. “Posteriormente, a Lei 14.713/2023 alterou essa disposição, adicionando uma nova exceção à guarda compartilhada, relacionada à possibilidade de risco de violência doméstica ou familiar, e introduzindo o artigo 699-A ao Código de Processo Civil para lidar com essa questão durante as ações que discutem o tema”, explica.

Pontos divergentes e pontos positivos

A nova legislação estabelece que, mesmo na ausência de investigação criminal, indícios de violência doméstica já são suficientes para afastar os encargos compartilhados, visando proteger o bem-estar da criança e trazer à tona casos de violência familiar que não foram previamente identificados. “A Lei



A Lei nº 11.698/2008 dividiu a guarda em duas formas: unilateral e compartilhada

nº 14.713/2023 ofereceu novas nuances para essa questão, trazendo uma exceção à guarda compartilhada como regra ao determinar que ela não será aplicada quando houver elementos que evidenciem a probabilidade de risco de violência doméstica ou familiar. Essa mudança visa priorizar a segurança das crianças e adolescentes em situações de vulnerabilidade no âmbito doméstico”, afirma Eloise.

A advogada explica que a inserção dessa exceção gerou divergên-

cias quanto aos seus resultados práticos, uma vez que, embora não seja atribuída a guarda ao genitor acusado de violência doméstica, a possibilidade de convivência continua existindo. “Dois possíveis desdobramentos dessa alteração são a concentração da responsabilidade de cuidados e sobrecarga em uma só pessoa – geralmente a mãe – ou mesmo a acusação de práticas de alienação parental, já que a nova Lei não exige prova da violência”,

explica.

Por outro lado, Eloise destaca que a norma é elogiável ao priorizar a segurança dos indivíduos mais vulneráveis na relação familiar, especialmente diante do alarmante índice de violações de direitos no âmbito doméstico. “Essa nova legislação traz à tona a importância de considerar cuidadosamente cada caso, sempre buscando garantir o bem-estar e a segurança das crianças e adolescentes envolvidos”, finaliza.

Quem é visto, é lembrado!

Patrícia Ribeiro

Artista

Cantora

Intérprete da obra de Elis Regina

Assessorada pela

Primor Comunicação & Imprensa

nós cuidamos da sua **imagem**

PRIMOR
COMUNICAÇÃO & IMPRENSA

@primorimprensa | (19) 98243.8817



Descubra a Serenidade e Espiritualidade no Cemitério Parque da Ressurreição

Em meio à agitação do cotidiano, o Cemitério Parque da Ressurreição se destaca como um refúgio de paz e serenidade. Localizado em Piracicaba, este espaço transcende a tradicional função cemiterial, oferecendo um ambiente acolhedor e espiritual.

As alamedas arborizadas, meticulosamente cuidadas, convidam a caminhadas tranquilas, proporcionando aos visitantes momentos de reflexão em meio à beleza natural. A presença de lagos serenos, habitados por carpas coloridas, amplifica a atmosfera pacífica, oferecendo um cenário propício para momentos de contemplação.

A espiritualidade é um pilar fundamental no Cemitério Parque da Ressurreição, evidenciada pelas missas diárias realizadas às 7h. Estes momentos de comunhão oferecem uma oportunidade única para encontrar

conforto e renovar a conexão interior.

Para aqueles que buscam garantir um local de descanso tranquilo para seus entes queridos, o cemitério oferece jazigos à venda. Com opções cuidadosamente planejadas e uma equipe dedicada, o processo de aquisição é conduzido com sensibilidade e respeito.

Mais do que um local de repouso eterno, o Cemitério Parque da Ressurreição é um espaço onde a espiritualidade se encontra com a natureza, e a memória dos entes queridos é honrada em meio à serenidade e à beleza.

Venha descobrir a tranquilidade e a paz do Cemitério Parque da Ressurreição. Estamos localizados na Avenida Comendador Luciano Guidotti, 1754, em Piracicaba. Convidamos você a explorar este oásis de serenidade, onde a espiritualidade se entrelaça com a beleza da natureza.

Fotos: Divulgação



Mais do que um local de repouso eterno é um espaço onde a espiritualidade se encontra com a natureza



As missas diárias, realizadas às 7h, oferecem uma oportunidade única para encontrar conforto e renovar a conexão interior



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

Jazigos para compra e aluguel

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

Funerária 24h
(19) 3426-4877

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



Vice-governador, Secretário de Estado, deputados federais, estaduais e outras autoridades confirmam presença na abertura do COPLACAMPO 2024

Cerimônia ocorrerá na próxima segunda-feira, às 9h30



Fotos: Divulgação

Décima edição do COPLACAMPO

A Diretoria da COPLACANA (Cooperativa dos Plantadores de Cana do Estado de São Paulo), o vice-governador do Estado de São Paulo, Felício Ramuth, o Secretário da Secretaria de Agricultura e Abastecimento do Estado de São Paulo, Guilherme Piai, deputados federais, estaduais entre outras autoridades do município estarão na cerimônia de abertura do COPLACAMPO 2024. A solenidade será no dia 26 de fevereiro, às 9h30, no Salão Nobre do evento, que foi totalmente revitalizado, recebendo melhorias em infraestrutura.

A entrada para a décima edição do COPLACAMPO é totalmente gratuita. Para participar, é necessário se inscrever pelo site www.coplacampo.com.br e retirar a credencial na recepção do local. Além dos pronunciamentos oficiais, a abertura contará, também, com dois momentos especiais. Serão assinados contratos para projetos voltados ao meio ambiente e sustentabilidade.

Um deles, com a Embrapa Agricultura Digital, uma das 43 unidades de pesquisa da Embrapa (Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária), trata-se de um Acordo de Cooperação Técnico-Financeira para promoção conjunta de ações de pesquisa, desenvolvimento e inovação voltadas ao uso

de bioinsumos para a sustentabilidade das culturas da cana-de-açúcar, soja e milho.

A partir da instalação de experimentos de campo, serão avaliados cinco inoculantes microbiológicos para adaptação dessas culturas a condições de estresse hídrico. Como parte da parceria, também serão utilizadas ferramentas de agricultura digital como drones e satélites, para a coleta de dados de campo e a avaliação dos experimentos, e promovidas ações para disseminação de práticas sustentáveis e de recomendações técnicas para plantio e manejo associadas à adoção de bioinsumos, entre os produtores rurais cooperados e clientes da COPLACANA.

Já no segundo contrato, com uma empresa parceira, a COPLACANA terá 2 mil hectares de soja com pegada de carbono calculada utilizando dados primários dos agricultores. O cálculo será feito através de ferramenta denominada Footprint PRO Carbono. O contrato marca o início de uma importante jornada da COPLACANA para levar sustentabilidade e transparência no processo de produção de grãos.

A programação do evento segue até sexta-feira, dia 1º de março. No total, mais de 80 palestras acontecerão em todos os dias de

exposição. Para acessar a programação completa, basta entrar nas redes sociais @coplacana e conferir. A visitação é aberta ao público e ocorre das 8h às 17h, diariamente.



Vice-governador do Estado de São Paulo, Felício Ramuth



Secretário da Secretaria de Agricultura e Abastecimento do Estado de São Paulo, Guilherme Piai

Comunicação e Oratória sem ruídos em conjunto com um marketing digital inovador e UGC Creator são tendências em 2024

Estilo de comunicação UGC Creator é tendência no mercado de criação de Conteúdo

No cenário digital altamente competitivo de hoje, as empresas estão cada vez mais reconhecendo a importância do conteúdo gerado pelo usuário (UGC) e o papel vital dos criadores de conteúdo de UGC não apenas impulsiona o envolvimento do público, mas também é uma ferramenta poderosa para fortalecer a marca e impulsionar as vendas.

Fotos: Divulgação



Renata Cordeiro

Essa nova forma de criação de conteúdo traz autenticidade e relevância, o conteúdo UGC traz uma perspectiva única para a marca, estabelecendo uma conexão genuína com os consumidores.

“Além disso, o conteúdo de UGC Creator desempenha um papel crucial no desenvolvimento da confiança do consumidor. Os consumidores confiam nas opiniões e experiências de outros consumidores, e o UGC oferece exatamente isso” diz Gabrieli Brizola, especialista em criação UGC.



Gabrieli Brizola

E seguindo esse momento de transformação do jeito de informar o consumidor sobre os produtos de uma marca, a comunicação e oratória sem ruídos entre os colaboradores de uma empresa é fundamental para complementar o processo de sucesso das marcas e empresas. Pois o convívio harmônico e objetivo entre os colaboradores traz um maior resultado.

A comunicação eficaz entre os colaboradores de uma empresa além de promover um ambiente de trabalho colaborativo e motivador resulta em um melhor desempenho das funções.

“Além disso, o conteúdo de UGC Creator desempenha um papel crucial no desenvolvimento da confiança do consumidor...”

Colaboradores que se entendem bem são mais produtivos porque não perdem tempo em diálogos longos que não levam a nada, eles resolvem as questões rapidamente, não se ofendem porque não levam nada para o pessoal e sim tudo para o profissional e são mais proativos, diz Renata Cordeiro, especialista em comunicação empresarial.

Isso acontece porque uma comunicação clara e aberta evita mal-entendidos e conflitos, promovendo um clima organizacional positivo e eficiente.

Em resumo, uma comunicação interna eficaz e a criação de conteúdo gerado pelo usuário são elementos essenciais para o sucesso de inúmeras empresas.

Renata Cordeiro: @renatacordeiroficial

Gabrieli Brizola: @gabibrizola

Simespi apresenta serviços e benefícios na Coplacampo

Um dos maiores eventos do agronegócio brasileiro acontece de 26/02 a 1º/03, em Piracicaba

Entidade patronal que congrega importantes empresas do setor metalmeccânico atuantes no mercado sucroenergético, o Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras) participa da décima edição do Coplacampo. Realizado pela Coplacana (Cooperativa dos Plantadores de Cana do Estado de São Paulo), um dos maiores eventos do agronegócio no Brasil acontece em Piracicaba, de 26 de fevereiro a 1º de março, e vai reunir 130 expositores.

“O Coplacampo tornou-se uma ‘vitrine’ para empresas e instituições que atuam no agronegócio. É um evento que movimenta a cidade e o setor empresarial, gerando negócios, network, e trazendo informações estratégicas para as empresas. Participamos de outras edições com muito sucesso e, neste ano, estaremos com um amplo estande, apresentando nosso portfólio de serviços, vantagens e benefícios para nossas associadas e para as empresas e profissionais em geral”, explica Erick Gomes, presidente do Simespi.

Com mais de 230 empresas associadas, o Simespi disponibiliza uma ampla infraestrutura e um diversificado mix de serviços, que vão de cursos e treinamentos, a convênios médico e odontológico, consultoria ambiental, assessoria jurídica, grupos de estudo e de networking, assessoria para comércio internacional, plantões para tirar dúvidas com especialistas em



Valéria Spers, Eduardo Soriano e Erick Gomes na Coplacampo

“O Coplacampo tornou-se uma ‘vitrine’ para empresas e instituições que atuam no agronegócio. É um evento que movimenta a cidade e o setor empresarial, gerando negócios, network, e trazendo informações estratégicas para as empresas...”

diversas áreas, emissão/renovação de certificados digitais para pessoas física e jurídica, entre outros.

“Estamos concluindo uma reforma em nossa sede e, em breve, teremos um espaço moderno e funcional para o nosso Business Center, incluindo coworking”, comenta o presidente. Segundo ele, a entidade patronal oferecerá pacotes de serviços com locação de endereço comercial e domicílio fiscal, recebimento e administração de correspondência, recepção de clientes e fornecedores, uso de estação de trabalho e salas de reunião, envio de recados via e-mail, redirecionamento de chamadas para um número celular ou fixo, recursos para conferência e teleconferência e estacionamento. O serviço estará disponível pra não associadas e para profissionais em geral.

Serviço: 10º. Coplacampo, de 26/02 a 1º/03, das 8h às 17h, no km 157 da Rodovia do Açúcar, em Piracicaba. Inscrições gratuitas pelo link <https://www.cadastrocoplacampo.eventos.site/Entrada/Coplacampo>



Evento este ano vai reunir mais de 130 expositores

Trabalhos Voluntários em Prol dos Cidadãos Piracicabanos



Fabiano Ravelli
Presidente do Sindicato dos Contabilistas de Piracicaba e região

Em meados de 2009, iniciei minha jornada no voluntariado. Indicado pelo meu amigo e contador Edmir Valente, ingressei no Conselho de Contribuintes do Município de Piracicaba. Este conselho, de extrema importância, atua como uma corte de julgamentos de processos tributários do município. Ao longo dos anos, me tornei um membro experiente desta corte, tendo a honra de participar de julgamentos de grande relevância, sempre buscando defender a justiça social.

Ao mesmo tempo, senti o chamado de Deus para um novo desafio: integrar a diretoria do Lar dos Velhinhos de Piracicaba, a primeira cidade geriátrica do país. Aceitei este convite com grande entusiasmo, pois me proporcionou a oportunidade de contribuir para o bem-estar dos idosos que residem nesta “mini cidade”. Convido a todos a conhecerem este lar maravilhoso, que aprendi a amar e onde dedico meu trabalho com muito orgulho.

Atualmente, presido o Sindicato dos Contabilistas de Piracicaba e Região, meu maior desafio – e, também, o que considero meu maior compromisso voluntário. Esta função me permite defender os interesses da classe contábil, prezando pela ética, união e fortalecimento da nossa profissão. Busco manter um diálogo constante com as esferas municipais, estaduais e federais, a fim de garantir os direitos e o reconhecimento dos profissionais da contabilidade.

“Atualmente, presido o Sindicato dos Contabilistas de Piracicaba e Região, meu maior desafio – e, também, o que considero meu maior compromisso voluntário. Esta função me permite defender os interesses da classe contábil, prezando pela ética, união e fortalecimento da nossa profissão”

Tenho a certeza de que estes desafios foram colocados em meu caminho por Deus. Com saúde, sabedoria e humildade, pretendo continuar cumprindo meus compromissos com dedicação e entusiasmo. Uma das minhas principais motivações é mostrar aos meus filhos, que todos nós podemos e devemos fazer mais pela coletividade. E que eles se tornem grandes seres humanos. Este é o meu maior legado.

Agradeço imensamente à minha família pelo apoio e compreensão, especialmente em momentos de ausência devido às minhas atividades voluntárias. Agradeço também aos meus companheiros de jornada, que me acompanham nesta missão de fazer a diferença na vida dos cidadãos piracicabanos.

Unimed Piracicaba concentra Atendimento Pediátrico no HU

A partir de março, crianças serão atendidas, exclusivamente, no complexo hospitalar

Foto: Juliano Fantazia



Pronto Atendimento da Criança (PAC), no Hospital Unimed, 24h

Assessoria Unimed Piracicaba

A Unimed Piracicaba anuncia uma importante reestruturação em seus serviços de atendimento pediátrico, visando oferecer um cuidado ainda mais especializado e acolhedor para os beneficiários. A partir de 1º de março, a assistência de urgência e emergência 24h acontece no Pronto Atendimento da Criança (PAC) do Hospital Unimed, uma vez que o Posto de Atendimento Infantil (PAI), na avenida Independência, encerra suas atividades para revitalização do prédio. Médicos do PAI continuam atendendo no HU.

Essa mudança vem acompanhada de uma iniciativa inovadora: a implantação de um pronto atendimento exclusivo para crianças em um prédio adjacente ao atual complexo hospitalar, construído este ano. O novo espaço foi projetado para proporcionar um ambiente especialmente voltado para o público infantil, com seis consultórios, salas de espera temáticas, área de observação, salas de medicação e procedimentos, além de uma brinquedoteca.

“Constantemente, buscamos formas de aprimorar nossos serviços e proporcionar o melhor cuidado para os mais de 200 mil beneficiários da cidade e região...”

“Constantemente, buscamos formas de aprimorar nossos serviços e proporcionar o melhor cuidado para os mais de 200 mil beneficiários da cidade e região. A instalação de uma área exclusiva para crianças reflete nosso compromisso com a excelência, priorizando sempre a saúde, o bem-estar e a segurança daqueles que confiam na Cooperativa”, disse Carlos Joussef, presidente da Instituição.

Além da assistência presencial, a Instituição está comprometida em oferecer soluções inovadoras de cuidados médicos. Por isso, os pequenos também têm acesso à telemedicina, por meio do Einstein Conecta 24h - via aplicativo Unimed Clientes SP. O serviço conta com suporte médico remoto de qualidade, garantindo atendimento rápido e eficiente sempre que necessário.

“Concentrar o atendimento pediátrico de urgência e emergência no HU nos permite oferecer recursos mais abrangentes e uma equipe altamente especializada para lidar com situações críticas”, finalizou o dirigente.

Presidente do Metalúrgicos participa da 1ª reunião do Conselho Político Consultivo do ano, com o vice-presidente, Geraldo Alckmin

Vice-presidente foi convidado para o Seminário de Hidrogênio

Foto: Divulgação



Wagner da Silveira (Juca), José Luiz Ribeiro e Geraldo Alckmin

O Presidente do Sindicato, Wagner da Silveira (Juca) e Secretário de Desenvolvimento Econômico, Trabalho e Turismo (Semdettur) e vice-presidente (licenciado) do Sindicato, José Luiz Ribeiro estiveram presentes à convite do presidente da Força Sindical, Sérgio Luiz Leite (Serginho), na sede da Federação dos Trabalhadores nas Indústrias Químicas e Farmacêuticas do Estado de São Paulo (FEQUIMFAR), filiada à Força, para a 1ª reunião do Conselho Político Consultivo do ano, onde foi recebido o vice-presidente da república e ministro do Desenvolvimento,

Alckmin falou sobre a Nova Indústria Brasil.

O plano é considerado a retomada no desenvolvimento industrial

Indústria, Comércio e Serviços, Geraldo Alckmin. No evento que aconteceu na segunda-feira, dia 19, também marcou presença, o presidente da Força Sindical, Miguel Torres.

Alckmin falou sobre a Nova Indústria Brasil. O plano é considerado a retomada no desenvolvimento industrial, que 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.

Na oportunidade, Secretário Municipal com o Presidente do Sindicato entregaram o convite para o vice-presidente do Seminário de Hidrogênio Renovável e Baixo Carbono, que acontecerá no Engenho Central de Piracicaba, nos dias 8 e 9 de abril de 2024.

Freinão Solidário DE PÁSCOA

03 DE MARÇO
CONCENTRAÇÃO 07:20
LARGADA 08:00

ENGENHO CENTRAL
PRÓXIMO A PONTE PÊNSIL

LEVAR UMA BARRA DE CHOCOLATE
SERÃO DOADAS PARA A ASSOCIAÇÃO BLUE ANGEL

ASSOCIAÇÃO BLUE ANGEL

FERIAS CAPRES INCLUSÃO

APÓIO Piracicaba Trabalho & Cidadania

2ª Caminhada Inclusiva do HFC Saúde

Venha comemorar os 57 anos do hospital com a gente

O HFC Saúde chega aos 57 anos de história e para celebrar vem aí a 2ª Caminhada Inclusiva do HFC Saúde, que vai acontecer no dia 17/03 (domingo) a partir das 8h.

“Uma oportunidade de nos reunirmos com a comunidade para promover a saúde, o bem-estar e a inclusão. No ano passado centenas de pessoas participaram da caminhada em comemoração ao aniversário do hospital”, disse o presidente do HFC Saúde, José Coral.

A caminhada acontece em parceria com o Projeto Pernas Caipiras e será aberta ao público, inclusiva e contará com a participação dos pacientes do HFC (pacientes que serão liberados de acordo com a autorização e orientação médica). Foi preparado um trajeto para toda família, inclusive se você tiver um animalzinho de estimação, ele também será bem-vindo.

“Ficaremos muito felizes em ter você nessa caminhada de celebração, conexão e solidariedade. Se puder, nos ajude compartilhando

e convidando amigos e familiares. Esse é o HFC Saúde que tem o compromisso de cuidar e encantar as pessoas”, disse a diretora do Grupo AFOCAPI, Lucimeire Ravelli Peixoto.

Solidariedade

Quem trazer dois litros de leite e colaborar com R\$ 10,00 poderá trocar por uma camiseta comemorativa. Lembrando que a troca deverá ser feita um dia antes (16/03 - no sábado) no HFC Onco as 08h às 12h. Limite de duas camisetas por CPF.

Percurso

A concentração vai acontecer em frente ao HFC Onco e depois serão cerca de 4KM pelas ruas da Vila Rezende até a Praça Professor Eduardo Gerolamo (Turcão). Na Praça, ainda irá acontecer uma feira de doação de animais e a entrega das medalhas aos participantes conduzidos nos triciclos pelos voluntários do grupo Pernas Caipiras.

Esperamos você!



Fisioterapia e Ergonomia

Artrose



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

Definição

Artrose é o mesmo que osteoartrose ou osteoartrite, caracterizada por degeneração das cartilagens acompanhada de alterações das estruturas.

No conjunto das doenças agrupadas sob a designação de “reumatismos”, a osteoartrite é a mais frequente, representando cerca de 30 a 40% das consultas em ambulatórios de Reumatologia. Além deste fato, sua importância pode ser demonstrada através dos dados da previdência social no Brasil, pois é responsável por 7,5% de todos os afastamentos do trabalho; é a segunda doença entre as que justificam o auxílio-inicial, com 7,5% do total; é a segunda também em relação ao auxílio-doença (em prorrogação) com 10,5%; é a quarta a determinar aposentadoria (6,2%). (Fonte: <https://www.reumatologia.org.br/>)

A artrose tem maior predominância no sexo feminino. Ela aumenta com o passar dos anos, sendo pouco comum antes dos 40 e mais frequente após os 60. É uma doença que se caracteriza pelo desgaste da cartilagem articular e por alterações ósseas, entre elas os osteófitos, conhecidos, popularmente, como “bico de papagaio”.

Causas

A osteoartrite é um processo natural do envelhecimento, mas o desgaste pode ser acentuado por diversos fatores.

✓ **Causas primárias:** Em boa parte dos pacientes não há fatores que justifiquem o quadro de osteoartrite. Talvez anormalidades anatômicas sutis, como pequenas irregularidades na superfície articular, levem ao desgaste da cartilagem. O exercício atlético, quando não excessivo nem associado a traumatismos, não predispõe à enfermidade. Ao contrário, a obesidade, esforços físicos repetitivos e esportes com impacto são fatores de risco. Por outro lado, o condicionamento através de exercícios aeróbicos pode reduzir os sintomas.

✓ **Causas secundárias:** As osteoartrites secundárias podem se instalar como consequência de traumas, doenças reumatológicas inflamatórias, necrose óssea, injeções intra-articulares repetidas de cortisona, doenças congênitas do esqueleto, doenças metabólicas e endócrinas, enfermidades em que há comprometimento de nervos periféricos e outras.

Sintomas

Indivíduos abaixo dos 40 anos não costumam apresentar sintomas. A evolução geralmente é lenta, mas a piora é progressiva com o passar dos anos.

Quando há sintomas, eles podem permanecer leves ou mesmo desaparecer por longos períodos. Quando há sintomas, geralmente são:

✓ Dor nas articulações, que começa aos poucos e aumenta de intensidade no decorrer dos anos. Caracteristicamente, nas fases iniciais a dor surge com o movimento e vai embora com o repouso;

✓ Rigidez e diminuição da mobilidade articular. O enrijecimento tende a desaparecer segundos ou minutos depois que a pessoa começa a se movimentar, diferença importante com os casos de artrite reumatoide, em que pode persistir por horas;

✓ Perda de flexibilidade. Em alguns casos a pessoa pode não conseguir dobrar como antes aquela articulação;

✓ Rangidos e estalos na articulação;

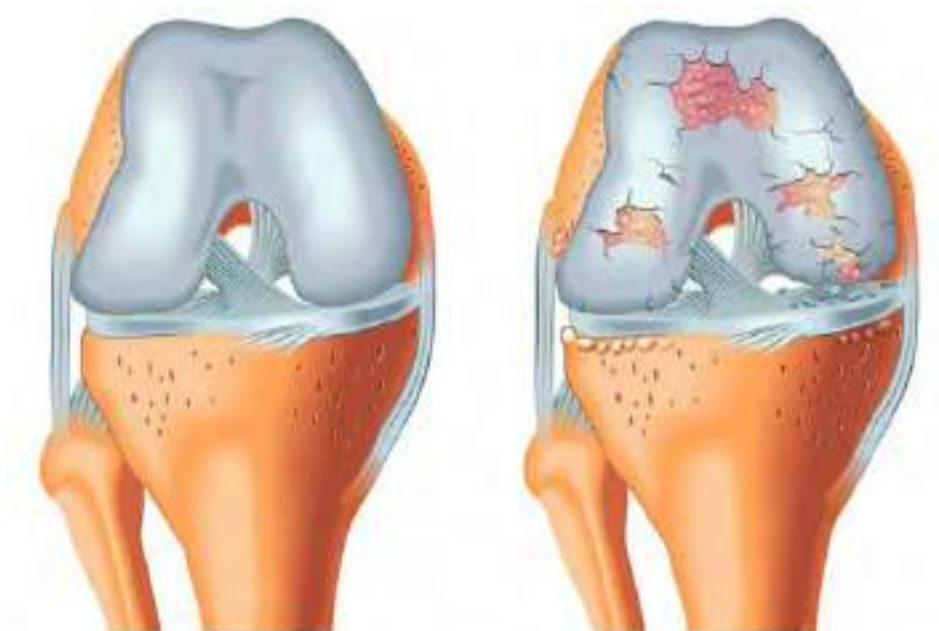
✓ Inchaço, quando há inflamação.

As articulações mais acometidas são

1. As mãos:



2. Joelhos:



3. Articulação do quadril:



4. Coluna



Tratamento

Fisioterapia convencional é fundamental para amenizar os sintomas e promover uma melhor qualidade de vida para os pacientes, com alongamentos e fortalecimento;

✓ Medicamentos através de prescrição médica;

✓ Cirurgia: as intervenções mais frequentes são: Artroplastia (substituição parcial ou total da parte destruída por uma prótese); Artrotese (fusão cirúrgica de dois ossos, usada principalmente na coluna); Osteoplastia (retirada e limpeza cirúrgica da parte óssea deteriorada); Osteotomia (mudança do alinhamento ósseo através do corte de partes ósseas).

Recomendações

Repouse por algum tempo durante o dia e depois de atividades que solicitem a articulação acometida pela artrose;

✓ Adote uma postura cuidadosa ao sentar, levantar objetos e andar, para evitar posições forçadas que sobrecarreguem as articulações;

✓ Evite atividades que promovam impactos repetitivos e carregamento de pesos;

✓ Use sapatos confortáveis que ofereçam boa base de apoio;

✓ Pratique exercícios isométricos (aqueles em que a pessoa fica imóvel, como a prancha) para conferir estabilidade às articulações;

✓ Controle o ganho de peso

✓ Se necessário, não dispense bengalas ou andadores, que podem dar maior independência de locomoção;

✓ Utilize sempre os corrimãos das escadas e as alças de apoio no banheiro;

✓ Se necessário, não dispense bengalas ou andadores, que podem dar maior independência de locomoção;

✓ Utilize sempre os corrimãos das escadas e as alças de apoio no banheiro.

A prevenção é o melhor caminho!

Cuide-se, seu corpo agradece!



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

[/colégiopolibrasil](https://www.facebook.com/colégiopolibrasil) [@colégiopolibrasil](https://www.instagram.com/colégiopolibrasil)

colégiopolibrasil.com.br



Alex Madureira visita Tarcísio de Freitas que reafirma seu apoio a pré-candidatura do deputado para prefeito de Piracicaba

Na ocasião, o governador filiou dois piracicabanos ao Partido Republicanos

Fotos: Aldo Guimarães



Alex Madureira, Tarcísio de Freitas, Erick Gomes e Maurício Alexandrino



Durante o encontro, outros temas foram abordados e propostos pelo deputado Alex Madureira

O deputado Alex Madureira foi recebido pelo governador do Estado de São Paulo, Tarcísio de Freitas, no final da tarde desta última quinta-feira (22), no Palácio dos Bandeirantes.

Na ocasião em que o governador aproveitou para reforçar o apoio a pré-candidatura do deputado para prefeito de Piracicaba, ele também assinou a filiação de Erick Gomes e Maurício Alexandrino ao Partido Republicanos e agora fazem parte da legenda.

“Tenho muito que agradecer a encontro com o governador Tarcísio, que além de ratificar seu apoio a minha pré-candidatura à Prefeitura de Piracicaba, também absorveu ao seu partido dois importantes nomes do cenário empresarial da cidade e que tanto fazem para a melhoria contínua do nosso município”, expos Alex de Madureira.

Erick Gomes é presidente do

Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras) e Maurício Alexandrino é diretor do Arranjo Produtivo Local do Álcool (Apla).

“Foi providencial a participação do Erick Gomes e do Maurício Alexandrino no encontro, pois são duas lideranças de muito destaque em seus cargos e comprometidos com o desenvolvimento de Piracicaba. A política brasileira precisa de nomes como esse para ser cada dia melhor”, completou Alex Madureira.

Durante o encontro, outros temas foram abordados e propostos pelo deputado Alex Madureira que solicitou recursos para Piracicaba ao governador. “Estamos trabalhando em parceria com o governo do Estado de São Paulo em busca de melhorias para Piracicaba, como

a implantação do Bom Prato, a instalação de uma Delegacia da Mulher 24h, pleiteando mais recursos para a saúde e entre outros projetos importantes para a cidade”, informou Alex Madureira.

Algumas demandas da Região Metropolitana de Piracicaba também foram temas das discussões entre o governador e o deputado estadual, que afirmou estar com seu mandato na Assembleia Legislativa a disposição do gestor do atual governo de São Paulo para contribuir para melhorias para a população.

“Agradeço ao governador Tarcísio de Freitas por nos receber em seu gabinete e nos ouvir a respeito das demandas que tenho apresentado e que são frutos que colho durante as minhas andanças pela cidade e também pelos municípios da Região Metropolitana de Piracicaba”, afirmou Alex Madureira.

AIDS e HIV: Entenda a Diferença

Infectologista explica sintomas e formas de controle para evitar a transmissão de doenças

Foto: Banco de Imagem



Esse vírus ataca o sistema imunológico, que é o responsável por defender o organismo de doenças

Por muitos anos considerado tabu, ainda hoje persistem dúvidas a respeito de HIV e Aids na sociedade. Uma delas é conceitual: há uma diferença entre conviver com o vírus HIV e viver com AIDS. De acordo com o Programa Conjunto das Nações Unidas sobre HIV/AIDS (UNAIDS), novas infecções pelo HIV vêm diminuindo no mundo, desde 2010. São menos 32% de infectados, passando de 2,2 milhões para 1,5 milhão, em 2021.

As infecções por HIV entre crianças também reduziram 52%, de 320 mil em 2010 para 160 mil, em 2021. Esse resultado se deu pelo aumento do acesso de mulheres grávidas com HIV (81%) a antirretrovirais para prevenir a transmissão vertical para suas crianças, em 2021.

Infectologista pelo São Cristóvão Saúde, Andreia Maruzo Peirão comenta o diferencial: “HIV é o vírus causador da Síndrome da Imunodeficiência Adquirida, enquanto Aids é o nome da doença causada por esse vírus, em seu estado sintomático”. Esse vírus ataca o sistema imunológico, que é o responsável por defender o organismo de doenças, atingindo principalmente os linfócitos T CD4+. O vírus é capaz de alterar o DNA dessa célula e fazer cópias de si mesmo. Depois de se multiplicar, rompe os linfócitos em busca de outros para continuar a infecção.

Sintomas e tratamento

De acordo com a médica especialista, as pessoas que convivem com o vírus HIV podem ou não ser sintomáticas. Isso, porém, dependerá do estado evolutivo de infecção da doença.

Embora até o momento não exista cura para a Aids, uma adesão estrita aos regimes antirretrovirais (ARVs) pode retardar

significativamente o progresso da doença e, segundo Dra. Andreia, previnem infecções secundárias e complicações. O paciente deve tomar os medicamentos receitados nos horários corretos, manter uma boa alimentação, praticar atividade física, comparecer ao serviço de saúde para realizar o seu acompanhamento e viver tomando ainda mais cuidado com a sua saúde em geral. Por mais fácil que pareça, é complicado aderir a todos esses passos, principalmente o referente à medicação, que exige uma disciplina muito grande quando se trata de sua administração.

O apoio social é essencial para enfrentar o tratamento. O preconceito isola as pessoas, dificulta os cuidados médicos e faz com que muitos indivíduos evitem o exame, com medo de descobrir se têm ou não o HIV. Por isso, uma rede de apoio, constituída por familiares e/ou amigos, é essencial para garantir os direitos do paciente.

“HIV é o vírus causador da Síndrome da Imunodeficiência Adquirida, enquanto Aids é o nome da doença causada por esse vírus, em seu estado sintomático”

Bebel visita Samu e confirma sete novas viaturas para Piracicaba

A previsão é de que os novos veículos para o SAMU sejam entregues entre abril e maio próximos

Foto: Divulgação



Das sete novas viaturas que serão destinadas à cidade, cinco são para renovação da frota e duas serão para ampliação da frota

O Ministério da Saúde estará destinando a Piracicaba sete novas viaturas para o SAMU, atendendo a solicitação feita pela deputada estadual Professora Bebel (PT), feita no ano passado à ministra Nísia Trindade. A solicitação foi confirmada pela própria deputada Bebel em visita à unidade do SAMU na tarde da última sexta-feira, 23 de fevereiro, quando foi recebida pela coordenadora Cristina Conolese e por Marcelo Pinto de Carvalho, assessor especial da Secretaria Municipal de Saúde. Na visita, a deputada conheceu todo funcionamento do SAMU, que atualmente conta com 13 ambulâncias, mas que estão bastante rodadas.

A previsão é de que os novos veículos para o

SAMU sejam entregues entre abril e maio próximos, garantindo, assim, a troca dos veículos que estão bastante rodados. De acordo com informações do Ministério da Saúde, das sete novas viaturas que serão destinadas à cidade, cinco são para renovação da frota e duas serão para ampliação da frota.

Bebel diz que é fundamental que o SAMU conte com ambulâncias para garantir o bom funcionamento do sistema, que é essencial para ajudar salvar vidas. A deputada conta que fez articulações junto ao Ministério da Saúde para a destinação de novas viaturas para Piracicaba atendendo informação recebida do líder comunitário Vicente Duarte, o Zoinho, que integra

“Fui informada de que ambulâncias do SAMU de Piracicaba contam com uma alta quilometragem, em função de rodarem 24 horas por dia. Diante disso, encaminhei ofício e fiz gestões com o governo federal do presidente Lula que entendeu a necessidade de substituição das ambulâncias”

o Conselho Municipal de Saúde. “Fui informada de que ambulâncias do SAMU de Piracicaba contam com uma alta quilometragem, em função de rodarem 24 horas por dia. Diante disso, encaminhei ofício e fiz gestões com o governo federal do presidente Lula que entendeu a necessidade de substituição das ambulâncias”, destaca Bebel.

A parlamentar piracicabana, principal liderança do Partido dos Trabalhadores na região, destaca que o SAMU é um serviço, inclusive, que foi criado na primeira gestão do presi-

dente Lula e que sempre foi prestado com muita eficiência.

Os serviços de atendimento pré-hospitalar móvel, denominados Serviços de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU), e acionados por telefonia de discagem rápida (número 192), conhecidos como SAMU 192, foram normatizados no Brasil a partir de 2004 pelo decreto presidencial do governo Lula, nº 5.055, de 27 de abril de 2004. Em Piracicaba, o SAMU está localizado na avenida Dr. Paulo de Moraes, 2000.

JP NEWS
PIRACICABA - 99,5 FM

99.5 FM

OUÇA A MELHOR PROGRAMAÇÃO NO SEU CELULAR

Baixe agora mesmo o app da JP News Piracicaba

Google Play | App Store

RIVANA
PADARIA DELICATESSEN
— Desde 1997 —

3422-0806 | AV INDEPENDÊNCIA 1281
@PADARIA.RIVANA | PADARIA RIVANA

ESTAMOS CONTRATANDO
CAIXA e BALCONISTA

CONTATO | (19) 97162-6148

Mobilização Nacional em defesa da Competência da Justiça do Trabalho

Na região, será realizado em Campinas (às 8h, na frente da Justiça do Trabalho daquela cidade).



Foto: Banco de Imagem

Não somente os trabalhadores perdem, mas todo o país

No dia 28/02/2024 toda a comunidade trabalhista (advogados trabalhistas, procuradores do trabalho, juizes, desembargadores, servidores da justiça do trabalho, líderes e centrais sindicais, instituições e associações de trabalhadores e da defesa dos direitos sociais) estarão reunidos pela Mobilização Nacional em Defesa da Competência da Justiça do Trabalho. Os respectivos atos públicos serão realizados em todas as capitais do Brasil. Na região, será realizado em Campinas (às 8h, na frente da Justiça do Trabalho daquela cidade).

O movimento pretende sensibilizar o Supremo Tribunal Federal sobre a importância de preservar a competência da Justiça do Trabalho, cujas decisões paulatinamente vêm retirando a competência para apreciar diversos tipos de questões trabalhistas atuais, cerceando a estrutura constitucionalmente prevista para apreciação de tais conflitos. As mais recentes decisões da Suprema Corte desconsideram a realidade vivida por trabalhadores

“O movimento pretende sensibilizar o Supremo Tribunal Federal sobre a importância de preservar a competência da Justiça do Trabalho, cujas decisões paulatinamente vêm retirando”

Previdência Social, uma vez que tais formas de trabalho humano deixam de contribuir com os impostos e contribuições devidas, necessárias para a manutenção da Previdência Social, principalmente. Todos estão convidados a participar dos referidos atos públicos.

submetidos à informalidade laboral, pejetização, terceirização irregular, trabalho por aplicativos e tantas outras formas precarizantes do trabalho humano atual, todas condenadas pela Organização Internacional do Trabalho. As decisões não somente corrompem a competência trabalhista, deixando tais trabalhadores sem uma proteção constitucionalmente adequada, como também validam formas de trabalho que, atualmente não são mais aceitas nos principais países desenvolvidos, deixando de observar princípios internacionalmente reconhecidos.

Não somente os trabalhadores perdem, mas todo o país, pois ao validar tais formas de trabalho precarizantes, bilhões de reais deixam de ser arrecadados em impostos e contribuições previdenciárias, justamente prejudicando ainda mais todos os contribuintes da

Previdência Social, uma vez que tais formas de trabalho humano deixam de contribuir com os impostos e contribuições devidas, necessárias para a manutenção da Previdência Social, principalmente. Todos estão convidados a participar dos referidos atos públicos.

EVENTOS do dia 28/02*

(24 localidades)

1. São Paulo/SP - 13h - Fórum Trabalhista Rui Barbosa - Av. Marquês de São Vicente 235, Barra Funda.
2. Vitória/ES - 12h - Tribunal Regional do Trabalho - Av. Nossa Sra. dos Navegantes 1245, Enseada do Suá.
3. Fortaleza/CE - 07h30 - Fórum Autran Nunes, Ed. Dom Hélder - Av. Tristão Gonçalves 912, Centro.
4. Belém/PA - 11h - Tribunal Regional do Trabalho - Tv. D. Pedro I, 746, Umarizal
5. Teresina/PI - 8h30 - Tribunal Regional do Trabalho - Av. João XXIII 1460, bairro dos Noivos.
6. Itajaí/SC - 12h - Fórum da Justiça do Trabalho de Itajaí - Rua José Siqueira, nº 126, bairro Dom Bosco.
7. Recife/PE - 11h - Tribunal Regional do Trabalho - Prédio-sede - Cais do Apolo, 739 - Bairro do Recife.
8. Goiânia/GO - 08h - Fórum da Justiça do Trabalho de Goiânia, Avenida T1, 1.698, Setor Bueno.
9. Belo Horizonte/MG - 12h - Local: Fórum Trabalhista, Ed. Desembargadora Alice Monteiro de Barros, Rua dos Goitacazes, 1475, Barro Preto.
10. Rio de Janeiro/RJ - 11h - Local: Prédio da Justiça do Trabalho - Rua do Lavradio, 132, Centro (Lapa).
11. Salvador/BA - 12h - Fórum Antônio Carlos Araújo de Oliveira - Rua Miguel Calmon, 285 - Comércio.
12. Palmas/TO - 08h30 - Local: Fórum Trabalhista, Quadra 302 Norte, Conjunto QI 12, Alameda 2, Lote 1A - Plano Diretor Norte.
13. Florianópolis/SC - 13h - Local: rampa do Tribunal Regional do Trabalho - Rua Esteves Júnior, 395, Centro.
14. Cuiabá/MT - 08h - Local: Forum Trabalhista da Capital. R. Eng. Edgar Prado Arze, 215 - Centro Político Administrativo.
15. Curitiba/PR - 13h - Local: Frente ao prédio da Justiça do Trabalho - Rua Vicente Machado, 400.
16. Maceió/AL - 11h - Local: Tribunal Regional do Trabalho - Avenida da Paz, 2076 - Centro.
17. Porto Alegre/RS - 17h - Local: Justiça do Trabalho - Avenida Praia de Belas 1432.
18. Manaus/AM - 11h - Local: Fórum Trabalhista, Rua Ferreira Pena, 546, Centro.
19. Natal/RN - 09h - Local: Justiça do Trabalho - Av Capitão Mor Gouveia, 3104, Natal
20. Brasília/DF - 11h - Local: Mezanino do Foro Trabalhista da 513 Norte (entrada pela W3 Norte).
21. Campo Grande/MS - 13h30 - Local: Fórum Trabalhista - Rua Jornalista Belizário Lima, 418.
22. Campinas/SP - 8h ou 8h30 (ainda em definição).
- Local: Justiça do Trabalho de Campinas.
23. João Pessoa/PB - 13 - Local: Fórum Trabalhista- BR 230.
24. Santos/SP - 12h - Local: Em frente à Justiça do Trabalho. Rua Amador Bueno 330.



ELITE
Pizzaria

O VERDADEIRO SABOR DA PIZZA

3426.2777
3426.4777

RUA LUIZ RAZERA, 253 - JD. ELITE
(esq. com a rua Riachuelo)

Hyundai HB20 e HB20S contam com R\$ 4 mil de desconto nas versões Comfort e Limited até o final do mês

A Hyundai Motor Brasil anuncia condições especiais para as últimas semanas de fevereiro. Até o final do mês a montadora oferecerá descontos de R\$ 4 mil para as versões Comfort 1.0 MT, Comfort 1.0 TGDI AT e Limited Plus, nas carrocerias hatch e sedã da família HB20. A campanha de vendas conta ainda com incentivos de valorização do usado na troca, com valores que podem chegar a R\$ 7.500 para os modelos topo de gama da linha HB20 e R\$ 12.500 no caso dos SUVs Hyundai CRETA.



Foto:Divulgação

Hyundai HB20 e HB20S contam com R\$ 4 mil de desconto nas versões Comfort e Limited até o final do mês

“Iniciamos o ano de 2024 com o HB20 como líder geral de vendas no País em janeiro. Isso é resultado do trabalho que temos feito para oferecer toda qualidade, segurança, conforto e conectividade dos modelos produzidos em Piracicaba a preços altamente competitivos. Seguimos com condições especiais em fevereiro e nossas concessionárias em todo Brasil estão de portas abertas para auxiliar mais e mais pessoas a garantirem seu Hyundai zero-quilômetro”, comenta Angel Martinez, vice-presidente de Vendas da Hyundai Motor Brasil.

Com os descontos válidos até o dia 29 de fevereiro, o Hyundai HB20 Comfort 1.0 MT passa de R\$ 87.790 para R\$ 83.790; a versão Comfort TGDI 1.0 AT tem seu preço reduzido de R\$ 106.890 para R\$ 102.890 e o modelo Limited Plus vai de R\$ 92.190 para R\$ 88.190. No caso dos sedãs, o Hyundai HB20S Comfort 1.0 MT passa de 94.190 para 90.190; a opção Comfort TGDI 1.0 AT baixa de R\$ 113.390 para 109.390; enquanto o HB20S Limited Plus, que tem valor de tabela de R\$ 98.990, é vendido por R\$ 94.990.

Os interessados na aquisição dos modelos Platinum, Platinum Safety e Platinum Plus, do HB20 ou HB20S, contam com uma condição especial: R\$

“Iniciamos o ano de 2024 com o HB20 como líder geral de vendas no País em janeiro. Isso é resultado do trabalho que temos feito para oferecer toda qualidade, segurança, conforto e conectividade dos modelos produzidos em Piracicaba a preços altamente competitivos...”

7.500 de valorização do usado na troca. No caso do SUV Hyundai CRETA, veículo mais vendido do Brasil no varejo em 2023, a valorização do usado oferecido na troca é de R\$ 9.000 para a compra das versões Comfort Plus, Limited Safety e Platinum Safety. No caso da aquisição do Hyundai CRETA N Line, o bônus é de 12.500 no veículo envolvido na troca.

A campanha segue destacando o Hyundai Blue Care, plano de revisões programadas que oferece gratuitamente as 6 primeiras revisões do veículo, durante um período de 3 anos. Até o fim deste mês, o benefício é válido para quem comprar os modelos Platinum, Platinum Safety e Platinum Plus, do HB20 e HB20S, e as versões N Line e Ultimate, do SUV CRETA. O Hyundai Blue Care está vinculado ao chassi do veículo, o que permite ao cliente realizar as revisões em qualquer concessionária do país. Se revendido antes de concluir as revisões gratuitas, o benefício será estendido ao novo proprietário, um grande diferencial da Hyundai no mercado nacional.

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



Sorriso Cidadão: Trailer odontológico deve atender 700 crianças em São Pedro

Trailer foi visitado pela diretoria do Sindicato, prefeito e presidente da Câmara



Paulo Carvalho, Fernanda Abrahão, Paulo Afonso de Lima, Adilson de Jesus (Branco), Thiago Silvério da Silva e Wagner da Silveira (Juca)

Desde de 2022, as escolas municipais de São Pedro estão dentro do cronograma do projeto social, Sorriso Cidadão. Neste semestre, o projeto está pronto para receber as 700 crianças das escolas municipais da cidade com o atendimento odontológico.

O presidente do Sindicato dos Metalúrgicos de Piracicaba e Região, Wagner da Silveira (Juca) e o diretor, Paulo Afonso de Lima, acompanharam a visita, do prefeito de São Pedro, Thiago Silvério da Silva e do presidente da Câmara de Vereadores, Adilson de Jesus, ao trailer que funciona como um consultório odontológico, e está em funcionamento na EMEB Profª Ricarda de Paiva Lima Berzin, atendimento também, os alunos da EMEB Guido Dante.

O prefeito Thiago, reforçou o apoio ao projeto “O projeto Sorriso Cidadão sempre terá o nosso apoio, principalmente por trabalhar tão bem com nossas crianças”.

Segundo o presidente da Câmara de Vereadores, Adilson, o projeto tem grande importância por atender as crianças carentes do município “O trabalho vai de encontro com aqueles que realmente precisam. Agradecemos ao Sindicato e os parceiros do projeto pela atuação”.

Neste ano, o projeto idealizado pelo Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de Piracicaba e região, em parceria com a Hyundai, empresas do Parque Automotivo e apoio das prefeituras, completa 10 anos levando de maneira lúdica, a prevenção e a promoção a saúde bucal.

O presidente do Sindicato, Juca, a ideia é estruturar novos projetos sociais, “Somos muito realizados em ver as crianças cuidar do sorriso. E pensamos sim, em levar à população novos projetos com foco na saúde e bem-estar”.

SEU POD DE RESENHAS DO XVZÃO!

Participação de Gabriel Turillo

SEGUNDA 19:00H

YOUTUBE

IMPORTS HBE PAVING FOLHA DE PIRACICABA

Além do imóvel ideal: Priorizando a educação dos filhos através da localização ideal

Frias Neto destaca alguns dos colégios e bairros mais tradicionais em Piracicaba

A educação e desenvolvimento das crianças sempre foi um desafio enorme, tanto para os pais, quanto para as instituições de ensino, pois além de representarem o futuro e o progresso, o desempenho da escola e da família constroem uma sociedade mais ativa, e por consequência, participativa na formação desde a infância até a juventude, para se tornarem adultos responsáveis pela constituição de ambientes sociais mais justos, inclusivos, responsáveis e alinhados às tendências do futuro.

Incentivar ações que levem a um estilo de vida saudável, responsável e consciente das necessidades e carências da cidade é fundamental para o desenvolvimento infantil, tanto de maneira física quanto emocional. Dentro deste contexto, morar próximo ao ambiente de ensino vai muito além da conveniência.

Em primeiro lugar, a proximidade da escola reduz consideravelmente o tempo de deslocamento, evitando estresse e seus impactos negativos. Além disso, estar próximo à escola significa estar mais envolvido na vida educacional dos filhos, participando mais efetivamente de eventos escolares, reuniões de pais, entre outros, criando uma conexão próxima que pode fortalecer os laços familiares, demonstrando um maior apreço pela educação e consequentemente pelo morar bem.

Pensando nisso, a Frias Neto Consultoria de Imóveis separa alguns bairros que unem o melhor em comércio e serviços, escolas de ponta e oportunidades em imóveis para morar bem em excelentes localizações:

Os bairros Alto e São Judas compartilham muitas características. São bairros com muitas casas e prédios residenciais. Seu comércio é principalmente familiar, como bares e restaurantes, abrigando também marcas de renome na cidade e comércios mais conhecidos, além da facilidade de acesso ao Centro da cidade e outras regiões e corredores comerciais como as avenidas Saldanha Marinho e Independência. Estes são bairros que também concentram clínicas, centros de estética e diversos tipos de escritórios.

Duas escolas que se destacam nesta região são o Colégio Salesiano Dom Bosco, que possui uma unidade no Centro, conhecida como Dom Bosco Assunção, e duas no bairro Alto, contendo educação infantil, ensino fundamental e médio.



Foto Divulgação

Morar próximo ao ambiente de ensino vai muito além da conveniência

A segunda é o Colégio Anglo, outro tradicional em Piracicaba, que também conta com duas unidades e ambas em bairros nobres: o Anglo Cidade Alta, no bairro Alto e também o Portal do Engenho, no bairro Vila Rezende, conhecido por preservar tradições da cidade, inovando com grandes e novos empreendimentos imobiliários.

A imobiliária ainda destaca alguns outros colégios que são tradicionais na cidade, sendo eles: CLQ, COC e Liceu.

A unidade mais conhecida do CLQ, ou Colégio Luiz de Queiroz, está em um bairro novo e em expansão na cidade, o Reserva Jequitibá, lar de empresas renomadas e polo industrial como a Raízen, e também faculdades como Fatep. O bairro é conhecido por oferecer a união harmoniosa entre extensas áreas verdes e condomínios residenciais de alto padrão como Alphaville Piracicaba, Villa D'Áquila e Vila Bela Vista.

Já o COC, que existe há mais de 50 anos, está localizado em um dos bairros mais tradicionais e valorizados da cidade, o São Dimas, lar dos melhores comércios e serviços, além de espaços residenciais super valorizados, afinal, o bairro oferece também áreas verdes e é onde está o Clube de Campo de Piracicaba, um dos mais tradicionais centros de cultura, esporte e lazer da cidade, e ainda a avenida Centenário, pela qual é possível ter acesso à Esalq/USP (Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz/Universidade de São Paulo) e ao Shopping Piracicaba.

Por último mas não menos importante, o Colégio Liceu Terras do Engenho é um dos nomes mais fortes e importantes, que traz uma proposta pedagógica atual e visa a participação ativa dos pais na educação através de eventos como

o Liceu na Rua, uma caminhada para a conscientização ambiental, iniciativa a qual a Frias Neto já apoia a duas edições. Localizado em um dos bairros residenciais mais tradicionais da cidade, um de seus vizinhos mais imponentes é o Condomínio Lindenberg Timboril, pensado para oferecer o verdadeiro morar bem em todos os detalhes.

Se você está considerando mu-

dar para uma localização mais adequada, que promova uma harmonia entre casa e escola, não hesite em buscar orientação de um especialista em imóveis, e consultar as opções exclusivas que a Frias Neto pode oferecer, encontrando o lugar ideal que atenda às necessidades da sua família, proporcionando um novo estilo de vida que valorize a proximidade e a conexão entre casa e educação.

“A proximidade da escola reduz consideravelmente o tempo de deslocamento, evitando estresse e seus impactos negativos. Além disso, significa estar mais envolvido na vida educacional dos filhos”

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

Um músico professor, Luis Fernando Dutra

Adolpho Queiroz

Foi durante o concerto de encerramento do ano de 2023, da Orquestra Sinfônica de Piracicaba, realizado no auditório do Sesc, perante mais de 700 pessoas, que conheci um dos outros lados do músico Luís Fernando Dutra. Violinista da nossa Orquestra, no intervalo daquele concerto, nos surpreendeu com uma bela iniciativa, uma novidade. Apresentou-nos um conjunto de jovens músicos, entre 8 e 12 anos, com os quais estava trabalhando na Escola Municipal "Prof. João Batista Nogueira" de Santa Terezinha.

Se para nós, Bete e eu, que estávamos na plateia, a entrada de jovens músicos foi uma surpresa, maior ainda após as apresentações que ocorreram dali por diante. Estudantes ainda imberbes, meninas bem vestidas e uma sonoridade inigualável para jovens aprendizes. Então surgiu a ideia de convidá-lo para uma edição do nosso Café Co Dorfo, no Portal Nova 15, ocorrida no dia 8 de fevereiro. (Ver Serviços mais abaixo, com o acesso a entrevista completa).

Depois de recontar particularidades de sua trajetória (que se poderá ler mais adiante), ele nos falou da experiência de ser "professor" de música numa escola municipal, abrangendo um Convênio celebrado entre a Orquestra e a Prefeitura Municipal, através da sua Secretaria de Educação. Ele mesmo escolheu trabalhar em Santa Terezinha e foi conhecer a escola estadual "Prof. João Batista Nogueira", tendo com o primeiro contato sua diretora, profa. Elizandra Moreno, que lhe abriu as portas do estabelecimento, através das quais passou a conviver e perceber o interesse dos alunos por aulas de música.

Primeiro, fez uma apresentação pública no pátio a todos e, logo em seguida, sobre algumas mesas, estava uma lista para interessados em conhecer e se aprofundar em estudos musicais. Que logo foi completada por mais de 30 interessados. E aí começaram os primeiros contatos, falando e executando peças musicais no seu violino, contando um pouco da história da música clássica, a presença dos violinos nas orquestras, sua experiência como "Sala", que tem que manter os violinos de uma orquestra em harmonia e igualmente conhecendo seus novos alunos, suas histórias, onde moravam, o que faziam seus pais.

E foi com esse estilo e com

apoio da Diretora da Escola, que os laços entre alunos, familiares e escola também foram se estreitando. Com os pais comparando também a aulas abertas e breves apresentações do grupo que se apresentou naquela noite no Teatro do SESC.

"Você não imagina a minha emoção naquela noite e, por certo dos meus alunos também. Terem uma audição num ambiente daquele, com tanta gente ouvindo-nos de maneira respeitosa e aplaudindo muito no final", lembra emocionado o professor Luís Fernando.

Outro dos compromissos da Orquestra sinfônica de Piracicaba, para além dos seus concertos tradicionais, é também o

Mas a todos eles, ensino que devem se apoiar uns nos outros, entre os mais hábeis e os que procuram chegar a esse ponto. Construir um conjunto é sempre o desafio mais importante e o resultado sempre melhor para todas as situações, onde há de prevalecer o respeito de um pelo outro.", reafirmou Dutra.

Um pouco da trajetória de Luís Fernando Fischer Dutra

Natural de São Paulo, iniciou seus estudos musicais em 1982, na Escola de Música de Piracicaba "Maestro Ernst Mahle", com o Professor Nelson Rios. Também foi aluno das professoras Celisa Frias, Elisa Fukuda e Paulo Bosísio. Com apenas 3 anos de estudos, já ingressou na Or-



O Prof. Luis Fernando Dutra com seus alunos em Santa Terezinha

de ir além, para outros espaços, outras convivências e outros ensinamentos e públicos, como o



A diretora da escola municipal, Profa. Elizandra Moreno

que ele encontrou no bairro de Santa Terezinha. Onde além de música, ensina um pouco de convivência, mostrando a todos os alunos a importância de cada um deles num grupo onde avanços e desafios são diários. "Há os que tem maior habilidade e aprendem mais rápido, os que demoram um pouco mais.

orquestra Sinfônica e também na Orquestra de Câmara da Escola de Música de Piracicaba, com as quais atuou diversas vezes como solista.

Foi professor de violino e também Maestro da Orquestra Infante Juvenil da EMPEM de 1987 até 1991, desenvolvendo importante trabalho com crianças e jovens estudantes de música. Participou de vários cursos de férias, tendo aulas com renomados professores, tais como Leopold la Fosse (EUA), Marcelo Gerchfeld, Marylou Speaker (EUA), Jerrold Rubinstein (EUA-Bélgica), Ole Bohn (Noruega) e também tocou sob a regência de grandes maestros: Roberto Duarte, Lutero Rodrigues, Eleazar de Carvalho, Lorin Maazel e muitos outros.

Em 1992 mudou-se para São Paulo para aperfeiçoar-se com o renomado professor Ayrton Pinto e neste mesmo ano ingressou na Orquestra Experimental de Repertório, do Teatro Municipal de São Paulo. Em 1994, a convite do Regente Titular da OER, Maestro Jamil Maluf, assumiu o cargo de Spalla dos Segundos Violinos da OER, cargo que ocupou



O músico e professor Luis Fernando Dutra

até março de 2014. Com a OER, tocou em muitos concertos no Auditório do Masp, no Teatro Municipal de São Paulo, no Teatro São Pedro, na Sala São Paulo, Teatro Bradesco, Teatro Alfa, Auditório do Ibirapuera e em vários Teatros e Salas de Concerto do interior de São Paulo e de outros estados.

Foi professor de violino e viola da Escola de Música de Piracicaba "Maestro Ernst Mahle" de 1998 até 2014. Graças à grande experiência adquirida nos 22 anos em que tocou na Orquestra Experimental de Repertório, atualmente ocupa o cargo de "Spalla" da Orquestra Sinfônica de Limeira, Spalla dos segundos violinos da Orquestra Sinfônica de Piracicaba e também Spalla dos segundos violinos da Orquestra Filarmônica de Rio Claro.

Além dos trabalhos com Músi-

ca Erudita, também se apresenta com grandes músicos da MPB e do Jazz: Grupo Ternamente Eclético, Hot Club de Piracicaba, Grupo Falando da Vida, as cantoras Pá Moreno e Olivia Genesi e também com seus primos Iso e Tato Fischer. Foi produtor e apresentador dos programas Opus 105,9 e Almanaque 105 pela Rádio Educativa de Piracicaba - FM105,9 de 2009 até 2019.

Em 2015 criou o projeto "Música na Capela", que consistia em uma série de Concertos na Capela do Bairro Monte Alegre, em Piracicaba, trabalhando em parceria com o empresário Wilson Balu Guidotti Jr.

SERVIÇO

CAFÉ CO DORFO, ENTREVISTA COM LUIS FERNANDO DUTRA, PORTAL NOVA 15

https://youtube.com/live/ST-q6kn3_u9k?feature=share



CAFÉ CO DORFO
PAMONHAS DE PIRACICABA

29/02/2024
18 HRS

Adolpho Queiroz, Elisabete Bertolini, Samira Jacqueline Vicente

Portal Nova 15
www.nova15piracicaba.com.br

A era do co-investimento: modalidade dilui riscos e atrai investidores

A cofundadora e CEO de plataforma de investimentos em startups, Camila Nasser, explica como funciona e destaca os benefícios

Foto: Banco de Imagem



O impacto do co-investimento se estende para além do financiamento das startups

Durante a última década, os co-investimentos mais que dobraram de quantidade. Segundo dados da Pitchbook, a expectativa é de um crescimento ainda maior, uma vez que a estratégia está ganhando prioridade entre os investidores - reflexo de um mercado marcado por incertezas globais e ajustes que redefinem as estratégias de investimento em capital de risco.

A tendência crescente de co-investimento no mercado de Venture Capital reflete as oscilações e os desafios do cenário macroeconômico. Camila Nasser, cofundadora e CEO do Kria, uma das principais plataformas de investimento em startups, destaca a estreita relação entre o mercado de VC e o cenário econômico global. "Em 2021, assistimos a um surto de investimentos, que logo foi sucedido por um período de correção em 2022. No ano passado, o cenário foi marcado por elevadas taxas de juros e turbulências econômicas, fatores que contribuíram para uma redução notável nos volumes de investimento e impuseram desafios adicionais para as empresas na captação de fundos", esclarece.

Nesse contexto, os co-investimentos se destacam como uma solução eficaz, já que permitem a diversificação de riscos e oferecem a possibilidade de investir em tickets menores, uma abordagem que se tornou mais comum à medida que os

“Em 2021, assistimos a um surto de investimentos, que logo foi sucedido por um período de correção em 2022. No ano passado, o cenário foi marcado por elevadas taxas de juros e turbulências econômicas, fatores que contribuíram para uma redução notável nos volumes de investimento e impuseram desafios adicionais para as empresas na captação de fundos”

fundos adotaram posturas mais protecionistas. "Este método favorece tanto as gestoras, que podem investir quantias menores e diversificar mais suas carteiras, quanto as empresas, que se beneficiam de uma rede ampliada de apoio e expertise", destaca Camila.

O impacto do co-investimento se estende para além do financiamento das startups. Trazer investidores conhecidos para participar das rodadas de investimento não só ajuda a aumentar a reputação das empresas, mas também traz mais visibilidade e confiança. Além disso, as empresas se beneficiam de uma rede de especialistas e investidores que fornecem suporte para acelerar seu crescimento e enfrentar desafios.

Camila afirma que outro ponto relevante é a construção e manutenção de relacionamento com fundos que podem se tornar investidores das empresas do seu portfólio nas próximas captações. "Isso é fundamental, tanto para garantir que tenham liquidez e capital de giro para dar sequência ao negócio, como para aumentar seus valuations. Como o foco do VC sempre fica no exit, a continuação dessas rodadas pode implicar em maior retorno. Nossa política vem se formando em fomentar cada vez mais esse tipo de rodada. Já celebramos captações com nomes como EquityRio, e Din4mo Ventures, e planejamos seguir nesse caminho", finaliza.

Saiba o que é redução e como ela afeta o bolso



Thiago Martello
educador financeiro

A palavra "redução" pode parecer estranha a muita gente, mas certamente qualquer um já a conferiu na prática. Ela se refere à redução de peso, medida ou unidades em itens da cesta básica, papel higiênico, pasta de dente, sucos e vários outros produtos e é uma tática do mercado para evitar o aumento de preços.

De acordo com Thiago Martello, fundador da Martello EF, empresa que abocanhou investidores no programa Shark Tank Brasil ao oferecer uma metodologia própria, empresas de todo o mundo praticam redução em diversos momentos, especialmente quando o poder de compra da população está menor.

"Quando a inflação está alta e o poder de compra diminui, uma alternativa para a empresa não aumentar o preço de um chocolate, por exemplo, é diminuir seu peso. Dessa forma, o consumidor paga o mesmo, só que por um produto menor", explica.

Legalmente, a medida é aceita, desde que a redução de tamanho, peso ou quantidade esteja clara na embalagem do produto. O consumidor, porém, precisa estar atento para que esse tipo de prática não afete seu bolso.

"Normalmente, consumidores tendem a observar mais um aumento de preços do que uma diminuição de tamanho, mas se a quantidade diminui, pode ser que aquele mesmo produto não seja suficiente para o consumo da família, que tende a realizar uma nova compra, onerando as contas. Nestes casos, é importante avaliar se não é mais vantajoso

mudar de marca em alguns casos", orienta Martello.

O especialista também avalia que uma vez reduzidos os tamanhos, é normal que, mesmo que a inflação diminua e o poder de compra aumente, as marcas permaneçam com os produtos em versão "reduzida" nas prateleiras e com o mesmo valor. "O que elas fazem, neste caso, é lançar uma nova versão maior, com um novo preço", diz. "Ou seja, mesmo com menos inflação, o preço do

produto antigo não cai e entra um produto novo mais caro. É importante que o consumidor esteja atento a essas artimanhas e sempre compare os preços ao comprar", alerta.

www.fqgescon.com.br

FQ CONTABILIDADE SERVIÇOS PREVIDENCIÁRIOS

- PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO
- AUXÍLIO RECLUSÃO
- PENSÃO POR MORTE
- APOSENTADORIAS
- APOSENTADORIA POR IDADE
- BPC - LOAS
- AUXÍLIO DOENÇA
- LICENÇA GESTANTE
- SEGURO DEFESO
- APOSENTADORIA POR TEMPO DE CONTRIBUIÇÃO

ENTRE EM CONTATO E SAIBA MAIS
(19) 3301-3681 (WHATSAPP)
contato@fqgescon.com.br



Grupo BOM JESUS
Assistência Funeral

Atendimento 24h
(19) 3422-7617

Amparo e profissionalismo, no momento que você mais necessita.

Matriz Piracicaba/SP
Rua José Pinto de Almeida, 689
Telefone: (19) 3422-7617

Rio Claro/SP
Rua Seis, 783 - Centro
Telefone: (19) 3524-5252

Rio das Pedras/SP
Rua Nove de Julho, 20 - Centro
Telefone: (19) 3493-4005

São Pedro/SP
Av. Saudade, 156
Telefone: (19) 3481-3322

www.bomjesuspiracicaba.com.br

SRA. SUZELI ROSANA GOMES, Faleceu dia 16pp na cidade de Piracicaba, aos 52 anos de idade era casada com o Sr. Almir Maia. Era filha do Sr. Jose Gomes e da Sra. Olga da Silva Gomes, falecidos. Deixa os filhos: Milena Mariele Balbino, Maycon Lucas Balbino, Marcelo Balbino Junior, João Pedro Gomes Alves, Enzo Jose Gomes. Deixa genro, noras, 05 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 17pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Safira, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. DORIVAL GRISOTTO, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 79 anos de idade e era casado com a Sra. Edwignes Grisotto. Era filho do Sr. Escolástico Grisotto e da Sra. Rosa Gumier, falecidos. Deixa os filhos: Adnival Aparecido Grisotto casado com Odete Maria Fonseca Grisotto, Rosa Magali Grisotto Bissoli casada com Paulino Bissoli, Ronaldo Cesar Grisotto, Alessandra Cristina Grisotto Ribeiro casada com Claudinei de Freitas Ribeiro e Telma Elizandra Grisotto dos Santos casada com Jose Ferreira dos Santos. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 17pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

PROF.ª WILMA ROSA LIMONGI, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 89 anos de idade e era filha do Sr. Paschoal Limongi e da Sra. Maria Rosa Marino, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Rio das Pedras e o seu sepultamento deu-se dia 07pp às 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

DR. WALTER DE JESUS DIOGO BRAS, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 53 anos de idade e era casado com a Sra. Domingas da Conceição Evangelista de Jesus Bras. Era filho do Sr. Joaquina Braz e da Sra. Maria Antonia Diogo. Deixa os filhos: Alzira, Mara, Ariel e Walter. Deixa ainda demais parentes e amigos.

JOVEM - VICTOR HUGO GANDELINI FERAZ DE ARRUDA, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 22 anos de idade e era filho do Sr. Mauricio Miquilina Ferraz de Arruda e da Sra. Angela Eliana Gandelini. Deixou o Irmão: Pedro Henrique Gandelini. Deixa ainda demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 05, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CLERY ZOTELLI, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 93 anos de idade e era filha do Sr. Alberto Zotelli e da Sra. Luiza Gava Zotelli, falecidos. Deixa ainda Irmãos, Cunhados e Sobrinhos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. FRANCISCO CONCEIÇÃO DE SOUZA, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 85 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Helena de Souza. Era filho do Sr. Antonio Batista de Souza e da Sra. Josefa da Conceição, falecidos. Deixou os filhos: Raquel Aparecida de Souza Correr, já falecida foi casada com Ariovaldo Correr; Reginaldo de Souza. Deixa ainda netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp as 13:30 horas saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério Parque da Ressurreição - Sala B, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. IGNEZ MARIA DA CONCEIÇÃO OLIVEIRA, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 80 anos de idade e era viúva do Sr. Francisco Matias de Oliveira. Era filha do Sr. Antonio Sebastião Luiz e da Sra. Benedita Maria da Conceição, falecidos. Deixou os filhos: Natalino Matias de Oliveira; Antonio Matias de Oliveira, já falecido; Alex Sandro de Oliveira. Deixa ainda netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Rio das Pedras e seu sepultamento deu-se dia 18pp as 16:00 horas saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. LUCINEIA RODRIGUES, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 47 anos de idade e era casada com o Sr. Samuel de Toledo. Era filha da Sra. Maria Ines Rodrigues. Deixa os filhos: Heloisa Rodrigues de Toledo; Vinicius Rodrigues de Toledo. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 18pp as 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Esmeralda, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANIZIO ALVES DO CARMO, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 69 anos de idade e era casado com a Sra. Adriana de Jesus Silva. Era filho do Sr. José Soares do Campo e da Sra. Leonora Alves de Souza, falecidos. Deixa os filhos: Isac de Jesus do Carmo, Leticia de Jesus do Carmo. Deixa irmãos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 13:30 horas saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA JOSÉ BRANCATI, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 71 anos de idade e era filha do Sr. João Brancati e da Sra. Thereza Isabel Bortoloto Brancati, falecidos. Deixa 01 irmão, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 05, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOEL CARDOSO DE OLIVEIRA, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 73 anos de idade e era casado com a Sra. Naomi Ishii Torigoi. Era filho do Sr. Osorio Cardoso de Oliveira e da Sra. Maria Rosa Oliveira, falecidos. Deixa os filhos: Reiuva Ishii Torigoi de Oliveira, Angelina Satie Ishii Torigoi de Oliveira, Zinga Laila Coutinho de Oliveira, Maria Carla Fontana Gaspar Corneil, Sharon Kin Fernandes. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 16:30 horas saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - sala B, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ESTHER CAMPOS INNOCENCIO, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era viúva do Sr. Ozilio Innocencio. Era filha do Sr. Augusto José de Campos e da Sra. Maria Isabel Aguiar de Campos, falecidos. Deixa os filhos: Silvana de Fatima Innocencio, Jurandir Aparecido Innocencio casado com Divani Ercolin Bette Innocencio. Deixa 04 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 06, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. FERNANDO JOSE GALVÃO, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 55 anos de idade e era casado com a Sra. Maria de Lourdes Pereira da Silva Camargo. Era filho do Sr. Jose Maria Galvão e da Sra. Alice Frasnelli Galvão, falecidos. Deixa parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia

19pp as 16:00 horas saindo a urna mortuária do Velório "D" do Cemitério Parque da Ressurreição, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO EDUARDO FISCHER, Faleceu dia 18pp na cidade de Piracicaba, aos 80 anos de idade e era casado com a Sra. Dinauria Durvani Barbosa Fischer. Era filho do Sr. Guilherme Fischer e da Sra. Maria Lourdes Fischer, falecidos. Deixa os filhos: Eduardo Cesar Fischer casado com Fatima Fischer e Eliane Fischer. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 19pp as 17:00 horas saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala Premium, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CLARICE MENDES DE MENEZES, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 85 anos de idade e era viúva do Sr. Sergio Menezes. Era filha do Sr. Leontino Mendes e da Sra. Isabel Camacho, falecidos. Deixa a filha: Marcia Mendes de Menezes Lopes casada com Marcelo Lopes. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu corpo foi velado na Sala Diamante no Memorial Metropolitano de Piracicaba onde as 18 horas houve a cerimonia de homenagem póstumas, onde posteriormente será cremada. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. RUTENIO BENEDITO MELO, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 80 anos de idade e era filho do Sr. Benedito de Almeida Melo e da Sra. Maria Aparecida Melo, falecidos. Deixa irmãs, cunhados, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 13:00 horas saindo a urna mortuária do Velório do Lar dos Velinhos de Piracicaba situado a Av. Torquato da Silva Leitão, 615 - São Dimas seguindo em auto fúnebre para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. JOSEFINA LUIZA SAVERIO BOTÃO, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 76 anos de idade e era viúva do Sr. Benedito Botão Neto. Era filha do Sr. Nicola Saverio e da Sra. Julia Bortoloti Saverio, falecidos. Deixou os filhos: Ana Paula Botão; Julia Carolina Botão; Jamil Antonio Botão casado com Noemi de Goes Botão; Paulo Henrique Botão. Deixa ainda netos, bisnetos, tataranetas, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Safira, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ERCILIA RIBEIRO BERALDO, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 85 anos de idade e era viúva do Sr. João Baptista Beraldo. Era filha do Sr. Benedito Ribeiro e da Sra. Rita de Oliveira, falecidos. Deixa os filhos: João Carlos Beraldo, Antonio Roberto Beraldo, Josue Benedito Beraldo, Ismael Beraldo Sobrinho, Luiz Claudio Beraldo, Silvana Regina Beraldo, Adilson Beraldo, Paulo Sergio Beraldo. Deixa noras, netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 03, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ALYSON RUMEMNIGUE BATISTA LEITE VIANA, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 35 anos de idade e era casado com a Sra. Kelly Juliana Cardoso. Era filho do Sr. Fernando Batista da Silva e da Sra. Noelia Leite Viana. Deixa a filha: Maria Eduarda Leite Viana Cardoso. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 02, seguindo para o Cemitério da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOSÉ CARLOS DE BARROS, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 80 anos de idade e era filho do Sr. José de Barros e da Sra. Valdomira Rodrigues de Barros, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 09:30 horas, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. CACILDO DONIZETI SIMÕES - (TICO DA RUA IPIRANGA), Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 62 anos de idade e era filho do Sr. Cacildo Pedrozo e da Sra. Sebastiana Simoes Nicola. Deixou os tios Milton Pedrozo, Roselis Filleti Pedrozo e seu primo Matheus Pedrozo. Deixa parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 15:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição Sala-D, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO FRANCISCO DE PAULA, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 70 anos de idade e era casado com a Sra. Santina André dos Reis. Era filho da Sra. Alvina Francisca de Paula. Deixa os filhos: Ivonete de Paula, Sandra Regina de Paula casada com José Pereira da Silva Junior, Valdinei Osmair de Paula. Deixa netos, uma bisneta, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOCEILSON ROSIVALDO MACHIA, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 53 anos de idade. Era filho do Sr. Geraldo Andre Machia e da Sra. Maria Antonia Coan Machia, falecida. Deixa irmãos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório no Parque da Ressurreição - Sala B, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. LEONTINA DOS SANTOS CHIBIM, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 90 anos de idade e era viúva do Sr. Domingos Sebin. Era filha do Sr. Luiz do Espirito Santo e da Sra. Luiza Correa dos Santos, falecidos. Deixa os filhos: José Sergio Chibim, falecido que foi casado com Pasqualina Ap. Campion Chibim, Sonia Ap. Chibim, Sebastiana Ap. Sebin, Luiz Expedito Chibim, Domingos Marcos Chibim casado com Marlene Francisca de Lima Chibim, Roberto Carlos Chibim. Deixa 4 netos, 6 bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório no Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. MAURO JANGLOSSI, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 76 anos de idade e era casado com a Sra. Vera Lucia Melero Janglossi. Era filho do Sr. Finahur Janglossi da Sra. Soledade Medina Janglossi, falecidos. Deixa os filhos: Luciana Cristina Janglossi Correa casada com Pedro João Correa Junior, Marcio Ricardo Janglossi, Carlos Alberto Janglossi casado com Roseli Franco Janglossi, Mauro Sergio Janglossi. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 3, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. RENATA GRAMANI SALIBA, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 63 anos de idade. Era filha do Sr. Miguel José Saliba e da Sra. Maria Fatima Gramani Saliba, falecidos. Deixa o filho: Murilo Saliba Sabino casado com Caroline Arruda de Paula Sabino. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 10:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório no Parque da Ressurreição - Sala D,

seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. EDNA ESPANHA PINTO DE CASTRO - Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 84 anos de idade. Era filha do Sr. Jonas Augusto Pinto e da Sra. Amalia Espanha Pinto, ambos falecidos. Deixa os filhos: Odilon Augusto de Castro Junior casado com Nathalie Gomes de Sousa Castro, Jair Ribeiro de Souza casado com Cilene Sonzini Ribeiro de Souza e David Ribeiro de Souza casado com Heloisa Sonzini Ribeiro de Souza. Deixa netos e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Araçá - São Paulo, seguindo para o Cemitério do Araçá na cidade de São Paulo. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. SINVAL TEIXEIRA DE SOUZA, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 65 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Badia de Almeida Souza. Era filha do Sr. Dilicerino Teixeira de Souza e da Sra. Hilda Evangelina de Santana, falecidos. Deixa os filhos: Kleiton Teixeira de Souza casado com Lidiane Fernanda Pereira Raydan e Deise Cristina Teixeira de Souza casada com Odilon Guimarães Souza Filho. Deixa demais parentes e amigos. O Velório ocorreu dia 23pp na Sala Esmeralda no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 09:00hs até as 17:00hs, em seguida houve a Cerimônia de homenagens póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do GRUPO BOM JESUS FUNERAIS.

SR. JOSE GILBERTO FAZANARO, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 52 anos de idade. Era filho do Sr. João Gilberto Fazanaro e da Sra. Gíanete Canadinho Fazanaro, falecida. Deixa a filha: Vitoria. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp as 15:00hs, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do GRUPO BOM JESUS FUNERAIS.

SR. ADAIL DIAS BETTONE, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 90 anos de idade e era viúva da Sra. Maria José Fray Dias. Era filho do Sr. Manoel Dias Gonçalves e da Sra. Edwignes Dias Bettone, falecidos. Deixa os filhos: Adail Junior, Karine, Katia Tereza, Kelly, Cilene, Marcio, Gerson, Adriana, Katia, Alex. Deixa genros, noras, netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp as 15:00, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 03, seguindo para o Cemitério Municipal de São Pedro. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do GRUPO BOM JESUS FUNERAIS.

SRA. ROSALINA FERNANDES SOARES DE BARROS, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 75 anos de idade e era casada com o Sr. Gumerindo Soares de Barros. Era filha do Sr. Antonio Fernandes e da Sra. Angela Romani Fernandes, falecidos. Deixa os filhos: Renato Aparecido Soares de Barros casado Eliete Freitas Soares de Barros, Angela Cristina Soares de Barros Schiavinatto casada com Israel Schiavinatto e Maria Estela Soares de Barros. Deixa, netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento dar-se-a dia 25pp as 14:00hs, saindo a urna mortuária do Cemitério Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do GRUPO BOM JESUS FUNERAIS.

DR. WALTER DE JESUS DIOGO BRAS, Faleceu dia 17pp na cidade de Piracicaba, aos 53 anos de idade e era casado com a Sra. Domingas da Conceição Evangelista de Jesus Braz. Era filho do Sr. Joaquim Braz e da Sra. Maria Antonia Diogo. Deixa os filhos: Alzira, Mara, Ariel e Walter. Deixa demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado por via aérea para a Cidade de Luanda - Angola, onde o seu sepultamento dar-se-a no Cemitério de Santa Ana naquela localidade.

REVISTA
UUs

25 de fevereiro de 2024

Peu Heise

A coragem do artista que trocou Piracicaba por São Paulo

Vida Saudável

Alimentos processados x ultraprocessados

Decor

Cobogó como protagonista

Pet

Fumo passivo afeta a saúde dos animais de estimação

Comportamento

Quando a preocupação com a saúde passa dos limites

“

A gente nasce criativo
e aprende a deixar
de imaginar, de criar.

”

Arte correndo no sangue

Peu Heise, cantor de Piracicaba vivendo em São Paulo; em entrevista exclusiva ao jornalista Maurício Ribeiro

Us

Meu nome é Pedro Scopinho Heise, conhecido como Peu Heise. Sou natural de Piracicaba, onde vivi praticamente toda a minha vida, mas atualmente resido em São Paulo. Compartilho um apartamento com um amigo. No começo foi mais difícil do que eu esperava! Acho que todo mundo que já passou por isso percebeu o tranco que dá quando você sai de casa. Antes, minha cabeça se baseava, literalmente, só no meu trabalho e no que eu tinha que fazer no dia, de acordo com meu trabalho. Sou músico. Comecei a tocar piano desde muito pequeno! Iniciei aos meus 3 anos, inspirado pelo meu pai e aprendendo de ouvido. Sempre fui profundamente influenciado pela música, mas foi apenas há 4 ou 5 anos que me apaixonei verdadeiramente e decidi torná-la minha profissão. Compor, produzir, treinar, estudar, etc. Hoje em dia tem tudo isso, além de lembrar de lavar a roupa, varrer a casa, limpar o banheiro, e dobrar tudo bonitinho pra usar no dia seguinte! No fim das contas é cansativo, mas bem recompensador. Parece mais com uma "vida adulta".

Sempre fui muito eclético em relação à música! Portanto, não me vejo limitando-me (pelo menos por muito tempo) a um único estilo. Atualmente, estou mais envolvido com músicas pop leve e pop rock, mas vejo muitas possibilidades e portas de diferentes gêneros se abrindo para mim no futuro! Há dias em que me sinto a pessoa mais feliz do mundo ao tocar minhas músicas para as pessoas que as amam, mas também há dias em que só quero pegar minha guitarra e tocar um Blues Texas Shuffle. Tive diversas influências ao longo da minha carreira. Quando comecei a tocar, minhas grandes referências eram os guitarristas e cantores de blues (B King, Eric Clapton, Ray Charles, SRV, John Mayer, etc. Conforme meu gosto musical amadureceu, passei a ouvir mais o pop nacional, além das músicas nacionais antigas que já faziam parte da minha rotina. Comecei a apreciar muito Lagum, Jovem Dionísio, Vitor Kley, entre outros!

Minha família inteira sempre me apoiou muito nessa jornada, e sou muito grato por isso, pois sabemos como isso é raro. Minha mãe me auxilia bastante com todo o peso emocional que vem junto com ser uma pessoa pública. Meu pai contribui muito com as partes técnicas e burocráticas de uma carreira musical. Meus irmãos e minha família inteira sempre estão lá para tudo que eu preciso! Isso, sem dúvida, foi algo que me impulsionou muito mais rapidamente do que se fosse o contrário. Pra mim, os estudos da

música são tão importantes quanto a intuição de um artista. Todo mundo tem arte correndo no sangue, isso já sabemos de fato. A gente nasce criativo e aprende a deixar de imaginar, de criar. Isso para um artista é muito importante! Essa é a essência dele, o diferencial que ele traz para o mundo da arte. Mas não muda o fato de que se ele não souber como cantar, vai ser mais difícil traduzir suas letras do papel para uma música. Assim como, se ele não

souber sobre teoria musical e campos harmônicos e ritmos e timbres e instrumentos e tudo mais que a música oferece, também vai ser difícil traduzir sua intuição para fora. Eu particularmente estudei música desde o momento que me apaixonei oficialmente por ela. Eu tocava piano antigamente sem saber o que eu tocava, só escutando os sons, até que, quando decidi tornar música meu trabalho, comecei a estudar ele e tudo saiu mais fluido. Resumindo, estudar na música é como se você fizesse uma trilha na mata de ideias da sua cabeça. Ela te guia para onde quer que você queira ir.

É fácil afirmar que hoje em dia a internet se tornou uma ferramenta indispensável para artistas, seja considerando isso de maneira positiva ou negativa. As redes sociais facilitaram muito a conexão do artista com seu público, mas, ao mesmo tempo, tornaram tudo mais acessível para todos, resultando em uma maior "competição" entre os artistas. Quanto à minha opinião, eu acho isso muito bom! É como se estivesse construindo sua própria

carreira, sem depender mais, como antigamente, das grandes gravadoras e distribuidoras. Acaba sendo verdadeiramente um jogo seu com seu público.

Eu tenho muitas paixões nesse mundo, mas acho que nenhuma chega a se comparar a minha paixão pela música! Eu por exemplo amo muito tudo quanto é esporte radical, desde surf e skate a mountain bike e pular de para-quedas, mas acho que isso tudo acaba se englobando no que as pessoas chamam de hobby, né? Não me vejo trabalhando atrás dessas coisas com algum objetivo, apenas aprecio e participo quando posso! Já na música eu tenho minhas ambições e vontades, acaba sendo diferente! Tenho muitas ambições, honestamente! Em alguns anos, quero alcançar muitos lugares que sempre foram meus sonhos e que, para muitos, parecem inalcançáveis. No entanto, acredito que, com o trabalho que eu e minha equipe estamos realizando, juntamente com esforço, disciplina, treino e dedicação, é mais do que possível alcançar esses objetivos! Vamos descobrir nos próximos capítulos! ■



Save the date

Amantes da literatura e do universo fantástico, marcai em vossas agendas: 26 de maio é um domingo, dia de fazer uma imersão medieval e curtir junto com outros fãs e entusiastas da boa leitura um evento pra lá de especial, em Piracicaba, com a presença confirmada do escritor Pedro Dias, autor da trilogia Aimara. Vale segui-lo no Instagram @pedro.sartori.dias para não perder essa e muitas outras novidades que vêm por aí! ■



Erick Gomes

Dica da Semana

com Nathalia Felipe
@nathaliarfelippe



Us

Reformas Inacreditáveis

Na dica desta semana, trago um reality que certamente surpreenderá você. "Reformas Inacreditáveis" apresenta um grupo de engenheiros e arquitetos dedicados a realizar reformas em residências familiares em apenas 12 horas. Mais de 200 profissionais colaboram

intensamente para transformar e concretizar cada projeto. Danielle Brooks assume a liderança dessa equipe dinâmica. O programa, composto por 8 episódios incríveis, promete fascinar do início ao fim. Prepare sua pipoca e confira essa experiência única disponível na Netflix. ■



O cara da Nova

O homem é praticamente uma máquina de produzir conteúdo; e está às vésperas de produzir seu centésimo podcast. No catálogo, personalidades da arte, política, esportes e variedades. E guardem bem essa foto, porque Fernando Gouveia nunca aparece sem óculos escuros no Podcast da Nova, programa que ele vem capitaneando na

Nova São Pedro Web, canal que ele mantém ativo no YouTube. Versátil, ele opera a técnica do programa enquanto conversa com seus convidados; sem deixar a peteca cair nem se perdendo no rumo da conversa. Toda semana, dois episódios dinâmicos e cheios de conteúdo, que você assiste no canal @novasaopedroweb. Tá pertinho de chegar a 2 mil inscritos! Bora prestigiar? ■



Trintei!

Não... Você não leu errado. Em 2024 eu estou comemorando 30 anos... De carreira, obviamente! Nos palcos desde 1994, estou reunindo amigos, familiares e meia dúzia de fãs para comemorar no Teatro Erotídes de Campos, no Engenho Central, estas três décadas fazendo uma das coisas que mais amo: atuar! Preparei o espetáculo Comédia à La Carte, guardei ele bonitinho durante um ano e agora tá na hora da estreia. Nesse formato de stand-up, é você, na plateia, quem escolhe o show que quer assistir; no melhor estilo "você decide". Bora estar comigo nessa noite memorável? Vai ser na quarta, dia 6 de março, às 19h30; e os ingressos solidários já estão disponíveis ao custo de 2kg de alimentos que serão doados para o Fundo de Solidariedade de Piracicaba. Quer saber mais? Acesse o QRCode! Te espero lá! ■



Erick Gomes

Mulheres notáveis

No mês de março, a coluna PiraCult traz com exclusividade na Revista Us entrevistas inéditas com mulheres notáveis. Muito além da celebração do 8 de março, será um mês inteiro festejando com muito conteúdo, histórias marcantes e exemplos de

vida; falando com elas que interpretam na vida real papéis que exigem muita coragem e entrega. Anote aí, que a segunda convidada da série será Cláudia Alves, gerontóloga e pedagoga, autora do Instagram @obomdoalzheimer. Se prepare para se emocionar! ■



Divulgação



Entenda o que é adenomiose

O ginecologista especialista em saúde da mulher explica que a condição pode ser tratada com controle de sintomas

Imagem: Banco de Imagem



Grande parte das vezes a adenomiose assintomática é diagnosticada através de ultrassonografia

A cantora Gretchen, de 65 anos, passou por uma cirurgia de retirada do útero recentemente. Ela sofria com uma doença chamada adenomiose, que resultou no crescimento anormal de seu útero. O médico ginecologista André Vinícius, especialista em saúde da mulher, explica que a condição é benigna, como diagnosticar e quais os tratamentos.

Antes de explicar o que é o adenomioma, o ginecologista explica que é preciso entender como é a formação do útero. "O útero é dividido em três camadas: a serosa, que é a camada que o recobre; o miométrio, uma camada muscular intermediária; e o endométrio, que é a camada mais interna do útero. O adenomioma é quando o tecido endometrial vai para no miométrio, ou seja, o tecido que reveste o útero vai parar na musculatura do útero. A essa condição damos o nome de adenomiose", diz Vinícius.

Quais os sintomas?

A adenomiose pode ser tanto sintomática quanto não apresentar sintomas. Os três principais sintomas que uma paciente sintomática apresenta são:

- Infertilidade
- Cólicas menstruais mais intensas
- Aumento do fluxo menstrual e dos dias de período (a paciente que antes menstruava 3, 4 dias, passa a menstruar, 6, 7, 8 dias).

Como diagnosticar a doença?

O médico ginecologista esclarece que grande parte das vezes, a adenomiose assintomática

é diagnosticada através de ultrassonografia. "Por esse exame, é possível identificar um miométrio irregular, ou que o útero está com o tamanho maior que o normal, pois a infiltração do tecido endometrial do miométrio pode aumentar o volume do útero", comenta. A cantora Gretchen estava com o útero no tamanho de 850 centímetros, o que equivale a uma gestação de 20 semanas.

Segundo Vinícius, hoje o exame padrão ouro para identificar essa doença é a ressonância nuclear magnética da pelve, que tem um valor preditivo positivo muito alto, ou seja, ela tem alto índice de acerto.

Quais os tratamentos disponíveis para a adenomiose?

O tratamento da adenomiose em pacientes sintomáticas consiste em fazer o controle dos sintomas. "Para pacientes que apresentam cólicas muito intensas, é possível ajustar medicamentos para o controle dessa cólica. Em pacientes com sangramento uterino normal, é possível fazer um bloqueio hormonal, que geralmente é o tratamento mais indicado para adenomiose. E como essa doença é localizada dentro do útero, o DIU medicado com levonorgestrel tem uma ação muito interessante, pois diminui as cólicas menstruais da paciente e diminui o fluxo também", pontua Vinícius.

O médico complementa que é preciso ainda aliar o tratamento a um estilo de vida mais saudável, com a prática regular de atividade física, alimentação leve e equilibrada e o controle de estresse.

Curso de ASB em PIRACICABA!

Aprenda a **PROFISSÃO** de Auxiliar em Saúde Bucal

aypcod Associação Paulista de Cirurgiões-Dentistas
Valorizando a Odontologia

Regional Piracicaba

uniodonto Piracicaba

Saiba mais: 19 98284-9900 / 19 98327-2994

INVESTIMENTO 18x de R\$ 230

www.uniodontopiracicaba.com.br/asb

Em quais casos a cirurgia é indicada?

Existem casos em que a doença possui pontos focais, o que permite a realização de uma cirurgia para retirada desses pontos. Segundo o especialista, ela é ideal para pacientes que querem engravidar.

Já a histerectomia, isto é, a retirada completa do útero como fez Gretchen, é um tratamento definitivo indicado para mulheres que já não desejam engravidar e que não conseguiram controlar a doença com a ajuda dos tratamentos convencionais. "Por ser uma doença localizada na camada muscular do útero, se retirar essa camada, não se tem mais o local para o tecido endometrial se instalar", finaliza o especialista.

Telemedicina
SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA
0800-000-3009

ATENDIMENTO MEDICO
24 horas

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

SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA
O Plano que tem Saúde Inteligente

CIRÚRGICA independência
PRODUTOS CIRÚRGICOS E HOSPITALARES

CIRÚRGICA independência

Rumo aos 30 anos!

Av. Independência, 870 (em frente a Santa Casa)
19 99426.5399 • 3426.3695 • 3411.72777
hospitalares@uol.com.br

www.cirurgicaindependencia.com.br

Suplementos de ômega-3 não ajudam a ganhar massa muscular

Revisão de estudos feita por pesquisadores da USP e Unicamp mostra que o uso na nutrição esportiva não traz o resultado esperado e pode ser prejudicial à saúde



Foto: Banco de Imagem

Fernanda Bassette

Uma ampla revisão de estudos realizada por pesquisadores da Unicamp (Universidade Estadual de Campinas) e da Universidade de São Paulo (USP) concluiu que a suplementação por ômega-3 não promove efeitos no ganho de massa muscular e de força em adultos e idosos saudáveis. O benefício mais conhecido da suplementação de ômega-3 é para a saúde cardiovascular, mas os pesquisadores resolveram analisar se havia benefícios também no ganho de massa muscular ao perceber um aumento das indicações para essa finalidade.

Para chegar aos resultados, os pesquisadores identificaram 4.403 estudos, em quatro bases de dados científicas (PubMed, Embase, Cochrane e SPORTDiscus), envolvendo a suplementação com ômega-3. Eles aplicaram métodos estatísticos para cruzar os resultados desses estudos e chegar ao resultado mais factível do efeito do tratamento. No entanto, somente 14 estudos foram incluídos na

metanálise final por reunirem os critérios de qualidade necessários para a avaliação. Ao todo, os pesquisadores examinaram dados de 1.433 participantes, sendo que 11 estudos foram feitos com idosos e três com adultos.

“Estamos na era do caminho mais fácil. Dentro da nutrição esportiva, as pessoas querem encontrar a fórmula mágica tanto para emagrecer quanto para ganhar massa muscular. Há diversos sites que indicam treinos mirabolantes e suplementos cheios de promessas. Por isso, nosso foco era entender se realmente havia algum benefício na suplementação do ômega-3 no ganho de massa muscular. E, quando olhamos para os dados científicos para ver se existia alguma evidência, não encontramos nada”, afirma a nutricionista Heloísa Castanheira Santo André, autora do estudo e doutoranda na Faculdade de Ciências Aplicadas da Unicamp.

Segundo a pesquisadora, os resultados mostraram uma possível relação da suplementação de ômega-3 com o ganho de for-

ça – um efeito pequeno, mas significativo. Mas não houve a associação entre a suplementação e o ganho de massa magra e a função muscular. “O ganho de força é medido por parâmetros diferentes e não envolve necessariamente o ganho de massa muscular. Então sabemos que eles não são ganhos dependentes, mas possuem uma relação mais indireta. A pessoa pode ganhar força sem ter um aumento significativo de massa muscular”, explicou.

Uma dieta balanceada traz mais resultados

A nutricionista do esporte Serena del Favero, do Hospital Israelita Albert Einstein, diz que o ômega-3 não deve ser indicado para o ganho de massa muscular porque existem estratégias mais eficazes, como o consumo adequado de proteínas, a prática de exercícios de resistência e uma dieta balanceada. “De fato, alguns estudos anteriores sugerem estímulos anabólicos com a suplementação de ômega-3 apenas em situações em que a síntese de proteínas musculares está comprometida, como quando a

ingestão de proteínas é insuficiente e em condições de aumento da inflamação sistêmica, por exemplo, em doenças crônicas”, disse.

Ela acrescenta ainda que o benefício mais conhecido do ômega-3 é provavelmente o seu papel na promoção da saúde cardiovascular. “No entanto, por intermediarem vários processos biológicos, os ácidos graxos ômega-3 têm demonstrado beneficiar também a função imunológica, reduzindo a inflamação e melhorando a cognição e a função neuromuscular”, comenta.

Fontes de ômega-3

As fontes animais mais importantes de ômega-3 na alimentação são peixes gordurosos, como salmão, atum, cavala, sardinha e truta (fontes de ácido eicosapentaenoico [EPA] e de ácido docosa-hexaenoico [DHA]), além de crustáceos de água fria. Sementes de linhaça e castanhas oleaginosas são fontes vegetais de ômega-3, particularmente de ácido alfa-linolênico (ALA), que pode ser convertido em EPA e DHA no corpo, embora em proporções menores.

“Geralmente não é necessário que todas as pessoas façam suplementação com ômega-3, especialmente se estiverem consumindo uma dieta equilibrada que inclua peixes gordurosos de qualidade regularmente. No entanto, pessoas com condições médicas específicas podem se beneficiar da suplementação. Por isso, é preciso ter um acompanhamento profissional para que seja realizada uma avaliação adequada das necessidades”, explica a nutricionista do esporte do Einstein.

Segundo a pesquisadora da Unicamp, o maior problema da suplementação

sem necessidade é a pessoa sofrer alguma toxicidade devido às vitaminas em excesso. “A suplementação deve ser usada como um complemento alimentar, e não para o ganho de massa. Pois, mesmo que ela não faça mal, muitos suplementos não vão promover efeito nenhum. É uma coisa muito mais comercial, para fazer o consumidor gastar dinheiro”, disse.

Um problema comum encontrado em alguns suplementos de ômega-3 é a disparidade nas quantidades de EPA e DHA (que são as frações benéficas do ômega-3) por cápsula. Muitas vezes, algumas cápsulas podem conter concentrações relativamente baixas desses ácidos graxos essenciais, o que pode resultar em ingestões insuficientes para aqueles que buscam os benefícios do ômega-3. Além disso, alguns suplementos podem conter uma quantidade excessiva de óleos de baixa qualidade ou outros aditivos prejudiciais à saúde.

“Esse estudo nos mostra mais um suplemento que ainda não tem eficácia comprovada no ganho de massa muscular e, portanto, não deve ser indicado para esse fim. Embora os suplementos possam ter seu lugar em certas situações, é importante reconhecer que muitos deles não são comprovadamente eficazes e podem até mesmo ser prejudiciais à saúde se usados de forma inadequada. Depender de pílulas e fórmulas milagrosas para corrigir deficiências nutricionais ou alcançar objetivos de saúde é tentador, mas a verdadeira chave para a saúde reside em escolhas de estilo de vida saudáveis e sustentáveis”, finalizou a nutricionista do esporte.

Fonte: Agência Einstein

Como evitar que os filhos sejam impactados por uma separação

Especialista em direito familiar fala sobre os efeitos negativos que se separar pode trazer e como evitá-los

A separação não é algo que necessariamente se consiga evitar, porém, os impactos negativos que ela pode vir a ter na vida dos filhos, independente de suas idades, sim. De acordo com a advogada e especialista em direito familiar Barbara Heliodora, são nesses casos que uma atenção redobrada é de extrema importância, já que algumas vezes os pais não percebem o quanto suas atitudes geram condutas prejudiciais.

"Muitas vezes eles não percebem que suas ações podem gerar inúmeros reflexos negativos em sua volta, e, principalmente, nos filhos, que devem ser prioridade nesse momento. Existem danos que podem se arrastar por um longo tempo na vida deles, então a ideia é que a separação seja amigável e que respeite os limites do filho ou dos filhos", explica Barbara.

Segundo a advogada, para evitar esse impacto é preciso assumir uma responsabilidade como pai ou mãe. "Nunca, em hipótese alguma, use seu filho para desabafar sobre questões do seu relacionamento. É de extrema importância entender que você é responsável por ele e que ele não é seu confidente. Principalmente quando o assunto é esse", destaca ela. E embora a separação não venha a ser amigável, o ideal é não deixar isso passar para aquele que é fruto da relação.

"É entendível que seja difícil manter a razão e a emoção equilibrados nesse momento, mas manter os filhos afastados do tumulto é imprescindível. Os responsáveis precisam entender que eles como casal vão acabar, mas como pais não. Misturar essas duas situações vão trazer uma grande insegurança e instabilidade para o divórcio", afirma Barbara Heliodora.

É por isso que a boa comunicação é sempre necessária, principalmente em casos de guarda compartilhada. "Vale muito à pena conversar com a criança, independente da idade, principalmente porque elas vão sentir

Foto: Banco de imagem



A boa comunicação é sempre necessária, principalmente em casos de guarda compartilhada

uma grande necessidade de encontrar uma razão para o que está acontecendo" explica Barbara, que aproveita para acrescentar que é necessário, também, informar aos filhos sobre sua nova rotina.

"Caso optem pela guarda compartilhada, que é um tipo de guarda em que os pais compartilham igualmente as responsabilidades e decisões relacionadas aos cuidados e à criação dos filhos, fale com seu filho sobre a nova rotina, sobre como as coisas irão acontecer a partir de agora, tudo precisa ser falado", observa. Nesse modelo, em específico, ambos os pais têm o direito e o dever de participar ativamente da vida da criança, contribuindo de forma equilibrada para seu desenvolvimento e o ponto de partida do divórcio precisa ser o diálogo.

Por fim, a advogada Barbara Heliodora acredita que uma outra forma de ajudar a fazer com que a separação seja mais tranquila para os filhos é estimulá-los a praticar algum tipo de atividade extracurricular, como uma luta, natação, entre outros. "E, caso esteja sendo mais difícil, levá-los também à psicóloga, além de sempre enfatizar que sempre estarão lá pelos filhos", finaliza.

Piolhos na volta às aulas: saiba como evitar a infestação

O tratamento se tornou mais desafiador, pois os piolhos desenvolveram resistência a medicamentos

Foto: Banco de imagem



Embora sejam comuns durante a idade escolar, é possível adotar medidas simples para preveni-los

A temporada de regresso às aulas traz consigo a empolgação dos pequenos ao reencontrarem amigos, professores e se atualizarem sobre as novidades. Contudo, juntamente com essa animação, surge uma preocupação recorrente para os pais: os indesejados piolhos.

Embora sejam comuns durante a idade escolar, é possível adotar medidas simples para preveni-los, conforme destacado pelo Antonio Turner, pediatra. "Com o retorno às aulas, observamos um aumento nos casos de pediculose, o termo científico para piolhos, nos consultórios pediátricos. Esses parasitas estão presentes em todas as creches e escolas, e não há um tratamento preventivo eficaz para o problema."

O médico explica que o tratamento se tornou mais desafiador, pois os piolhos desenvolveram resistência a medicamentos, shampoos e loções capilares, algumas das quais podem causar alergias e são tóxicas e inseticidas em determinados casos.

O pediatra compartilha algumas recomendações de prevenção:

1. Realize frequentemente a inspeção da cabeça das crianças.

2. Evite compartilhar objetos que tenham contato com a cabeça.

“Com o retorno às aulas, observamos um aumento dos casos piolhos. Esses parasitas estão presentes em todas as creches e escolas, e não há um tratamento preventivo eficaz para o problema.”

3. Utilize pentes regularmente.

4. Prefira cabelos presos na escola.

Para o tratamento, Turner destaca a Dimeticona Tópica como uma opção moderna e eficaz, único ativo não tóxico para o tratamento de piolhos e lêndeas. "É um silicone de alta densidade que envolve os piolhos, eliminando-os por asfixia e desidratação. É seguro e indicado a partir dos seis meses de idade. Essa emulsão capilar está disponível nas principais redes de farmácias do Brasil."

O médico aconselha os pais a aplicarem a solução nos cabelos das crianças à noite, removendo-a pela manhã, após oito horas, mediante a lavagem da cabeça. Esse procedimento deve ser repetido uma semana depois. "Com esse tratamento, podemos eliminar os piolhos com segurança, prevenindo coceiras, insônia, irritabilidade, ferimentos no couro cabeludo e o constrangimento associado à infestação por piolhos nas crianças."



- ✓ Credibilidade
- ✓ Confiabilidade
- ✓ Responsabilidade Médica
- ✓ Enfermagem Especializada



(19) 9999.5.3322

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

Transtorno de ansiedade por doença: quando a preocupação com a saúde passa dos limites

O transtorno tende a começar no início da vida adulta, mas também pode aparecer em pessoas com idades



Foto: Banco de imagem

Este é um distúrbio que causa uma preocupação exacerbada e fora de controle com a própria saúde

O medo de ficar doente, também conhecido como hipocondria ou transtorno de ansiedade por doença, é caracterizado pelo receio excessivo de adquirir uma doença grave. Este é um distúrbio que causa uma preocupação exacerbada e fora de controle com a própria saúde, o que leva muitas vezes ao uso excessivo de remédios e prejuízos na vida social.

“Além de questões genéticas, o histórico de vida de cada paciente pode levar ao desenvolvimento do transtorno”, explica Filipe Colombini, psicólogo e CEO da Equipe AT. “Entre os fatores que podem causar o problema, estão traumas, negligências durante a infância e episódios de doença em si mesmo ou na família e também a presença de outros transtornos como ansiedade, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e síndrome do pânico”, conclui.

O transtorno tende a começar no início da vida adulta, mas também pode aparecer em pessoas com idades avançadas (após os sessenta anos). Entre seus principais sintomas estão a presença de uma angústia permanente sobre a saúde e uma crença enganosa de ser portador de uma doença grave. “Para essas pessoas, qualquer sinal corporal pode ser um gatilho que causa muita preocupação e sofrimento, o que leva a um isolamento cada vez maior”, comenta o especialista.

Em geral, quem é acometido pelo transtorno passa muito tempo pensando no futuro, em um contexto onde se imaginam contraindo doenças, internadas no hospital, recebendo cuidados, entre outros cenários desagradáveis.

O estado de alerta constante prejudica a vida social do indivíduo, afastando-o de atividades

“O turbilhão de pensamentos ruins que envolvem o transtorno de ansiedade por doença costuma fazer com que o paciente paralise a própria vida, situação que só tende a se agravar com o tempo caso o problema não seja tratado”

de entretenimento e lazer e, muitas vezes, fazendo com que seja uma pessoa de difícil convivência. “O turbilhão de pensamentos ruins que envolvem o transtorno de ansiedade por doença costuma fazer com que o paciente paralise a própria vida, situação que só tende a se agravar com o tempo caso o problema não seja tratado”, diz Colombini.

Importantes indícios do transtorno de ansiedade por doença

Filipe Colombini alerta que existem alguns sinais clássicos que podem indicar que alguém está sofrendo com o transtorno, como a necessidade de fazer exames com frequência para se certificar que não está doente, automedicação, pesquisas constantes sobre sintomas, doenças e tratamentos, reclamações habituais sobre dores e mal-estar, além do medo de se consultar com médicos e descobrir uma condição grave.

Buscando ajuda

O primeiro passo para o tratamento do transtorno de ansiedade por doença é uma avaliação criteriosa da saúde com médicos e psiquiatras, para a exclusão de outras doenças ou distúrbios. “Após essa avaliação, um acompanhamento sistemático com o psiquiatra e psicólogo vai ajudar a pessoa a desenvolver formas de compreender e contextualizar seus pensamentos envolvendo doenças e conseguir, então, desenvolver estratégias para lidar com esses comportamentos compulsivos”, diz Filipe Colombini. “O acompanhamento psicoterapêutico nestes casos é essencial, para ajudar o paciente a buscar qualidade de vida e, inclusive, evitar o surgimento de transtornos mais severos”, conclui.

Deixar ir é abrir portas para viver novas experiências!

A importância do autoconhecimento e da inteligência emocional para seguir em frente e ser responsável por uma verdadeira guinada na vida



Foto: Banco de imagem

As pessoas nem se dão conta que experiências do passado podem influenciar neste processo, os impossibilitando de vivenciar novas experiências

Para nos sentirmos livres, plenos, com perspectivas novas é preciso deixar ir; deixar o passado no lugar dele, sem trazê-lo para o presente ou nos prendermos a ele.

Um dos passos mais importantes para ‘deixar ir’ é o perdão; um sentimento libertador e que nos projeta para novas perspectivas com leveza, sem culpa, rancor ou qualquer sentimento negativo que nos impeça de viver bem o hoje ou que nos condene a viver mal o amanhã.

“Estamos falando de uma libertação incrível. Ao deixar o que vivemos passar, abrimos novas oportunidades e sensações. Neste processo é preciso se autoconhecer para poder se desprender e perdoar pessoas e situações, deixando a vida fluida como o curso de um rio”

Temos também dificuldade de ‘deixar ir’ o que amamos que vivemos, a coisa boas, como por exemplo a infância que, muitas vezes, nem ao menos lembramos, mas estamos presas a ela com sentimentos de amor, dor, conflitos; uma mistura de vivências e emoções. Ao nos prendermos a tudo isso, vivendo no ‘ontem’, estancamos nosso crescimento, nosso progresso e vida fica opaca, a mesma, sem a criatividade e o frescor do novo.

“Estamos falando de uma libertação incrível. Ao deixar o que vivemos passar, abrimos novas oportunidades e sensações. Neste processo é preciso se autoconhecer para poder se desprender e perdoar pessoas e situações, deixando a vida fluida como o curso de um rio”, conta Heloísa Capelas, mentora de líderes, uma das maiores especialistas em autoconhecimento e inteligência emocional do Brasil.

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

CONsertos

Malusa CALÇADOS

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

Malusa
CALÇADOS
CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS

Saiba onde encontrar um café saboroso com acompanhamentos incríveis

A Pasticceria e o Café Tirol estão entre os clientes e parceiros do Café Morro Grande que reúnem qualidade e sabor em cada atendimento.

O cafezinho é uma ótima recomendação para acompanhar um bolo, sobremesa ou salgado, para ser a finalização de um almoço ou o ingrediente de uma bebida especial. O Café Morro Grande conta com clientes e parceiros de muitos anos que não se esquecem de colocar o café nos seus cardápios, é o caso da Pasticceria e do Café Tirol. Nestes espaços você irá encontrar um café saboroso com acompanhamentos incríveis.

A Pasticceria está há mais de 30 anos em Piracicaba. A doceria e cafeteria oferece bolos, tortas, docinhos e salgados em duas lojas, no Shopping Piracicaba (Piso L1) e no bairro São Dimas (rua Dona Eugênia, 693). Os dois espaços são perfeitos para fazer uma pausa, descansar, conversar sobre projetos, levar alguém especial e apreciar a combinação entre sabor doce das várias opções do cardápio com o amargo do café. Além disso, a Pasticceria oferece cappuccino e drinks com café.

A recomendação da proprietária, Tutu Guasti, é experimentar um cafezinho saboreando um strudell, bomba de chocolate, alpino, bolo de coco ou bolo de nozes com baba de moça. Já entre as opções de sobremesas que levam o café como ingrediente estão o clássico tiramisú e a torta de chocolate com capuccino.

O Café Tirol (rua Santa Olímpia, 160) reúne no mesmo ambiente um restaurante e uma cafeteria, tudo vai depender do horário que você for ao local. O local também oferece sobremesas maravilhosas, mas seu carro chefe são os pratos de comida italiana e trentina, além das bebidas que levam o café como ingrediente, é o caso do Latte Machiatto, Cappuccino Avelã, Café Mocha e Café Avelã. Segundo Ivan Correr, proprietário do estabelecimento, o maior sucesso é o Frappuccino Avelã.

Outra opção que vale a pena conhecer é o gròstoi (grostoli), um doce muito popular no Trentino (norte da Itália, Áustria e Suíça). A guloseima é indispensável no café da manhã e da tarde de uma família tirolesa acompanhado de um bom café e uma ótima conversa. A tradição que está disponível no cardápio do Café Tirol é uma herança local, pois a cafeteria/restaurante está localizada no bairro rural Santa Olímpia, uma comunidade de imigrantes tiroleses em Piracicaba.



Bomba chocolate com café pasticcieria



Frappuccino avelã
Café Tirol

A cultura, a tradição e o afeto estão em cada canto do espaço. Outro diferencial do Café Tirol são as ações especiais realizadas em datas comemorativas. Neste ano, mais uma vez haverá oficinas de pintura de ovos de galinha na Páscoa.

Pasticceria Doces & Café

Loja 1: Shopping Piracicaba - Piso L1 (av. Limeira, 722) - abre segunda a sábado, das 10h às 22h; domingo e feriado, das 12h às 20h.

Loja 2: bairro São Dimas (Rua Dona Eugênia, 693) - abre segunda, das 12h às 19h30; terça a sexta-feira, das 10h às 19h30; sábado, das 9h às 19h30; domingos e feriados, das 12h às 18h30.

Contato: (19) 3413-6678

Instagram: @pasticceriaipiracicaba

Café Tirol

Rua Santa Olímpia, 160 - Santa Olímpia - abre sexta, das 11h às 15h; sábado, domingo e feriado, das 9h às 17h (cafeteria das 9h às 11h e das 15h às 17h; restaurante das 11h às 15h30).

Contato: (19) 99185-8268

Instagram: @cafetirol



Oficina decoração de ovos de galinha páscoa Café Tirol

Morro Grande
Bons Momentos.
Um Grande Café.

loja.cafemorrogrande.com.br

Bons motivos (e receitas) para incluir a carne suína no cardápio

A nutricionista do Oba Hortifruti, Renata Guirau, dá dicas de consumo da proteína, que é magra, rica em nutrientes, auxilia na perda de peso e saúde dos músculos, coração e sistema imunológico

A carne suína é uma opção não só saborosa e versátil, mas também muito nutritiva para ser incluída na rotina alimentar. Magra, em alguns cortes, e rica em nutrientes, ajuda a manter a saúde em dia. A nutricionista do Oba Hortifruti, Renata Guirau, explica que a proteína, além de beneficiar músculos, coração e sistema imunológico e ajudar na perda de peso por aumentar a saciedade, é muito prática de preparar. "Seu sabor vai bem com acompanhamentos variados, incluindo opções doces, como molhos à base de frutas, que contrastam muito bem com a carne. No preparo, vale fazer os cortes na panela, na churrasqueira ou no forno".

Renata lista cinco bons motivos para consumir a carne suína

1 - Ótima fonte de proteína, vitaminas e minerais

Rica em proteínas de alto valor biológico, a carne é capaz de garantir uma ótima saúde

muscular. As proteínas, quando quebradas, geram aminoácidos essenciais, que são necessários para a manutenção da massa magra - o que faz da carne suína uma grande aliada dos atletas. E suas vitaminas (principalmente B1 e B3), aliadas ao ferro, selênio e zinco, favorecem o rendimento durante todo o exercício.

2 - Auxilia no desenvolvimento infantil

A carne suína possui proteínas e vitaminas A, do complexo B e minerais como selênio, zinco e ferro, que garantem o transporte de oxigênio no sangue e ajudam no crescimento e desenvolvimento infantil nos âmbitos cognitivo, psicomotor, estrutural e sistema imunológico.

3 - Ajuda na prevenção de doenças

Com baixo teor de sódio e maior quantidade de potássio, quando comparada às demais carnes, pode contribuir para o controle da hipertensão arterial. Também garante de 10%

a 22,5% da quantidade de ferro ideal para o consumo diário, prevenindo a anemia ferropriva.

4 - Contribui para o envelhecimento saudável

Rica em selênio, micronutriente que protege o organismo do envelhecimento precoce, o consumo frequente da carne suína pode contribuir para uma terceira idade mais saudável e com mais disposição.

5 - Tem muitos cortes magros e gordura extramuscular

A maioria dos seus cortes é magro e tem a gordura extramuscular, que pode ser facilmente separada da carne. Entre os mais indicados para quem segue uma rotina de alimentação saudável, estão o lombo e o pernil suíno, ambos capazes de favorecer o controle do peso.

Para integrar o cardápio, a nutricionista ensina cinco receitas fáceis de preparar com a carne suína.



Picadinho de pernil suíno

- 500g de pernil suíno cortado em cubos pequenos
- 1 colher de sopa de azeite
- 1 cebola média ralada
- 1 lata de 200g de tomates pelados
- 2 colheres de sopa de cheiro verde picado
- Sal e pimenta preta a gosto

Modo de preparo

Em uma panela, aqueça o azeite e doure a cebola. Adicione os cubos de pernil e refogue bem, até que a carne fique dourada. Junte os tomates pelados, o sal e a pimenta. Deixe cozinhando em fogo baixo, com a panela tampada, por cerca de 20 minutos ou até o excesso de água evaporar. Desligue o fogo e finalize com o cheiro verde. Sirva em seguida.

RUA PROFESSOR JOSÉ BENEDITO DE CAMARGO, 53 - PIRACICABA

Petisco de lombo suíno

Modo de preparo

Tempere as iscas de lombo com o sal e o chimichurri. Empane, passando as iscas primeiro na farinha de trigo, em seguida no ovo, finalizando com a farinha de rosca. Leve as iscas à air fryer por cerca de 30 minutos, virando delicadamente na metade do tempo. Confira se as iscas estão douradas e aí é só servir.

Ingredientes

- 500g de lombo suíno cortado em tiras
- 1 xícara de chá de farinha de trigo
- 1 xícara de chá de farinha de rosca
- 2 ovos caipiras
- 3 colheres de sopa de chimichurri
- Sal a gosto

Modo de preparo

Em uma panela, aqueça a manteiga e doure o alho e a cebola. Adicione as tiras de carne, coloque sal e refogue bem. Junte os champignons fatiados, a passata de tomate e a mostarda. Mexa bem, delicadamente, incorporando os sabores. Se desejar, acerte o sal. Desligue o fogo, adicione imediatamente o creme de leite e misture bem para incorporar à preparação. Sirva em seguida, acompanhado de arroz e legumes no vapor.

Ingredientes

- 500g de mignon suíno em tiras
- 1 cebola grande picada
- 2 dentes de alho picados
- 2 colheres de sopa de manteiga
- 1 xícara de chá de champignon fresco picado
- ½ xícara de chá de passata de tomate
- 1 colher de sopa de mostarda amarela
- 1 xícara de chá de creme de leite
- Sal a gosto

Estrogonofe suíno

Macarrão ao molho branco com lombo suíno

Ingredientes

- 1 pacote (500g) de espaguete
- 2 xícaras de chá de lombo suíno cortado em cubos pequenos
- 1 colher de sopa de manteiga
- 50ml de leite
- 150ml de creme de leite fresco
- Sal e pimenta a gosto
- Raspas de noz-moscada a gosto
- Queijo parmesão ralado para finalizar

Modo de preparo

Cozinhe o macarrão conforme instruções da embalagem e reserve. Em outra panela, aqueça a manteiga e doure os cubos de lombo, juntamente com o sal e a pimenta. Quando a carne estiver bem dourada, adicione o leite e o creme de leite. Acerte o sal e junte a noz-moscada ralada. Quando todos os ingredientes estiverem bem incorporados, adicione o macarrão cozido, desligue o fogo e sirva em seguida.

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

FAÇA SEU EVENTO NO Givaldo's

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

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

DISK ENTREGA

KAI PIRA
RESTAURANTE E COSTELARIA
DISK ENTREGA
3302-9515 99277 2630
AV. POMPEIA, 1018 - PIRACICAMIRIM

EVENTOS PADARIA RIVANA

COFFEE BREAK RIVANA

ORÇAMENTO 3435-1282

AQUELE CAFÉ EXECUTIVO A RIVANA REALIZA PARA SUA EMPRESA
*AGENDE SUA DATA

RIVANA

PADARIA DELICATESSEN

Peles oleosas e acneicas pedem cuidados especiais. Conheça ativos além do óbvio para potencializar o skincare

Ingredientes que regulam a produção de sebo são os mais indicados; de acordo com dermatologista, contudo, hidratação também não pode ser deixada de lado

Foto: Banco de imagem



Vale lembrar que as peles oleosas também precisam de hidratação e, portanto, devem fugir de ativos irritantes e secativos em excesso

A internet está repleta de tendências de skincare -- e muitas vezes, a vontade é de sair testando um monte de produtos de uma vez! Antes de fazer isso, porém, é essencial conhecer o tipo de pele de cada um (seca, oleosa, normal ou mista) e, a partir daí, quais ativos são os mais indicados para manter a saúde ou tratar a pele.

"A escolha de produtos deve se basear primariamente nas necessidades do indivíduo, ou seja, a pele seca requer produtos mais hidratantes e a oleosa e acneica, produtos que regulem a produção de sebo, os seborreguladores", explica Andrea Bauer Bannach, gerente médica em dermatologia da Profuse, marca de dermocosméticos do Aché Laboratórios.

Ela afirma que, mais do que buscar determinados ativos, é importante que todos os produtos usados estejam em sintonia. A rotina básica de skincare recomendada inclui um produto para limpeza, como gel ou solução micelar; hidratante e protetor solar. Porém, o ideal é que a seleção do que usar em cada etapa seja feita com o auxílio de um dermatologista, para uma escolha assertiva.

"A combinação correta de ativos e texturas evita que a pessoa tenha efeitos adversos, como ressecamento excessivo, obstrução dos poros, acne e ir-

ritações, além da sensação de desconforto ao aplicar e usar o produto no dia a dia. Por isso, cada rotina precisa ser personalizada conforme as necessidades de cada pele", afirma Andrea.

Conheça novos ativos

Hoje, o mercado dispõe de muitas opções de produtos para cuidar das peles oleosas e acneicas. Ainda que alguns ingredientes já sejam famosos, a exemplo dos ácidos salicílico e glicólico e da niacinamida, há outros que podem potencializar a rotina de skincare de quem deseja controlar a produção de sebo e prevenir o aparecimento de espinhas.

Um deles é a gluconolactona, um poli-hidróxiácido (PHA) de alta tolerância que reduz a oleosidade excessiva e desobstrui os poros, além de ter ação antioxidante e antirrugas. "Diferentemente de outros ácidos, este não irrita e não resseca a pele", aponta a dermatologista.

Já a tecnologia Syndet é um ingrediente para a limpeza do rosto. Por não ter sabão, não agride ou irrita a pele, promovendo a higienização efetiva sem ardência ou sensação de repuxamento. Assim, é indicada também para quem acaba de passar por procedimentos estéticos e peelings, ou faz uso de ácidos.

Outro aliado da rotina de

skincare de quem tem tendência à acne é o extrato de arnica. Proveniente da planta de mesmo nome, esse ativo reduz a inflamação, previne o surgimento de novas lesões e facilita o processo de cura de acnes antigas, evitando o surgimento de marcas escurecidas.

Peles oleosas também precisam de hidratação

Vale lembrar que as peles oleosas também precisam de hidratação e, portanto, devem fugir de ativos irritantes e secativos em excesso. Assim como na hora da limpeza e da proteção solar, o ideal é escolher um hidratante adequado -- com textura leve, como gel-creme; livre de óleo e com ativos seborreguladores.

"A remoção em excesso da oleosidade pode prejudicar a função de barreira da pele e alterar a microbiota normal, trazendo complicações como a piora da oleosidade e acne, popularmente conhecida como efeito rebote", orienta Andrea.

Aliás, ainda que a sensação seja incômoda, o ideal é não lavar o rosto muitas vezes ao dia. Isso porque repetir o processo várias vezes pode prejudicar a barreira de proteção e pode ter o efeito contrário, aumentando a oleosidade e o aparecimento de cravos e espinhas. A recomendação é limpar apenas duas vezes ao dia, pela manhã e à noite.

Olheiras podem se formar por várias razões, mas é possível tratá-las

Coloração mais escura na pele sob os olhos requer entendimento das causas e uso de produtos específicos

Foto: Banco de imagem



É possível mudar certos hábitos ruins para tentar diminuir as olheiras

As olheiras, manifestadas por uma coloração mais escura na pele sob os olhos, podem ser formadas por várias razões, que vão desde genética até estresse, alergias e exposição solar. Elas costumam incomodar quem as têm, pois dão um aspecto cansado ao rosto. A boa notícia é que há tratamento.

Segundo Fernanda Sanches, especialista em cosmetologia e CEO da Cosmobeauty, empresa de cosmetologia e tratamentos profissionais estéticos, a genética é uma das principais causas das olheiras. "Se seus pais têm olheiras, você tem mais chances de desenvolvê-las. E há fatores

“É importante avaliar como está sendo a rotina diária e reservar um tempo para cuidar de si mesma e do bem estar físico e mental”

étnicos e raciais que também contribuem. Indivíduos com tons de pele mais escuros podem ter uma maior concentração de melanina sob os olhos, contribuindo para a formação de olheiras", explica.

De acordo com a doutora, é possível mudar certos hábitos ruins para tentar diminuir as olheiras. "A falta de sono, por exemplo, pode causar o aumento do fluxo sanguíneo na área sob os olhos, tornando as veias mais visíveis e a pele mais escura. E a exposição excessiva ao sol pode aumentar a produção de melanina, o pigmento que dá cor à pele. Isso pode resultar em uma pigmentação mais escura sob os olhos", diz.

Alimentação ruim e situações estressantes também podem levar à formação de olheiras, segundo a especialista em cosmetologia. "É importante avaliar como está sendo a rotina diária e reservar um tempo para cuidar de si mesma e do bem estar físico e mental", aconselha.

Segundo a especialista, quem tem olheiras, independentemente da razão, pode tentar evitar os gatilhos e também buscar tratamentos específicos.

ÓPTICA SÃO JOÃO

UM NOVO CONCEITO DE ÓTICA!

ESTILO, BELEZA E OUSADIA

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

Quando o cobogó rouba a cena

O escritório STARq assina projeto residencial implantado em L, que valoriza o revestimento cobogó

O escritório Starq Arquitetos é reconhecido por assinar projetos corporativos e residenciais e desta vez o time elevou o sarrafo ao entregar uma morada especial, em Jaguariúna, no interior de São Paulo.

A casa que ressalta a versatilidade e expertise técnica do escritório foi idealizada para atender o briefing de um cliente fiel. Executada como uma residência para apreciar os finais de semana, bem ao encontro do que desejam os donos da propriedade, a morada recebeu ambientes amplos, com

circulação fluida e espaços bem acolhedores para o convívio social da família e dos amigos.

Cravada em um terreno retangular de 2000 m², ela adota uma solução de implantação em L tanto para otimizar a privacidade como proporcionar excelente insolação no setor íntimo (quartos), além de criar uma conexão aberta junto ao social adjacente à piscina.

Apesar do terreno parecer plano, um pequeno declive, de aproximadamente 80 cm na diagonal foi estrategicamente considerado na hora da edificação. Desse modo, a casa foi po-

sicionada no ponto mais alto, permitindo que as aberturas para o fundo do terreno estivessem praticamente no mesmo nível.

O projeto destaca-se pela integração harmoniosa em torno do ponto central (social) do layout, compreendendo as áreas da piscina, churrasqueira, cozinha e estar.

Vale ressaltar a boa sacada aplicada à composição, na ala íntima dos proprietários, incluindo os quartos do casal e dos filhos. Esses aposentos estão isolados - o que garante o descanso tranquilo dos usu-

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

ários. Um elemento vazado foi estrategicamente aplicado na superfície, em frente aos quartos, com o objetivo de alcançar privacidade extra e proteção solar.

Considerando as elevadas temperaturas da cidade, o projeto incorpora abas e cobogós para proteger a região dos dormitórios e dos espaços sociais da insolação direta.

Sem contar que o pé direito livre de 3,20 metros proporciona uma atmosfera sempre arejada nos espaços. Bem brasileiro, o cobogó rouba a cena da casa e injeta bossa extra à narrativa arquitetônica do projeto, o revestimento ainda garante a refrigeração permanente dos interiores, além de uma luz rendada cheia de poesia nos dias mais ensolarados.

Fotos: Maíra Acayaba



Para a frente, voltada para a piscina, foram criados desníveis, incluindo uma escada que funciona também como área de convívio.

Fotos: Maíra Acayaba



A paixão da esposa do casal por gastronomia inspirou o conceito da cozinha gourmet completa, equipada com ilha e forno a lenha.



Fumo passivo afeta a saúde respiratória dos animais de estimação

Ao evitar fumar perto dos pets, não apenas preserva a qualidade do ar compartilhado, mas também protege a saúde em longo prazo

Foto: Banco de Imagem



Os produtos químicos tóxicos presentes na fumaça do cigarro podem ser prejudiciais se inalados de forma passiva

O cigarro é uma substância cancerígena e faz tanto mal à saúde dos pets quanto aos dos humanos.. Além do câncer, essa exposição pode levar a outras condições de como problemas respiratórios, alergias e doenças cardíacas.

A preocupação com a saúde dos animais de estimação nunca foi tão evidente. Os produtos químicos tóxicos presentes na fumaça do cigarro podem ser prejudiciais se inalados de forma passiva quanto agora, e é crucial estar ciente dos fatores que podem impactar negativamente seu bem-estar. Um desses fatores é a exposição ao fumo passivo, que pode aumentar significativamente o risco de problemas respiratórios em animais, assim como ocorre em humanos.

De acordo com a médica-veterinária Izadora Chamun Gil, "a exposição constante ao fumo passivo pode ter efeitos adversos na saúde dos animais, levando a complicações respiratórias, alergias e outros problemas de saúde, podendo causar até mesmo ao câncer. Os pets, por compartilharem o mesmo ambiente que seus tutores, estão suscetíveis aos mesmos riscos do fumo passivo que afetam os seres humanos".

Desse modo, ao evitar fumar perto dos pets, não ape-

“Ao adotar práticas conscientes e promover ambientes livres de fumo, os tutores estão dando um passo significativo para garantir uma vida mais saudável para seus animais de estimação”

nas preserva a qualidade do ar compartilhado, mas também protege a saúde em longo prazo. A fumaça do tabaco contém substâncias nocivas que podem ser especialmente prejudiciais para os sistemas respiratórios sensíveis dos animais.

Além disso, “é importante a conscientização sobre os perigos do fumo passivo em ani-

GBN MULTIMARCAS

VENDA
TROCA
COMPRA
CONSIGNAÇÃO
FINANCIAMENTO

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

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

mega PNEUS

19 981659369

FAÇA UM ORÇAMENTO | CONTATO ARY

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

mais de forma ampliada para garantir que os tutores estejam bem-informados sobre as práticas que podem impactar negativamente seus animais de estimação”, destaca Izadora.

Algumas medidas podem auxiliar nos cuidados com os pets:

-Fumar ao ar livre: Evite fumar dentro de casa ou em espaços fechados onde seus animais passam a maior parte do tempo.

-Criar zonas sem fumo: Designe áreas específicas para fumar, afastadas de locais frequentados por animais.

-Conscientização: Eduque-se e compartilhe informações sobre os riscos do fumo passivo em animais com outros tutores.

-Visitas ao veterinário: Mantenha consultas regulares ao veterinário para monitorar a saúde respiratória de seus animais de estimação.

“Ao adotar práticas conscientes e promover ambientes livres de fumo, os tutores estão dando um passo significativo para garantir uma vida mais saudável para seus animais de estimação”, finaliza a médica-veterinária.

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



CJE Talks ACIPI em noite de insights, inspiração e vivências

O Conselho do Jovem Empresário da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba) promoveu o primeiro CJE Talks, uma noite de insights e inspiração. Com a presença das convidadas Marcela Margato Guziloto e Damaris Verderame, o público acompanhou experiências sobre gestão empresarial, erros e acertos enfrentados na condução dos negócios. O tema central abordou vivências das empreendedoras, oferecendo aos participantes a oportunidade de aprender e se conectar com líderes inspiradoras. O CJE Talks abriu a programação de 2024 em grande estilo, mostrando que os jovens conselheiros da Acipi estão organizando muitas novidades no decorrer do ano.

Fotos: Divulgação



Público, integrantes do CJE e convidadas celebraram o sucesso do 1º CJE Talks



Com mediação do conselheiro do CJE, Guilherme Chelso, Marcela Margato e Damaris Verderame compartilharam experiências em suas empresas



Integrantes da Confraria CJE aprovaram a experiência do bate papo com cases reais das empresárias Marcela Margato e Damaris Verderame



Renata Ibanhez, Selma Romanoff, Silvanete Neves, Damaris Verderame, Marcela Margato e Rafaela Bertoloto



Giuliano Bartholomeu, Pedro Paulo Aversa e Bruno Sampaio



Simone Elias Greer, Letícia Faria, Ana Simões e Carol Bottene



Renato Guziloto, Fabrício Cavalcanti e Ewerlin Wingeter



Viviane Ticianelli, Pricilla Antunes, Sara Crivelari e Patrícia Stocco Joussef



Daiane Cristofolotti e Thamires Tobaldini



Rafael Fabretti, Victor Diniz e Jenny Francia Joussef



Percival Margato, Dulcinéia Margato, Daniela Poppi e Giacomo Inforzato



Priscila Fernandes Celso e Guilherme Celsoe Giacomo Inforzato



Patrícia da Costa e Érica Dematte



Mayara Angeleli e Patrícia Moretti



In off

O empresário piracicabano Juliano Pitton, curte dias de férias em Orlando e Miami, com seu filho Otto e Renata Pinotti!



Nossa administradora de condomínios é

pioneira certificada

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

EMPRESA ISO 9001 CERTIFICADA

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

COPLACAMPO 2024

No último dia 20/02 aconteceu a coletiva de imprensa sobre um dos maiores eventos do Agro: COPLACAMPO 2024. O evento chega à décima edição com mais de 130 expositores. Serão apresentadas as últimas novidades nas áreas de agricultura de precisão, irrigação, sementes, defensivos agrícolas, fertilizantes, máquinas e implementos. O evento será realizado entre os dias 26 de fevereiro e 1º de março, das 8h às 17h, no recinto do COPLACAMPO, localizado no bairro Taquaral, em Piracicaba/SP.

Fotos: Marcelo Germano



Marcos Farhat, Arnaldo Bortoletto e Roberto Rossi e Leandro Carvalho



Natália Marim e Luciana Bertolotti

Reunião

Na última sexta-feira (23) aconteceu uma reunião realizada no quartel da Polícia Militar com o objetivo de alinhar procedimentos de comunicação entre a PM e a imprensa, junto a apresentação da equipe de comunicação social do 10º Batalhão.



Foto: Marcelo Germano

Cabo Ianca, Tenente Algarra e Cabo Pedros

Casas rústicas em uma charmosa vila a poucos passos do mar em Ilhabela



Casa sede uma das maiores acomodações da Vila Siriúba

Vila Siriúba possui casas e suítes em área de 55 mil m² integrada à Mata Atlântica

Passadas as férias de verão, época de muita badaladação, agito, curtidão e praias cinematográficas, agora chega o momento para relaxar, descansar e focar no bem-estar. E Ilhabela, no litoral norte de São Paulo, é um destino turístico perfeito para qualquer estação do ano. Especialmente a partir do mês de março e abril, devido à temperatura amena e agradável, céu mais azul (e alaranjado ao cair da tarde) e noites mais frescas e estreladas.

Na Vila Siriúba, esses momentos podem ser vivenciados diante de uma área de 55 mil m² de puro verde, já que a propriedade está totalmente integrada à Mata Atlântica. Os únicos sons possíveis de serem percebidos são os cantos das mais

variadas espécies de pássaros, graças à sua diversidade de árvores nativas; e a um curso d'água proveniente do Rio Siriúba e de cachoeiras localizadas no alto da serra do arquipélago, que corta toda a vila.

Um cenário perfeito para o descanso que certamente encantará os amantes da natureza. Para todos os lugares que se olha, o verde intenso da Mata Atlântica impera.

A Vila

Após uma noite relaxante de sono, prepare-se para o desjejum no generoso café da manhã da Vila Siriúba, composto por tapioca do chef, crepioca, ovos mexidos, pães especiais da casa, kefir batido com fruta, cereais, mel, frutas da estação, geleias, sucos naturais, queijos,

peito de peru e café coado. Peça também a "Julietta Arrependida" e descubra seu sabor.

Depois, aproveite a imensa área verde gramada, perfeita para caminhadas ao amanhecer ou entardecer, com total integração à natureza. Um espaço seguro para que crianças possam brincar e se divertir enquanto os pais se refrescam na piscina. Toda a área a céu aberto também é perfeita para colocar a leitura em dia ou para meditar e relaxar.

Para os mais religiosos, uma capela construída no século XIX, dentro da propriedade, está disponível para que fiéis possam manter suas orações em dia. Ela foi erguida em homenagem a Nossa Senhora Rosa Mística. Mais que uma capela, o lu-

Fotos: Reginaldo Pupo



Uma das casas disponíveis para hospedagens

gar sagrado também é um convite para contemplar a arquitetura, mobiliários e imagens sacras carrega-

das de história.

Conforto e comodidade

As oito casas e 13 suítes da Vila Siriúba foram especialmente pensadas para oferecer conforto e comodidade, cujas construções mesclam o rústico e o charme, em uma sintonia perfeita.

Cada casa é única e tem sua própria personalidade, com design, técnicas de construção, cores e decoração diferenciados. Certamente uma delas combinará com seu estilo.

Casamentos

É na capela onde são celebrados alguns dos memoráveis casamentos de Ilhabela, que se tornou nos últimos anos um dos principais destinos de matrimônios do Brasil, fazendo com que muitas noivas sonhem em se casar no arquipélago.

E a Vila Siriúba é um cenário perfeito para o dia mais feliz dos noivos, pois, além da paisagem inesquecível, oferece estrutura e equipe para receber eventos em múltiplas versões. E celebrar o amor é uma delas.

A vila está situada na principal avenida de Ilhabela, na praia de Siriúba, ao norte do arquipélago. Basta atravessá-la para fincar os pés na areia e se deliciar com um cenário cinematográfico de tirar o fôlego, com águas límpidas e cristalinas. Um convite irrecusável a um vigoroso banho de mar, com suas águas calmas e relaxantes.



Dia de Noiva em uma das casas da Vila Siriúba

Fotos: Reginaldo Pupo

Casa do Rei

Um dos destaques é a Casa do Rei. A construção foi erguida em cima de gigantescas pedras de origens vulcânicas da ilha e debruçada na copa de uma seringueira centenária. A casa leva este nome por ter hospedado, em março de 1998, o Rei Carl XVI Gustaf e a Rainha Silvia, que é brasileira, enquanto visitavam Ilhabela.

A casa possui cozinha, sala de estar, dois quartos de casal (sendo um deles com cama extra de solteiro) e uma suíte e pode acomodar até sete pessoas. Uma das comodidades é que a cozinha é totalmente equipada com panelas, utensílios, pratos, copos e talheres, além de geladeira e fogão. Desta forma é possível preparar as refeições sem precisar sair da propriedade em busca de restaurantes.

Na ante sala está posicionada uma mesa de vidro de seis lugares para as refeições. No mesmo ambiente está a sala, com confortáveis sofás e SmarTV com acesso a canais de streaming e por assinatura, além de internet. Os quartos possuem camas confortáveis, que garantem um sono tranquilo e relaxante, especialmente pelo som das águas que passam a poucos metros da casa.

O chão, o teto e os batentes das janelas, todos feitos em madeira, conferem uma certa rusticidade ao ambiente, aliados ao leve toque de luxo, presente na decoração e na qualidade dos objetos. As janelas dos quartos, inclusive, têm trameças, que provocam em muitos hóspedes uma sensação de volta aos tempos em que visitavam as casas de seus avós.



Casa do Rei, onde ficou hospedado o Rei Carl Gustaf



Cozinha integrada da Casa do Rei



Vista da sala de estar e parte da sala da Casa do Rei