

FOLHA DE PIRACICABA

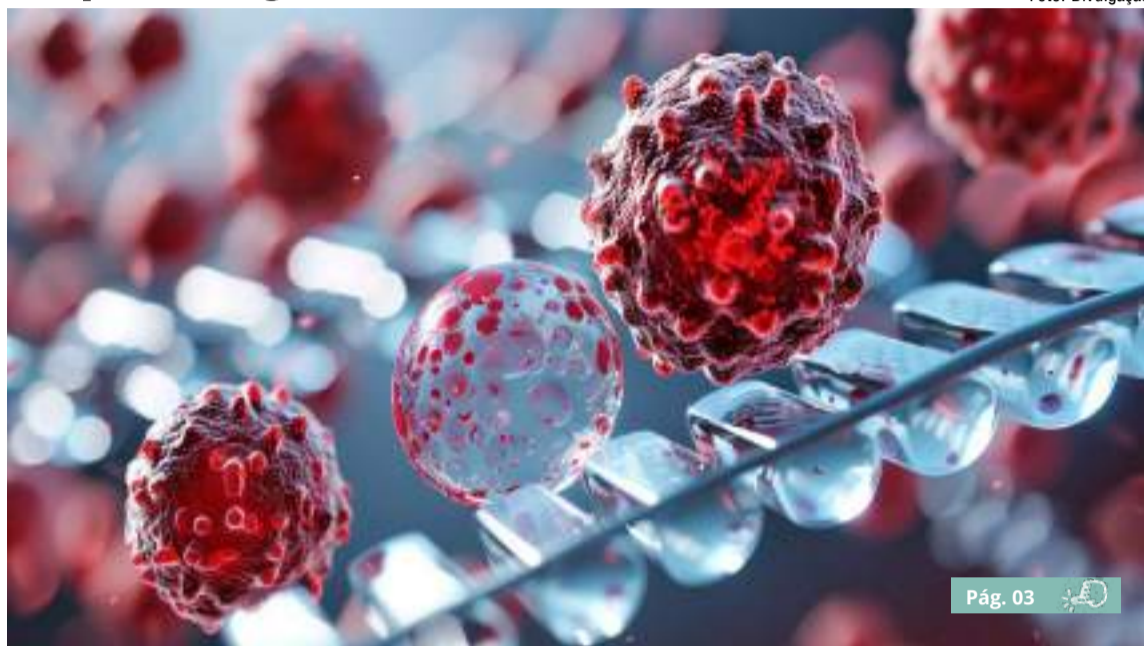
EDIÇÃO Nº 293

O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

Piracicaba, domingo, 03 de março 2024 | www.folhadepiracicaba.com.br

Células CAR-T e a esperança da cura do câncer

Foto: Divulgação



Pág. 03

Terapia com células CAR-T: uma nova esperança para a cura do câncer

Esperança e fé os corações mais desesperançados. Boas notícias no tratamento do câncer que trazem confiança a pacientes: a terapia com células CAR-T. O jornal Folha de Piracicaba convidou o oncologista Fernando Medina, diretor do CECAN- Centro do Câncer da Santa Casa de Piracicaba, para esclarecer sobre o tema.

Cultura Pág. 27



Cidade Pág. 05

Como escolher o melhor repelente para se defender do mosquito da dengue

Cidade Pág. 06

Caso Faustão: Como a insuficiência cardíaca pode afetar os rins

Cidade Pág. 11

Acipi Escola de Negócios terá programação multitemática em março

Cidade Pág. 16

Hyundai anuncia investimentos de R\$ 5,5 bilhões no Parque Automotivo de Piracicaba



PARQUE DOS LARANJAIS
BAIRRO PLANEJADO
Terrenos a partir de **200 m²**
MENSAIS A PARTIR DE 775*
FRIASNETO
CONSULTORIA DE IMÓVEIS

A VENDEDORA, CREDORA FIDUCIÁRIA, a esta lista, temores legítimos possuidora de uma área de terras, localizada no patrimônio urbano da cidade de Piracicaba, SP, com área de 291.731,12 metros quadrados, conforme matrícula nº 130.327 do 2º Registro de Imóveis da Câmara de Piracicaba, Estado de São Paulo. Para fins do registro nº 5 da matrícula nº 130.327, em 19/08/22, a referida área de terras foi devidamente loteada, com o denominativo de (LOTAMENTO) PARQUE DOS LARANJAIS, nos termos da Lei nº 4.766/1979, estando o projeto aprovado pela GRAPPIHAB, estão sujeitos a alterações sem aviso prévio. *Valor referente a Quota 26 Lote 30 e no plano com anexo, valor sujeito a alteração sem aviso prévio, consulte condições e disponibilidade no plano de vendas.

Cidade Pág. 04

Dengue: conheça os medicamentos contraindicados

Foto: Divulgação



O uso inadequado de medicamentos não só agrava os sintomas, como também pode desencadear complicações sérias e potencialmente fatais

Cidade Pág. 07

OMS alerta: a partir de 2050 as superbactérias irão matar mais que cânceres

Foto: Divulgação



Exames moleculares identificam resistências antibióticas, agilizam o tratamento correto e auxiliam na diminuição dos custos com medicação e tempo de internamento

Economia Pág. 24

Guerra na Ucrânia e impactos na Economia

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

FOLHA DE PIRACICABA
O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

TERÇA 05/03
9 hs da manhã

YouTube Instagram Facebook Twitter

@FolhadePiracicaba

Artigo



Artigo

Olhai os Girassóis

O girassol, com sua peculiaridade de cores verde e amarelo, é visto com admiração não só pela sua beleza, mas muito pelos significados. E, por sua dinâmica em acompanhar a luz do sol, é compreendido como uma mensagem aos seres humanos que devem acompanhar a luz divina. As flores, ao serem ofertadas, trazem fortes significados específicos de gratidão, sendo o girassol o símbolo do agradecimento.

Grande parte dos brasileiros abraça com muito fervor as cores verde e amarela em diferentes comemorações, pois são partes de nossa bandeira e abraçando o verde-amarelo as cores azul e branco ficam por conta do céu, que completam o jardim em que aos movimentos dos corpos assemelham-se a uma plantação de girassóis que dançam ao ritmo das ondas do vento.

Ao percorrer a literatura, as artes, a música e agradecimentos, o girassol se coloca como símbolo da felicidade, irradiação de energia e exala alegria e felicidade. Para os enamorados, é visto como honestidade e respeito. No envolvimento com amizades, é um elo de lealdade. Mesmo sendo uma flor grande, é vista como delicada e acolhedora.

A Mitologia grega traz uma lenda sobre o nascimento da flor de girassol que está ligada ao amor e persistência de uma ninfa que amava o deus do Sol, Hélios. Nas artes, conta com seu maior divulgador

Vincent van Gogh (1853 – 1890), que inspirado no impressionismo retratou o verde-amarelo na essência e na lealdade de suas pinceladas na tela, deixando todos os contornos formados pela consistência das tintas que fizeram do quadro “Doze girassóis em uma jarra”, num símbolo de esperança e esplendor, em que a falta de luz não é bem-vinda.

As manifestações populares nestes últimos anos retratadas por vídeos e fotografia, exibem um quadro impressionista em que os corpos de todas as idades, vestidos de verde-amarelo, recebendo a luminosidade do ambiente e da natureza refletem os contornos da multidão como um canteiro de girassóis, propiciando energia e alegria, bem como o desprendimento e renúncia ao academicismo de opiniões e da unidirecionalidade de grandes mídias com discursos homogêneos e distorcidos. E o canteiro de girassóis faz seu caminho na direção da luz e da lealdade, derrubando as falácias do obscurantismo que não cabe no impressionismo libertário do jardim de girassóis corporais em constante contato com o viço da natureza e da verdade.

Na beleza dos campos de girassóis corporais, há muito o som do balançar das flores ao vento, que soa como um pedido para entremear o que foi dito por um português, em sete de setembro de 1822, e 202 anos após, no 25 de fevereiro de 2024, junto ao jardim de girassóis, outro português, uniu seu grito para inserir, entremeando o da independência, a palavra: liberdade.

É oportuno lembrar, neste momento, no colorido das flores, a poesia do poeta da liberdade Thiago de Mello (1926 -2022): “Os Estatutos do Homem (Ato Institucional Permanente)”. Artigo III: “Fica decretado que, a partir deste instante, /haverá girassóis em todas as janelas, /que os girassóis terão direito a abrir-se dentro da sombra;/e que as janelas devem permanecer, o dia inteiro, abertas para o verde onde cresce a esperança.”

No Artigo VII: “Por decreto irrevogável fica estabelecido o reinado permanente da justiça e da claridade, /e a alegria será uma bandeira generosa para sempre desfraldada na alma do povo.”

Idico Luiz Pellegrinotti – Professor Universitário

Esse é o meu legado!

Foi com imensa satisfação que recebi a notícia de que fui premiado com o título de Prefeito Inovador 2024, um reconhecimento pelo meu trabalho ao promover a transformação digital da Prefeitura de Piracicaba.

A premiação aconteceu no último dia 07/02, durante o Fórum de Cidades Digitais e Inteligentes, organizado pelo portal Rede Cidade Digital, com o apoio da Secretaria de Ciência, Tecnologia e Inovação do município de São Carlos.

Um evento que reuniu 60 prefeituras de todo o país, que estão obtendo visibilidade no uso da tecnologia para melhorar a eficiência dos serviços públicos prestados ao cidadão.

Este tipo de reconhecimento conferido por um portal independente, considerado a maior mídia especializada para tratar de inovações nas Prefeituras, dirigida especialmente a gestores públicos e pesquisadores, conferiu maior credibilidade à minha gestão que deixará um importante legado para o município seguir avançando na transformação digital da gestão pública e seu desenvolvimento como cidade inteligente.

Importante lembrar que quando assumi a Prefeitura, em 2021, encontrei um ambiente organizacional com a maioria dos processos internos e serviços não digitalizados, com uso excessivo e dependência de documentos impressos, além da falta de agilidade na comunicação interna e na tramitação de demandas setoriais. Quem padecia com isso era o cidadão que, perdido em meio a esta burocracia, esperava por longos períodos para conseguir acesso a qualquer informação pública proveniente do Executivo.

Entre as iniciativas da Prefeitura de Piracicaba que obtiveram destaque, podemos ressaltar os avanços conquistados por meio da Estratégia Municipal de Governança e Transformação Digital, destacando a implantação do Programa Prefeitura Sem Papel, do Cartão Pira Cidadão e da modernização do portal web da Prefeitura.

Podemos citar ainda cases de sucesso como na área de Educação,

com a entrega de notebooks e material didático digital para alunos de 4 e 5 anos da Educação Infantil e do Ensino Fundamental, além da modernização dos serviços da Saúde, como a chegada da Telemedicina para fornecimento de consultas médicas online. Destaco ainda a melhoria nos sistemas de integração e controladoria fiscal, avançados pela Secretaria de Finanças (Semfi), e a criação de sistemas de integração de dados de interesse social em desenvolvimento pela Secretaria de Assistência e Desenvolvimento Social (Smads).

Uma outra iniciativa que chamou a atenção foi a evolução de infraestrutura e tecnologias dos serviços de monitoramento urbano, com destaque para o sistema de gestão implantado pela Secretaria de Infraestrutura e Meio Ambiente (Simap), a criação do aplicativo SOS Mulher pela Patrulha Maria da Penha da Guarda Civil Municipal (GCM), que disponibiliza aplicativo com botão de pânico para atendimento ágil de mulheres protegidas com medida protetiva, além da criação do Hub GovTech e seus programas para acelerar a capacitação de servidores e a adoção de outras tecnologias de interesse público analisadas pela Secretaria de Administração (Semad) e recomendadas às outras secretarias demandantes.

Em breve ainda teremos a integração da Saúde com 100% dos prontuários eletrônicos, a instalação de 4.000 câmeras inteligentes de segurança e controle trânsito, monitoramento das vias públicas (buracos, sinalização e mato) de forma eletrônica e iluminação pública com lâmpadas de LED.

Temos excelentes avanços para celebrar, mas sabemos também que podemos evoluir ainda mais com nossa agenda de digitalização e cidade inteligente. Estamos comprometidos em fortalecer nosso município e a Região Metropolitana de Piracicaba (RMP) como polo referência de desenvolvimento em todos os setores e a modernização da gestão pública tem sido o principal pilar desta operação.

Esse é meu legado!

Luciano Almeida é prefeito de Piracicaba

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.

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

Por apenas **85.990,00**

19 99310-3915

Falar com Luciana

Células CAR-T e a esperança da cura do câncer

Pacientes com câncer têm novas esperanças

Esperança e fé os corações mais desesperançados. Boas notícias no tratamento do câncer que trazem confiança a pacientes: a terapia com células CAR-T. O jornal Folha de Piracicaba convidou o oncologista Fernando Medina, diretor do CECAN- Centro do Câncer da Santa Casa de Piracicaba, para esclarecer sobre o tema.

“A terapia com células CAR-T (Chimeric Antigen Receptor T-cell) é um tipo de tratamento imunoterápico avançado que utiliza células T do próprio paciente, modificadas geneticamente para combater o câncer. O mecanismo de ação, etapas, racional e indicações desse tratamento são”:

Mecanismo de Ação

Reconhecimento do Antígeno: As células T são equipadas com um receptor quimérico de antígeno (CAR) projetado para reconhecer um antígeno específico na superfície das células cancerígenas.

Ativação e Proliferação: Uma vez que as células CAR-T se ligam ao antígeno-alvo, elas são ativadas e começam a proliferar.

Eliminação do Câncer: As células CAR-T ativadas liberam citocinas e outras moléculas que matam as células cancerígenas.

Etapas da Terapia com Células CAR-T

Coleta de Células T: As células T do paciente são coletadas através de um processo chamado aférese.

Modificação Genética: As células T coletadas são modificadas em laboratório para expressar o receptor CAR específico para o antígeno alvo do câncer.

Expansão: As células CAR-T modificadas são multiplicadas em laboratório até que haja um número suficiente para o tratamento.

Infusão: As células CAR-T expandidas são infundidas de volta no paciente, onde elas podem procurar e destruir as células cancerígenas.

Racional

O racional por trás da terapia com células CAR-T é aproveitar o poder do sistema imunológico do próprio paciente para combater o câncer de forma mais eficaz. Ao modificar geneticamente as células T para reconhecer e atacar células cancerígenas, essa abordagem oferece

uma forma direcionada e potente de terapia contra o câncer.

Indicações

A terapia com células CAR-T é principalmente indicada para alguns tipos de câncer hematológico (câncer do sangue) que não responderam a outras formas de tratamento. As indicações aprovadas pela FDA (Food and Drug Administration) incluem:

- Leucemia linfoblástica aguda (LLA) em crianças e adultos jovens.
- Linfoma difuso de grandes células B (DLBCL).
- Linfoma de células do manto (MCL).

Outras indicações estão sendo

LLA recidivada ou refratária mostrou uma taxa de remissão completa de 71% com uma duração mediana da remissão de 6,8 meses.

Estudos em Linfoma Difuso de Grandes Células B (DLBCL):

ZUMA-1 Trial: Este estudo de fase 2 avaliou o axicabtagene ciloleucel em pacientes com DLBCL recidivado ou refratário. Os resultados mostraram uma taxa de resposta global de 82% com uma taxa de resposta completa de 54%.

JULIET Trial: Um estudo global de fase 2 avaliando o tisagenlecleucel em pacientes com DLBCL recidivado ou refratário mostrou uma taxa de resposta

completa de 40% com uma duração mediana da resposta de mais de 12 meses.

Outros Estudos e Avanços

Pesquisas estão em andamento para melhorar a eficácia e segurança da terapia com células CAR-T, incluindo o desenvolvimento de CAR-T de “segunda geração” com co-estimuladores adicionais para aumentar a persistência e atividade das células CAR-T.

Estudos estão explorando o uso de células CAR-T em outros tipos de câncer, incluindo mieloma múltiplo, linfoma de Hodgkin e alguns cânceres sólidos.

Apesar dos resultados promissores, a terapia com células

(CRS) e a neurotoxicidade. O gerenciamento desses efeitos colaterais requer monitoramento cuidadoso e intervenções médicas específicas.

Resposta Duradoura: Embora muitos pacientes apresentem respostas iniciais positivas, a duração da resposta varia, e alguns pacientes podem sofrer recaída. Desenvolver estratégias para prolongar a persistência e a eficácia das células CAR-T é um desafio importante.

Custo e Acessibilidade: A terapia com células CAR-T é um tratamento altamente personalizado e tecnicamente complexo, o que resulta em custos elevados. Tornar essa terapia mais acessível e reduzir os custos é um desafio significativo.

Infraestrutura e Logística: A fabricação e administração das células CAR-T requerem infraestrutura especializada e cadeia de suprimentos específica. A expansão dessa terapia para mais centros e países exige o desenvolvimento de sistemas logísticos adequados.

Aplicabilidade em Cânceres Sólidos: Até o momento, a terapia com células CAR-T tem sido mais bem-sucedida em cânceres hematológicos. Adaptar essa abordagem para tratar cânceres sólidos apresenta desafios adicionais, como a seleção de antígenos-alvo adequados e a superação do microambiente imunossupressor do tumor.

Resistência ao Tratamento: Alguns pacientes podem desenvolver resistência à terapia com células CAR-T, com as células cancerígenas encontrando maneiras de escapar da detecção e destruição pelas células CAR-T. Entender e superar esses mecanismos de resistência é um desafio importante.

Varição Individual: A resposta ao tratamento pode variar significativamente entre os pacientes devido a diferenças genéticas, imunológicas e no microambiente do tumor. Personalizar ainda mais a terapia com base nas características individuais do paciente e do tumor pode melhorar os resultados.

Superar esses desafios requer pesquisa contínua, inovação tecnológica e colaboração entre cientistas, médicos, indústria e reguladores. O progresso nessas áreas tem o potencial de tornar a terapia com células CAR-T mais segura, eficaz e acessível para um número maior de pacientes com câncer.



Fernando Medina, oncologista, diretor do CECAN- Centro do Câncer da Santa Casa de Piracicaba

pesquisadas em ensaios clínicos, incluindo o tratamento de mieloma múltiplo e alguns tipos de câncer sólido.

Os resultados da terapia com células CAR-T têm sido promissores, especialmente em certos tipos de câncer hematológico, como a leucemia linfoblástica aguda (LLA) e o linfoma difuso de grandes células B (DLBCL).

Alguns estudos chave que destacam esses resultados incluem:

Estudos em Leucemia Linfoblástica Aguda (LLA):

ELIANA Trial: Este foi o primeiro estudo global de fase 2 da terapia com células CAR-T (tisagenlecleucel) em crianças e jovens adultos com LLA recidivada ou refratária. O estudo mostrou uma taxa de remissão completa de 81% dentro de três meses após o tratamento.

ZUMA-3 Trial: Um estudo de fase 1/2 avaliando o axicabtagene ciloleucel em adultos com

“A terapia com células CAR-T (Chimeric Antigen Receptor T-cell) é um tipo de tratamento imunoterápico avançado que utiliza células T do próprio paciente, modificadas geneticamente para combater o câncer.”

CAR-T ainda enfrenta desafios, como a gestão de efeitos colaterais graves, a necessidade de infraestrutura especializada para a fabricação e administração das células CAR-T, e o alto custo do tratamento. Pesquisas contínuas visam superar esses obstáculos e expandir a aplicabilidade da terapia com células CAR-T para um espectro mais amplo de pacientes com câncer.

Desafios

A terapia com células CAR-T tem mostrado resultados promissores no tratamento de certos tipos de câncer, mas ainda enfrenta vários desafios que precisam ser superados para ampliar sua aplicabilidade e eficácia. Os principais desafios incluem:

Toxicidade: A terapia com células CAR-T pode causar efeitos colaterais graves, como a síndrome de liberação de citocinas

Foto: Marcelo Germano

Foto: Banco de Imagem

HCN alerta: saiba quais são os medicamentos contraindicados em casos de suspeita de dengue

O uso inadequado de medicamentos não só agrava os sintomas, como também pode desencadear complicações sérias e potencialmente fatais

O Brasil vive o pior cenário da dengue desde a década de 90. Diante desse cenário, alguns alertas se fazem necessários sobre medicamentos não indicados em casos de suspeita de dengue. A automedicação pode ser fatal, principalmente em casos de dengue, que têm aumentado significativamente com o clima quente e o aumento das chuvas no início do ano.

De acordo com a farmacêutica do HCN (Hospital Estadual do Centro-Norte Goiano, unidade do governo de Goiás, Brunna Rodrigues Cunha, os principais sintomas da doença normalmente são febre alta, dores no corpo e na região dos olhos, além de náuseas e manchas vermelhas na pele. "Alguns

medicamentos são contraindicados em casos de suspeita ou confirmação da dengue, por isso é importante evitarmos a automedicação", reforça a farmacêutica da unidade de saúde administrada pelo Instituto de Medicina, Estudos e Desenvolvimento - IMED.

Medicamentos como ácido acetilsalicílico (aspirina) e outros anti-inflamatórios, como ibuprofeno, diclofenaco e nimesulida são estritamente contraindicados em casos suspeitos de dengue. Estes medicamentos têm propriedades anticoagulantes e podem aumentar o risco de sangramentos, o que é especialmente perigoso em casos de dengue, onde hemorragias são uma complicação comum.

“Alguns medicamentos são contraindicados em casos de suspeita ou confirmação da dengue...”



Muitas pessoas recorrem a medicamentos sem prescrição de um médico, o que pode agravar ainda mais os sintomas da doença

“Além disso, é importante nos atentarmos às notícias falsas e estudos sem comprovação científica sobre medicamentos para tratamento da dengue, que vem sendo disseminados nas redes sociais. Temos que ter cuidado com essas notícias, pois a dengue não possui tratamento específico por ser uma doença viral”, ressalta Brunna Rodrigues.

Quando se trata de suspeita de dengue é fundamental seguir orientações específicas sobre quais medicamentos evitar, pois o uso incorreto pode levar a complicações graves. No entanto, muitas pessoas recorrem a medicamentos sem prescrição de um médico, o que pode agravar ainda mais os sintomas

da doença. No caso de suspeita de dengue, a principal recomendação é hidratar-se e buscar uma Unidade Básica de Saúde próxima o quanto antes para receber o tratamento correto com as medicações adequadas.

Portanto, é crucial que os pacientes estejam cientes das precauções necessárias em casos de suspeita e sigam estritamente as orientações médicas. O uso inadequado de medicamentos pode não apenas agravar os sintomas, mas também desencadear complicações sérias e potencialmente fatais. Sempre consulte um profissional de saúde para obter orientação adequada e tratamento seguro.

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.

Como escolher o melhor repelente para se defender do mosquito que transmite a dengue

É necessário usar repelentes com Icaridina na fórmula para afastar o mosquito da dengue

Com a temporada de altas temperaturas e chuvas o número de casos de dengue aumentam e por isso, é essencial garantir que você esteja protegido contra os mosquitos transmissores. Selecionar o repelente certo é crucial para manter esses insetos perigosos à distância. E para isso, a chave é escolher repelentes que contenham Icaridina na fórmula.

“A Icaridina é uma substância altamente eficaz na proteção contra mosquitos, incluindo o *Aedes aegypti*, responsável pela transmissão da dengue. Ao optar por repelentes que contenham esse componente, você garante uma defesa confiável contra picadas de mosquitos”, explica a dermatologista Ana Beatriz Schmidt.

Além disso, muitos repelentes estão disponíveis sem cheiro, o que é ideal para aqueles que desejam aplicar o produto em suas roupas. Lembre-se, os mosquitos podem picar através do tecido, então borrifar repelente em suas roupas é uma camada adicional de proteção.

No entanto, a médica explica que é crucial não esquecer de aplicar o

*“A Icaridina é uma substância altamente eficaz na proteção contra mosquitos, incluindo o *Aedes aegypti*, responsável pela transmissão da dengue. Ao optar por repelentes que contenham esse componente, você garante uma defesa confiável contra picadas de mosquitos”*



Foto: Banco de Imagem

Selecionar o repelente certo é crucial para manter esses insetos perigosos à distância

repelente diretamente na pele, pois isso cria uma barreira eficaz entre você e os mosquitos. “Ao ter essas medidas, você reduz significativamente o risco de picadas e, consequentemente, de contrair doenças

como a Dengue”, afirma.

Portanto, ao se preparar para enfrentar a temporada de Dengue, certifique-se de escolher um repelente que contenha Icaridina na fórmula, considere os sem cheiros

para aplicação em roupas e não se esqueça de passar na pele. Sua saúde e bem-estar são prioridades, e a proteção contra os mosquitos é essencial para desfrutar de um verão seguro e saudável.

ESPAÇO GIANNA

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

GIANNA COMBUSTÍVEIS

GIANNA MIX

#vemprogianna

Como a insuficiência cardíaca pode afetar os rins

O caso do apresentador Fausto Silva foi o mais comentado da semana

Este foi o assunto mais comentado da última semana. O apresentador Fausto Silva, o Faustão, foi submetido a realização de um transplante de rim após o agravamento de uma doença renal crônica. A cirurgia aconteceu cerca de seis meses após um transplante de coração. Para entendermos melhor sobre o tema Alexandre Soeiro, coordenador do Programa de Insuficiência Cardíaca e Transplante Cardíaco do Hcor, discorre sobre o assunto.

Via final de muitas doenças cardiovasculares, a insuficiência cardíaca (IC) ocorre quando o coração não consegue bombear o sangue adequadamente para todo o corpo, seja por não ter "força" o suficiente para fazer o trabalho ou por ter que se "esforçar" demais para conseguir realizar a função. Com isso, a circulação sanguínea fica descompensada, o que pode causar diversos outros problemas secundários, como alterações de fluxo aos rins, impactando o funcionamento em curto ou em longo prazos.

"Aproximadamente 70% dos casos de síndrome cardiorenal advêm de piora da função cardíaca em um contexto de IC descompensada. Quando um paciente passa

“Aproximadamente 70% dos casos de síndrome cardiorenal advêm de piora da função cardíaca em um contexto de IC descompensada...”



Foto: Banco de Imagem

O cuidado é importante porque a combinação da insuficiência cardíaca com a hemodiálise representa um grande risco

pelo transplante do coração, o organismo precisa se recuperar da 'agressão' da própria cirurgia e se adaptar ao uso das medicações necessárias. Os imunossupressores, por exemplo, que são vitais para transplantados, também afetam os rins", explica Alexandre Soeiro, coordenador do Programa de Insuficiência Cardíaca e Transplante Cardíaco do Hcor.

O critério diagnóstico mais comumente utilizado para detecção da síndrome cardiorenal é o aumento

da creatinina sérica. "A realização desse exame já é uma prática clínica para o acompanhamento de pacientes com doenças cardiovasculares e/ou renais. Todos os nossos esforços visam estabilizar os níveis, mas quando a função renal chega a 15%, é preciso iniciar o tratamento de hemodiálise, para manter o equilíbrio das substâncias essenciais para o organismo", esclarece o especialista.

O cuidado é importante porque a combinação da insuficiência cardí-

aca com a hemodiálise representa um grande risco. As doenças cardiovasculares são as principais causas de morbidade e mortalidade em pacientes submetidos a tratamento dialítico, contando com quase 40% das hospitalizações e aproximadamente 50% dos óbitos. A taxa de mortalidade cardiovascular em pacientes com doença renal em fase terminal é 10-20 vezes maior que na população em geral, sendo a taxa de sobrevivência em cinco anos estimada em cerca de 20%.

Quem é visto, é lembrado!

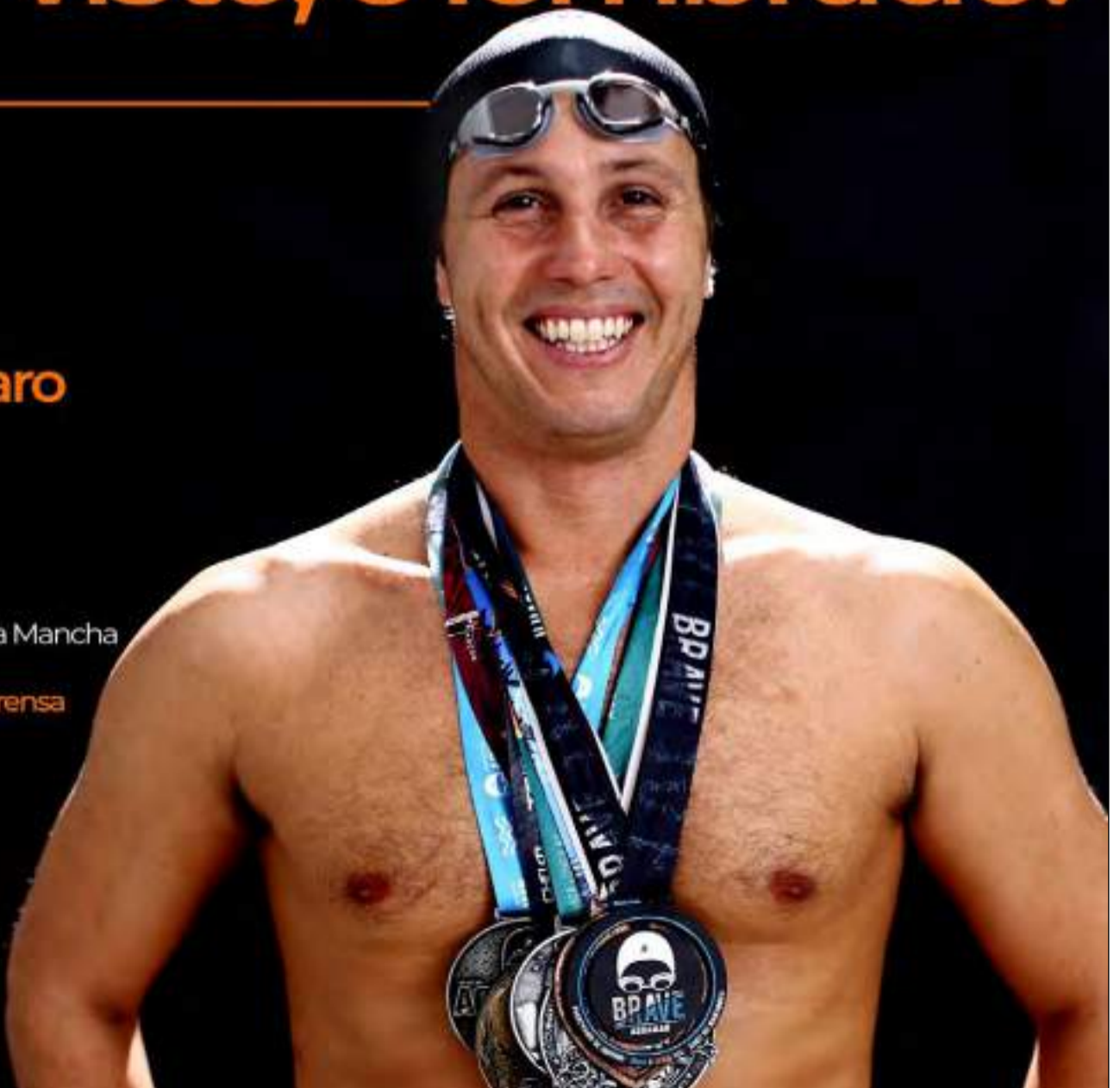
Marcos Fraccaro

Atleta
Nadador
Medalhista
20 anos de carreira
Professor de natação
Competidor internacional
Rumo a atravessar o Canal da Mancha
Assessorado pela
Primor Comunicação & Imprensa

nós cuidamos da sua **imagem**

PRIMOR
COMUNICAÇÃO & IMPRENSA

@primorimprensa | (19) 98243.8817



OMS estima que a partir de 2050 superbactérias irão matar mais que cânceres

Exames moleculares identificam resistências antibióticas, agilizam o tratamento correto e auxiliam na diminuição dos custos com medicação e tempo de internamento



Foto: Banco de Imagens



De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), temos um novo problema: a resistência antibiótica

Quando falamos sobre as doenças que mais matam no mundo, é comum que venham à cabeça o câncer, problemas cardíacos ou pulmonares. Mas, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), temos um novo problema: a resistência antibiótica. A estimativa é que a partir de 2050 as bactérias resistentes a antibióticos irão matar, pelo menos, 10 milhões de pessoas por ano, um número maior que o atual de mortes causadas por cânceres.

Essa resistência é adquirida pelo uso inapropriado de

antibióticos e pode ser estendida à produção animal e agrícola. Ela é um problema sério e global de saúde, que ocorre quando bactérias não são eliminadas durante o tratamento devido às mutações genéticas que conferem resistência. Dentre os lugares mais suscetíveis, estão os hospitais, nas unidades de terapia intensiva (UTIs), mas também pode acontecer durante tratamentos domiciliares.

Os medicamentos citados pela OMS são os antimicrobianos, que incluem antibióticos, mas também podem ser antivirais, antifúngicos

e antiparasitários. Alguns dos mais comuns, quando utilizados de forma inadequada ou em excesso, são: quinolonas, cefalosporinas, penicilina, macrolídeos e tetraciclina. Além destes, outros antibióticos menos comuns podem colaborar com a seleção de bactérias mais resistentes.

Resistência traz danos à saúde global e a farmacoeconomia

Segundo Fernando Henrique Gonçalves, médico intensivista do Hospital VITA, os riscos para a saúde são grandes. "A resistência bac-

teriana aos antibióticos é, atualmente, um dos problemas da saúde pública mais relevantes, uma vez que muitas bactérias, anteriormente suscetíveis aos antibióticos usualmente utilizados, deixaram de responder a esses mesmos agentes. A resistência aos antibióticos é responsável por consequências clínicas e econômicas graves, relacionadas com o aumento da morbidade e mortalidade devido ao atraso na administração de tratamentos eficazes contra as infecções causadas por bactérias resistentes".

Além de agravar o quadro infeccioso, a resistência também põe em risco o tratamento de infecções causadas por vírus, parasitas, fungos e outras enfermidades e até mesmo se torna um fator negativo em procedimentos avançados, como a quimioterapia ou o transplante de órgãos.

Outro setor que é acometido pela resistência é o econômico, pois uma vez que o paciente é internado e os antibióticos não respondem, o valor gasto com medicações tende a aumentar, assim como os gastos com internação.

“A hospitalização prolongada e o uso de antibióticos diferentes dos de primeira linha aumentam, e de forma acentuada, os custos com cuidados de saúde, o que constitui um problema particularmente relevante, considerando os recursos finitos que sustentam os sistemas de saúde”, destaca.

Exames moleculares identificam resistência

Saber quais resistências a bactéria possui permite que o tratamento realizado seja assertivo, contribuindo para a saúde da pessoa, além de diminuir o tempo de internação e os gastos com medicamentos que podem não fazer efeito. A Mobius, empresa que desenvolve e comercializa produtos destinados ao segmento de medicina diagnóstica focada na biologia mole-

cular, lançou o kit MDR Direct Flowchip Kit, que realiza a identificação de microorganismos multirresistentes por PCR multiplex e hibridização reversa, sendo a detecção de cinco espécies bacterianas (*S. aureus*, *K. pneumoniae*, *P. aeruginosa*, *E. coli* e *A. baumannii*) e 56 marcadores de resistência que incluem os principais mecanismos do tipo enzimático.

“É necessário saber que alguns pacientes, principalmente aqueles internados ou com internamento hospitalar recente, podem ser colonizados por bactérias multirresistentes, sem significar necessariamente que possuem infecção. Mas a importância de determinar se há tal tipo de colonização impacta em medidas de isolamento de contato, por exemplo, para evitar infecções

“A resistência bacteriana aos antibióticos é, atualmente, um dos problemas de saúde pública mais relevantes, uma vez que muitas bactérias, anteriormente suscetíveis aos antibióticos usualmente utilizados, deixaram de responder a esses mesmos agentes”

cruzadas dentro do ambiente hospitalar. Determinar se uma bactéria é multirresistente ou não, é fundamental para o resultado do tratamento. Existem métodos de pesquisa para determinar esse grau de resistência, alguns desses exames são mais simples, mas outros exigem métodos mais sofisticados de acordo com a base molecular da resistência bacteriana, sendo necessário análises genéticas inclusive”, explica o Dr. Fernando.

Como prevenir a resistência?

Há mais de dez anos, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) determinou que antimicrobianos só podem ser vendidos com receita médica no Brasil. Tal ato é uma maneira de garantir que essas medicações só serão utilizadas para

tratar infecções bacterianas diagnosticadas por um profissional da saúde, impedindo a automedicação e o consumo desses medicamentos para tratar infecções virais, como por exemplo uma simples gripe.

Evitar a automedicação é uma maneira de prevenir a resistência antibiótica, mas também realizar o tratamento correto, mesmo que apresente melhora antes do fim do ciclo, pois isso garante a eficácia do tratamento. Ainda de acordo com o médico intensivista, uma outra maneira de prevenir a emergência e disseminação das resistências bacterianas, é restringir o consumo de antibióticos na prática veterinária e na produção animal, atividades responsáveis pelo consumo inadequado de muitos antibióticos.



TRANSFORMAMOS SEUS SONHOS EM CONQUISTAS!

CONFIRA NOSSOS DIFERENCIAIS:

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

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

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

ÚLTIMAS VAGAS PARA 2024!

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

RUA MORAES BARROS, 422 - CENTRO, PIRACICABA - SP

[f /colegiopolibrasil](#) [@colegiopolibrasil](#)

colegiopolibrasil.com.br



Cemitério Parque da Ressurreição: Um Refúgio de Paz e Respeito

Situado em um ambiente sereno e acolhedor, o Cemitério Parque da Ressurreição destaca-se como um espaço que oferece conforto e tranquilidade aos visitantes em momentos difíceis. Com uma história de mais de 50 anos de dedicação e respeito, este cemitério é muito mais do que um local de repouso eterno - é um santuário onde a espiritualidade e a reverência pela vida são celebradas diariamente.

Um dos diferenciais notáveis do Cemitério Parque da Ressurreição é o seu horário de funcionamento estendido, das 7h às 18h, que proporciona aos visitantes a oportunidade de prestar homenagens e refletir durante todo o dia. Além disso, as missas diárias realizadas às 7h oferecem um espaço sagrado para a comunhão espiritual e a conexão com entes queridos.

O ambiente acolhedor e bem cuidado do cemitério cria uma atmosfera de serenidade e contemplação. Suas alamedas arborizadas, lagos tranquilos com carpas e jardins meticulosamente cuidados con-

vidam os visitantes a caminhar e encontrar momentos de paz e tranquilidade.

Para aqueles que desejam garantir um local seguro e digno para seus entes queridos, o Cemitério Parque da Ressurreição oferece a venda de jazigos, proporcionando aos familiares a certeza de um espaço de repouso eterno cercado de respeito e cuidado.

O respeito pela memória dos falecidos é uma prioridade neste cemitério. Cada túmulo e jazigo são tratados com a mais alta dignidade e reverência, honrando a história e o legado daqueles que partiram.

Convidamos calorosamente a comunidade a conhecer o Cemitério Parque da Ressurreição e descobrir sua beleza e tranquilidade. Visite-nos e experimente um lugar onde a paz e o respeito se unem para oferecer um refúgio de conforto e serenidade.

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



Fotos: Divulgação

O respeito pela memória dos falecidos é uma prioridade neste cemitério



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

Jazigos para compra e aluguel

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

Funerária 24h
(19) 3426-4877

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



Unimed Piracicaba lança Programa de Respeito no Trabalho

Cooperativa desenvolve ações para promoção de diversidade e inclusão

Foto: Filipe Paes/Studio47



Apresentação do programa no auditório do Centro Administrativo da Unimed Piracicaba

Juliano Fantazia

Em um movimento voltado à construção de uma cultura organizacional mais inclusiva, a Unimed Piracicaba lançou, oficialmente, o programa Respeito, Diversidade e Inclusão, que inclui, ainda, ações contra o assédio, que será conduzido por profissionais do departamento de Recursos Humanos da Cooperativa, com consultoria do psicanalista Helio Hintze.

“Nossa Diretoria está comprometida em promover um ambiente de trabalho saudável, onde todos os colaboradores se sintam respeitados e incluídos, independentemente de sua identidade de gênero, orientação sexual, etnia, idade ou qualquer outra característica”, disse Carlos Joussef, presidente da Instituição.

O dirigente destaca a importância do programa como um passo significativo para revisar a

“Este programa representa um passo importante na construção de um ambiente de trabalho mais acolhedor e produtivo para médicos, colaboradores e beneficiários”

cultura organizacional e fortalecer a reputação e percepção de valor da marca Unimed, alinhado a comunicação assertiva e posicionamento institucional ético e transparente.

“Nosso objetivo é não apenas atender às necessidades de diversidade presentes em nossa equipe, mas também proporcionar excelência no atendimento aos nossos mais de 200 mil beneficiários da cidade e região, garantindo uma experiência plenamente satisfatória”.

O programa apresenta uma variedade de questões, como a inclusão de pessoas com deficiência (PcD), membros da comunidade LGBTQIANP+, diferentes etnias (combatendo o racismo), equidade de gênero (combatendo o sexismo) e diferentes gerações (combatendo as diferentes formas de etarismo). Além disso, a iniciativa traz visão sistêmica e inovadora, atrelada à gestão por propósito, que busca, diariamente, o bem-estar e a qualidade de vida no universo corporativo e social.

Já o psicanalista e consultor em diversidade e inclusão, Helio Hintze, que colabora com ações contra o assédio, compartilha sua visão sobre as mudanças culturais contemporâneas. “Vivemos, hoje, um momento importante, onde a inclusão e o respeito à diversidade não são apenas valores desejáveis, mas também imperativos para o sucesso de qualquer organização”.

Para ele, “este programa representa um passo importante na construção de um ambiente de trabalho mais acolhedor e produtivo para médicos, colaboradores e beneficiários”, finalizou o especialista.

Formação em Cigarros Eletrônicos é tema de palestras no Teatro do Engenho

Projeto Paradas pro Sucesso realiza evento, na terça-feira (5), e lança 4º Concurso Cultural



O evento é destinado a professores, coordenadores de cursos e demais interessados no tema

Amanhã (5), o palco do Teatro Erotides de Campos, em Piracicaba, se transformará numa grande sala de aula, com dinâmicas e palestras da Formação em Cigarros Eletrônicos. O evento, destinado a professores, coordenadores de cursos e demais interessados no tema, é uma realização do projeto antitabagista Paradas pro Sucesso, em parceria com a Secretaria de Educação e a Diretoria de Ensino - Regional Piracicaba, com apoio da Semac - Secretaria Municipal da Ação Cultural. “A verdade é que os dispositivos eletrônicos para fumar viciam tanto quanto o cigarro convencional e podem causar doenças”, ressalta Juliana Previtali, médica cardiologista e idealizadora do Paradas pro Sucesso.

No mesmo dia, ocorrerá a abertura do Concurso Cultural Paradas pro Sucesso que, pelo 4º ano consecutivo, convida jovens estudantes dos ensinos fundamental e médio a criarem desenhos, vídeos e frases de conscientização sobre o tabagismo.

Embora a venda dos cigarros eletrônicos seja proibida no País, há um crescente envolvimento de jovens com o vício. Cerca de um a cada quatro jovens de 18 a 24 anos no Brasil (23,9%) já experimentou alguma vez um cigarro eletrônico. Esses dados alarmantes fazem parte da pesquisa Inquérito Telefônico de Fatores de Risco para Doenças Crônicas Não Transmissíveis em Tempos de Pandemia - Covitel 2023. “O vape (cigarro eletrônico) é um produto novo que causa uma dependência intensa e rápida. Precisamos urgentemente desmentir as promessas enganosas aos fumantes sobre a redução de danos com uso do cigarro eletrônico e blindar os jovens contra o assédio da indústria do fumo”, alerta a médica.

Dinâmicas e Palestras

A orientação das dinâmicas e palestras será realizada pelo professor André Calazans, especialista em currículo, articulando o tema tabagismo ao currículo da Seduc - Secretaria da Educação do Estado de São Paulo. E a palestra com o tema Cigarros Eletrônicos será ministrada pela médica Jaqueline Scholz, coordenadora em São Paulo do setor de tabagismo do InCor - Instituto do Coração.

Serviço

Formação em Cigarros Eletrônicos: dia 5 de março, das 13h às 17h. Local: Teatro Erotides de Campos, no Engenho Central, em Piracicaba (SP). Público-alvo: professores e educadores das redes estadual e municipal de ensino e público em geral interessado.



Com a fala, Juliana Previtali, médica cardiologista e idealizadora do Paradas pro Sucesso

ÓPTICA SÃO JOÃO

UM NOVO CONCEITO DE ÓTICA!

ESTILO, BELEZA E OUSADIA

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

Obesidade: impactos, tratamentos e soluções

Em tempos atuais, os desafios e abordagens para combater a obesidade e promover uma vida mais saudável

Foto: Marcelo Germano

Embora a obesidade seja frequentemente definida pelo simples acúmulo de gordura corporal, a realidade por trás dessa condição é profundamente complexa. Segundo o gastroenterologista João Secamilli, do Santa Casa Saúde Piracicaba, esse quadro é moldado por uma interação entre fatores genéticos, ambientais, comportamentais e metabólicos. No Dia Mundial da Obesidade, 04 de março, entender essa complexidade é essencial para abordar eficazmente os diferentes graus de obesidade e suas implicações para a saúde.

A obesidade é um problema global que afeta milhões de pessoas em todo o mundo, e que requer uma abordagem colaborativa e multidisciplinar para enfrentá-lo de forma eficaz. "Além do impacto na autoestima e qualidade de vida, a obesidade está associada a um maior risco de desenvolver uma variedade de complicações de saúde, incluindo diabetes tipo 2, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, distúrbios respiratórios, problemas articulares, entre outros", explica o médico

De acordo com Secamilli, o diagnóstico e tratamento da obesidade geralmente envolvem uma abordagem multidisciplinar, que pode incluir mudanças no estilo de vida (como dieta balanceada e aumento da atividade física), intervenções comportamentais, tratamentos farmacológicos sob prescrição médica e, em casos selecionados, intervenções cirúrgicas, como a cirurgia bariátrica.

"O tratamento ideal para a obesidade varia de acordo com as necessidades individuais de cada paciente e é geralmente realizado sob a orientação de profissionais de saúde especializados", salienta.

Segundo Secamilli o tratamento da obesidade também depende do grau em que a pessoa está. Em casos de sobrepeso por exemplo, mudanças no estilo de vida, como escolhas alimentares saudáveis e a prática de atividade física



João Secamilli, gastroenterologista do Santa Casa Saúde Piracicaba

“O tratamento ideal para a obesidade varia de acordo com as necessidades individuais de cada paciente e é geralmente realizado sob a orientação de profissionais de saúde especializados”

já surtem efeitos positivos. Há casos ainda quem também são necessárias terapias comportamentais, que podem ajudar os pacientes a identificar e modificar padrões de pensamento e comportamento relacionados à alimentação e ao exercício, para assim conseguir resultados.

“Se o grau de obesidade for dois, por exemplo, muitas vezes são necessários o uso de medicamentos para auxiliar na perda de peso. Estes medicamentos podem funcionar de diferentes maneiras, como suprimindo o apetite, reduzindo a absorção de gordura ou aumentando a sensação de saciedade”, explica o médico.

Já cirurgia bariátrica, segundo Secamilli, é uma opção considerada em casos de obesidade grave ou obesidade comorbida, quando outras intervenções não foram eficazes. “Esta cirurgia envolve a redução do tamanho do estômago ou a alteração do sistema digestivo para limitar a ingestão de alimentos e promover a perda de peso”, explica o médico.

“Vale lembrar que a decisão de realizar a cirurgia bariátrica é individualizada e deve ser baseada em uma avaliação cuidadosa do paciente, levando em consideração fatores como seu estado de saúde geral, histórico médico, tentativas anteriores de perda de peso e sua capacidade de cumprir com os requisitos pré e pós-operatórios”, ressalta Secamilli, ao enfatizar ainda que a obesidade precisa ser acompanhada e tratada desde a infância.

Acipi Escola de Negócios terá programação multitemática em março

Associados Acipi têm acesso a valores especiais

Fotos: Divulgação

A Escola de Negócios da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba) definiu uma programação completa e multitemática para o mês de março, privilegiando temas estratégicos para a rotina dos empresários atuantes em negócios de todos os tamanhos. O destaque fica por conta da palestra gratuita que acontece no dia 18, às 19h com o tema “As 5 chaves da Liderança para os Novos Tempos!”, ministrada por Fabio Landim Garcia. Voltada para empresários, empreendedores e líderes, a palestra abordará elementos essenciais para o desenvolvimento de líderes frente aos desafios atuais. Mais informações e inscrições podem ser feitas pelo site da Escola de Negócios: www.acipi.com.br/ ou pelo link abaixo.



Fabio Landim Garcia

Aos interessados em aprimorar seus conhecimentos na área fiscal, a Escola de Negócios oferece nos dias 6, 7 e 13 de março, das 19h às 22h30, o curso de Escrituração Fiscal, ministrado por Luciana Oliveira Mello Camolese. A atividade é voltada para profissionais e entusiastas dos campos fiscal, tributário, financeiro e contábil, para aprofundarem seus conhecimentos nessas áreas, aprendendo a realizar o registro a escrituração de documentos de forma eficaz. Associados Acipi têm acesso a valores especiais.

Com o objetivo de fortalecer a importância do atendimento nas empresas e compreender seus impactos nos resultados, a Escola de negócios também oferece o curso Gestão de Atendimento e Relacionamento com Clientes, com a especialista Rosa Dal Belo, de 11 a 13 de março, das 18h30 às 22h30. Durante as aulas, os participantes terão a oportunidade de exercitar o autoconhecimento, integrando-se com a equipe e as áreas de interface, estreitando relações de confiança fundamentais para o sucesso do negócio. Valores especiais e com desconto para associados Acipi.

A programação contará, também, nos dias 19, 20 e 25 de março, das 19h às 22h30, com o Curso Técnicas de Negociação e Vendas, sob o comando do facilitador André Bacchin da Silva. Este curso presencial ensinará estratégias para evitar conflitos de preço durante negociações, capacitando os participantes a conquistar resultados positivos e aprimorar sua capacidade de tomada de decisão.

Ainda em março, ocorre a Masterclass Gestão de Vendas B2B - 4.0, no dia 20, das 8h30 às 17h30. Com valores especiais para associada Acipi, o evento visa preparar profissionais de vendas para entender as necessidades dos clientes, criar valor nas negociações e prospectar novos leads. Facilitado por Robson Godoi, especialista em marketing e vendas B2B, a Masterclass é indicada para executivos, empresários e gestores comerciais de empresas B2B.

Informações e detalhes sobre todos os cursos, atividades e palestras, bem como valores e inscrições estão disponíveis em escoladenegociosacipi.com.br/cursos. Com uma programação vasta e diversificada, a Acipi Escola de Negócios mantém-se como uma forma prática, atual e acessível de aprender, evoluir e se atualizar. Para mais informações e inscrições, entre em contato pelo e-mail contato@escoladenegociosacipi.com.br ou pelo Whatsapp (19) 99684-9615.



A programação de março da Escola de Negócios Acipi abordará temas relevantes para o varejo

A casa da rua Maria Elisa

Juliana Previtalli
Médica cardiologista - Idealizadora do projeto Paradas pro Sucesso



A casa na rua Maria Elisa, 365, na Vila Rezende, em Piracicaba, está vazia. Antiga e com fino acabamento que se faz notar no chão de tacos de madeira nobre com paginação de mosaicos ao estilo Versailles, remetendo à época imperial. Seus últimos móveis foram anunciados e vendidos em sites de oferta na internet, mas não foram vendidas ao acaso, para qualquer interessado. Os compradores não sabiam, as André Luís Azevedo Olivieri, o vendedor, os selecionara com muito critério e cuidado. Desde a morte da mãe, Isabel, em abril de 2023, vira-se responsável por se desfazer e dar melhor destino aos móveis, aos objetos e às roupas dela.

Quando criança, corria e brincava pelas salas, pelos corredores e pelo quintal junto ao único irmão mais velho, Carlos Alexandre. Estudou no Colégio SESI 85 até a oitava série e depois, o ensino médio, no Anglo. Gostava de sair com os amigos nas baladinhas de domingo da Croco e da Mr. Dandy, e lá experimentaram os primeiros cigarros. André começara a fumar aos 15 anos. Estudou engenharia civil na EEP — Escola de Engenharia de Piracicaba — e trabalha atualmente como gerente da empresa TRAPISA.

A casa vazia da rua Maria Elisa traduz, em André, um sentimento de esvaziamento, com a saída de cena de um a um de seus moradores. O primeiro que partira, em 2006, fora o pai, Wilson, vítima do tabagismo, aos 68 anos de idade. Oito anos antes de sua morte, recebera o diagnóstico de aneurisma de aorta abdominal, mas não aceitara se submeter ao tratamento proposto. Tivera muito medo, pois tinha a mesma doença do avô de André, que morrera em 1983, na mesa de cirurgia, em Campinas — a única opção te-

rapêutica na época.

A aorta é a maior artéria do corpo humano. Quando está dilatada, a nível do abdome, a doença se chama aneurisma da aorta abdominal. Mais comum em homens do que em mulheres, numa proporção 5:1, tem como causa o fator hereditário e, principalmente, o hábito de fumar. O cigarro destrói uma proteína fibrosa e elástica na parede dos vasos sanguíneos, a elastina, facilitando a ocorrência do aneuris-



ma. A Sociedade Brasileira de Cirurgia Vasculare recomenda que homens e mulheres a partir de 65 anos com histórico de tabagismo devem fazer o rastreio com exame de ultrassom abdominal. Se não tratados, os aneurismas com mais de 5 centímetros de diâmetro têm grande risco de romper, com elevadíssima taxa de mortalidade.

O tabagismo levaria também o irmão, precocemente, aos 55 anos. Diferente de André, Carlos Alexandre levava a vida intensa e displicentemente, despreocupado com a alimentação e com a saúde. Em 2022 fora vítima de um infarto agudo do miocárdio.

Após o falecimento da mãe, que sempre incentivara os filhos a parar de fumar, André resolveu tomar o protagonismo de sua vida. Matriculou-se em aulas de natação na Academia Position, reduziu a cerveja e marcou consulta comigo e depois de 32 anos, viu-se livre dos cigarros. Encontra-se na fase de prevenção de recaídas onde a vigilância deve ser constante.

Casado com Tatiane, há 15 anos, moram sozinhos numa casa no Jardim Água Viva desde que o enteado Lucca, em 2018, formado advogado, saiu de casa. Dias atrás o moço, cheio das formalidades, convidou a mãe e o padrasto para tomar um lanche. Quando viu Lucca entrar com a namorada Júlia na Lê Pinguê, sentiu o coração palpitar. Anunciaram que a jovem estava grávida e que eles seriam avós. Seguiu-se um alvoroço de felicitações, de abraços apertados e de vivas. André pediu que esperassem e saiu em busca de uma caixa de Nicorette na farmácia. A notícia lhe dera vontade imensa de fumar.

A TRN — terapia de reposição nicotínica — é a escolha mais utilizada no mundo, no tratamento do fumante, por sua comprovada segurança e efetividade. As TRN entregam nicotina de forma lenta e contínua (adesivos) ou de forma rápida e quase instantânea (gomas ou pastilhas), evitando ou reduzindo a fissura e os sintomas desagradáveis da síndrome de abstinência.

André também parou completamente de ingerir álcool. Receia não saber o que pode lhe acontecer se voltar a beber. Vive com os sentimentos à flor da pele. Numa visita à casa da Rua Maria Elisa, depois das recentes chuvas de Verão, chorou ao se deparar com o lindo piso à Versailles arruinado. A calha entupira e inundara de água, a sala. Com a proximidade do Natal, sabe que se reunirá com a pequena família, dentre os quais o sobrinho Bruno, com a mesma idade do primo, mas muito diferente deste, pois imita o pai nas extravagâncias da vida, inclusive no tabagismo. No dia 24 de dezembro, só para garantir, André vai comprar outra caixa de gomas Nicorette

AFOCast recebe Coral : Uma jornada no Agro

No próximo sábado (9) o presidente da AFOCAPI (Associação dos Fornecedores de Cana de Piracicaba) irá participar do AFOCast, o podcast que traz informações sobre o agronegócio.

Coral participa há 60 anos do associativismo e como líder do setor enfrentou muitos desafios em busca de melhorias para os produtores rurais. Filho de agricultores, sempre valorizou quem trabalha no campo.

Durante o bate papo, Coral falou um pouco da sua trajetória e como até hoje é um líder presente e participativo.

Acompanhe o episódio pelo YouTube (AfoCapi) ou pelo Spotify (AFOCast).

Fotos: Divulgação



Monica Camolesi e o presidente da AFOCAPI, José Coral



Marcel Alves Maciel, Kauan Andrade, Monica Camolesi, José Coral e Juliana Mazzonetto

Fisioterapia e Ergonomia

Mal de Alzheimer

Definição

A Doença de Alzheimer (DA) é um transtorno neurodegenerativo progressivo e fatal que se manifesta pela deterioração cognitiva e da memória, comprometimento progressivo das atividades de vida diária e uma variedade de sintomas neuropsiquiátricos e de alterações comportamentais. A doença instala-se quando o processamento de certas proteínas do sistema nervoso central começa a dar errado. Surgem, então, fragmentos de proteínas mal cortadas, tóxicas, dentro dos neurônios e nos espaços que existem entre eles. Como consequência dessa toxicidade, ocorre perda progressiva de neurônios em certas regiões do cérebro, como o hipocampo, que controla a memória, e o córtex cerebral, essencial para a linguagem e o raciocínio, memória, reconhecimento de estímulos sensoriais e pensamento abstrato. (Alois Alzheimer, neurologista alemão que primeiro descreveu essa patologia).

No Brasil, mais de 1 milhão de pessoas vivem com alguma forma de demência. Em todo o mundo, ao menos 44 milhões de pessoas vivem com demência, tornando a doença uma crise global de saúde que deve ser resolvida. (Fonte: <https://www.alz.org/br>).

CAUSAS

Não se conhece a causa específica da doença, parece haver certa predisposição genética para seu aparecimento. Nesses casos, ela pode desenvolver-se precocemente, por volta dos 50 anos.

A Doença costuma evoluir para vários estágios de forma lenta e inexorável, ou seja, não há o que possa ser

feito para barrar o avanço da doença. A partir do diagnóstico, a expectativa de vida em média oscila entre 8 e 10 anos.

O quadro clínico costuma ser dividido em quatro estágios:

- ✓ Estágio I (forma inicial) – alterações na memória, personalidade e habilidades espaciais e visuais;
- ✓ Estágio II (forma moderada) – dificuldade para falar, realizar tarefas simples e coordenar movimentos; agitação e insônia;
- ✓ Estágio III (forma grave) – resistência à execução de tarefas diárias, incontinência urinária e fecal, dificuldade para comer, deficiência motora progressiva;
- ✓ Estágio IV (terminal) – restrição ao leito, mutismo, dor à deglutição, infecções intercorrentes. (Fonte: <https://drauziovarella.uol.com.br/>).

Sintomas

- ✓ Perda de memória recente;
- ✓ Com a evolução da doença, sintomas mais graves como, a perda de memória remota (fatos antigos)
- ✓ Repetição da mesma pergunta várias vezes;
- ✓ Dificuldade para acompanhar conversações ou pensamentos complexos;
- ✓ Incapacidade de elaborar estratégias para resolver problemas;
- ✓ Dificuldade para encontrar palavras que expressem ideias ou sentimentos pessoais;
- ✓ Irritabilidade, agressividade, passividade, interpretações erradas de estímulos visuais ou auditivos, tendência ao isolamento;
- ✓ Algumas pessoas po-

dem apresentar depressão, ansiedade e apatia;

- ✓ Falhas na linguagem;
- ✓ Incapacidade de se orientar no espaço e no tempo.

Fatores de Risco

- ✓ A idade e a história familiar;
- ✓ Baixo nível de escolaridade.

Prevenção

Ainda não existe uma forma de prevenção específica, no entanto os médicos acreditam que manter a cabeça ativa e uma boa vida social, regada a bons hábitos e estilos, pode retardar ou até mesmo inibir a manifestação da doença. Com isso, as principais formas de prevenir, não apenas o Alzheimer, mas outras doenças crônicas como diabetes, câncer e hipertensão, por exemplo, são:

- ✓ Estudar, ler, pensar, manter a mente sempre ativa;
- ✓ Atividades em grupo;
- ✓ Não fumar;
- ✓ Não consumir bebida alcoólica;
- ✓ Ter alimentação saudável e regrada;
- ✓ Prática de atividades físicas regulares.

Diagnóstico

O diagnóstico é por exclusão. O rastreamento inicial deve incluir avaliação de depressão e exames de laboratório com ênfase especial na função da tireoide e nos níveis de vitamina B12 no sangue.

O Alzheimer pode ser tratado pelo psiquiatra geriatra ou por um neurologista.

Exames físicos e neurológicos cuidadosos acompanhados de avaliação do estado mental para identificar os déficits de memória, de linguagem, além de visoespaciais, que é a percepção de espaço.

Tratamento

O tratamento do Alzheimer é medicamentoso e os pacientes têm à disposição a oferta de medicamentos capazes de minimizar os distúrbios da doença, que devem ser prescritos pela equipe médica. O objetivo do tratamento medicamentoso é, também, propiciar a estabilização do comprometimento cognitivo, do comportamento e da realização das atividades da vida diária (ou modificar as manifestações da doença), com um mínimo de efeitos adversos.

Os exercícios orientados pelo fisioterapeuta são terapêuticos para manter a força muscular, amplitude de movimento e estado cognitivo. Assim, o paciente será mais capacitado para realizar os comandos, reconhecer objetos da vida diária e realizar a ação motora. Em cada sessão os movimentos são realizados com perío-

dos adequados de repouso para não atingir rapidamente a fadiga ou exaustão.

Objetivos da Fisioterapia

- ✓ Retardar a progressão e minimizar os sintomas da doença;
- ✓ Evitar ou tratar complicações e deformidades;
- ✓ Manter a capacidade funcional;
- ✓ Manter ou melhorar a amplitude de movimento articular;
- ✓ Evitar contraturas e encurtamentos dos músculos;
- ✓ Evitar a atrofia e fraqueza muscular;
- ✓ Promover a função motora e mobilidade;
- ✓ Promover o controle e reeducação postural;
- ✓ Melhorar o padrão de marcha;
- ✓ Melhorar o padrão respiratório;
- ✓ Manter ou melhorar a autonomia e independência funcional nas atividades da vida diária.

A prevenção é o melhor caminho!

Cuide-se, seu corpo agradece!



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

3º DIA ROXO PIRACICABA 16 de março às 9h00 Faculdade Anhanguera

Dra. Daniela Bezerra Neuropediatra
Daniel Braz Pai do Rafa e membro da ABE e SCNBA
Dra. Andréa Gallina Neuropediatra
Bárbara Fontes Mãe do Giovanni e advogada da saúde

EpilépCia, ABE, Instituto de Diagnóstico e Referencia Epidemiológicos, Conselho Municipal de Saúde, Prefeitura Municipal de Piracicaba, Bandeira, sam's club, Arhanguera Saúde

Alex Madureira destaca antecipação de R\$ 205 milhões para Combate à Dengue em São Paulo

Deputado tem combatido a desinformação e acompanhado os esforços do governo estadual no combate a luta contra a dengue

Devido a falta de informações que circula em alguns meios de comunicação, o deputado estadual Alex Madureira (PL) tem buscado esclarecer a população sobre a antecipação de R\$ 205 milhões destinados ao combate à dengue no estado de São Paulo, além do Plano de Contingência que está sendo empregado. O parlamentar destacou que tem acompanhado de perto os esforços do governo estadual na luta contra a propagação da doença, que atingiu 88,3 mil casos e causou 17 mortes, segundo os dados da Secretaria Estadual da Saúde (SES).

De acordo com o Painel de Monitoramento das Arboviroses do Ministério da Saúde, o Brasil registrou 715.600 mil casos confirmados de dengue, com 135 mortes e 481 em investigação. Diante desse cenário preocupante, que aflige todo o país, o Centro de Operações de Emergências (COE) do Governo de São Paulo foi criado para definir estratégias e ações de combate ao Aedes aegypti nos municípios do estado.

Madureira destacou algumas medidas adotadas, incluindo Plano de Contingência, Dia D contra a dengue nas escolas, plano de comunicação pública, bem como estratégias em colaboração com os Departamentos Regionais de Saúde (DRS) e a Central de Regulação de Ofertas de Serviços de Saúde (Cross). "Também faz parte das medidas estaduais priorizar a transferência e regulação de pacientes graves para leitos de UTI. A dengue é uma doença grave e é nosso compromisso levar a verdade sobre o que está sendo feito e o que pode melhorar".



Foto: Aldo Guimarães

O deputado Alex ressaltou a importância de um maior apoio do Governo Federal aos municípios

“Também faz parte das medidas estaduais priorizar a transferência e regulação de pacientes graves para leitos de UTI. A dengue é uma doença grave e é nosso compromisso levar a verdade sobre o que está sendo feito e o que pode melhorar”

O Plano de Contingência do Estado de São Paulo, que abrange diretrizes para prevenção e controle da dengue, chikungunya e zika, está disponível para acesso no site dengue.saude.sp.gov.br. No endereço também é possível acompanhar as últimas estatísticas sobre a dengue no estado.

Quanto aos R\$ 205 milhões adiantados pelo governo estadual, Madureira informou que foram transferidos pela SES aos municípios na modalidade “fundo a fundo”, destinados à cobertura das ações e serviços de saúde implementados pelos Estados, Distrito Federal e Municípios.

O deputado também ressaltou a importância de um maior apoio do Governo Federal aos municípios, do mesmo modo que é fundamental ações efetivas da administração municipal. Madureira ainda conclamou os cidadãos de Piracicaba a se engajarem no combate ao mosquito transmissor. “Todos já sabem sobre o que é necessário para reduzir os mosquitos, evitando a água parada, limpando terrenos e quintais. Mas vale a pena também se proteger investindo em repelentes e buscando ajuda médica quando suspeitar de dengue. Especialistas também afirmam que é importante não se automedicar e manter-se muito bem hidratado caso pegue a doença”.

A Defesa Civil de São Paulo disponibilizou um telefone de gerenciamento de emergências para que os municípios possam acioná-los 24 horas por dia: (11) 2193-8888.

Reeleição da diretoria do Sindicato Patronal de Panificação e Confeitaria de Piracicaba e Região

O Sindicato Patronal de Panificação e Confeitaria de Piracicaba e Região inicia 2024 com a reeleição da diretoria com a Presidência de Levi Rocca.

Fotos: Divulgação



Na reunião, a pauta “teve por objetivo debater assuntos que há muito vem sendo percebidos não só em nosso setor, que é a mão de obra especializada, mas também a necessidade da formação dentro dos estabelecimentos, tanto na parte prática como fora, com cursos que se realizam em escolas especializadas”, diz Levi. O presidente ainda afirmou que as associações e Sindicatos do setor de panificação de todo país estão se mobilizando junto as mídias, mostrando essa realidade e se propondo a melhorar e formar pessoas para manter a empregabilidade do setor.

“Realizaremos este ano o jantar em comemoração ao Dia do Panificador para homenagear merecidamente esses guerreiros que continuam com suas portas abertas empregando e formando pessoas para vida”, diz o presidente.

“No dia 22/08/2024 será realizado O XII Encontro de Negócios e Tendências na Panificação e Food Service, uma excelente oportunidade de integração entre profissionais da área de alimentação, que vai proporcionar troca de experiências, com certeza de bons negócios, Na oportunidade, serão ministradas palestras edificantes, mostra de equipamentos, matéria-prima entre outros”, conta.

A participação no Encontro de Negócios é gratuita aos empresários de padarias, bares, restaurantes e pizzarias. Venham participar do Sindicato, ele trabalha para vocês. Associe-se para fazermos a diferença. “juntos somos fortes”.

Contato do Sindicato 19 99723-0481 - e-mail apapirpiracicaba@gmail.com.



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, 101B - PIRACICAMIRIM

Com participação do ator Jackson Antunes, Bebel promoveu a sessão de premiação do Inezita Barroso

Violeiros de Piracicaba Claudemir e Moisés participaram da abertura da solenidade

Fotos: Divulgação

Vanderlei Zampaulo

Com a participação do ator e violeiro Jackson Antunes, a deputada estadual Professora Bebel (PT), presidenta da Comissão de Educação e Cultura da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, promoveu na manhã da última sexta-feira, 01 de março, no plenário Juscelino Kubitschek, que estava lotado, a solenidade de entrega do prêmio Inezita Barroso, que chegou a sua sétima edição. Bebel coordenou a premiação dos 20 homenageados ao lado do violeiro e ator global Jackson Antunes, que a parabenizou pela iniciativa de manter o prêmio de valorização da música raiz e sertaneja.

Na solenidade foram homenageados destaques da música raiz do Estado de São Paulo, indicados por deputados e pela sociedade civil. A sessão de homenagens, em que contou com a participação de diversos parlamentares, Bebel destacou a importância da cultura, da arte e da educação para a sociedade. “A cultura popular é fundamental, é a riqueza do mundo e Inezita Barroso, foi uma grande incentivadora da música de raiz e o prêmio que demos continuidade na Assembleia Legislativa imortaliza esta grande mulher e artista popular brasileira”, destacou Bebel.

A solenidade, que teve a participação a execução do Hino Nacional pelo Grupo Seresteiro da Viola, foi aberta pelos violeiros piracicabanos Claudemir César de Oliveira e Antonio Moisés Gioacomini, da dupla Claudemir e Moisés, que estiveram acompanhados dos músicos Júnior e André. Eles tocaram e cantaram a tradicional música “Rio de Piracicaba”.

O prêmio Inezita Barroso, criado pela Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, por iniciativa do ex-deputado estadual Marcos Martins, que também se fez presente, visa homenagear personalidades da música caipira e outras expressões artísticas rurais do estado de



“A cultura popular é fundamental, é a riqueza do mundo e Inezita Barroso, foi uma grande incentivadora da música de raiz e o prêmio que demos continuidade na Assembleia Legislativa imortaliza esta grande mulher e artista popular brasileira”

São Paulo.

Na solenidade, receberam o prêmio Inezita Barroso os seguintes artistas: Cícero Almeida, Dois Girassóis, Jocelino Soares, Carvalhadas da Franca, Gabeu, Célio & Serginho, Luiz Rocha do Brasil (Caipira da TV Brasil -EBC), Trio Projeto Caipira: Suzana Salles, Lenine Santos e Ivan Vilela; Juninho Lima e Marcel; Wagner e Walmir; Leandro de Abreu; José ngelo; Orquestra de Violas de São João da Boa Vista, Leandro Baldissera, Alex Marli Dias, Amaral (in memoriam), Luiz Cláudio Soares Lacerda, Jackson Antunes, Grupo Seresteiro da Viola e João Carlos Martinez.

Bebel encerrou a solenidade agradecendo a presença de todos e especialmente do ator e cantor Jackson Antunes, que, durante a solenidade, disse: “a hora é ajuntamento e não de separação” e a deputada piracicabana completou: “nada melhor do que a cultura para aproximar as pessoas e espalhar o amor. Parabéns a todos!”

Todos os dias das 16:00 às 02:00

Escuna
1974

Happy Hour

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

87.3

87.4

87.45

87.15

87.2

87.1

87.40

87.58

986.1

986.2

986.3

986.4

Hyundai anuncia investimentos de R\$ 5,5 bilhões no Parque Automotivo de Piracicaba

Anúncio foi feito em coletiva de imprensa no Gabinete do prefeito Luciano Almeida, na tarde da última terça-feira, 27/02; objetivo é acelerar introdução de tecnologias eco-amigáveis no Brasil

O grupo Hyundai Motor anunciou na tarde da última terça-feira, 27/02, investimentos de R\$ 5,5 bilhões, até 2032, no Parque Automotivo de Piracicaba. Esse valor será investido gradativamente a partir desse ano no município, até 2032, com o principal objetivo de desenvolver tecnologias verdes e hidrogênio, incluindo a comercialização de veículos elétricos, híbridos e o investimento em pesquisas feitas em universidades privadas e públicas alinhadas à política de descarbonização do governo brasileiro.

O anúncio foi feito em uma coletiva de imprensa realizada na Prefeitura de Piracicaba.

consolidar Piracicaba como centro desses projetos”, destacou.

“Nós acreditamos que essas novas tecnologias vêm de encontro à questão da sustentabilidade e da preservação do meio ambiente. Acreditamos que essas novas tecnologias vão colaborar e muito com a redução das emissões de carbono no meio ambiente e, sobretudo, nós vamos, com esta medida, aprimorar também os conceitos de manufatura, que dentro da Hyundai já são índices de sustentabilidade com padrões internacionais”, explicou Ricardo Martins.

O objetivo do grupo com os investimentos em pesquisas tam-



Fotos: Divulgação

Grupo Hyundai Motor anuncia investimentos de R\$ 5,5 bilhões no Parque Automotivo de Piracicaba

bém incluem o aprimoramento e treinamento de profissionais para trabalhar com novas tecnologias mais sustentáveis, um investimento que influencia diretamente no Parque Automotivo de Piracicaba, que hoje, com a Hyundai, soma mais de 10 empresas e a geração de quase 6.000 empregos diretos e 35 mil indiretos.

O secretário José Luiz Ribeiro destacou que o grupo empresarial se torna um exemplo ao aproveitar as dificuldades enfrentadas pelo setor automotivo nos últimos anos como oportunidade para evoluir, ajudando a cidade na geração de emprego e renda alinhada às necessidades de sustentabilidade da indústria.

“Sou um secretário de sorte recebendo a notícia desses investimentos. Isso é um sinal de que Piracicaba tem toda a infraestrutura, condições e logística para receber esse investimento”, completou.

MAIS - Entre os projetos e programas desenvolvidos e apoiados pela Hyundai em Piracicaba estão o Sorriso Cidadão, que atua há 10 anos no município oferecendo atendimento odontológico gratuito para mais de 70 mil crianças e agentes de segurança na cidade, em uma parceria com Prefeitura e Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de Piracicaba e Região.

A montadora também instalou em 2023, em três escolas da cidade (duas escolas estaduais e uma municipal), laboratórios de robótica e programação, que utilizam a metodologia STEAM, além da capacitação dos professores e fornecimento de material para a execução das aulas. Este projeto terá continuidade e em 2024 atenderá mais seis es-



Anúncio de investimentos da Hyundai foi feito durante coletiva de imprensa na Prefeitura de Piracicaba

colas, totalizando nove escolas até o final do ano.

BALANÇO - Somados aos valores anunciados pela Hyundai hoje, desde o início desta gestão, em 2021, Piracicaba já recebeu mais de R\$ 10 bilhões em investimentos, principalmente no setor industrial, que geraram mais de 7.000 postos de trabalho.

SEMINÁRIO - Nos dias 8 e 9 de abril, a Prefeitura de Piraci-

caba vai realizar o Seminário de Hidrogênio Renovável e Baixo Carbono. O evento acontece no Engenho Central de Piracicaba com o objetivo de fomentar a discussão sobre novos modelos que possam substituir combustíveis fósseis por energias renováveis. A realização será por meio da Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Trabalho e Turismo (Semdettur), com apoio da Secretaria de Administração (Semad).



Ricardo Martins, da Hyundai, e o prefeito Luciano Almeida, em coletiva de imprensa

A coletiva teve a presença do prefeito Luciano Almeida, do secretário de Desenvolvimento Econômico, Trabalho e Turismo (Semdettur), José Luiz Ribeiro, do vice-presidente administrativo da Hyundai para a América Central e do Sul, Ricardo Martins, além do gerente-executivo para assuntos corporativos na América Central e do Sul, Eduardo Fischmann, e o gerente sênior de comunicação, Maurício Jordão. O presidente do Sindicato dos Metalúrgicos de Piracicaba e Região, Wagner da Silveira, também participou do evento.

O prefeito Luciano Almeida ressaltou que os investimentos da Hyundai na cidade vão ajudar no aprimoramento de novas tecnologias mais sustentáveis e necessárias para o futuro. “A mobilidade, de um modo geral, está sendo repensada e esse investimento vem muito nesse sentido. O que vai ser esse veículo do futuro? É o elétrico, é o híbrido? O movido a hidrogênio? Nós vamos ter o Seminário de Hidrogênio em abril, tendo a Hyundai como parceira, e vamos

“A mobilidade, de um modo geral, está sendo repensada e esse investimento vem muito nesse sentido. O que vai ser esse veículo do futuro? É o elétrico, é o híbrido? O movido a hidrogênio?...”

ELITE
Pizzaria
O VERDADEIRO SABOR DA PIZZA
3426.2777
3426.4777
RUA LUIZ RAZERA, 253 - JD. ELITE
(esq. com a rua Riachuelo)

Apresentação de resultados Curso de Difusão de Práticas em ATHIS: Comunidades Esperança, Renascer e União

Foram apresentados os resultados parciais desenvolvidos pelos grupos participantes do curso

A vereadora Silvia Morales, do Mandato Coletivo "A Cidade é Sua!" (PV), em conjunto com o Coletivo Painguás, a OSC Projeto Gerações, a Rede ATHIS no Interior Paulista e a FACESP - Federação das Associações Comunitárias do Estado de São Paulo, em parceria de fomento com o CAU - Conselho de Arquitetura e Urbanismo, apresentou no último sábado (24) os resultados do Curso de Difusão de Práticas em ATHIS - Assistência Técnica em Habitação de Interesse Social, com o tema geral "Moradia Digna e Saúde Pública".

O referido curso foi dividido em três módulos para aprofundamento teórico e prático sobre o tema, voltado à capacitação de agentes públicos, profissionais e técnicos das áreas de arquitetura, engenharia, direito, assistência social e outras, além de lideranças comunitárias e sociedade

“Ficamos muito satisfeitos com os resultados desse curso de capacitação em Assistência Técnica em Habitação de Interesse Social e esperamos que esse movimento coletivo que iniciamos possa ter continuidade com outros trabalhos e participando dos próximos editais do CAU...”

civil interessada.

Como produto final, será entregue um relatório de levantamento e análise preliminar de dados para diagnósticos de três núcleos de favelas no Município de Piracicaba: Comunidades Esperança, Renascer e União.

Nesse sentido, foram apresentados os resultados parciais desenvolvidos pelos grupos participantes do curso, divididos em 4 grupos de trabalhos: GT de aspectos jurídicos, GT de aspectos sociais, GT de aspectos urbanísticos e GT de aspectos ambientais.

A apresentação se estendeu pela manhã toda e rendeu um grande debate. Participaram do evento, além dos promotores e alunos do curso, a Deputada Professora Bebel e sua assessoria, a assessora do Deputado Alex de Madureira, Dra. Miriam Ferreira Melo, alunos das faculdades Anhembi Morumbi e Anhanguera, além de professores da área de urbanismo e lideranças comunitárias.

Também estiveram presentes representantes do CAU, incluindo a Presidente Camila Camargo, que parabenizou o grupo pelo desenvolvimento das atividades e ressaltou a importância desse trabalho para o fortalecimento da rede de ATHIS no interior paulista.

“Ficamos muito satisfeitos com os resultados desse curso de capacitação em Assistência Técnica em Habitação de Interesse Social e esperamos que esse movimento coletivo que iniciamos possa ter continuidade com outros trabalhos e participando dos próximos editais do CAU, por ser uma instituição que incentiva a ATHIS através das parcerias de fomento. Isso é muito importante para o Município.” - explicou a vereadora Silvia Morales.

Fotos: Divulgação



RIVANA
PADARIA DELICATESSEN
— Desde 1997 —

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

CAIXA e BALCONISTA

ESTAMOS CONTRATANDO

CONTATO | (19) 97162-6148

SEU POD DE RESENHAS DO XVZÃO!

Participação de **Gabriel Turillo**

SEGUNDA 19:00H

YOUTUBE @podxv

IMPORTS HOME PAVING FOLHA DE PIRACICABA

Na Era Digital, bibliotecária(os) continuam mais essenciais do que nunca

Em comemoração ao Dia da(o) Bibliotecária(o), diversas ações acontecem em todo o País para homenagear o profissional cuja a importância vai muito além de organizar livros

No dia 12 de março comemora-se o Dia da(o) Bibliotecária(o) e ao contrário do que muita gente poderia pensar, a era digital está oferecendo oportunidades variadas para esses profissionais que vão além da importante tarefa de preservar e organizar os conteúdos produzidos pela humanidade.

A(o) profissional bibliotecária(o) ampliou suas competências tecnológicas, o que permite sua atuação para além das bibliotecas, operando na sistematização de toda e qualquer informação. A profissão se expande para outras áreas, como o big data, onde há necessidade de gerenciamento de informações em grande escala, as plataformas de e-commerce, sejam de livros ou de outros produtos e serviços, órgãos públicos, hospitais, escritórios de advocacia, empresas de médio e grande porte que possuam acervos de documentos físicos ou digitalizados.

Aliás, por sua técnica e experiência em utilizar fontes fidedignas, na era digital, a(o) bibliotecária(o) ainda tem grande relevância no combate à disseminação das fake news, tema que ganha força no ambiente de Web.

Na biblioteca, seja ela pública, universitária ou escolar, a função da pessoa bibliotecária ganha cada vez mais relevância. Além da disseminação da informação, a biblioteca se firma como ambiente de produção coletiva de conhecimento, um espaço de exercício cultural, com a(o) bibliotecária(o) como mediadora(or), orientando a(o) usuária(o) sobre como navegar em meio a um oceano de informações físicas e digitais.

Por isso mesmo, (o) bibliotecária(o) segue mais essencial do que nunca. Com diz o autor inglês Neil Gaiman, "Nós temos uma obrigação de apoiar as bibliotecas. De usar bibliotecas, de encorajar os outros a usar bibliotecas, de protestar contra o fechamento de bibliotecas. Se você não valoriza bibliotecas então você não valoriza a informação ou a cultura ou a sabedoria. Você está silenciando as vozes do passado e está prejudicando o futuro", diz ele.

Lei da Universalização das Bibliotecas Escolares

Muitas bibliotecas fecharam nos últimos anos o que mostra o descaso do poder público com a população mais vulnerável que não tem acesso a livrarias, no entanto, o mercado de trabalho aponta boas perspectivas de emprego para a profissão nos próximos anos. Em 2010, o governo do presidente Luiz Inácio Lula da Silva sancionou a Lei 12.244, que

determina que todas as escolas públicas e privadas do Brasil tenham bibliotecas até 2020. Embora o prazo tenha se esgotado, a Lei deverá ser cumprida e, nos locais que tiverem estes estabelecimentos, caberá as(os) bibliotecárias(os) administrar o acervo.

No final do ano passado, o Senado aprovou o projeto que cria o Sistema Nacional de Bibliotecas Escolares (SNBE). O intuito é incentivar a implementação de novas unidades e promover a melhoria da rede de bibliotecas, que serão centros de ação cultural e educacional.

Comemoração do Dia da(o) Bibliotecária(o) - Biblio Virada SP

De 1 a 30 de março, o Conselho Regional de Biblioteconomia do Estado de São Paulo (CRB-8) realizará a 3ª Edição #biblioviradasp, como parte das ações para celebrar o Dia do(a) Bibliotecário(a).

Inspirada na Virada Cultural, a #biblioviradasp já se tornou uma tradição da Biblioteconomia paulista e traz uma maratona de



Dia do Bibliotecário acontece com ações para celebrar essa data tão importante para a sociedade.

tocar instrumentos, entre outras expressões artísticas.

As comemorações continuam no dia 15 de março, às 19h, no auditório da Biblioteca Mário de

e o papel do bibliotecário. "É fundamental que todas as bibliotecas sejam espaços inclusivos, plurais, de portas abertas para acolher pessoas diversas, combatendo as discriminações no acesso a in-

Foto: Divulgação.

Arruda Pinto, hoje modernizada e instalada no centro de Piracicaba, homenageia desde 1991 o seu criador, o ex-prefeito que atuou de 1938 a 1940 e teve sua trajetória ligada à vida política e cultural da cidade.

Referência cultural da região, a biblioteca Ricardo Ferraz de Arruda Pinto, celebra em seu auditório o Dia da(o) Bibliotecária(o) em 8 de março de 2024, às 14h, com a palestra Biblioteca Inclusiva, ministrada pela bibliotecária Ana Virgínia Ferreira Carmo.

Atuando com moradores em situação de rua

Durante o encontro em Piracicaba, a bibliotecária cearense Ana Virgínia Ferreira Carmo vai apresentar os resultados de seu sensível projeto de mediação de leitura com moradores em situação de rua na cidade de São Paulo, realizado no entorno da Biblioteca Mário de Andrade. Por essa ação, a profissional recebeu em 2023 o XIV Prêmio Biblioteconomia Paulista Laura Russo, um dos mais importantes do setor.

Após a palestra, haverá a apresentação do artista Daniel Ferraz de Campos e o público também poderá conferir no hall do auditório uma exposição de obras feitas com materiais reciclados.

O evento aberto e gratuito é promovido pelo Conselho Regional de Biblioteconomia do Estado de São Paulo (CRB-8), a Secretaria de Ação Cultural do Município de Piracicaba e a Divisão de Biblioteca da Esalq/USP. (Rua Saldanha Marinho, 333, Centro, Piracicaba - SP).



Bibliotecária Ana Virgínia Ferreira Carmo fala sobre o projeto de mediação de leitura com moradores em situação de rua na cidade de São Paulo.

ações realizadas por profissionais bibliotecários(os), instituições de ensino e entidades de Biblioteconomia do Estado de São Paulo disponibilizadas no site e redes sociais do CRB-8.

No dia 16 de março, da meia-noite às duas da manhã, o Trem da Madrugada vai passar e poderá ser visto no Canal do YouTube do CRB-8. A live vai mostrar o lado artístico e o talento dos profissionais de Biblioteconomia. Será possível ver os profissionais do livro mostrando ao vivo que sabem dançar, cantar, interpretar,

Andrade, na Rua da Consolação, 94 - Consolação - São Paulo - SP.

Durante o mês em que se comemora o Dia da(o) Bibliotecária(o), também serão realizadas, em diversas cidades do Estado de São Paulo, uma série de encontros.

De acordo com a presidenta do Conselho Regional de Biblioteconomia do Estado de São Paulo (CRB-8), Ana Cláudia Martins, o tema deste ano é Bibliotecas na formação de um mundo melhor e vai focar, entre outros assuntos, a biblioteca inclusiva, a diversidade, o letramento racial

formação para gerar o conhecimento, e contribuindo para a formação de cidadãos mais críticos e conscientes", explicou Ana Cláudia.

Dia da(o) Bibliotecária(o) em Piracicaba

Apesar de ter apenas uma biblioteca pública, Piracicaba tem o mérito de ser pioneira na área, pois foi a primeira cidade do interior do Estado a ter uma biblioteca pública, em 1939.

A biblioteca Ricardo Ferraz de

Novidades no Departamento de Lançamentos Imobiliários

Frias Neto recebe nova gestão em setor para oferecer uma experiência mais exclusiva para seus clientes



A Frias Neto Consultoria de Imóveis anunciou nesta quarta-feira, 28, um novo gerente geral em Lançamentos, Marcelo Lemos, que retorna a imobiliária após ter atuado como gerente de Marketing. Sob nova gerência geral, a ideia é reestruturar os atendimentos para trazer mais novidades, oferecendo assim uma experiência ainda mais exclusiva na negociação de um novo empreendimento.

Para Angelo Frias Neto, diretor presidente, a mudança trará novos objetivos e novos desafios, juntamente com um padrão mais elevado em atendimento ao cliente: "Entendemos que comprar um imóvel é uma das decisões mais importantes na vida de uma pessoa e temos o propósito de fazer diferença, oferecendo uma experiência única durante esse processo. É por isso que estamos

comprometidos em oferecer um serviço verdadeiramente personalizado, adaptado às necessidades e desejos individuais de cada cliente."

A novidade foi anunciada propriamente a equipe de corretores especialistas durante uma reunião geral de alinhamento do setor, com direito a um café da manhã exclusivo. Para Marcelo, este é um momento desafiador mas também muito empolgante, afinal, ele integra a equipe junto ao pré-lançamento do loteamento Parque dos Laranjais, localizado no bairro Campestre.

"Queremos que cada cliente se sinta verdadeiramente valorizado e compreenda que estamos aqui para guiá-los em cada etapa do caminho, desde o primeiro contato com o corretor até mesmo após a entrega do empreendimento."

Marcelo ressalta que está an-

sioso para apresentar uma série de novidades e que o setor ainda contará com exclusividade na seleção cuidadosa de empreendimentos que tragam a melhor proposta para o crescimento de Piracicaba. Atualmente, a imobiliária foca em comercializar condomínios 5.0 e também loteamentos que tragam revitalização e expansão para bairros proeminentes na

cidade.

"É um momento emocionante para o nosso departamento de lançamentos imobiliários, e mal podemos esperar para compartilhar todas essas novidades com você. Esteja atento às próximas atualizações e prepare-se para uma experiência imobiliária verdadeiramente excepcional.", completa o novo gerente geral.

Você pode conhecer todos os lançamentos disponíveis no catálogo da Frias Neto através do site, ou conversando com um corretor especialista, através do telefone ou WhatsApp (19) 3372-5000.

Converse com o Marcelo e conheça mais sobre as novidades, clicando aqui.



www.fggescon.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@fggescon.com.br

SEU CONDOMÍNIO CONECTADO EM UM SÓ APP

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

(19) 3437.2776
condominios@smdsolucoes.com.br
smd.condominios
Av. Dr. Paulo de Moraes, 890
Piracicaba/SP

Bem-estar animal: Agro de SP sai na frente e cria alternativa à marca a fogo em bovinos

Secretaria de Agricultura de São Paulo recomenda que marcação da vacina de brucelose seja feita com identificador na orelha dos bovinos

Na última quarta-feira (28), a Secretaria de Agricultura e Abastecimento (SAA) por meio de sua Coordenadoria de Defesa Agropecuária (CDA), reuniu representantes do setor agropecuário para apresentar “uma nova marca” para o agro do Estado de São Paulo. Na ocasião, o secretário de Agricultura, Guilherme Piai, assinou resoluções que criam o Plano Estadual de Bem-Estar Animal e que apresenta o novo modelo de identificação de vacinação contra a Brucelose.

“Hoje, São Paulo sai na frente mais uma vez com essa nova marca para o agro do Estado. Bem-estar animal significa segurança jurídica, recomendando boas práticas, valorizando a pecuária paulista e abrindo novos mercados internacionais, cada vez mais restritivos”, destacou o secretário Guilherme Piai.

A Secretaria apresentou um novo modelo de identificação de vacinação contra brucelose ao setor pecuário. Trata-se de uma alternativa não obrigatória à marcação a fogo utilizada nas bezerras de três a oito meses de idade vacinadas. Uma forma de estimular a produtividade e a qualidade do manejo, além de aumentar a segurança do trabalhador rural e do médico veterinário, responsável pela vacinação. O bem-estar animal contribui com uma imagem positiva do setor pecuário paulista e de seus produtos.

Para o médico-veterinário e coordenador da Defesa Agropecuária, Luiz Henrique Barrochelo, o anúncio é mais uma importante realização no âmbito da defesa, sanidade e segurança do rebanho paulista. “Inauguramos mais uma ação que demonstra nosso compromisso e confiança no produtor. Já alcançamos recordes contra a febre aftosa, com 100% do rebanho vacinado, e 99% contra a brucelose e hoje fazemos mais um importante anúncio para a agropecuária paulista”, apontou o coordenador.

As resoluções assinadas pelo secretário Guilherme Piai ins-

“Hoje, São Paulo sai na frente mais uma vez com essa nova marca para o agro do Estado. Bem-estar animal significa segurança jurídica, recomendando boas práticas, valorizando a pecuária paulista e abrindo novos mercados internacionais, cada vez mais restritivos”

tituem o Plano Estadual de Bem-Estar Animal; recomendam procedimentos básicos de bem-estar para eventos de concentração e atualizam diretrizes do Programa Estadual de Controle e Erradicação da Brucelose e Tuberculose Animal no Estado de São Paulo.

“Somos o primeiro Estado do Brasil a dar a alternativa de escolha ao pecuarista não marcar o gado. Para aqueles que optarem pelo novo modelo, o manejo será mais adequado, gerando menos estresse e facilitando a vida dos veterinários. Quanto melhor o produtor tratar o animal, mais lucrativa será a sua atividade. São Paulo lidera esse processo para que muitos outros estados brasileiros façam como nós, deixando um legado importantíssimo”, concluiu o secretário.

A pecuarista Carmen Perez, homenageada no evento por sua notável defesa pelo bem-estar animal, concorda sobre os benefícios sustentáveis e produtivos da inovação lançada pela Secretaria de Agricultura. “É um grande prazer saber que São Paulo, Estado de muita credibilidade, abre o caminho para essa escolha importantíssima. Já existem pesquisas no mundo todo demonstrando os prejuízos da marcação no animal, realizada em um local cheio de terminações nervosas. Parabéns a todos envolvidos no projeto que vai transformar a cadeia produtiva”, destacou.

Outro homenageado foi o professor do Departamento de Zootecnia da Universidade Estadual Paulista (Unesp) de Jaboticabal e especialista em Bem-Estar Animal, Mateus Paranhos, que pontuou que o evento representa uma mudança de paradigma: “É fundamental, uma marca para o Estado. A mudança de comportamento é sempre difícil, mas a cadeia produtiva não pode ficar vulnerável a isso”, afirmou Paranhos.

O evento também contou com a presença do secretário executivo de Agricultura e Abastecimento, Edson Fernandes; do secretário da Justiça

Fotos: Divulgação



Guilherme Piai, secretário de Agricultura

e Cidadania, Fábio Prieto, do Presidente do Conselho Regional de Medicina Veterinária de São Paulo (CRMV-SP) Odemilson Mossero e dos deputados estaduais Lucas Bove e Danilo Balas.

SISP Artesanal: um marco para os produtores da categoria

Durante a cerimônia, a Defesa Agropecuária também anunciou um marco no Serviço de Inspeção (SISP) de produtos artesanais. Foram oficializados 70 registros de estabelecimentos, 35 apenas no último ano, consolidando São Paulo como o segundo Estado com o maior número de

estabelecimentos artesanais registrados, com expectativa de assumir a primeira posição em alguns meses.

“Em menos de um ano, fizemos o que havia sido realizado em 20 anos. Nossos registros mensais hoje já ultrapassam a demanda de estabelecimentos industriais, e pretendemos reestruturar nosso serviço para aumentar ainda mais nossa eficiência frente à demanda de registros de produtos artesanais e, em breve, produtos de origem vegetal, como bebidas, azeites, compotas e doces”, destacou Luiz Henrique Barrochelo, médico-veterinário e coordenador da CDA.

Nossa administradora de condomínios é

pioneira certificada

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

 **PRO CONT**
condomínio

 EMPRESA CERTIFICADA

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

Por um vaso De hortênsias, Livro de estreia de Margareth Tassinari

Adolpho Queiroz

Fonoaudióloga de profissão, formada pela PUCAMP, estabelecida profissionalmente na cidade de Campinas, Margareth Tassinari lançará seu livro de estreia "Por um vaso de hortênsias", no dia 8 de março, entre 19 e 21 horas, na Biblioteca Municipal de Piracicaba. O livro foi editado pela Editora Insular, de Florianópolis, Santa Catarina, tendo como editor Nelson Rolim Moura, com 126 páginas.

O prefácio é do jornalista e advogado, José Osmir Bertazzoni e as orelhas, assinadas pelo prof. Adolpho Queiroz, ambos de Piracicaba.

Trata-se de um livro de ficção literária, onde a autora destaca que grande parte do que está escrito e segundo a autora, "é ficção pura. Alguma coisa com lastro do que foi ouvido, mas a maioria, invenção pura, vivida por exemplo, por um desejo de uma sociedade melhor, um lugar melhor para se viver, que já estavam na minha cabeça de menina, desde os 10 anos." E ainda que "uma sociedade que aboliu o trabalho escravo dos empregados domésticos. Uma cidade em que as pessoas não precisam pegar restos de alimento na guia da calçada, depois que a feira acaba."

Afirma ainda mais adiante que seu livro pensa "numa escola em que uma criança não assista outro comendo um lanche na cantina que ela não pode frequentar. Uma escola em que todos comem juntos, passeiam juntos, sem impedimento pela falta de dinheiro. Uma sociedade em que as pessoas se casam com quem quiser, sem virar motivo de fofoca. Nada disso eu ouvi em histórias, porque isso nunca existiu. São sonhos meus que tentei na escolha de epígrafe por exemplo."

Foi desvendando desde histórias ouvidas pelos avós e mãe, passando pelas experiências que viveu - como todos - durante o período da Covid, quando surgiu a ideia de reunir as ideias que ia tendo entre os afazeres domésticos, no que se transformou este livro. Que foi escrito pela autora durante quatro meses no ano passado e agora chega ao lançamento em Piracicaba, sendo também distribuído em livrarias e pela própria editora. O livro terá também uma edição em QRCode, mais adiante.

São muitos os personagens e cenários descritos pela autora, com histórias de vidas onde, segundo ela "não se identificam com cores, tamanhos, gordices ou magricelices. É um livro atemporal, que tem como cenário uma cidade imaginária" E que segundo os prefaciadores e apresentadores da obra, poderá ser lido por jovens e adultos, com o mesmo interesse.

Leitora assídua, é sua primeira incursão pelo campo literário, ela comumente acostumada a escrever artigos científicos ou relatórios técnicos para os locais onde atende seus pacientes. Segundo destaca Osmir

Bertazzoni no prefácio. "É uma grata surpresa perceber seus esforços em criar fatos e escrever com criatividade de ímpar suas ficções; tem a capacidade de intensificar detalhes, como se realmente vividos por famílias nos diversos rincões brasileiros".

Segundo o prof. Adolpho Queiroz, que assina as orelhas do livro, definiu a construção da obra como um vestido de baile, cheio de adereços e belezas literárias, afirmando que "Como são quase sempre todas iguais e parecidas as nossas aulas, nossas escritas, rotinas e olhares sobre a vida. Digo isso após ler com brevidade, as informações que me chegaram, para um parecer técnico do livro "Por um vaso de hortênsias", de uma autora que ainda não conhecia, Margareth Tassinari. Procurei saber quem era, o livro trazia poucas linhas sobre ela. Por lá sabia-se apenas com identificação breve que era fonoaudióloga formada pela PUCAMP. E como excelente "costureira das palavras", é na hora dos detalhes/enfeites do vestido de baile que sugeri ali acima, que Margareth vai colocando, próximas umas às outras, suas pérolas, lantejoulas, paetês, para enfeitarem o vestido para o grande baile, agora transformado em livro. Situações literárias que podem ter acontecido ontem ou poderão acontecer amanhã, numa cidade qualquer, em qualquer canto, pois seus personagens, cuidadosamente preservados, não ter cor, peso, altura, idade. Só o cachorro e o gato são mais gordinhos e tem cores definidas."

O livro será vendido por R\$ 46,00 e o acesso ao lançamento será gratuito.

COMO UM VESTIDO DE BAILE, orelha do livro que escrevi a convite da autora.

Como são quase sempre todas iguais e parecidas as nossas aulas, nossas escritas, rotinas e olhares sobre a vida. Digo isso após ler com brevidade, as informações que me chegaram, para um parecer técnico do livro "Por um vaso de hortênsias", de uma autora que ainda não conhecia, Margareth Tassinari. Procurei saber quem era, o livro trazia poucas linhas sobre ela. Por lá sabia-se apenas com identificação breve que era fonoaudióloga formada pela PUC, Campinas, cidade onde reside e atua profissionalmente neste campo. Até um pouco antes deste livro, só escrevia artigos científicos e as notas e relatórios técnicos sobre os pacientes que atendia no seu consultório, como se fossem pequenos relatos das memórias sobre a chegada, desenvolvimento e resultados escolhidos nas jornadas, breves ou longas que precisa enfrentar em cada um dos tratamentos que realizou nestes anos.

Soube também "en passant", que tinha um filho, com o nome de Tobias, a quem agradece no início da obra. E como se verá, foi meu aliado, numa decisão importante - a meu juízo - para a edição final. Colocar a foto da autora nas orelhas do livro,

que ela resistia. E de sua querida mãe, Maria Amélia. Mas a porta de entrada para conhecê-la melhor ficou por conta do esposo, o dr. Vilson Dornelles, que me curou de uma virose forte na UPA do Piracicamirim certa vez, com seu jeito atencioso de se dirigir aos pacientes que depois, por conta das nossas andanças políticas, virou amigo também.

Mas foi num cafezinho que tomamos dia desses, preparando-nos para dar o "imprima-se" ao livro, que conheci Margareth e revi Vilson. Nossa primeira brincadeira para quebrar o gelo com ela foi lhe dizer, com meu jeito brincalhão que precisávamos dar um "trote" nela e entreolhei com uma piscadela pro Vilson, que começou a dizer como eram os trotes na escola de medicina que frequentou e eu botei lenha na fogueira, dizendo que também dávamos trotes nos colegas mais novos que chegavam ao meu velho "Sud Mennucci" aqui em Piracicaba. Ela parecia desconcertada. Mas entrou na brincadeira. O trote seria para que ela estreasse como escritora e começasse a conhecer os movimentos literários de Piracicaba, a Academia Piracicabana de Letras, o Clip, o Golp, nossas páginas literárias na Tribuna e nossos personagens e espaços com os quais ela haverá de conviver daqui por diante.

E aí cirurgicamente depois das gargalhadas, fui arrancando dela, depois da leitura cuidadosa que fiz dos seus originais, como o livro havia sido construído. Ele é resultado dos dias difíceis da pandemia entre 2020/2021, quando Margareth fazia seus atendimentos profissionais em casa mesmo em home-office. E distraía-se também entre os afazeres domésticos sempre necessários. Foi por lá que vieram os insights sobre as histórias que alinhavou nesta obra. Rabiscados como lembranças em papéis encontrados na cozinha, no seu escritório de trabalho, em postites, papel de embrulhos... o que fosse possível. Lampejos do que viria ser este livro. Depois de organizadas algumas ideias - e lá se foram quatro longos anos de escavações, criação de personagens e encadeamento de ideias, que ela resolveu sentar-se à frente do computador e, em quatro meses, concebeu seu primeiro livro. Que agora chega às mãos dos nossos leitores de Campinas (cidade onde vive e trabalha) e de Piracicaba (sua segunda casa, onde também vive num bate e volta, o esposo dr. Vilson). E vai viajar pelo mundo num QRCode.

E como quem fosse costurando um belo vestido de baile, foi registrando a trajetória desta criação primeira. O formato que o tecido iria tomar, o tamanho das mangas e os adereços... os adereços sempre preciosos, marcantes num estilo literário que encanta. Quem começa a ler, não consegue parar. "No final, parecia que eu tinha escrito uma novela", sugeriu. Aí brincamos com ela, mas pelo tanto de personagens, a novela duraria anos. Ela riu com mais esta provocação. E ensaiou até a sugerir

alguns nomes de atores e atrizes que transformariam (por que não?) seu "Vaso de Hortênsias" para além de uma página de um livro. Nunca se sabe. O destino de um livro escapa das mãos do autor quando, depois de impresso e lançado, começa a estimular leituras, comentários, sugestões. E ganha vida própria.

Das do tipo que fiz com ela, quando ela sugere em determinado momento, por entre suas hortênsias, que um dos personagens havia começado sua carreira profissional escrevendo para o jornal do seu colégio. Como eu, no meu velho Sud Mennucci. Ou minha querida Bete Bortolin, hoje integrante da Academia Piracicabana de Letras, "que ia à casa da professora no bairro Alto, para estudar piano", como as alunas que a personagem Helena que os recebia para aulas em sua casa e depois lhes franqueava o uso do piano para ensaios.

E como excelente "costureira das palavras", é na hora dos detalhes/enfeites do vestido de baile que sugeri ali acima, que Margareth vai

Foto: Divulgação



Margareth Tassinari

colocando, próximas umas às outras, suas pérolas, lantejoulas, paetês, para enfeitarem o vestido para o grande baile, agora transformado em livro. Situações literárias que podem ter acontecido ontem ou poderão acontecer amanhã, numa cidade qualquer, em qualquer canto, pois seus personagens, cuidadosamente preservados, não ter cor, peso, altura, idade. Só o cachorro e o gato são mais gordinhos e tem cores definidas.

Enfim, agradeço imensamente a ela pelo convite para os ajustes finais do seu livro de estreia e pela honra de poder lhe dedicar estas palavras e lhes recomendar, caro/a leitor/a que leia este livro com o carinho que ele merece. Que seja o primeiro de muitos que poderão ainda vir.

Lançamento do livro

Margareth Tassinari
Por um vaso de hortênsias



8 de março
sexta-feira
19h às 21h

Biblioteca Pública Municipal
Rua Soldanha Marinho, 332, Centro
Piracicaba

EDITORA **INSULAR**



CAFÉ CO DORFO
POR UM VASO DE HORTÊNSIAS



Adolpho Queiroz - Elisabete Bertolini

07/03/2024
18 HRS



Margareth Tassinari

Portal Nova 15
www.nova15piracicaba.com.br

Sucesso o lançamento do Livro Alpharrábio's

A ideia do livro surgiu quando o autor passou a considerar a possibilidade de reunir alguns dos inúmeros artigos que escreve para vários jornais

Lideranças políticas, empresariais e sindicais, amigos e admiradores do advogado, sindicalista e jornalista José Osmir Bertazzoni, participaram na última sexta-feira, dia 23 de fevereiro, do lançamento do livro "Alpharrábio's - Memórias do nosso tempo", da Editora Nova Consciência. Com tiragem de 1000 exemplares, dos quais cerca de 300 foram distribuídos na ocasião, o livro retrata um pouco da vida profissional, política e sindical do autor.

Entre os presentes estavam a deputada estadual Maria Isabel Noronha; ex-prefeito Barjas Negri; ex-secretária da Cultura, Rosângela Camolesi; o ex-vereador e vice-prefeito, João Pauli; os vereadores Paulo Campos, Cássio Luiz (FalaPira), Paulo Camolesi e Sílvia Morales; os advogados Sérgio Spenassatto, Jonas Parisotto e Gedson Luiz de Camargo; o ex-secretário do Meio Ambiente, José Otávio Mentem;

o líder do Movimento de Combate à Corrupção de Piracicaba, Walter Koch; o presidente do Ispasp, Antonio Carlos Schiavoni; o secretário geral do Ispasp, André Evandro Pedro da Silva; o presidente do Sindicato dos Bancários, José Fernandes Piva; presidente do Sindicato dos Trabalhadores Municipais de Piracicaba, José Valdir Sgrigneiro; Emerson Cavalheiro, Presidente do Sindicato dos Papeleiros de Piracicaba e o tesoureiro Francisco Pinto Filho; o presidente do Sindicato dos Comerciantes, Roberto Previde; o presidente do Sindicato de Alimentação, Fânio Luiz Gomes; presidente da Unimed, Dr. Carlos Joussef; o vice provedor da Santa Casa, Dr. João Orlando Pavão; o músico Luís Fernando Dutra, lideranças de bairros, jornalistas da cidade, dirigentes sindicais, entre outros amigos. Também presentes os diretores dos jornais Tribuna Piracicabana, Evaldo Vicente e da Folha de Piracicaba, Marcelo

Germano.

Além disso estiveram presentes lideranças de outros municípios da região metropolitana de Piracicaba, o engenheiro agrônomo, Tu Reginato, secretário de governo de Rio Claro; o ex-presidente da Câmara e vice-prefeito de Charqueada Ulisses Roccia e o vereador Vinícios Roccia.

Para o autor, José Osmir Bertazzoni, "além do simbolismo da escolha do local histórico comemorando 150 anos da imigração italiana no Brasil, o evento ocorreu na Società Italiana Di Mútuo Soccorso, como palco representativo das raízes históricas das famílias italo-brasileiras, coube a honra e privilégio de receber amigos e dedicar-lhes a minha história com os autógrafos que constarão para sempre nas primeiras páginas deste livro".

A ideia do livro surgiu no mês de fevereiro de 2023, quando o autor passou a considerar a possibilidade de reunir alguns dos inúmeros artigos que escreve para vários jornais. Em Piracicaba com especial agradecimento à "A Tribuna Piracicabana" e "Jornal de Piracicaba" e o jornal "O Diário de Piracicaba" onde iniciou suas atividades. E, para além deles, foram pensados, do ponto de vista editorial, desde a concepção da capa - que homenageia trabalhadores municipais - até uma história de vida do autor, sob as óticas familiar, religiosa, política, sindical, com artigos abordando temas local, nacional e internacional.

O autor começou sua vida profissional bem cedo "a mamãe acordava a gente às seis horas da manhã e mandava a gente ir à trabalho (ir ao trabalho). Foi quando comecei a entregar jornais, aprender marcenaria, fotografia, ajudar meu pai na manutenção de máquinas e depois ser contratado como funcionário público municipal de Piracicaba. A partir daí, dediquei-me, nos últimos 35 anos, na construção do Sindicato dos Trabalhadores Municipais e o transformamos em exemplo e referência nacional", lembrou Bertazzoni.

Depois do exitoso lançamento, os livros continuarão sob a orientação do autor, que irá comercializar os exemplares daqui por diante. As solicitações poderão ser feitas diretamente com ele, ou com sua equipe de apoio, através do e-mail: osmir@cspp.org.br.

Foto: Divulgação



José Osmir Bertazzoni



Luiz Antonio Rolim, Adolpho Queiroz, Luis Henrique de Almeida Leme, Jonas Parisotto e Vilson Dornelles



Edna Nakagawa, Francisco Pinto Filho e José Antônio Fernandes Paiva



Sérgio Spenassatto, Cássio Luiz Barbosa, Roberto Previde e Evaldo Vicente



José Osmir Bertazzoni e João Orlando Pavão



José Otávio Mentem, Renata Perazoli e José Valdir Sgrigneiro



Bebel e o Carlos Joussef



João Pauli, Bebel e Sílvia Morales

O Circo Portugal Internacional chega a Piracicaba

Oitavo maior circo do mundo e reúne várias atrações



Foto: Banco de imagem

O Circo Portugal Internacional é considerado o oitavo maior circo do mundo e reúne várias atrações dos grandes espetáculos internacionais, entre elas, o Globo da Morte com seis motos e o Homem Bala diretamente de Las Vegas (EUA), o espetáculo das Águas Dançantes de Paris, o incrível show de raios lasers e outras atrações imperdíveis como: mágicos, malabares, palhaços, king kong e muito mais.

É um espetáculo envolvente, para toda a família, em um local que irá oferecer fortes e alegres emoções. O Circo Portugal Internacional está montado no bairro Santa Terezinha, ao lado do Posto Bigaton - na Rua Nossa Senhora do Carmo, 615, e é uma excelente opção de diversão para todas as idades. Os ingressos estão à venda pelo site www.circoportugal.com em até 6x com valores a partir de R\$ 20,00.

Com uma megaestrutura de mais de 900 toneladas de equipamentos, o Circo Portugal Internacional traz a Piracicaba muito luxo e glamour e entre os destaques está sua lona fabricada na

Itália com material que proporciona conforto térmico e acústico ao público. Em sua tenda principal é possível receber até 1.600 pessoas sentadas que terão visão privilegiada do palco hidráulico. Em sua estrutura, o circo conta ainda com os diferenciais de iluminação em led, banheiros climatizados e uma praça de alimentação com ampla variedade.

As apresentações têm aproximadamente 2 horas de duração, com sessões de terças a sextas, às 20h, além de sábados às 17h30 e 20h e domingos e feriados, às 15h, 17h30 e 20h. Os ingressos estão disponíveis pelo site www.circoportugal.com.

Circo Portugal: uma história centenária que mantém a tradição e a modernidade ao mesmo tempo

O Circo Portugal Internacional nasceu na cidade de Braga, em Portugal, onde um grupo de artistas se reuniu para fazer sua primeira apresentação nos cassinos de Estoril, na região de Cascais, Portugal, onde foram calorosamente aplaudidos. A partir daí, nasceu o Circo Portugal que conquistou plateias por toda a

Europa e nas Américas, chegando ao Brasil já por volta do ano de 1890, isso mesmo, 1890.

De lá para cá, fez uma trajetória centenária e de grandes contribuições com o mundo circense, pelo circo já passaram artistas que foram premiados, com o troféu Palhaço de Ouro, no Festival de Monte Carlo e outros que se formaram no Circo Portugal e tiveram passagens por grandes espetáculos como o Circo de Soleil, entre outros. Hoje, o Circo Portugal se apresenta em todo o Brasil e em países da América do Sul, chegando a sua 7ª geração, com muitos brasileiros que participam do espetáculo, podemos dizer que é um circo com alma luso-brasileira.

Serviço:

Circo Portugal Internacional em Piracicaba/SP

Local: Piracicaba/SP - Santa Terezinha, ao lado do Posto Bigaton (Rua Nossa Senhora do Carmo, 615)

Horários dos espetáculos:

- Terça a sexta: às 20h
- Sábados: as 17h30 e 20h
- Domingos e feriados: às 15h, 17h30 e 20h
- Duração: aproximadamente duas horas

Ingressos: a partir de R\$ 20 até R\$ 140

Vendas online: <https://www.circoportugal.com/>

Redes sociais:

Instagram: @circoportugal,

Facebook: <https://www.facebook.com/CircoPortugalInternacional/>

TikTok: @circoportugal

Youtube: [youtube.com/@circoportugalinternacional](https://www.youtube.com/@circoportugalinternacional)



Fachada do Circo Portugal Internacional

Prêmio Ruth Guimarães



Foto: Divulgação

Ruth Guimarães

Organizado pela UBE (União Brasileira de Escritores), o Prêmio Ruth Guimarães de Crônicas está com inscrições abertas até 15 de março. O concurso, em homenagem a escritora, vai analisar obras originais e inéditas do gênero crônica com o foco em promover e estimular a produção literária brasileira.

Premiação será a publicação de uma antologia com as 20 crônicas selecionadas, acompanhada da biografia de cada autor, com destaque para os três primeiros colocados

“O concurso, em homenagem a escritora, vai analisar obras originais e inéditas do gênero crônica com o foco em promover e estimular a produção literária brasileira”

As inscrições devem ser realizadas no site da UBE - ube.org.br.

O regulamento está disponível no link da bio. Valores de inscrição: R\$ 30 para associados da UBE e R\$ 60 para não associados.

SOB MEDIDA
FÁBRICA DE BOTAS E CALÇADOS

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

CONCERTOS

300 MEDIDA

MALUSÁ CALÇADOS

Malusá
CALÇADOS

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

CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS

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

Guerra na Ucrânia e impactos na Economia

Marcello Corsi, economista na WIT Invest, apresenta em entrevista o cenário econômico caso a Guerra na Ucrânia persista

Após dois anos desde seu início, o conflito deixou profundas marcas não apenas no meio social, mas também na esfera econômica



Marcello Corsi Janota de Carvalho, economista da WIT Invest, aponta que as empresas aéreas foram muito prejudicadas devido ao conflito

A guerra na Ucrânia continua, mas como o setor econômico se apresenta para os investidores? Após dois anos desde seu início, o conflito deixou profundas marcas não apenas no meio social, mas também na esfera econômica. A estrutura do comércio internacional, que ainda se reerguia dos impactos da pandemia de Covid-19, sofreu outro abalo com o início do conflito, complicando ainda mais o cenário econômico.

De maneira positiva, houve setores que devido a sua elevada produção se mantiveram estáveis e demonstram bons indicativos de investimento, como os setores petrolífero e agrícola. Em entrevista, o economista da WIT Invest, Marcello Corsi, deu um panorama sobre as perspectivas e impactos no Brasil com relação ao câmbio, com-

modities agrícolas, petróleo, inflação e os demais efeitos da guerra.

Leia abaixo a entrevista:

1 - Após dois anos do início da guerra, quais são os efeitos do conflito para a economia global e brasileira?

R: Como a guerra já está se prolongando mais do que era esperado, a maior parte dos impactos já foi sofrida e incorporada nos riscos das economias. Como a economia russa é uma grande produtora de petróleo, gás natural e fertilizantes, e a economia ucraniana é responsável por boa parte dos grãos do mundo, o principal impacto foi no setor agrícola, por termos um aumento do custo dos insumos, fertilizantes e combustíveis, acompanhado de uma redução na oferta de grãos. Isso gerou uma oportunidade e problemas. Aqueles que tinham estoques e capacidade de aumento de produção conseguiram aproveitar o aumento no preço dos grãos, porém, aqueles que precisavam se capitalizar para fazer

tal aumento de produção tiveram que o fazer em um momento de taxas de juros mais elevadas do que havíamos vivido há alguns anos.

2 - Em relação ao investidor, em que ele ainda deve estar atento nesse cenário?

R: O principal ponto ao qual o investidor deve ficar atento são os ativos que mais valorizaram nos últimos 2 anos. Diversos ativos valorizaram nesse cenário por conta da guerra, mas em caso de mudança, não necessariamente a alocação atual continuará a performar bem. O investidor deve ficar atento e não ter receio de realizar ganhos e mudar de estratégia.

3 - Quais ações estão sendo mais prejudicadas pelos efeitos da guerra?

R: As empresas aéreas foram muito impactadas pelo conflito e, principalmente, por terem se prolongado por tanto tempo. Como elas são muito impactadas pelos custos dos combustíveis, um dos principais insumos

no ramo, o combustível a preços elevados por tanto tempo corroeu boa parte do resultado e balanço dessas empresas. Empresas essas que já estavam fragilizadas pelos impactos da pandemia.

4 - Quais são os setores recomendáveis para investir nesse cenário de continuidade da guerra?

R: Com a continuidade da guerra, ainda será vantajoso o investimento em empresas do ramo petrolífero. Porém, o investidor deve estudar bem os ativos antes de alocar para não adquirir ações de empresas já próximas ao preço justo.

5 - Com a proximidade política da China com a Rússia, há risco de uma escalada de tensões entre EUA e China?

R: A China manteve o comércio com a Rússia, mesmo após o início da guerra. Isso fez com que eles se tornassem aliados, pelo menos no campo econômico. Fazendo deles o principal fornecedor de produtos aos russos.

Essa parceria não agradou aos EUA, porém, devido a importância que a

China tem no mundo, o impacto é limitado.

6 - Existe a possibilidade de uma ampliação dos conflitos na Ucrânia ou no Oriente Médio?

R: Os conflitos na Ucrânia estão mais controlados do que os conflitos no Oriente Médio. Como o conflito ucraniano não é recente, os principais países que desejavam demonstrar apoio já o estão fazendo.

Entretanto, o conflito no Oriente Médio ainda está aumentando a escala e reacendendo conflitos na região que estavam com menor intensidade.

7 - Pode estar ocorrendo um esgotamento de recursos e capacidades na Rússia?

R: Apesar da duração da guerra, a Rússia ainda é uma potência militar muito superior à Ucrânia. Atualmente, a Ucrânia só está se mantendo abastecida graças a apoios de aliados na Europa e América, enquanto a Rússia está se mantendo, mesmo com sanções e embargos econômicos.

8 - Em caso de vitória do ex-presidente Donald Trump nos EUA, e, eventualmente, a retirada de apoio à Ucrânia, isso poderia mudar o rumo da guerra?

R: Em caso de vitória de Trump, a retirada do apoio à Ucrânia deve mudar o rumo da guerra. Os EUA são uma das maiores potências militares e econômicas do mundo. Caso seu apoio seja reduzido, a Ucrânia terá muito mais dificuldades em manter suas tropas abastecidas e terá muito mais dificuldade de financiar os custos da guerra. Dessa forma, a Rússia terá mais facilidades em suas ofensivas.

9 - Num mundo cada vez mais polarizado e fragmentado, o acordo UE-Mercosul é viável?

R: Com o aumento da polarização, o acordo se torna menos viável, mas muito mais necessário. Os países terão exigências maiores nos termos do acordo, porém, as economias precisam de mais facilidades nas negociações para termos ambientes cada vez mais competitivos e mais eficientes, pontos esses que são extremamente necessários para o crescimento econômico mundial.

10 - A abordagem multilateral para o comércio global ainda faz sentido em um mundo cada vez mais polarizado?

R: Apesar de ter ocorrido no século passado, já passamos por momentos muito mais polarizados do que o momento atual. Nesse momento, a saída foram os acordos multilaterais. Apesar de se tornarem mais difíceis em momentos de polarização, a multilateralidade se torna cada vez mais necessária para termos uma solução mais pacífica e eficiente para todos os lados envolvidos.

11 - Como o Brasil pode aproveitar as oportunidades com a transição verde?

R: O Brasil é o país com

mais possibilidades de liderar a transição verde. Com regiões com disponibilidade hídrica, alta incidência solar e ventos constantes, temos os elementos naturais necessários para a implementação e o desenvolvimento de energias renováveis. Porém, por se tratar de projetos de elevada utilização de capital e retornos no longo prazo, caso não tenhamos incentivos governamentais através de menores impostos e linhas de crédito facilitadas, a transição será lenta demais e podemos até perder a oportunidade de sermos o referencial.

12 - Quais as perspectivas e impactos no Brasil com relação ao câmbio, commodities agrícolas, petróleo e inflação? E o minério de ferro?

R: Devido à elevada produção agrícola brasileira e a economia estar mais forte do que era esperado no ano passado, devemos ver um câmbio que não perderá muito poder de compra, porém, não acredito que se apreciará a ponto de ser aproveitado pela maior parte da população.

As commodities agrícolas devem ainda se manter em queda devido às produções ainda elevadas este ano. O que será bom para nossa balança comercial. O petróleo deve manter um patamar de preços elevados devido aos conflitos. Caso mais países do Oriente Médio entrem no conflito, a situação só piorará. A inflação brasileira ainda está bem abaixo do que era esperado para um governo com maiores gastos, porém, devemos lembrar que esses impactos vêm com o tempo e não são sentidos de imediato. Caso a situação fiscal não melhore, a inflação não ficará nos níveis atuais e voltará a ser um problema.

13 - O Brasil se beneficiou com mercados de grãos, como trigo e milho. Há outros benefícios na economia que o

“Como a guerra já está se prolongando mais do que era esperado, a maior parte dos impactos já foi sofrida e incorporada nos riscos das economias”

país conseguiu obter ganho?

R: O segmento petroquímico foi bastante impulsionado junto com o segmento de grãos. O que, dada a composição da nossa bolsa de valores, auxiliou para que o índice tenha uma boa performance nos últimos tempos. Além disso, com a queda da taxa de juros, estamos vendo um crescimento no segmento imobiliário que ainda não parece ter chegado em seu auge.

14 - Por que a economia da Rússia não colapsou com esta extensa guerra? Para compararmos: em 2022, no primeiro ano da guerra, o PIB da Rússia recuou 1,2%, segundo dados oficiais. Análistas ouvidos pela Reuters acreditam que, em 2023, a economia russa cresceu 3,1%.

R: Com o auxílio de economias que não aderiram às sanções como a China e a Índia, o país conseguiu manter a economia nos primeiros meses da guerra. Porém, após diversos

países terem que voltar a negociar com ela, como a Alemanha no caso do gás natural e o Brasil no caso dos fertilizantes, pode-se contornar as principais sanções impostas no início da guerra.

15 - Quais os impactos da retirada de bancos russos do sistema Swift, excluindo o país do sistema financeiro global, da interrupção de diversas cadeias produtivas, marcação a zero de títulos russos (o mesmo que dizer que os títulos não têm mais valor) e desvalorização de quase 50% do rublo?

R: O principal problema foi a dificuldade criada para que fossem feitos comércio e transações dentro da Rússia, o que fez com que menos rublos russos fossem demandados pelo mercado, desvalorizando a moeda. Porém, a desvalorização da moeda também fez com que os produtos russos ficassem mais baratos para os demais países, ajudando a manter a economia russa aquecida.



Casa à venda!

Valor: 790.000,00

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

Agende sua visita
(19)99785-5155



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. CRISTINA DE OLIVEIRA GOMES, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 64 anos de idade e era casada com o Sr. Isael Francisco Gomes. Era filha do Sr. Narciso Antonio de Oliveira e da Sra. Ana Cristina de Oliveira, falecidos. Deixou os filhos: Moises de Oliveira Gomes; Samara de Oliveira Gomes; Tais de Oliveira Gomes. Deixa ainda netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 17:00 hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 03, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ONDINA RIBAS, Faleceu dia 23pp na cidade de São Paulo, aos 92 anos de idade e era filha do Sr. Antonio Ribas de Aguiar e da Sra. Antonieta Tramontini, falecidos. Deixa ainda demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Piracicaba e seu sepultamento deu-se dia 24pp as 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO CARLOS FORTUNATO, Faleceu dia 23pp na cidade de Saltinho, aos 60 anos de idade e era casado com a Sra. Adriana Aparecida Ribeiro de Almeida. Era filho do Sr. Antonio Fortunato e da Sra. Margarida D. N. Fortunato, falecidos. Deixa os filhos: Thais Caroline, Leonardo, Carlos Alexandre. Deixa ainda o neto Enzo Miguel, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp às 09:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Saltinho. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ANTONINA MESSANA PIPITONE, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 95 anos de idade e era viúva do Sr. Giuseppe Pipitone. Era filha do Sr. Leonardo Messana e da Sra. Concentina de Blasi, falecidos. Deixou os filhos: Giuseppe Antonio Pipitone, já falecido; Maria Clara Pipitone, já falecida. Deixou ainda 03 netas, 04 bisnetas, 01 bisneto, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala C, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOVEM - GILSON TERSILIO GONÇALVES, Faleceu dia 24pp na cidade de Charqueada, aos 30 anos de idade e era filho do Sr. Tarcisio Gonçalves e da Sra. Vera Aparecida de Almeida Leite, falecida. Deixa os irmãos: Taniele Juliana Gonçalves e Tarcisio Gonçalves Junior, demais parentes e amigos. O sepultamento deu-se dia 25pp às 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Charqueada, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. SERGIO DA COSTA, Faleceu dia 24pp na cidade de São Pedro, aos 72 anos de idade e era viúvo da Sra. Terezinha Rodrigues da Costa. Era filho do Sr. Carlos da Costa e da Sra. Simpho-

rosa Domingues da Costa, falecidos. Deixa os filhos: Julio Cesar da Costa, Patrícia da Costa. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Esmeralda, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOSE LEANDRO MARTIM, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 43 anos de idade e era casado com a Sr. Ariane Beltrame Martim. Era filho do Sr. Odair Eduardo Martim e da Sra. Maria Doraci Graciani. Deixa a filha: Livia Beltrame Martim. Deixa demais parentes e amigos. O sepultamento deu-se dia 25pp às 11:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOSE APARECIDO DE TOLEDO, Faleceu dia 25pp na cidade de Rio das Pedras, aos 65 anos de idade. Era filho da Sra. Leonor Henrique de Toledo, falecida. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp às 10:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Parque da Paz de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. MATILDE ALVES BATISTA, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 82 anos de idade. Era filha do Sr. Benedito Alves Batista e da Sra. Maria Alves Batista, falecidos. Deixa o filho: João Batista, viúvo de Marilene Nogueira Batista. Deixa 1 neto, 2 bisnetos, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 26pp na Sala Diamante no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 09:00 horas até as 15:45 horas, em seguida houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOVEM - FRANCIELE MARQUES DOS SANTOS RODRIGUES, Faleceu dia 26pp na cidade de Rio das Pedras, aos 29 anos de idade e era casada com José Derlanio Pereira Rodrigues. Era filha do Sr. Saulo Catira dos Santos, falecido e da Sra. Vanira Marques. Deixa os filhos: Jhonatan Henrique Marques Rodrigues, Lorena Marques Rodrigues. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 10:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ISAUARA CORDEIRO, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 87 anos de idade e era viúva do Sr. João Cordeiro Neto. Era filha do Sr. Caetano Lourenço da Silva e da Sra. Maria de Godoy, falecidos. Deixa os filhos: Moises Cordeiro, Eliseu Cordeiro; falecido, Maria Herminia Cordeiro, Jose Laerte Cordeiro; falecido, Josuel Cordeiro; falecido, Sandra Aparecida, Oseas Cordeiro, Elifelete Cordeiro Ramos, Vanusa Amareci Cordeiro Mendes, Antonio Marcos Cordeiro, Rosimeire Cordeiro de Almeida, Patricia Cordeiro. Deixa

genros, noras, netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 08:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ALBINO BOROWISKI RODRIGUES, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 81 anos de idade e era casado com a Sra. Anilse Bozetti Rodrigues. Era filho do Sr. Antonio Rodrigues Morais e da Sra. Edith Borowski, falecidos. Deixa a filha: Carolina Bozetti Rodrigues, demais parentes e amigos. O Velório ocorreu dia 27pp na Sala Esmeralda no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 08:00 até as 09:30 horas. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. SEBASTIANA RAMOS COELHO, Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 94 anos de idade e era viúva do Sr. Delfino Nunes Ribeiro. Era filha do Sr. João da Costa Ramos e da Sra. Maria José Coelho, falecidos. Deixa os filhos: Sebastião casado com Maria, Maria Helena casada com José, João casado com Isabel, Antonio casado com Clara, Olimpia casada com Sebastião, Maria José casada com Jose, José Maria casado com Rosa, Terezinha casada com Nico, Lucimara, Joaquim, falecido. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp às 16:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório do Parque da Ressurreição - Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. NAIR CLARO DE ALMEIDA CAMARGO, Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era viúva do Sr. Jorge Batista de Camargo. Era filha do Sr. Jose Claro de Almeida e da Sra. Tereza Maria de Oliveira, falecidos. Deixa os filhos: Deise, Iracema, Eunice, Matilde, Neusa, José, Moacir, Jorge, Alcides, Antonio - (Falecido), Ademir, Wilson - (falecido), Cesar (falecido), Aparecido, Dacir. Deixa noras, genros, netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 13:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Saltinho, seguindo para o Cemitério Municipal de Saltinho. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA DA GLÓRIA MARTINHO FRANÇA, Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 74 anos de idade e era viúva do Sr. Braz Alves de França. Era filha do Sr. Abiale Martinho do Espírito Santo e da Sra. Silvia Soares do Espírito Santo, falecidos. Deixa os filhos: Debora Martinho França Santos casada com Severino João dos Santos, Daniel Martinho França casado com Telma França, Diego Martinho França casado com Daiane Oliveira. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp as 15:00 horas, saindo a urna mortuária Igreja Pentecostal Deus é Amor - Estrada Municipal de Iporanga, S/N - Itapeuna - SP, seguindo para o Cemitério de Itapeuna / Eldorado - SP. À família e amigos enlutados os senti-

mentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOÃO CARLOS TREVISAN, Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 76 anos de idade e era casado com a Sra. Marlene maria Rossine Trevisan. Era filho do Sr. Abiale Martinho do Espírito Santo e da Sra. Silvia Soares do Espírito Santo, falecidos. Deixa os filhos: Priscila Trevisan Pereira casada com Niceu Alves Pereira Filho, Rodrigo Trevisan casado com Paula Viegas Martins G. Trevisan. Deixa neta, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 28pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Esmeralda das 14:00 as 18:30 horas e retornou dia 29pp das 07:30 as 13:45 horas, as 14:00 horas houve a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre, e o seu sepultamento deu-se dia 29pp as 15:00 horas, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. WILSON ROBERTO PAES, Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 68 anos de idade e era filho do Sr. Floriano Roberto Paes, falecido e da Sra. Theresa Rodrigues da Silva Paes. Deixa os filhos: Deivid, Juliana e Daniela. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp as 13:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 03, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ELIANE MEDRADO FELLET - Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 73 anos de idade e era casada com o Sr. Jose Francisco Fellet. Era filha do Sr. Otílio da Rocha Medrado e da Sra. Jacyra da Rocha Medrado, falecidos. Deixa os filhos: Mauricio Medrado Fellet casado com Debora Arias Fellet, Rodrigo Medrado Fellet e Ana Paula Medrado Fellet Arthuzo casada com Armando Arthuzo. Deixa netos, demais parentes e amigos. O sepultamento deu-se dia 29pp às 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição Sala-A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição, À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ESMERALDA CUSTODIO ROSA MONTANARI - Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 79 anos de idade e era viúva do Sr. Augusto Gervasio Rosa Montanari. Era filha do Sr. Alfredo Custodio e da Sra. Ines Samprogna Custodio, falecidos. Deixa os filhos: Marcia Regina Rosa Montanari Barros casada com Renato Cesar dos Santos Barros, Maria Cristina Rosa Montanari e Macos Antonio Rosa Montanari (falecido). Deixa netos, bisneto, demais parentes e amigos. O sepultamento deu-se dia 29pp às 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende Sala-03, seguindo para o Cemitério da Saudade, À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. MARIO BRUNO, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 90 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Aparecida Francisco Bruno. Era filho do Sr. Virginio Bruno e da Sra. Rechilde Righi, falecidos. Deixa os filhos: Orivaldo Eledir Bruno casado com Cintia Carvalho Bartolomeu Bruno, Mario

Ronaldo Bruno casado com Miriam e Valdik Rene Bruno casado com Silene Carvalho Bruno. Deixa netos, bisneta, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp às 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala D, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. SALVADOR DOMINGOS DE OLIVEIRA, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 59 anos de idade e era casado com a Sra. Silvana de Moraes Oliveira. Era filho do Sr. Domingos de Oliveira e da Sra. Rosa Cardoso de Oliveira, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp às 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CASSIA APARECIDA DE FREITAS LIMA, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 56 anos de idade e era viúva do Sr. Ademil Vieira de Lima. Era filha do Sr. Jose de Freitas e da Sra. Eufrasia Francisca da Silva Freitas. Deixa as filhas: Poliana de Lima Leme casada com Rafael Henrique Leme; Paula Lima casada com Felipe Mardegam; Priscila de Lima. Deixa ainda o neto João Pedro Leme, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp às 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Esmeralda, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. JOANA PASSARIM DE ANDRADE LONGATO, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 94 anos de idade e era viúva do Sr. Lacyr Longato, era filha do Sr. Luiz Domingos de Andrade e da Sra. Amabile Passarim, falecidos. Deixou os filhos: Maria Helena Longato; Mari Ines Lonagati Bueno de Barros casada com Roberto Bueno de Barros; Teresa Maria Longatto Montebello casada com Adilson Jose Montebello; Divino Aparecido Longato. Deixa ainda netos, bisnetos, tataraneto, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp as 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Rubi, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ELVIRA VICENTIN, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 82 anos de idade e era filha do Sr. Orlando Vicentin e da Sra. Alba Marchia Vicentin, falecidos. Deixou os filhos: Marcelo Fernando Quadros; Milena Cristina Quadros. Deixa ainda netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 02pp às 13:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 03, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

REVISTA Us

03 de março de 2024

Estelinha Bezerra

Abrindo a série especial do
Mês da Mulher da Piracult

Vida Saudável

*Alimentos anticâncer para
incluir na sua dieta*

Decor

*Cores e vida para um
apartamento à beira-mar*

Pet

*Dirofilariose: verme do
coração ameaça os pets*

Saúde

*Desentupidor nasal
a estimulante excessivo*

“

**Por mim, eu certamente
estaria pilotando
um foguete!**

”

Meu primeiro batom

Estelina Bezerra, celebridade da melhor idade na internet; em entrevista exclusiva ao jornalista Maurício Ribeiro. Colaborou Josafá de Sá Vilarouca Junior.

Sou conhecida na internet como Estelina Bezerra, mas meu nome mesmo é Maria Estela Bezerra Vilarouca. Bezerra veio da minha família. Vilarouca veio do meu marido. Tenho 94 anos, sou capricorniana do dia 5 de janeiro. Eu nasci no Croatá, um sítio que fica no município de Jaguaribe, no estado do Ceará. Casei em 1950 e fui morar em um sítio, no meio do nada, onde tive meus primeiros sete filhos (dos quais três morreram ainda bebê). Na casa, moravam minha sogra, meu cunhado, minha cunhada e meu marido – pra quem eu cozinhava, passava e lavava. De lá, exatamente no dia 23 de setembro de 1957, fui morar em Orós, uma outra cidade pequena do interior cearense. Na época, meu marido não queria que eu fosse. Ele tinha uma mercearia em Orós e só vinha me ver a cada quinze dias.

Desconfiada de que ele poderia ter outras mulheres (havia rumores de que ele estava namorando Maria Camburão e Chaguinha de Olavo), chamei um caminhão, coloquei uma mesa de madeira velha dentro, os pratos de porcelana furados, as panelas de barro e fui pra Orós. Em 1970, cheguei em Fortaleza, onde nasceu meu último filho biológico e que tem o mesmo nome do pai: Josafá – e adotei outro, o Alex. Eu fui para a capital porque meu filho mais velho estava internado em um sanatório, com tuberculose, e eu queria estar perto dele. Lá fiquei até 1979 - quando finalmente vim pra São Paulo, onde vivo hoje. Moro sozinha, no bairro de Santo Amaro, e tenho minhas cuidadoras. Meus filhos que moram em São Paulo também se revezam para ficar comigo.

Me casei na igreja em 1950, aos vinte anos de idade, e no civil em 1970, quando pedi a mão do meu já falecido marido em casamento, Josafá – com quem tive 16 filhos biológicos e um neto adotado, que criei como filho. De um total de 17 filhos, doze estão vivos hoje. Ainda bebê, dois meninos morreram (deu o nome de Ismael para os dois) e uma menina nasceu morta. Os mais velhos morreram também, um com 39 anos e outro com 62 anos. Eles levaram um pedaço de mim com eles. Nesses 94 anos de vida, a família cresceu. Tive todos os filhos de parto normal e somente um, o mais novo, nasceu no hospital. O restante eu tive em casa, com ajuda da parteiras, amigas ou sozinha. Hoje, tenho 28 netos, 23 bisnetos e uma tataraneta que ainda não conheço, pois mora no Paraná.

Meu marido, Josafá, sempre foi muito pouco presente na educação dos filhos – era um homem muito quieto e calado, que não se envolvia. Eu cuidava de absolutamente tudo relacionado à casa e aos filhos. Me tornei o “general” da casa porque meu marido não conseguia ter controle dos filhos. Eu era a líder da tropa toda. Cuidava dos filhos, banhava, dava comida, cuidava da escola. Tive apenas um mês e 19 dias de estudo (quando aprendi a ler e a escrever) e, por ter estudado tão pouco, fazia questão que meus filhos estudassem. Dei o máximo que pude para cada um dos meus filhos, sem distinção. E o que mais me orgulho é de ter passado valores essenciais a todos eles – sendo a honestidade algo inegociável entre todos nós.

Ganhei meu primeiro batom aos 49 anos, em 1979, logo que cheguei em São Paulo. Costumo dizer que comecei a viver aos 49 anos. Antes disso, eu sobrevivía – tamanho era o sofrimento para cuidar de tantos filhos. Lembro como se fosse hoje. Foi no Dia das Mães, em 13 de maio. Eu lembro que naquele mesmo ano, meu marido veio para São Paulo antes de mim, pra começar a trabalhar como motorista de uma distribuidora de cerveja. Ele chegou no início de janeiro e eu, no final. Os meus filhos mais velhos já estavam em São Paulo, trabalhando. Então, esses filhos que trabalhavam me deram 13 presentes, entre roupas

objetos para casa e um batom vermelho. Fiquei tão emocionada que minha menstruação voltou, mesmo depois de ter passado pela menopausa.

O primeiro batom foi tão impactante para mim que passei a usar todos os dias, como faço até hoje. É muito raro eu não tomar banho e colocar meu batom. Ganhar esse presente demorou pra chegar porque antes disso, ainda vivendo no Ceará, a vida não era fácil. Eu não tinha tempo pra mim. Como tive muitos filhos, a diferença de idade entre um e outro era pequena. Então, só quando os filhos mais velhos começaram a trabalhar, puderam se dar ao luxo de me presentear.

Antes disso, era meu marido e eu os únicos provedores de casa. Ele, fazendo frete e carreto. Eu fazendo faxina na casa dos outros, em troca de comida e mantimentos. A situação financeira da família era realmente ruim. Os filhos mais velhos, ainda jovens, começaram a trabalhar em empregos informais e passaram a ajudar nas despesas. Meu marido começou a trabalhar de motorista em um armazém – inclusive, eu que fui procurar emprego para ele, que não se mexia pra nada. E só então comecei a ter um pouco de sossego, se é que posso chamar de sossego, quando meus quatro filhos mais velhos (dois homens e duas mulheres) decidiram se mudar pra São Paulo. E foram esses mesmos filhos que me presentearam no Dia das Mães.

Na atualidade, o mais difícil de ser mulher é ter o respeito que nós merecemos, tratando a mulher com igualdade. O que a mulher quer ser hoje, ela é. Não existe diferença entre homens e mulheres. O que os homens são capazes de fazer, a mulher também faz. Hoje temos mulheres engenheiras, pilotando avião, exercendo profissões que antes eram impensáveis. Essa é uma conquista feminina: deixamos de abaixar a cabeça pra homem. Eu sempre expliquei pras minhas filhas, que são tão leões quanto eu: “rebatam os desaforos de marido, lutem de igual para igual e não deixem que encostem um dedo em vocês. E se isso acontecer, denuncie, pegue seus filhos e nunca mais olhe pra trás. Homem que bate em mulher é covarde. Não se bate em mulher nem com uma flor”.

Vim de uma época que casamento era eterno, dentro daquela estrutura que o marido trabalha fora (com salário) e a mulher trabalha em casa (sem salário). Eu não sei se sou um exemplo, mas não tive acesso a muitas coisas durante o casamento, incluindo salário. As donas de casa trabalham muito mais que os maridos e não tem salário. Deveriam ter. Talvez porque vim da roça, tive muitos filhos, não estudei, eu tenha me privado de muitas conquistas na vida. Sonhava em ser detetive ou advogada. Por outro lado, não me arrependo de ter tido meus filhos e tenho muito orgulho de onde vim e do que aprendi nesses 94 anos de vida.

Mesmo sendo uma mulher de origem simples, tive uma educação materna que priorizou as filhas. Éramos quatro irmãs que haviam perdido o pai ainda pequenas. Meu pai se enforcou em uma árvore quando eu tinha apenas dois anos. E minha mãe, sem marido, criou as filhas com valores muito claros: respeito, verdade, bondade. Quando casei, fiz por amor. Aceitei todos os defeitos do meu marido, mas não aceitei trilhar a rota dele. Sempre quis melhorias na vida. Por ele, eu talvez ainda estivesse no sítio, no sertão cearense. Mas por mim, eu certamente estaria pilotando um foguete. Num barco eu já estive, e ainda conheci o Luciano Huck... Mas isso eu conto na semana que vem! ■





Dica da Semana

com Nathalia Felipe
@nathaliarfelippe



Us

As Telefonistas

A dica semana vai te levar a 1929, onde quatro mulheres de diferentes regiões da Espanha chegam a Madri para se tornarem "garotas do cabo" em uma empresa revolucionária de telecomunicações. Neste ambiente de progresso para as mulheres, elas enfrentam desafios de

inveja e traição, embarcando em uma busca pelo sucesso. Apesar dos retrocessos durante a Segunda Guerra Mundial nos anos 40, a série se desenrola quando o telefone ofereceu oportunidades de avanço para as mulheres. Lideradas por Lidia Aguilar,

interpretada por Blanca Suárez, Carlota (Ana Fernández), Marga (Nadia de Santiago) e Angeles (Maggie Civantos), enfrentam desafios e se tornam aliadas leais na empresa telefônica dos Cifuentes. Essa série você confere na Netflix. ■

O palco é delas



Março é o mês da mulher, e os palcos de Piracicaba abrem espaço para que elas soltem sua voz, como de costume durante o ano todo. A cada temporada, elas conquistam ainda mais a preferência das plateias, mostrando que lugar de mulher é onde ela quiser. Patrícia Ribeiro, estrela local, é atração confirmada no próximo sábado, 9 de março, às 20h no Clube Cristóvão Colombo; que sedia mais uma edição do tradicional Jantar Alemão promovido pelo Lions Clube Piracicaba Independência. E no finzinho do mês, Elba Ramalho aporta na cidade, enbanjando carisma e talento no palco do Sesc Piracicaba. Mais informações, respectivamente, no Instagram @lionspiracicabaindependencia e @sescpiracicaba ■



Titãs em Pira!

A data parece estar longe, mas como o primeiro lote de ingressos já se esgotou, não convém esperar. Para assistir Titãs em Piracicaba, a coluna recomenda pegar a agenda agora e marcar aí: vai ser no sábado, dia 13 de abril, às 20h no Clube Sindicato dos Metalúrgicos de Piracicaba. Uma das maiores bandas do

rock nacional, aqui na cidade, em um show inédito! O segundo lote já está à venda na internet pelo site redticket.com.br/titas. Mais um sucesso da Via Brasil Produtora com apoio da Jovem Pan FM Piracicaba. Ah, e tem as bandas Rota Nacional e Via Pública fazendo o som de abertura antes do Titãs entrar em cena. Bora lá? ■



Ferragamo Outono-Inverno 2024

Uma coleção que reflete a autoexpressão dos anos 20

Para Outono-Inverno 2024, Maximilian Davis explora a década de 1920 através de sua perspectiva distintamente definida, destilando-a à essência de suas identidades liberadas. Bainhas levantadas e tecidos fluidos, cinturas caídas e cortes descontraídos, os códigos visuais de uma era de emancipação são reduzidos e refinados para uma coleção que reflete a autoexpressão dos anos 20 – dos dois lados do século. “A década de 1920 usavam-se roupas como forma de celebrar a liberdade”, explica Davis. “E essa expressão de liberdade é algo que ressoa comigo, com minha herança e com Ferragamo.”

Ao lado de vestidos de musseline laqueados e transparências hiperfemininas, acabamentos emplumados e bordados de lantejoulas, o guarda-roupa das mulheres que optaram por se vestir em silhuetas masculinas – Joan Crawford, Greta Garbo – se refletem em ombros largos; lãs pesadas; couros flexíveis. Na alfaiataria, lapelas afiadas e escultóricas conotam um espírito surrealista, suas proporções distorcidas, o efeito de sua forma ecoando retratos radiográficos. Capas de cobertor – um item básico dentro do arquivo Ferraga-

mo – são empregadas como formas de proteção. “Nos anos vinte, como resposta ao mundo que as cercava, as pessoas criavam seus próprios espaços por meio de speakeasies”, explica Davis. “Eles estavam escondendo o que estavam vestindo até estarem seguros.”

A proteção torna-se um tema duradouro. Os uniformes do período e as roupas utilitárias de trabalho dos pescadores – suas coxas altas, suas roupas externas de couro – oferecem inspiração formativa e se manifestam em um contraponto ao vestuário fluido. Suas formas são suavizadas por conta de seus tecidos – lã misturada com caxemira para facilidade luxuosa; couros sem forro para uma delicadeza descontraída – enquanto imbuem a coleção com uma desejabilidade fetichista.

No calçado, emblemas da época aparecem discretamente pronunciados: o formato doce de um salto de cetim; um elegante T-bar em cima de um stiletto; uma sandália strappy retirada do arquivo. “Eu sempre trago as coisas de volta”, explica Davis. “Gosto de pegar uma parte rica da história e depois restringi-la para torná-la mais simples, mais moder-

na.” No espírito da androginia, os sapatos também traduzem os detalhes tradicionais de brogue e sapatos monk strap em mules de salto cigarette. Para os homens, o rigor formal é sutilmente subvertido: um derby suavemente alongado para um impacto ligeiramente surreal, seu calcanhar geometricamente quadrado. Em outro lugar, botas utilitárias são suavemente inchadas e quadradas para uma visão contemporânea de silhuetas vintage.

Os acessórios incorporam iterações sazonais da icônica bolsa Hug – emplumada; refinada; renderizado no novo monograma Ferragamo. Na expressão máxima do artesanato de Ferragamo, 950 lantejoulas de couro laminado são aplicadas à mão durante 19 horas para um efeito de escama de sereia. A Fiamma também vem em um novo tamanho e detalhes sombreados para compor a coleção. Para o outono-inverno, um novo estilo de bolsa também é introduzido: uma forma super macia, fechada com um Gancini, cuja estrutura foi desenhada a partir da forma do símbolo da cidade natal de Ferragamo, Florença: o lírio.



De desentupidor nasal a estimulante excessivo nos estudos: saiba os riscos das anfetaminas

Utilizada sem orientação médica por concurren- teiros e jovens que se preparam para o vestibular, apresentam graves riscos à saúde

Imagem: Banco de Imagem



Embora a anfetamina possa conferir uma sensação de confiança, seu uso desenfreado e não supervisionado acarreta uma série de riscos à saúde.

A anfetamina, uma droga sintética conhecida por seu efeito estimulante do sistema nervoso central, tem uma história complexa, que se entrelaça com os desafios contemporâneos da sociedade. Inicialmente desenvolvida para desobstruir as vias nasais, essa substância logo se mostrou popular entre aqueles que buscavam seus efeitos revigorantes. Sua ascensão à fama, no entanto, ganhou ímpeto durante a Segunda Guerra Mundial, quando soldados americanos e japoneses ingeriram mais de 200 milhões de comprimidos para combater a fadiga e manter a vigilância.

Embora a anfetamina possa conferir uma sensação de confiança, melhorar a capacidade motora e o foco, seu uso desenfreado e não supervisionado acarreta uma série de riscos à saúde. "A elevação da pressão arterial e da frequência cardíaca, e sintomas como irritabilidade e paranoia são apenas algumas das consequências negativas associadas ao consumo não regulamentado dessa substância", explica o biólogo e professor Paulo Jubilut.

Jubilut explica que o aumento da tolerância à anfetamina frequentemente leva a um ciclo perigoso de consumo cada vez mais elevado, enquanto as atividades cotidianas perdem sua atratividade em comparação com os efeitos intensos da droga. "Muitos usuários, infelizmente, enfrentam um declínio na qualidade de vida, even-

tualmente mergulhando em estados de depressão", aponta o professor.

Um parente próximo da anfetamina, a Ritalina, também não escapa de controvérsias. Amplamente prescrita para tratar o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), essa substância tem sido alvo de críticas devido ao aumento dos diagnósticos incorretos dessa condição. "O uso indiscriminado da Ritalina pode resultar em efeitos adversos significativos, especialmente quando administrada a pacientes que não necessitam realmente do medicamento", adverte Jubilut.

Alertas sobre os perigos do diagnóstico precipitado de TDAH e o subsequente tratamento com Ritalina ressoam em diversos setores. Não apenas a saúde mental das crianças está em risco, mas também seu desenvolvimento físico, já que a Ritalina pode interferir em hormônios essenciais, incluindo os relacionados ao crescimento.

Segundo Jubilut, a busca incessante por estímulos, muitas vezes alimentada pelo uso de dispositivos eletrônicos, também está sob análise. Estudos indicam que o uso excessivo de telas, como smartphones e computadores, pode afetar negativamente a memória e reduzir a capacidade cognitiva, levantando preocupações sobre os hábitos modernos e seu impacto na saúde mental e no desempenho intelectual.

Uma vida saudável e feliz começa com um sorriso

Tenha a melhor cobertura para seu sorriso.

ANS - nº 34.600-4

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

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

uniodonto
O nosso sorriso é único.

“Muitos usuários, infelizmente, enfrentam um declínio na qualidade de vida, eventualmente mergulhando em estados de depressão”

Telemedicina
SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA
0800-000-3009

ATENDIMENTO MÉDICO
24 horas

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

SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA
O Plano que tem Saúde Inteligente

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.cicurgicaindependencia.com.br

5 alimentos anticâncer para incluir na sua dieta

Segundo a OMS, os casos de câncer vão crescer até 77% até 2050. Especialistas comentam sobre importância da alimentação na prevenção de doenças

Alimentação é fundamental na prevenção de inúmeras doenças, inclusive do câncer. E, de acordo com levantamento realizado pelo Instituto Nacional do Câncer (Inca), até 2025 o Brasil registrará até 704 mil novos casos desse tipo de patologia. Além disso, dados divulgados recentemente pela OMS estimam que o número de novos casos de câncer detectados anualmente em 2050 aumentará para quase 35 milhões, o que representa uma alta de 77% em relação aos 20 milhões identificados em 2022. O alerta faz parte das novas estimativas sobre a doença divulgadas no início do mês pela Agência Internacional de Pesquisa sobre o Câncer (IARC, da sigla em inglês), braço da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Por isso, a nutricionista clínica e funcional, Gisela Savioli e o médico Christian Aguiar, autoridade em medicina preventiva e natural, foram consultados e explicam como garantir uma alimentação saudável e equilibrada é o primeiro passo para quem deseja ter vida longa, com muita saúde e mais protegida contra o adoecimento.

Segundo a nutricionista Gisela, existem alguns alimentos cruciais para incluir na alimentação que vão ser determinantes para evitar o estágio inflamatório, condição gatilho de muitas doenças, incluindo o câncer.

Hoje diversos estudos já comprovam que genética não é destino. Ela conta somente 20%. Os outros 80% fazem parte da epigenética (está acima da genética) que são nossas escolhas, como atitudes positivas, adotar um estilo de vida saudável e uma nutrição consciente. Muitas pessoas gostam de representar os genes como uma arma, mas lembre-se que quem está com o dedo no gatilho é você.

“A verdade é que a alimentação anticâncer é uma alimentação anti-inflamatória, a mais natural possível, sem agrotóxicos, preferencialmente sazonal, com riqueza e variedade de nutrientes,

antioxidantes, e compostos bioativos. Isso vale para qualquer estágio: prevenção, tratamento e combate de doenças crônicas”, pontua Gisela.

De acordo com Christian Aguiar, embora não haja uma garantia absoluta de que consumir esses alimentos previna o câncer, pesquisas sugerem que uma dieta rica em certos alimentos pode reduzir o risco de desenvolver certos



tipos de câncer. “Esses alimentos geralmente são ricos em antioxidantes, vitaminas, minerais e fitoquímicos que podem ter propriedades anticancerígenas, e incorporá-los em sua dieta pode ajudar a promover a saúde e reduzir o risco de desenvolver câncer”, explica o médico.

mastigá-lo 30 vezes antes de engolir”, explica Gisela.

3. Couve de Bruxelas

O terceiro alimento é a couve de Bruxelas, pequena, mas rica em antioxidantes, como enxofre e magnésio, que vão auxiliar o fígado a fazer o detox das substâncias que

res que contribuem para o desenvolvimento do câncer. Além disso, ele possui propriedades anti-inflamatórias, que podem ajudar a reduzir a inflamação crônica, que tem sido associada ao desenvolvimento de vários tipos de câncer.

Segundo Christian Aguiar, o alho também pode estimular o sistema imunológico, ajudando o corpo a combater células cancerígenas e outras ameaças à saúde. Alguns estudos sugerem que o alho pode ajudar a inibir a formação de novos vasos sanguíneos em tumores (angiogênese), impedindo assim o crescimento e a disseminação do câncer. “O alho demonstrou ter propriedades anti-mutagênicas, o que significa que pode ajudar a prevenir mutações genéticas que podem levar ao câncer” pontua Christian Aguiar.

5. Gengibre

Assim como o alho e o chá-verde, o gengibre é outro alimento riquíssimo em antioxidantes, como gingeróis, shogaóis e gingerdiona, que ajudam a neutralizar os radicais livres no corpo. Esses radicais livres podem danificar as células e contribuir para o desenvolvimento do câncer, desta forma, os antioxidantes do gengibre podem ajudar a prevenir esse processo. O gengibre também é muito conhecido por suas propriedades anti-inflamatórias, que reduzem a inflamação crônica no corpo. A inflamação crônica está associada ao desenvolvimento de várias doenças, incluindo o câncer.

“Alguns estudos sugerem que o gengibre pode ajudar a inibir a formação de novos vasos sanguíneos em tumores (angiogênese), o que pode retardar o crescimento e a disseminação do câncer. Além disso, o gengibre também mostrou ter efeitos inibitórios sobre a metástase, impedindo que as células cancerígenas se espalhem para outras partes do corpo” reforça Christian Aguiar.



Foto: Banco de Imagem

Couve de Bruxelas, mais rica em antioxidantes, como enxofre e magnésio

1. Couve

Para Gisela, a couve é uma verdadeira ‘farmácia’ viva, rica em componentes nutricionais. Ela agrega magnésio, que é o maestro do organismo às refeições, vitamina C, betacaroteno, Indol 3-carbinol, conhecido por sua ação em evitar a proliferação de células cancerígenas. Não à toa, os oncologistas costumam dizer que as células cancerígenas odeiam couve.

2. Brócolis

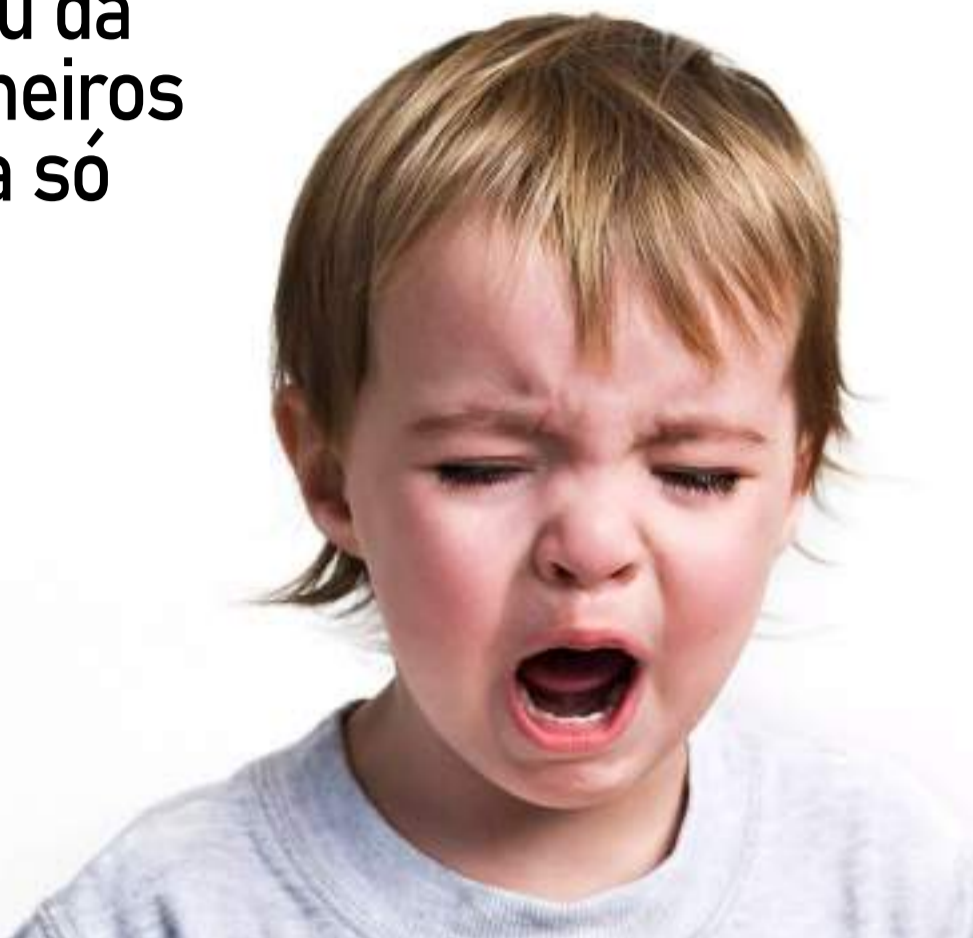
Da mesma família da couve, o brócolis é uma excelente fonte de vitaminas A, C, E e K, além de ser rico em ferro, potássio, cálcio e fósforo. No entanto, existe um segredo para preservar as propriedades nutricionais e protetoras contra as doenças deste alimento. “O brócolis precisa ser cozido no vapor, por dois minutos no máximo, preservando sua crocância. A dica é

“Esses alimentos geralmente são ricos em antioxidantes, vitaminas, minerais e fitoquímicos que podem ter propriedades anticancerígenas...”

Foto: Banco de imagem

Meu filho gostou da escola nos primeiros dias, mas agora só chora, saiba o que fazer

Especialistas dão dicas de como lidar com esse momento de choradeira e inseguranças



“Cada criança tem sua forma de se adaptar, de se expressar e reagir a novas situações. É papel dos adultos estarem atentos a isso...”

No portão da escola, a entrega da criança deve ser feita sem titubear

Choradeira e insegurança. Esses são dois fatos comuns nos primeiros dias de aula, especialmente na educação infantil. E essa fase de adaptação do retorno à escola pode impactar não apenas as emoções dos alunos, mas também de pais e responsáveis e até dos educadores.

Segundo Dayse Campos, diretora da Escola Interpares, de Curitiba, o processo de adaptação das crianças ao ambiente escolar é profundamente individual e deve ser acompanhado aluno a aluno.

“Cada criança tem sua forma de se adaptar, de se expressar e reagir a novas situações. É papel dos adultos estarem atentos a isso. E é papel da escola estar atenta, ainda, à adaptação, expressão e reação dos pais a esse processo, para poder ajudá-los”.

Ela explica que o ambiente ao qual a criança estava inserida no período das férias precisa ser levado em conta nos primeiros dias de aula.

“Por exemplo, crianças que socializaram menos durante as férias, porque passaram mais tempo com adultos e em casa, podem se retrair nos primeiros dias e isso é normal, é esperado”, descreve a professora. Outro exemplo dado por Dayse é referente às telas.

“A maioria das crianças passa mais tempo exposta a telas nas férias, se comparado aos períodos escolares. Então é normal que haja um estranhamento e até uma abstinência relacionada a esse recurso. Sem falar em

questões de alimentação e convívio permanente com os pais ou avós. Tudo isso vai fazer diferença nos primeiros dias”.

Com o início do ano letivo, as escolas em geral buscam promover ambientes acolhedores para as crianças durante o processo de adaptação.

“Algumas crianças são naturalmente exploradoras, ansiosas por ambientes novos. Durante a semana inicial, esses pequenos aventureiros dedicam-se a explorar a escola, divertindo-se e entrando e saindo sem derramar uma lágrima. Porém, nem sempre isso é sinal que a adaptação está resolvida”, alerta ela.

Dayse conta que, à medida que a “novidade” se dissipa, alguns alunos podem sentir falta do ambiente familiar, resultando em uma adaptação tardia marcada por choros e saudades dos pais nas semanas seguintes ao início das aulas.

“Nesse momento, vemos os pais ficarem confusos, porque a criança começou o ano letivo bem e depois passou a reclamar. Mas não significa que algo de ruim aconteceu na escola. Foi só a euforia dos primeiros dias que passou”.

A leitura atenta dos sinais e movimentos de cada criança é crucial para auxiliar o seu processo de adaptação. Para a coordenadora pedagógica Caroline Brand, o foco inicial da abordagem deve ser garantir a segurança emocional e física da criança.

“Isso envolve um processo de conhecer profundamente

cada aluno, suas preferências e aversões, estabelecendo uma troca de referências que anteriormente eram compartilhadas com os pais”, detalha ela.

Segundo Caroline, o momento da despedida entre a criança e os pais, na chegada à escola, é considerado um momento crítico e, muitas vezes, a orientação é que essa despedida seja breve.

“O preparo começa antes, com a mãe explicando ao filho sobre a ida à escola em um contexto tranquilo. Uma rotina estruturada deve ser mantida para que a criança compreenda o que esperar nos próximos dias. E, no portão da escola, a entrega da criança deve ser feita sem titubear. Se o aluno sente que o pai e a mãe estão nervosos, ele fica também”, ex-

plica.

A coordenadora explica que as particularidades e o tempo de resposta de cada criança, e de cada família, devem ser respeitadas durante esse período. “O compromisso da escola deve ser garantir que cada pessoa envolvida - seja o aluno, o responsável ou o educador - se sinta confortável, apoiado e compreendido.

Catapora (Varicela)

Sintomas aparentemente comuns podem ser **sinal de perigo**.



Pintinhas vermelhas pelo corpo, bolhas e crostas, coceira;



mal-estar geral, cansaço;



dor de cabeça;



febre alta.



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

(19) 9999.5.3322

Estresse favorece desenvolvimento do Alzheimer

Redução de fatores de risco modificáveis, como estresse, má alimentação e sedentarismo, poderia reduzir declínio mental e perda de memória na velhice.



Foto: Banco de imagem

O estresse está associado com modificações hormonais e inflamatórias que podem afetar o cérebro, além de problemas de sono e queda no sistema imunológico

Gabriela Cupani

O estresse favorece o desenvolvimento do Alzheimer e de outras demências, de acordo com um artigo americano recém-publicado no Journal of the American Medical Association (Jama). Adultos que vivem sob maior tensão têm mais chances de experimentar declínio mental e perda de memória na velhice. Esse novo estudo se destaca por ser um dos poucos a avaliar um número considerável de pacientes, uma vez que os autores acompanharam quase 25 mil voluntários com mais de 45 anos ao longo de quatro anos.

Os pacientes passaram por avaliações sobre a percepção do próprio estresse e capacidades cognitivas. No final, aqueles que tinham maior pontuação nos níveis de tensão desempenhavam pior resultado nos testes de memória. Isso ocorreu mesmo após levar em conta variáveis como nível socioeconômico e outros problemas de saúde, como males cardiovasculares.

“Não é novidade que o estresse impacta a cognição de forma

“Não é novidade que o estresse impacta a cognição de forma aguda e crônica, sendo considerado um dos fatores de risco modificáveis para Alzheimer”

aguda e crônica, sendo considerado um dos fatores de risco modificáveis para Alzheimer”, diz a neurocientista Claudia Figueiredo, da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Ele está associado com modificações hormonais e inflamatórias que podem afetar o cérebro, além de problemas de sono e queda no sistema imunológico. O esgotamento também favorece comportamentos pouco saudáveis, como tabagismo e sedentarismo.

Para os autores, o resultado sugere a necessidade de rastrear o problema e planejar intervenções para reduzir o risco de perda cognitiva em adultos mais velhos. Além disso, reforça a hipótese de que a alta prevalência de demência em grupos minoritários raciais e étnicos pode ser atribuída, em parte, aos maiores níveis de estresse enfrentados por essa população, entre eles baixo status socioeconômico e discriminação.

Fatores de risco modificáveis

Segundo os autores do estudo, estima-se que uma redução entre 10% e 25% em fatores de risco modificáveis, como estresse, má alimentação e baixa atividade física, poderia prevenir 1,3 milhões de casos de Alzheimer no mundo todo.

Ainda assim, são necessários mais estudos para entender como aspectos sociais e comportamentais associados ao estresse afetam diferentes grupos para planejar intervenções capazes de prevenir o declínio cognitivo.

Fonte: Agência Einstein

Como o Ovo Pode Impulsionar sua Saúde Cerebral e Muscular



Lúcia Endriukaite, Nutricionista do Instituto Ovos

No mundo da nutrição, os ovos se destacam por possuírem uma riqueza de benefícios para a saúde que merece ser destacada. Gostaria de compartilhar com vocês informações valiosas sobre como os ovos são um verdadeiro tesouro nutricional, especialmente quando se trata da saúde do nosso cérebro e músculos.

Os ovos são uma fonte incrível de colina, um nutriente essencial que desempenha papéis vitais em nosso corpo. A colina é um componente essencial dos fosfolipídios, que compõem as membranas celulares e desempenham um papel fundamental na saúde do cérebro. Além disso, a colina é o precursor da acetilcolina, um neurotransmissor que desempenha um papel crucial na função cognitiva, incluindo memória e aprendizado.

Estudos têm demonstrado consistentemente que uma dieta rica em colina está associada a melhorias na função cerebral em todas as idades. Desde o desenvolvimento cognitivo na infância até a preservação da função cerebral

durante o envelhecimento, a colina desempenha um papel essencial em manter nossos cérebros afiados e nossas mentes alertas.

Mas os benefícios dos ovos não param por aí. A colina também desempenha um papel importante na saúde dos nossos músculos. Ela está envolvida na síntese de fosfolipídios, que são essenciais para a integridade das células musculares. Além disso, estudos têm sugerido que a suplementação de colina pode melhorar o metabolismo de gorduras e proteínas musculares, promovendo uma composição corporal saudável e a manutenção da massa muscular magra.

Portanto, incluir ovos em sua dieta regular pode ser uma estratégia simples e eficaz para apoiar a saúde do cérebro e dos músculos. Mas lembre-se, a chave para uma alimentação saudável é a moderação e a variedade. Os ovos podem ser uma parte importante de uma dieta equilibrada, mas é importante combiná-los com uma variedade de outros alimentos nutritivos, como frutas, legumes, grãos integrais e proteínas magras.

Se você tem alguma preocupação com o consumo de ovos, como o colesterol, fique tranquilo. Estudos recentes têm sugerido que o colesterol presente nos ovos tem um impacto mínimo nos níveis de colesterol sanguíneo em pessoas saudáveis. Além disso, os ovos são uma fonte de proteína de alta qualidade, vitaminas e minerais essenciais, tornando-os uma escolha nutritiva para a maioria das pessoas.

Portanto, da próxima vez que você estiver planejando suas refeições, não se esqueça dos ovos. Eles são mais do que apenas um café da manhã clássico - são uma poderosa fonte de nutrição que pode impulsionar sua saúde cerebral, muscular e geral. Então vá em frente, quebre alguns ovos e desfrute dos muitos benefícios que este alimento simples e versátil tem a oferecer.

JP NEWS
PIRACICABA - 99,5 FM

OUÇA A MELHOR PROGRAMAÇÃO NO SEU CELULAR
Baixe agora mesmo o app da JP News Piracicaba

Disponível na Google Play | Disponível na App Store

O avocado e seus benefícios para a saúde

As características da fruta e receitas fáceis de fazer com o alimento altamente nutritivo

O avocado é uma variedade do abacate, com sabor e aparência semelhantes. Menor e mais magro - com 10% a menos de calorias -, é altamente nutritivo. Ele contém 11 vitaminas e 14 minerais, e ajuda a manter a saúde do coração e a balancear as taxas de colesterol. Segundo a nutricionista do Oba Hortifruti, Renata Guirau, a fruta é recomendada para antes e depois dos exercícios físicos, pois favorece a reposição de sais minerais e potássio, que previne câibras.

“As gorduras do avocado, chamadas de monoinsaturadas, são consideradas ácidos graxos essenciais, substâncias fundamentais para nossa saúde, e têm ação anti-inflamatória e antioxidante, que ajuda na prevenção de doenças crônicas. Além disso, atuam na proliferação da flora benéfica no intestino, e ajudam no trânsito intestinal”, explica a especialista. E não para por aí: o fruto também auxilia na saciedade das refeições e é excelente para a manutenção das células do sistema nervoso, como os neurônios.

Renata cita estudos que mostram os benefícios do avocado para a saúde. Um deles, publicado em 2022, revelou que pessoas que consomem regularmente o fruto mantêm a prevenção cognitiva mais preservada ao longo do processo de envelhecimento.

Outras pesquisas comprovam os efeitos do consumo regular do avocado para a saúde cardiovascular. “Ele ajuda no controle da pressão arterial, dos níveis de colesterol, na melhora em marcadores de inflamação. Especialistas estudaram pessoas com excesso de peso, diabetes e hipertensão arterial e verificaram que os pacientes melhoraram os parâmetros de controle com o consumo regular de avocado”, afirma a nutricionista.

A especialista ensina ainda que o avocado tem um componente extra chamado luteína, que atua, principalmente, na saúde da visão e protege as células do sistema ocular do envelhecimento precoce.

Além disso, também há evidências de que o alimento seja uma boa

escolha por pessoas que busquem redução de peso corporal. “O fruto ajuda na saciedade e a reduzir a inflamação, que atrapalha o processo de emagrecimento. O consumo de uma porção de avocado ao longo de 12 semanas já demonstra benefícios em parâmetros metabólicos de pessoas com excesso de peso”, diz Renata.

A fruta pode ser consumida no café da manhã e lanches, in natura, com mel, com aveia, com granola, picada com outras frutas ou com pasta de amendoim. Pode ser preparada como vitamina, batida com leite ou leite vegetal, e ir para o freezer, e se transformar em picolé caseiro muito nutritivo. “As torradas com avocado são um sucesso, além de fáceis de preparar e lindas”, lembra a nutricionista.

Nas refeições principais (almoço e jantar), o avocado pode ir à mesa na forma de guacamole, compondo saladas, e no preparo de molhos para temperos de saladas e carnes.

Renata ensina três receitas fáceis de fazer com a fruta

VALORES MARMITEX
 MINI R\$20,00
 MÉDIA R\$22,00
 GRANDE R\$26,00
 EXTRA GRANDE R\$30,00
 EXTRA GRANDE COM DIVISÓRIAS R\$30,00
SELF SERVICE A VONTADE
 SÉTIMA A SEXTA R\$24,90
 SÁBADO R\$29,90

CAÇAROLA Paulista RESTAURANTE
 19 99804-6443 R. DONA LICA 119



Creme de avocado com cacau

- 2 avocados médios
- 2 colheres de sopa rasas de cacau em pó
- 4 colheres de sopa cheias de leite em pó desnatado

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador. Divida o conteúdo em 4 taças e leve para a geladeira por pelo menos 4 horas antes de consumir. Se desejar, finalize a preparação com amêndoas laminadas na hora de servir.



Modo de preparo

Bata tudo no liquidificador até obter um creme homogêneo. Se desejar um creme mais fluido, adicione azeite extra. Use para acompanhar torradas, grissinis, crostatas, biscoitos de arroz e pães. Ou como molho para saladas.

Maionese falsa de avocado

- 3 avocados médios (polpa)
- Suco de 2 limões tahiti
- 2 dentes de alho amassados
- 10 colheres de sopa de azeite de oliva
- 2 colheres de sopa de cebolinha picada z
- 1 colher de chá de sal



Picolé de avocado

- 100g de castanha de caju sem sal
- 2 avocados médios (polpa)
- 150ml de água
- Suco de 1 limão siciliano
- 2 colheres de sopa de adoçante líquido

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador e leve ao freezer em forminhas para picolé até ficarem bem firmes.

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

RIVANA
 PADARIA DELICATESSEN

Cores e vida para um apartamento à beira-mar

Um refúgio familiar vibrante e sofisticado no coração do Flamengo

Arquiteta Natália Salla assina o projeto de um apartamento de 180m², localizado no bairro de Flamengo, Rio de Janeiro. Destinado a um casal de médicos com dois filhos pequenos, o projeto, concluído em cinco meses, teve como objetivo principal criar um ambiente familiar alegre e sofisticado, em seu primeiro imóvel próprio.

O pedido dos clientes era por uma residência que exalasse felicidade, com toques de cores

vibrantes, mas mantendo uma base sofisticada. Para atender a essa demanda, Natália Salla utilizou uma paleta de cores com tons neutros e revestimentos atemporais, acrescentando detalhes em verde, azul e rosa. O projeto incluiu a integração de elementos naturais como pedra e palha, reforçando o clima praiano e garantindo aconchego em todos os espaços do apartamento.

Um dos elementos diferenciados do projeto é o corredor de

acesso aos quartos, que recebeu uma pintura em duas cores, rosa e azul, além de um móvel decorativo, convertendo-o em uma passagem encantadora. As cores foram um grande destaque neste projeto, procurando trazer alegria a cada canto da casa, ao mesmo tempo em que mantinha a identidade de cada membro da família nos ambientes íntimos. Outro destaque especial foi a personalização dos puxadores de borboleta no quarto da filha, uma assinatura

criativa do escritório de Salla.

Considerando a localização privilegiada do apartamento, à beira-mar, um dos focos foi manter a vista deslumbrante livre e visível de todos os ambientes, tratando-a quase como uma obra de arte integrada à residência.

O principal desafio enfrentado

por Natália Salla neste projeto foi equilibrar as cores distintas em cada ambiente, de acordo com as preferências dos clientes, mas mantendo uma unidade visual harmoniosa, evitando uma aparência desarmônica. O resultado é um lar vibrante, acolhedor e elegantemente planejado para uma família moderna.

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



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

Fotos: Luciano Mendes @ark.foto



A integração de elementos naturais como pedra e palha, reforçando o clima praiano garantem o aconchego em todos os espaços do apartamento.



Um dos focos foi manter a vista deslumbrante livre e visível de todos os ambientes.



Fotos: Luciano Mendes @ark.foto



As cores foram um grande destaque neste projeto, procurando trazer alegria a cada canto da casa, ao mesmo tempo em que mantinha a identidade de cada membro da família nos ambientes íntimos.



Dirofilariose: Verme do coração ameaça os pets e preocupa ainda mais no Verão

A estação mais quente do ano vem acompanhada de alguns alertas para os tutores de pets, e um deles é a prevenção da dirofilariose, o verme do coração. A doença, que ainda para alguns é desconhecida, pode ser grave e até levar a óbito, se não for tratada.

Foto: Banco de Imagem



Por isso, é importante lembrar que as pulgas e carrapatos não devem ser a única preocupação, principalmente durante o Verão

O verme do coração, também conhecido como dirofilariose, é uma doença que afeta os pets e pode ser grave, se não for detectada e tratada a tempo. No Brasil, ainda há carência de informações sobre a dimensão dessa doença, o que dificulta o entendimento da sua prevalência no país. A médica-veterinária Ana Carolina Both, Gerente de Serviços Técnicos da Zoetis, destaca que existem estudos publicados sobre o assunto, mas muitos deles são realizados em regiões específicas, o que limita a compreensão da situação em âmbito nacional.

De acordo com estudos realizados, a frequência da doença aumentou significativamente nos últimos anos. Em 2003, a prevalência era de 3%, e em 11 anos, 2014, esse número cresceu para 23%. Embora não haja dados específicos para 2023, essas informações evidenciam que a doença está presente e em ascensão no Brasil. “Por isso, é importante lembrar que as pulgas e carrapatos não devem ser a única preocupação, principalmente durante o Verão”, destaca Ana Carolina.

A transmissão do verme do coração para cães e gatos

ocorre por meio da picada de mosquitos de diversos gêneros, infectados pelo parasita, o que explica a maior incidência da doença durante o Verão, quando esses insetos estão mais ativos.

“Para um pet ficar doente, ele precisa ser picado por um mosquito que esteja infectado com as larvas do verme do coração. Após isso, o processo é que em poucos dias, essas larvas se desenvolvem e, através da corrente sanguínea, chegam ao coração, onde vão se instalar para completar seu ciclo e causar a doença”, explica Ana Carolina.

Ainda conforme a médica-veterinária, o pet infectado pode apresentar alguns sintomas que podem ser confundidos com outras doenças cardíacas: “tosse seca, falta de ar, mucosas pálidas ou arroxeadas são alguns dos sintomas que podem aparecer. Com o tempo, o verme do coração cresce e toma conta de grande parte do órgão e grandes vasos pulmonares e assim começa a atrapalhar o funcionamento cardiorrespiratório”.

A prevenção é fundamental, pois a dirofilariose pode ser evitada por meio de uma única aplicação anual de medicamen-

to preventivo, de forma simples e prática. De acordo com Ana Carolina, “o custo da prevenção é muito menor do que o tratamento da doença, que pode ser oneroso e impactante

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

“Por isso, é importante lembrar que as pulgas e carrapatos não devem ser a única preocupação, principalmente durante o Verão”

tanto para os animais quanto para seus tutores. Além disso, o aspecto emocional de ter um animal doente é significativo, o que reforça a importância de conscientizar as pessoas sobre a existência da doença e a sua prevenção, ainda que o verme do coração tenha cura”.

“É indispensável que os tutores estejam atentos à saúde de seus animais de estimação e conversem com um médico-veterinário para realizar a prevenção adequada contra o verme do coração, prevenir sempre será a melhor escolha”, 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

Coplacampo chega a 10ª edição

Com o “combo” formado por tecnológico avançado, demonstrações práticas de novas tecnologias e tendências do agronegócio, a COPLACAMPO 2024 chegou em sua décima edição. O evento, realizado pela Cooperativa de Plantadores de Cana do Estado de São Paulo (COPLACANA), aconteceu no bairro Taquaral, em Piracicaba – SP. A feira, que reuniu as melhores empresas do agronegócio, destacou os avanços tecnológicos no cooperativismo e tendências no agronegócio. Durante a abertura do evento o presidente e o vice-presidente da Coplacana, Arnaldo Bortoletto e José Coral, receberam na manhã da última segunda-feira (26), o vice-governador Felício Ramuth, secretário de agricultura e abastecimento, Guilherme Piai, prefeito Luciano Almeida e demais autoridades para a abertura da maior feira de tecnologia agro da Coplacana – a Coplacampo.

Fotos: Marcelo Germano



João Batista, Odinei Assarisse e Fabio Moura



Luciano Almeida, Arnaldo Bortoletto e Guilherme Piai



Lourenço Tayar e Guilherme Piai



Marcos Farhat, José Coral e Arnaldo Bortoletto



Gilmar Rotta e José Coral



Wagner de Oliveira e Pedro Kawai



Evandro Piedade, Nivaldo Camillo e Paulo Massarotto



Danilo Vendemiatti e Carlos Defavari



Felício Ramuth e Arnaldo Bortoletto



André Simioni, Erick Gomes, Danilo Vendemiatti, Alex Madureira, Carlos Rodrigues



Pedro Mesquiere, Sandra Bandeira, Ligia Mackey, Inka Vasconcelos e Arthur Ribeiro



Unimed lança programa

A diretoria do presidente Carlos Joussef lançou o programa Respeito, Diversidade e Inclusão, voltado à construção de uma cultura organizacional mais consciente e responsável para médicos e colaboradores que atuam na Cooperativa. A iniciativa conta com o apoio do departamento de Recursos Humanos da Instituição e consultoria do psicanalista Helio Hintze. Por lá..

Fotos: Divulgação



Mauro Rontani, Helio Hintze e Carlos Joussef



Maria Thereza Martins, Jane Pereira, Sandra Carvalho e Cleide Pereira



Karina Faustino, Thalita Fermino, Ellen Zimiani e Maria Luiza Bombo



Jesley Santos, Rayssa Assis e Tatiane Paes



Luciana Nicolete e Layane Negri



Luciana Sacchi, Amanda Barros e Edimara Valentim



Silvia Marques, Vanessa Corder e Juliana Frutuoso



Tatiane Torresan, Jéssica Domingues, Jacqueline Mariano e Ani Bodner



Fernando Mendes, Rafaela Schmidt, Gislene Milanez, Débora Sacconi, Marcelo Carlim

Pós NRF da Escola de Negócios da Acipi compartilhou as principais tendências do varejo mundial

Em uma noite de trocas e insights, a Escola de Negócios da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba) promoveu uma incrível rodada de palestras com o tema "Tendências e Inspirações Pós NRF 24". Empresários e especialistas participantes da maior feira do varejo mundial realizada em janeiro, na cidade de Nova Iorque, dividiram percepções exclusivas, proporcionando uma visão privilegiada das novidades do setor para Piracicaba. Um momento intenso, de provocações positivas, muita informação e caminhos para negócios de todos os tamanhos.



Marcelo Cançado, presidente da Acipi, junto aos participantes convidados para falar dos insights pós NRF



Gustavo Barreira, Thiago Salgado, Juliano Meneghel Dorizotto, Lorenzo Vitti e Gustavo Castro



Alex Camargo, Bruno de Oliveira, Carolina Fernandes, Maria Lígia Alves e Marcelo Pompeo



Izabella Tegon, Guilherme Fayad, Isabela Pupin e Letícia Nobre



Mateus Ferreira Lima, Tiago Maia e William Segueze



Carina e Luiz Antônio Rochelle



Fábio Benevides, Guilherme Gorga Mello, Fernanda Vitti e Luiz Carlos Furtuoso



Jacqueline Silva, Ricardo Moura e Bruna Leme



Larissa Pinheiro, Paloma Coleti, Elis Marina Carvalho e Raphaela Domingues



Antonio Carlos Schievano, Thiago Salgado, Marcelo e Larissa Moreira



Rogério Resch, Roberta Foschini e Gustavo Petrin



Fernanda Vitti e Elisabete Mazero



Dario Gohda, Christian Matos Oliveira, Andiara Zambello, Julio Takano e Ronald Nossig

Novos Patrimônios Mundiais da UNESCO

Há mais de mil Patrimônios Mundiais e, todo ano, a UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura) recebe dezenas de aplicações, e, para ser selecionado, o local deve apresentar um valor universal extraordinário e cumprir critérios rigorosos. Para os 88% * dos viajantes brasileiros que querem aprender sobre a história de um destino e se sentirem mais conectados à sua cultura em 2024, vale a pena conhecer os locais culturais e naturais que foram recentemente adicionados à lista de Patrimônios Mundiais da UNESCO. Assim, a Booking.com selecionou alguns dos novos Patrimônios Mundiais, que garantem uma conexão mais profunda dos viajantes com o destino, desde as fortalezas vikings em formato de anel na Dinamarca até o sagrado Triângulo da Polinésia.



Taputapuātea – Raiatea, Polinésia Francesa

Emoldurada por montanhas e lagoas azul-turquesa, a Polinésia Francesa é o local ideal para vivenciar a cultura descontraída das ilhas. Raiatea, que significa "paraíso distante", abriga Taputapuātea, uma comunidade que serviu como um centro sagrado por pelo menos mil anos. Esse local, recentemente reconhecido como Patrimônio Mundial da UNESCO e considerado o centro do Triângulo da Polinésia, inclui dois vales florestais, lagoas e recifes de corais, além de uma faixa de oceano aberto. No epicentro está o complexo Marae Taputapuātea, um centro político, cerimonial e funerário para o povo Ma'ohi, onde o domínio dos vivos se entrelaça com o dos ancestrais e deuses. Os visitantes de Raiatea podem conhecer quase toda a ilha de barco, incluindo o interior, que é acessível por um rio sinuoso. Além da sua rica história, Raiatea oferece atividades aquáticas e uma culinária deliciosa, composta por pratos tradicionais da Polinésia, como frutos do mar frescos com leite de coco.

Onde se hospedar: na costa leste e parte menos habitada de Raiatea, o Fare Oviri Lodge, em Opoa, oferece vista para uma praia privativa e possui bangalôs em estilo polinésio, com varanda térrea e vista para o mar. O hóspede pode usufruir de equipamentos gratuitos para mergulho com snorkel e caiaque no local e estará a uma curta viagem de carro do sagrado complexo Marae Taputapuātea. A acomodação, que faz parte do programa Viagens Sustentáveis da Booking.com, organiza passeios de mergulho e de barco pela ilha, liderados por guias locais.



Fortalezas Anelares da Era Viking – Slagelse, Dinamarca

Cinco fortalezas em formato de anel, espalhadas por toda a Dinamarca, foram incluídas na lista de Patrimônios Mundiais da UNESCO, reconhecidas como alguns dos vestígios arqueológicos mais proeminentes da Era Viking. Essas estruturas foram construídas entre 970 e 980 d.C. e se caracterizam por sua simetria, cada uma compartilhando um design geométrico uniforme. A cerca de uma hora de carro ao sul de Copenhague, no vilarejo de Slagelse, o viajante encontra a mais bem preservada das cinco fortalezas, conhecida como Trelleborg, cujos vestígios ainda podem ser claramente vistos. Além disso, os viajantes têm a oportunidade de desvendar a vida dos Vikings visitando o museu nas proximidades e conhecendo a vila Viking reconstruída. Para saber mais sobre os Vikings, uma boa pedida é ir ao Museu Nacional da Dinamarca, nas proximidades de Copenhague, que conta com exposições dedicadas à história desses guerreiros e navegadores escandinavos.

Onde se hospedar: o Vilcon Hotel & Konferencegaard está situado em uma antiga fazenda dinamarquesa tradicional, a uma curta viagem de carro da fortaleza de Trelleborg. Essa acomodação com o selo Viagem Sustentável da Booking.com serve um menu sazonal em seu restaurante, cujas especialidades são preparadas com ingredientes de sua horta e ovos de suas galinhas. O hotel possui ainda um salão de esportes no local, onde é possível jogar tênis e vôlei, além de proporcionar acesso a uma área de treino para golfe.



Gaya Tumuli – Gimhae, Coreia do Sul

A Coreia do Sul é lar dos misteriosos Gaya Tumuli, antigos montes funerários, recentemente reconhecidos como Patrimônio Mundial da UNESCO, que oferecem um vislumbre dos antigos costumes coreanos - alguns com múltiplas câmaras que revelam artefatos, desde cerâmica até joias. Os montes de terra variam de pequenas colinas a grandes elevações e há cerca de 1,5 mil distribuídos ao longo da parte sul da península coreana. A cidade de Gimhae, localizada às margens do Rio Nakdong, já foi a capital do reino Gaya, um antigo estado coreano, e os montes testemunham quão avançada era sua civilização. É possível se hospedar em Busan, a segunda maior cidade da Coreia do Sul, a um curto trajeto de carro, onde há montanhas, praias e águas termais.

Onde se hospedar: no Lotte Hotel Busan, localizado a uma curta caminhada de uma estação de metrô em Busan, com fácil acesso a Gimhae (uma viagem de metrô de uma hora), é possível dar um mergulho na piscina, assistir a um filme no cinema ou jogar uma partida de golfe. O hotel conta com cinco restaurantes, uma padaria e um bar com shows frequentes de música ao vivo. Além disso, essa acomodação participante do programa Viagens Sustentáveis da Booking.com utiliza eletricidade 100% renovável e compensa uma parte da sua pegada de carbono.





Parque Nacional Los Alerces - Patagônia, Argentina

Dividida entre o Chile e a Argentina, a região da Patagônia abriga diversos parques nacionais - reservas que protegem vastas extensões de uma das últimas florestas primitivas na Terra. Uma delas é o Parque Nacional Los Alerces, cuja paisagem andina foi moldada por glaciações, resultando em um labirinto de lagos espelhados e prados alpinos. A oeste da cidade de Esquel, esse parque preserva algumas das maiores e mais antigas florestas de coníferas Alerce, espécie ameaçada de extinção, algumas das quais podem ter surgido bem antes da construção da Grande Pirâmide de Gizé. Recentemente declarado Patrimônio Mundial pela UNESCO, devido a esses exemplares que resistiram por até 4 mil anos, o parque também é lar de diversos animais ameaçados de extinção, como a lontra huillín e os cervos huemul e pudú da Patagônia. Além disso, o local se destaca pela riqueza botânica da floresta temperada valdiviana. Essa área protegida é sinônimo de aventura ao ar livre, oferecendo aos viajantes oportunidades de passeios de barco e caiaque no Lago Futalufquen, nas proximidades, além de diversas trilhas.

Onde se hospedar: o Laguna Larga Lodge está localizado em uma propriedade de 110 hectares em uma floresta virgem, perto do parque nacional. A acomodação fica a uma curta viagem de carro do Lago Futalufquen e a poucos passos da tranquila Laguna Larga. O chalé possui sua própria praia e píer, bem como acomodações em estilo alpino, com vista para o lago e para a Cordilheira dos Andes.

Sambor Prei Kuk - Kompong Thom, Camboja

Considerada a maior estrutura religiosa do mundo, Angkor Wat muitas vezes assume o centro das atenções quando se trata da herança cambojana, mas o reino de Chenla, que prosperou nos séculos VI e VII, também desempenhou um papel fundamental. Reconhecido como Patrimônio Mundial da UNESCO, Sambor Prei Kuk é um sítio arqueológico onde mais de 100 templos se entrelaçam com a selva. Esse local foi identificado como a antiga capital "perdida" de Chenla, conhecida como Isanapura, e abriga algumas das estruturas mais antigas do país. A uma curta viagem da cidade de Kompong Thom, é possível percorrer as trilhas arenosas de Sambor Prei Kuk, contornando templos em formato octogonal e descobrindo lintels, colonatas e pedimentos decorados. Desde seus templos até sua rica vida selvagem, o Camboja tem de tudo, e esse destino não é exceção. A tranquila cidade de Kompong Thom beira o Rio Stung Sen, proporcionando a oportunidade de um passeio de barco, que passa por santuários adornados em ouro e campos de arroz.

Onde se hospedar: com vista para o Rio Stung Sen, o Sambor Village Hotel está situado em uma área residencial arborizada de Kompong Thom e é a parada ideal para viajantes que querem fazer uma pausa durante a famosa viagem entre Siem Reap e Phnom Penh. Os quartos contam com uma varanda espaçosa, e é possível se refrescar na piscina ou aproveitar as bicicletas gratuitas para se aventurar pelos arredores. O restaurante desse hotel participante do programa Viagens Sustentáveis da Booking, com utiliza ingredientes locais frescos para preparar pratos tradicionais. Há também passeios a preços acessíveis para Sambor Prei Kuk, organizado por guias locais especializados.



Tr'ondëk-Klondike - Dawson City, Yukon, Canadá

O mais recente Patrimônio Mundial da UNESCO em Yukon narra a história da Corrida do Ouro de Klondike, um êxodo em massa de migrantes que deixaram suas cidades natais e foram para Yukon após a descoberta de ouro em 1896. O vasto e belo deserto de Yukon, onde espécies como cervos, alces e raposas árticas superam em muito o número de humanos, é habitado por seis tribos indígenas hoje em dia. No inverno, é possível esquiar pelas reservas naturais e patinar sobre os lagos. Em junho e julho, Yukon recebe cerca de 21 horas de luz solar por dia e é ideal para praticar mountain bike, canoagem e trilhas no Kluane National Park and Reserve.

Onde se hospedar: o Dawson Lodge, em Dawson City, aceita animais de estimação e fica a um curto trajeto de carro do Patrimônio Mundial da UNESCO e a poucos passos do Rio Yukon. O vilarejo conta com atividades que transportam os viajantes de volta à época da corrida do ouro, oferecendo desde passeios de pedalinho até competições de pesca de ouro. Além disso, o chalé, que tem o selo Viagem Sustentável da Booking.com, utiliza eletricidade 100% renovável e oferece atividades organizadas por guias locais.