

FOLHA DE PIRACICABA

EDIÇÃO Nº 295

O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

Piracicaba, domingo, 17 de março 2024 | www.folhadepiracicaba.com.br

Espermidina: encontrada no corpo humano e em determinados alimentos pode prolongar a vida

Foto: Divulgação



Pág. 03

Diversos estudos apontam resultados promissores com o consumo de substância encontrada em leguminosas, cereais, sementes e até alimentos fermentados; além de contribuir com a melhora da saúde celular e proteção do DNA, expectativa de vida pode aumentar de 10 a 25%

Sabe-se que a expectativa de vida tem aumentado no mundo inteiro. No Brasil, de acordo com IBGE, esse crescimento é visto anualmente e diversos estudos apontam os motivos que podem contribuir com uma vida mais longa. Saneamento básico, avanço da medicina, maior acesso à saúde e informação e uma dieta rica em substâncias que combatem o envelhecimento são alguns dos principais fatores que ajudam na longevidade.

Cidade

Pág. 09

Folha de Piracicaba foi eleito o melhor jornal online da cidade



Marcelo Germano, diretor do jornal Folha de Piracicaba



Agência Midaz premia os destaques de Piracicaba pelo segundo ano consecutivo

Cidade

Pág. 06

Risco de AVC aumenta em 56% em pessoas que roncam



Campanha da Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial visa evidenciar a importância de uma boa noite de sono para a saúde

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

A VENDEDORA, CRESORA EDUCADORA, a esta data, tem como legítimos possuidores 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 Comarca de Piracicaba, Estado de São Paulo. Foi lançada do registro nº 5 da matrícula nº 130.327, em 19/08/22, a venda de uma área de terras, no desenvolvimento loteado, com o denominativo de (LOTAMENTO) PARQUE DOS LARANJAIS, nos termos da Lei nº 4.766/1977, estando o projeto aprovado pela GRAPICAB, 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

Toxina botulínica contra enxaquecas

Foto: Divulgação



Conheça o Protocolo PREEMPT que foi fundamental para estabelecer a eficácia do botox como uma opção terapêutica para essa condição

Cultura

Pág. 29

REVISTA Us
17 de março de 2024

Cláudia Alves
Ela conta pra PiraCult como o Alzheimer mudou sua vida

Comportamento
Técnicas de retórica para influenciar e persuadir

Saúde
Urina escura pode indicar problemas graves nos rins

Pet
Eutanásia de cães e gatos

Estética
Tratamento facial com sílica

Boa leitura!
Morro Grande

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

FOLHA DE PIRACICABA
O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

YouTube
@Folhadepiracicaba

TERÇA 20/02
9 hs da manhã

f **t**



Artigo

O Jurista e o Advogado

Ao ministrar palestra para a primeira turma do curso de Direito da Faculdade Bela Vista, um dos temas que abordei foi a diferença entre o jurista e o advogado, que gostaria de compartilhar também com os leitores.

Muitas vezes os senhores ouvem a mídia referir-se aos juristas e aos advogados como sinônimos, mas vale ressaltar, desde logo, que são funções diferentes.

O jurista nasce com o Direito Romano. Eram os jurisconsultos que tinham autoridade e conhecimento para interpretar a lei. Por conta disso, escreviam livros e códigos, auxiliando os imperadores. O jurista é, portanto, um profundo conhecedor do Direito e, quando emite uma opinião, o faz na condição de intérprete imparcial do direito.

O jurista é aquele que interpreta o Direito e, quando se convence de uma tese, vai apresentar todo o seu conhecimento para explicar qual é a correta interpretação. Logo, o jurista é alguém que tem a função de dizer o direito com imparcialidade, mesmo que o parecer seja para alguém que está necessitando de uma determinada interpretação.

Sendo assim, nós, pareceristas, negamos, repetidas vezes, a possibilidade de redigir um parecer por não estarmos convencidos das teses apresentadas. Fizemos uma análise, outro dia no escritório, e verificamos que dos mil e poucos pareceres que eu dei na vida, devo ter negado, pelo menos mil, por não estar convencido da tese exposta.

Já o advogado tem a obrigação fundamental de defender o seu cliente e, para isso, tem que ser honesto e ético. Aliás, esse é um conselho que dou: nos primeiros tempos do exercício da advocacia, pode haver até alguma perda em relação àqueles profissionais menos éticos, mas com o tempo, eles serão conhecidos por não serem éticos, enquanto que os que são também serão reconhecidos e, pelo

seu próprio conhecimento, serão gradativamente mais valorizados.

Eu sempre disse para os meus alunos - atuei no magistério desde 1964 e fui professor universitário durante 60 anos -, como aqueles que crescem na vida podem não ter crescido tão rapidamente quanto os desonestos no início, mas, com o tempo, os desonestos são ultrapassados com uma velocidade extraordinária. Ocorre que aqueles que atuam por convicção são sempre mais confiáveis, pois só aceitam as questões de que estão convencidos que podem defender. Mesmo diante de questões mais complicadas, o advogado, tem a obrigação de dedicar-se ao máximo para vencer, não desonestamente, mas utilizando -se de todas as virtualidades da lei para que isso possa ocorrer.

“A mídia referir-se aos juristas e aos advogados como sinônimos, mas vale ressaltar, desde logo, que são funções diferentes”

Essa é a grande diferença: o advogado não tem responsabilidade de elaborar doutrina, o jurista sim. O advogado tem obrigação de buscar na lei a vitória do seu

cliente, ou minimizar, no caso do direito penal, a pena dele.

É por essa razão que o advogado está no tripé que forma o Poder Judiciário: Ministério Público, Magistratura e a Advocacia, que, a meu ver, é a minha vocação.

Ives Gandra da Silva Martins é Professor Emérito de Universidades, das Escolas de Comando e Estado-Maior do Exército - ECEME, Superior de Guerra - ESG e da Magistratura do Tribunal Regional Federal - 1ª Região; Professor Honorário das Universidades Austral (Argentina), San Martin de Porres (Peru) e Vasili Goldis (Romênia); Doutor Honoris Causa das Universidades de Craiova (Romênia) e das PUCs-Paraná e RS, e Catedrático da Universidade do Minho (Portugal); Presidente do Conselho Superior de Direito da FECOMERCIO - SP; ex-Presidente da Academia Paulista de Letras-APL e do Instituto dos Advogados de São Paulo-IASP.

Artigo

A importância da Gestão Territorial no Futuro Sustentável de Piracicaba

Ano passado, em Copenhague, o Congresso Mundial de Arquitetos, com o tema Futuros Sustentáveis - Não Deixar Ninguém Para Trás, teve como meta descobrir de que maneira a Arquitetura e o Urbanismo influenciam os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU.

Saindo da Dinamarca e aterrissando no Brasil e, em especial, nesta cidade linda que tanto amamos, Piracicaba, hoje temos o cuidado de alinhar nossos planos e projetos municipais a estes objetivos mundiais de sustentabilidade por diretriz de nosso prefeito. E não à toa, temos uma Secretaria Municipal de Gestão Territorial.

Quando estudamos a ciência de Gestão Territorial dentro das cadeiras de Urbanismo na época da faculdade, os exercícios de leitura do território são sempre acompanhados de pesquisas de dados e de campo, uma vez que é impossível compreender a cidade sem entender sua história e seus indicadores, ou sem vivenciar o espaço e conversar com as pessoas.

O espaço físico é “carregado de vida e de particularidades das pessoas que nele vivem”, como já afirmava Mayumi Lima, em 1995.

Mas não é só a percepção e a escuta que importam. Temos metodologias e tecnologias, elementos obtidos, mapas construídos, análises cruzadas e discussões realizadas para uma melhor compreensão das dinâmicas do urbano e do rural, estes lugares onde as facetas econômica-social-ambiental se cruzam e se complementam, formando o diagnóstico real de um município.

Em Piracicaba, o histórico dos exercícios de leitura participativa do território para uma melhor gestão territorial vem estabelecendo uma cultura local consolidada, onde a escuta ativa e democrática de todos os envolvidos acontece nos espaços dos conselhos municipais, do Orçamento Participativo, bem como em outras instâncias multidisciplinares.

E todos estes resultados vêm nos ajudando nas decisões de desenvolvimento planejado da cidade que so-

nhamos.

Para mostrar alguns dos nossos números, temos que, só no ano passado, a Semuhget confeccionou 237 mapas (DGEO), cadastrou 1.208 famílias para habitação de interesse social (DAPHAB), tirou 1.729 vistos de conclusão (DFISC), construiu 25 maquetes eletrônicas de patrimônios históricos locais (DPH), conseguiu quase R\$ 1 milhão de recursos do Fehidro para projeto de drenagem do Piracicamirim (DPLAN), analisou 458 anuências de confrontações (DPROP), atendeu 458 casos de regularização fundiária (DREG), fez 3.517 análises de projetos, 19.833 relatórios VRE, 2.090 análises de projetos de residência, 9.115 pesquisas de informação (DUOS), entre outras tantas atividades que estruturam a Gestão Territorial de Piracicaba.

Para este ano, o desafio será mostrar nossa realidade e discutir nosso futuro, com base nos 17ODSs, na 6ª Conferência Municipal da Cidade, obrigatória para todos os municípios brasileiros realizarem até 30 de junho de 2024, cujo tema é Cidades para Todos: O Desafio da Integração e da Sustentabilidade.

Estamos no aguardo das diretrizes federais e estaduais para divulgação das datas aqui em Piracicaba, mas enquanto isso continuamos no

nosso trabalho diário, atendendo as demandas, repensando processos, melhorando instrumentos legais e apoiando as políticas públicas no que diz respeito à gestão de nosso querido território.

Alinhados com as diretrizes mundiais, seguimos acreditando, como estabelecido ano passado em Copenhague, que nosso futuro precisa ser sustentável e que não podemos deixar ninguém para trás.

Os 17 ODS foram estabelecidos pela ONU em 2015 e compõem uma agenda mundial para a construção e implementação de políticas públicas das mais complexas questões que visam guiar a humanidade até 2030 da maneira mais sustentável possível.

Andrea Ribeiro Gomes é secretária municipal de Habitação e Gestão Territorial

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.

Espermidina: substância encontrada no corpo humano e em determinados alimentos pode prolongar a vida

Diversos estudos apontam resultados promissores com o consumo de substância encontrada em leguminosas, cereais, sementes e até alimentos fermentados; além de contribuir com a melhora da saúde celular e proteção do DNA, expectativa de vida pode aumentar de 10 a 25%



Os resultados ainda apontaram que a longevidade com o consumo de espermidina pode aumentar de 10 a 25%

Sabe-se que a expectativa de vida tem aumentado no mundo inteiro. No Brasil, de acordo com IBGE, esse crescimento é visto anualmente e diversos estudos apontam os motivos que podem contribuir com uma vida mais longa. Saneamento básico, avanço da medicina, maior acesso à saúde e informação e uma dieta rica em substâncias que combatem o envelhecimento são alguns dos principais fatores que ajudam na longevidade.

E cada vez mais são descobertos ingredientes e substâncias em alimentos que também são capazes de ativar mecanismos que contribuem com o aumento da expectativa de vida, como é o caso da espermidina - encontrada em cogumelos, lentilha, nozes, sementes, ou seja, em grãos integrais -, que é uma substância natural e que faz parte dos compostos chamados poliaminas, que desempenham diversos papéis importantes nas células, incluindo a regulação do crescimento celular e a manutenção da integridade genômica, ou seja, a integridade do DNA e, conseqüentemente, a sobrevivência da célula.

Espermidina x longevidade

Com isso, estudos publicados em 2018 pelo Instituto Guido Kroemer: Centre de Recherche des Cordeliers, na França, relataram que a absorção nutricional de espermidina está associada à redução da mortalidade geral, cardiovascular e relacionada ao câncer em humanos.

“Os estudos se basearam na utilização de questionários alimentares que permitiram calcular, para cada indivíduo, a absorção nutricional de poliaminas, incluindo espermidina. Os resultados apontaram um prog-

nóstico favorável independente para a redução da mortalidade, o que significa que esta variável previu uma incidência reduzida de morte mesmo após correção de fatores de confusão, como idade, índice de massa corporal, consumo de álcool ou aspirina, diabetes, síndrome metabólica, atividade física, sexo, status socioeconômico e até mesmo qualidade da dieta, apoiando a ideia de que a espermidina pode, de fato, estar causalmente envolvida na redução da morbidade e mortalidade geral”, explica Maurizio Pupo, farmacêutico e professor especialista em cosmetologia.

O estudo também apontou que a espermidina é capaz de estimular e induzir a autofagia, que é um processo que envolve a reciclagem de células danificadas, envelhecidas ou não funcionais, fazendo com que haja a regulação do equilíbrio celular e, também, o rejuvenescimento de importantes porções da célula. “Por esta razão, a autofagia tem um vasto potencial antienvelhecimento, sendo capaz também de eliminar células defeituosas ou cancerígenas”, ressalta o farmacêutico.

Outro estudo desenvolvido por pesquisadores da Universidade do Texas A&M, em 2017, mostraram que aqueles que receberam espermidina, tiveram menos câncer de fígado e fibrose hepática, mesmo nos casos em que o organismo já apresentava uma predisposição natural para essas doenças. “Os resultados ainda apontaram que a longevidade com o consumo de espermidina pode aumentar de 10 a 25% (sendo possível a porcentagem mais alta para indivíduos que iniciam o consumo desde a infância), e que os efeitos colaterais da substância são

“*Leguminosas, como ervilha, feijão e lentilha, cereal integral, sementes, como a de girassol e abóbora, alguns tipos de cogumelos, algumas frutas, como a maçã, além de alimentos fermentados são algumas das fontes alimentares ricas em espermidina...*”

mínimos, já que ela é encontrada no próprio esperma humano”, diz Pupo.

Como tirar proveito da espermidina?

Conforme citado acima, essa substância pode ser encontrada em diversos alimentos, o que facilita seu consumo no dia a dia de qualquer pessoa. “Leguminosas, como ervilha, feijão e lentilha, cereal integral, sementes, como a de girassol e abóbora, alguns tipos de cogumelos, algumas frutas, como a maçã, além de alimentos fermentados são algumas das fontes alimentares ricas em espermidina. Desta forma, é possível ter uma dieta diversificada e com opções para toda a família, lembrando que quanto mais jovem se inicia o consumo dessa substância, mais chances de aumentar a longevidade”, explica o farmacêutico.

Ainda é importante ressaltar que a quantidade exata de espermidina pode variar em diferentes alimentos e, também, pode ser influenciada pelo método de preparação desses alimentos. “Por isso, é importante manter um cardápio variado e com fontes alimentares naturais sempre que possível, para poder absorver o máximo de quantidade de espermidina nas refeições diárias”, diz o especialista.

Mecanismos beneficiados pela espermidina

Além da autofagia, citada anteriormente, que é um processo essencial para a manutenção da saúde celular, a espermidina ainda pode contribuir com outros mecanismos no nosso organismo capazes de prolongar a vida, como:

Proteção do DNA: A esper-

midina pode ajudar a proteger o DNA contra danos, o que é crucial para prevenir mutações genéticas que podem levar ao envelhecimento celular e a várias doenças.

Regulação da expressão gênica: A espermidina pode influenciar a expressão de genes relacionados ao envelhecimento e a longevidade, uma vez que, ela pode estar envolvida na regulação de vias metabólicas e moleculares que afetam o processo de envelhecimento.

Redução do estresse oxidativo: A espermidina pode ter propriedades antioxidantes, o que significa que ela pode ajudar a neutralizar os radicais livres e reduzir o estresse oxidativo nas células. O estresse oxidativo está associado ao envelhecimento celular.

Modulação do sistema imunológico: Alguns estudos sugerem que a espermidina pode modular o sistema imunológico, promovendo uma resposta imunológica saudável, o que pode ser relevante para a longevidade.

“Atualmente, existem diversos estudos e pesquisas sobre as evidências promissoras da espermidina, principalmente, com relação aos efeitos positivos no aumento da expectativa de vida. Porém, a longevidade é um fenômeno complexo, influenciado por uma combinação de fatores genéticos, ambientais e de estilo de vida. De qualquer forma, os alimentos com essa substância são opções saudáveis e que podem ser incluídos facilmente na dieta, contribuindo não só com a possibilidade de uma vida mais longa, mas com a proteção das células e DNA do nosso corpo”, finaliza o farmacêutico.

Dor de cabeça: Os segredos da toxina botulínica contra enxaquecas em crianças e adultos

Conheça o Protocolo PREEMPT que foi fundamental para estabelecer a eficácia do botox como uma opção terapêutica para essa condição

Ador de cabeça e a enxaqueca afetam milhões de pessoas em todo o mundo, impactando negativamente a na qualidade de vida e a produtividade. Para muitos, a busca por um tratamento eficaz parece um quebra-cabeça sem solução.

Mas, uma nova peça já esta mudando esse cenário: A Toxina Botulínica nos tratamentos de dores de cabeça, enxaquecas e outros tratamentos dentro da Neurolo-

gia.

Eficácia comprovada

Diversos Estudos científicos já demonstram que a toxina botulínica é eficaz na redução da frequência, intensidade e duração das crises de dores de cabeça e enxaquecas, reduzindo em até 50% o número de dias e intensidade da dor de cabeça em pacientes com enxaqueca crônica. O protocolo PREEMPT (Phase III Research Evaluating Migraine Prophylaxis Therapy) é um es-

“A Toxina Botulínica é uma ferramenta poderosa no combate à dor de cabeça e à enxaqueca. É um tratamento seguro e eficaz que pode melhorar significativamente a qualidade de vida dos pacientes”

tudo clínico realizado para avaliar a eficácia e a segurança do uso de toxina botulínica (Botox) no tratamento da enxaqueca crônica.

Essa pesquisa consistiu em dois estudos clínicos randomizados, duplo-cegos e controlados por placebo, envolvendo pacientes que sofriam de enxaqueca crônica. O protocolo PREEMPT foi fundamental para estabelecer a eficácia do Botox como uma opção terapêutica para essa condição.

Como funciona

Gladys Arnez, Neurologista e especialista em Doenças do Neurodesenvolvimento e no uso de Toxina Botulínica na Neurologia explica que geralmente, o protocolo PREEMPT envolve a aplicação de múltiplas injeções de Botox em pontos estratégicos da cabeça e do pescoço a cada 12 semanas, com o objetivo de prevenir o surgimento das crises de enxaqueca.



Foto: Banco de Imagem

O uso de botox para o tratamento da enxaqueca crônica deve ser realizado por profissionais de saúde qualificados

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.

“A Toxina Botulínica é uma ferramenta poderosa no combate à dor de cabeça e à enxaqueca. É um tratamento seguro e eficaz que pode melhorar significativamente a qualidade de vida dos pacientes”, completa a Gladys Arnez, que possui grande experiência não só no método com uso da Toxina Botulinica para enxaquecas, como para outros tratamentos como a Paralisia Cerebral.

É importante ressaltar que o uso de botox para o tratamento da enxaqueca crônica deve ser realizado por profissionais de saúde qualificados e sob prescrição médica, uma vez que o procedimento envolve a aplicação de uma substância neurotóxica- diz a médica.

Por fim, o protocolo PREEMPT foi um marco

importante no avanço do tratamento da enxaqueca crônica e no reconhecimento da toxina botulínica como uma opção terapêutica eficaz para essa condição, além do impacto econômico da dor de cabeça e da enxaqueca é significativo, com perdas de produtividade e custos com tratamento, completa Gladys.

Benefícios:

Enxaqueca Crônica: Redução da frequência e intensidade das crises, ou seja, que têm mais de 15 dias de dor de cabeça por mês. Também pode ser usado para tratar outros tipos de dores de cabeça, como dores de cabeça tensionais e dores de cabeça em salvas.

Dores de Cabeça Tensionais: Alívio da dor e redução da frequência.

Outras dores de cabeça: A toxina botulínica pode ser usada para tratar outros tipos de dores de cabeça, como dores de cabeça cervicogênicas e dores de cabeça em salvas

Quais os efeitos colaterais

Os riscos da toxina botulínica são geralmente leves e transitórios. Eles podem incluir:

- Dor no local da injeção
- Inchaço
- Rosto vermelho
- Dor de cabeça
- Náusea
- Em casos raros, Reação alérgica

Quem pode se beneficiar da toxina botulínica?

Gladys explica que a toxina botulínica, conhecida por seus usos estéticos, tem se mostrado uma

ferramenta poderosa no combate à dor de cabeça e à enxaqueca. Não é a cura, mas a eficácia é comprovada. - completa Gladys Arnez. Adultos de qualquer idade podem se beneficiar do tratamento e crianças, depois de passar por uma avaliação rigorosa com um neurologista ou um neuropsiquiatra.

Como é realizado o procedimento e em quanto tempo é feito?

A toxina botulínica atua bloqueando a liberação de neurotransmissores que contribuem para a dor, como a serotonina e a calcitonina gene-related peptide (CGRP). Além disso, a toxina botulínica pode ajudar a relaxar os músculos da face e do pescoço, que também podem estar envolvidos na dor de cabeça. A aplicação é segura e eficaz.

A toxina botulínica é aplicada em pontos específicos da cabeça, ombros e do pescoço. O procedimento é feito em consultório e leva cerca de 30 minutos. A duração dos efeitos do procedimento, é de em media de 3 meses.

A toxina botulínica atua bloqueando a liberação de acetilcolina, relaxando os músculos da face e da cabeça, reduzindo a dor e a frequência das crises.

Obs: Se você sofre com dor de cabeça ou enxaqueca, converse com seu médico sobre a toxina botulínica. Certamente será para você, uma luz no fim do tunel. Uma nova esperança, pois só quem sabe o que é viver com enxaqueca, sabe da importância de um tratamento inovador feito por um especialista respeitado.

ESPAÇO GIANNA
AGORA ESTÁ NO
GIANNA MIX
CONVENIÊNCIA!

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

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

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

AV. ARMANDO CÉSARE DEDINI, 330 . PIRACICABA . SP

#vemprogianna



Risco de AVC aumenta em 56% em pessoas que roncam

Campanha da Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial visa evidenciar a importância de uma boa noite de sono para a saúde

O ronco, muitas vezes visto como uma perturbação noturna comum, pode estar associado a um risco significativamente elevado de acidente vascular cerebral (AVC), conforme revelado por um estudo publicado no *The Lancet Regional Health*. Durante um período de acompanhamento médio de 10 anos, 19.623 participantes desenvolveram AVC.

De acordo com o coordenador do departamento de

Medicina do Sono da Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial (ABORL-CCF), Alexandre Ordones, a respiração nasal, ou seja, a inspiração do ar pelo nariz, é essencial para a qualidade do sono e uma noite sem rouquidão.

“A obstrução nasal pode levar a fragmentação do sono, reduzindo a capacidade de sono profundo, que é a fase do sono na qual as ondas cerebrais estão mais lentas, “descan-



Foto: Banco de Imagem

Os resultados do estudo confirmam que as pessoas que roncavam tinham uma chance 56% maior de ter um AVC

sando” e com uma inibição por meio dos neurônios do neocórtex (região localiza-

da na parte externa do cérebro) que está relacionada à funções como comandos

motores, percepção sensorial, consciência e linguagem”, completa o médico.

Quem é visto, é lembrado!

Mauricio Ribeiro

Jornalista

Comunicador

Assessor de Imprensa desde 2012

Profissional responsável pela

Primor Comunicação & Imprensa



nós cuidamos da sua **imagem**

PRIMOR

COMUNICAÇÃO & IMPRENSA

@primorimprensa | (19) 98243.8817

A fim de enfatizar a importância da respiração no sono, a ABORL-CCF, com a campanha “respire bem e durma melhor”, esclarece como possibilidade de explorar um problema que, muitas vezes, é visto como um simples incômodo. Os especialistas da Associação produzirão conteúdos nas redes sociais com o objetivo de conscientizar a população sobre os problemas de uma noite mal dormida.

A dificuldade de respirar pelo nariz pode levar a fragmentação do sono, reduzindo a quantidade de sono profundo. Segundo o coordenador do departamento do sono, isso pode ocasionar sonolência diurna, fadiga, alterações de memória, dores de cabeça pela manhã, sensação de perda de energia e cansaço crônico.

O ronco pode estar associado à apneia obstrutiva

“Durante uma noite de sono, dados são coletados para que o médico possa diagnosticar distúrbios do sono, tais como apneia obstrutiva, movimentos periódicos das pernas e comportamentos noturnos, como sonambulismo”

do sono, quando há pausas respiratórias recorrentes durante o sono. Essa doença pode provocar quedas frequentes nos níveis noturnos de oxigênio no sangue e essa condição tem sido associada à inflamação sistêmica, que pode afetar o funcionamento de todo o organismo.

A análise dos dados que foram publicados no estudo, revelou que o ronco estava intimamente ligado ao AVC, com um aumento notável na incidência desse desfecho entre os que sofriam com os roncamentos noturnos. Dos casos de acidente vascular cerebral registrados, 11.483 foram classificados como isquêmicos, enquanto 5.710 foram identificados como hemorrágicos.

“Os resultados do estudo confirmam que as pessoas que roncavam tinham uma chance 56% maior de ter um AVC. Além disso, quan-

do olhamos mais de perto, vemos diferenças significativas entre os dois tipos de acidente: o risco de AVC hemorrágico aumentou em 50% para aqueles que roncavam, enquanto o risco de AVC isquêmico mais do que dobrou, com um aumento de 102%”, declara Ordones.

Prevenção e tratamento

Para realizar um tratamento de problemas com o sono é preciso avaliar cada caso cuidadosamente, o diagnóstico é feito por um exame chamado polissonografia, que trata-se de um procedimento não invasivo realizado durante o sono do paciente.

“Durante uma noite de sono, dados são coletados para que o médico possa diagnosticar distúrbios do sono, tais como apneia obstrutiva, movimentos periódicos das pernas e comportamentos noturnos, como sonambulismo”,

informa o especialista.

Algumas dicas são úteis para melhorar a qualidade de sono:

- Manter um peso saudável: o ganho de peso pode resultar na acumulação de gordura nas estruturas ao redor da faringe e da língua, o que diminui o espaço disponível para a passagem de ar;
- Evitar o consumo de álcool: a bebida pode relaxar os músculos da faringe, o que facilita a ocorrência de apneia;
- Não fumar por pelo menos 4 horas antes de deitar: o tabagismo inflama as vias aéreas superiores, o que pode dificultar a respiração;
- Praticar atividade física regularmente: melhora a capacidade cardiorrespiratória e diminui a pressão sanguínea, reduzindo assim o risco de AVC.



SÓ AQUI VOCÊ:

SE TORNA FLUENTE:

Com nosso **Curso de Inglês** você experiencia nossa **metodologia comunicativa e aulas dinâmicas** que te permitem alcançar a **fluência no primeiro ano de curso!**

ABRE PORTAS:

Com nossos **Cursos Técnicos em Administração e Segurança do Trabalho** você conta com uma **abordagem focada no desenvolvimento de habilidades para o mercado!**

SE ATUALIZA:

Com nossos **Cursos de Informática** você adquire as **competências necessárias para alcançar o sucesso profissional!**

(19) 3417-5200 (19) 98962-8642
RUA MORAES BARROS, 422 - CENTRO, PIRACICABA - SP



Planejamento Familiar e a Importância do Jazigo: Um Gesto de Cuidado e Amor

Em um mundo em constante mudança, o planejamento familiar torna-se essencial para garantir o bem-estar e a tranquilidade daqueles que amamos. Dentro desse contexto, a aquisição de um jazigo no Cemitério Parque da Ressurreição emerge como uma decisão sábia e significativa.

Um jazigo não é apenas um espaço físico, mas sim um símbolo tangível do cuidado e do amor que temos por nossos entes queridos. É um gesto de responsabilidade e previdência, que proporciona conforto e segurança emocional para as futuras gerações.

Ao adquirir um jazigo, estamos investindo no futuro de nossa família, garantindo que, mesmo após nossa partida, terão um local digno e tranquilo para honrar nossa memória e buscar consolo. É uma forma de aliviar o fardo emocional durante momentos de luto, proporcionando um espaço sagrado para a reflexão e a conexão espiritual.

Além disso, o jazigo serve como uma referência simbólica para aqueles que ficam, lembrando-os de que o amor perdura além da vida terrena. É um ponto de encontro para a família e amigos, onde podem reunir-se para lembrar e celebrar aqueles que partiram, for-



Fotos: Divulgação

A família, representada na imagem, está sempre presente nos eventos do cemitério, sempre muito unida

talecendo os laços familiares e mantendo viva a memória dos entes queridos.

No Cemitério Parque da Ressurreição, oferecemos não apenas jazigos, mas sim um espaço de acolhimento e tranquilidade, onde as famílias podem encontrar conforto e apoio em momentos difíceis. Nossa

equipe dedicada está aqui para auxiliar em todos os aspectos do planejamento e aquisição, garantindo uma experiência tranquila e respeitosa.

Portanto, ao pensar no futuro de sua família, considere o significado profundo e a importância do jazigo. É um ato de amor e cuidado que trans-

cede o tempo, deixando um legado de paz e conforto para as gerações futuras.

Conheça o Cemitério Parque da Ressurreição, estamos localizados na Avenida Comendador Luciano Guidotti, 1754, em Piracicaba. Agende sua visita e conheça nossas opções de jazigos e serviços disponíveis.



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

Jazigos para compra e aluguel

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

Funerária 24h
(19) 3426-4877

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



Prêmio Melhores do Ano Piracicaba: Folha de Piracicaba foi o grande vencedor da categoria Jornal Online

Agência Midaz premia os destaques de Piracicaba pelo segundo ano consecutivo

Agência Midaz realizou com sucesso a segunda edição do Prêmio Melhores do Ano Piracicaba. Este evento, que busca reconhecer os melhores estabelecimentos e profissionais da cidade, foi marcado pela participação ativa da comunidade piracicabana, que votou para eleger seus favoritos.

Com mais de 120 categorias em disputa, os indicados foram escolhidos pelo público, refletindo a diversidade e representatividade das preferências locais. A revelação dos vencedores ocorreu de maneira transparente e acessível, por meio do Instagram oficial da Agência Midaz, garantindo que todos pudessem acompanhar os resultados em tempo real.

Destacamos com

orgulho que o jornal Folha de Piracicaba foi o grande vencedor da categoria Jornal online, recebendo o primeiro lugar em reconhecimento à sua excelência e contribuição para a comunidade.

O diretor do jornal Folha de Piracicaba Marcelo Germano recebe essa notícia com muita satisfação.

“Em um mercado tão competitivo, o prêmio consagra os 6 anos de um trabalho realizado com muita dedicação, respeito aos leitores, aos princípios éticos e a uma linha editorial totalmente diferenciada junto ao jornal Folha de Piracicaba, colocando o leitor sempre a par das pautas mais importantes. Sinto um imenso orgulho e muito honrado

por esse reconhecimento”, diz.

O Prêmio Melhores do Ano Piracicaba teve um impacto significativo na cidade, incentivando a participação ativa da comunidade e permitindo que expressassem suas preferências em áreas como gastronomia, serviços profissionais e muito mais. O engajamento do público evidenciou a importância e relevância desse prêmio para a comunidade local.

Para mais informações sobre o Prêmio Melhores do Ano Piracicaba e outras iniciativas da Agência Midaz, acesse @agenciamidaz e @melhoresdoanopiracicaba no Instagram.



PRÊMIO MELHORES DO ANO

FOLHA DE PIRACICABA
O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

Fotos: Divulgação



Marcelo Germano, diretor do jornal Folha de Piracicaba



Parte da equipe do Folha de Piracicaba

“Em um mercado tão competitivo, o prêmio consagra os 6 anos de um trabalho realizado com muita dedicação, respeito aos leitores, aos princípios éticos e a uma linha editorial totalmente diferenciada junto ao jornal Folha de Piracicaba, colocando o leitor sempre a par das pautas mais importantes. Sinto um imenso orgulho e muito honrado por esse reconhecimento”

57 anos do HFC Saúde

História, crescimento e humanização

São 57 anos de história e crescimento, graças ao empenho e a dedicação de toda equipe que trabalha em sintonia, buscando excelência em performance, atendimento humanizado e novas tecnologias. Graças também a cada paciente que confia no trabalho hospital para cuidar do bem mais precioso: a saúde.

O Grupo AFOCAPI está cada vez mais fortalecido com a união do HFC Saúde, a Operadora de Saúde e a Associação dos Fornecedoros de Cana de Piracicaba, a junção do hospital, do agronegócio e da operadora de saúde.

ONA 3

O HFC Saúde recebeu o selo de Acreditação ONA 3 que comprova a excelência de atendimento. Esse é o maior reconhecimento e um marco significativo para o hospital. “Esta conquista mostra o quanto nossa equipe está preparada e em sintonia na busca constante da excelência em cuidados de saúde e segurança do paciente. Queremos agradecer todos os profissionais que se dedicam com amor e os pacientes que confiam no trabalho do hospital”, disse o presidente do HFC Saúde, José Coral.

O benefício de ter um hospital acreditado é que os pacientes podem ter confiança na qualidade assistencial, nos processos, na comunicação assertiva e na segurança no atendimento. “O selo ONA 3 é o reconhecimento de que o HFC Saúde atende os mais rigorosos padrões de qualidade estabelecidos pela Organização Nacional de Acreditação. Demonstra o compromisso da equipe com a melhoria contínua. O hospital está cada vez mais maduro em gestão, performance e cuidado. Essa certificação demonstra que estamos no caminho certo e que a nossa busca é constante. Estamos nos preparando para ser um hospital digital e trazer cada vez mais segurança, tecnologia e encantamento para os pacientes”, disse a diretora do Grupo AFOCAPI, Lucimeire Ravelli Peixoto.

Hoje mais de 80% dos atendimentos são realizados para pacientes do SUS – Sistema Único de Saúde “O HFC Saúde não para de crescer e essa certificação vem para coroar a excelência e processos bem estruturados no atendimento ao paciente. Piracicaba ganha com isso, a população também”, disse o secretário

de Saúde, Dr. Douglas Koga.

Revitalização

O acesso principal do hospital que é a porta de entrada de centenas de pessoas e familiares passou por uma revitalização. “Queríamos uma entrada mais acolhedora, humanizada e ao mesmo tempo moderna, que o paciente se sinta abraçado assim que passar pela porta de entrada”, disse o presidente do HFC Saúde José Coral.

E por falar em José Coral, ele que desde 1994 está como presidente do HFC Saúde, recebeu uma homenagem de toda equipe do hospital. Já na entrada, uma foto dele foi colocada para enaltecer o líder que inspira todos com a sua responsabilidade, com uma gestão presencial e com o amor que ele tem pelo hospital. José Coral um exemplo de gestor, de pai, avô e bisavô. “Ele ama esse hospital. Todos os dias pela manhã meu pai faz questão de vir para o HFC Saúde, ele gosta de acompanhar a evolução do hospital e nós como família acompanhamos juntos”, disse a filha do Coral, Kátia Coral.

José Coral completou 60 anos de associativismo e continua ajudando a escrever essa história. “Estou muito feliz e honrado por essa homenagem. História que começou com o primeiro presidente, Domingos José Aldrovandi e desde 1994, quando assumi a presidência, o HFC Saúde é a menina dos meus olhos”, finalizou Coral.

Plano de Saúde HFC Saúde

Em 2023 completou um ano do relançamento do Plano de Saúde HFC Saúde. Um plano que conta com toda infraestrutura do HFC Saúde e que agora pode ser adquirido por pessoas físicas e jurídicas. O plano tem acesso a uma ampla rede credenciada própria e terceirizada, diversos médicos em seus próprios consultórios, clínicas e laboratórios, Pronto Atendimento 24h e ambulatório exclusivo de pediatria com horários flexíveis. O HFC Saúde abrange Piracicaba e região e possui atendimento de urgência e emergência em todo território Nacional, através do Sistema Abramge.

Parceiros e voluntários

Não tem como falar do HFC Saúde sem falar dos parceiros que tanto fazem pelo hospital. Parceiros, empresas, institui-



Equipe do HFC



José Coral

ções, voluntários que entendem, valorizam e contribuem com o trabalho do HFC Saúde. “Esse é o único hospital que sobreviveu na categoria canavieira, lógico com muito trabalho de toda diretoria, equipe e parceiros. Há 30 anos trabalho com José Coral e sei que não existe quem goste mais do hospital do que ele, eu sou testemunha disso”, disse o presidente da Coplacana, Arnaldo Bortoletto.

“Nós temos muito trabalho pela frente, mas as conquistas nos mostram que estamos no caminho certo. Queremos agradecer cada colaborador, eles que nos ajudam diariamente a escrever essa história do hospital. Agradecer todos os parceiros que acreditam e apoiam o HFC Saúde e os pacientes e familiares que confiam no nosso trabalho”, finalizou José Coral.

15 DE MARÇO

57 ANOS

Professora 
Bebel
DEPUTADA ESTADUAL
Nossa voz mais forte

Parabéns

à sua direção, aos funcionários e ao corpo clínico!



Hospital Unimed oferece novo Ecocardiograma na Unidade do Coração

Exame sob estresse físico na bicicleta ergométrica completa o rol de exames da Instituição

Foto: Filipe Paes/Studio47

Juliano Fantazia

Na busca incessante por aprimorar serviços e proporcionar diagnósticos precisos, a Unidade do Coração do Hospital Unimed Piracicaba anuncia a implantação do ecocardiograma sob estresse físico na bicicleta ergométrica. Esta nova aquisição enriquece ainda mais o rol de exames disponíveis para o diagnóstico eficiente de condições cardíacas, consolidando a Instituição como referência na área da cardiologia na cidade e região.

“O novo exame combina a ultrassonografia do coração com exercício físico. Durante o procedimento, não-invasivo, o paciente realiza esforço crescente na bicicleta, enquanto são captadas imagens detalhadas do coração. Este método é particularmente útil para detectar doença arterial coronariana, avaliar a função cardíaca em situações de estresse e auxiliar na determinação de estratégias de tratamento”, explicou o presidente da Cooperativa, Carlos Joussef, que investe, constantemente, em inovação para os mais de 200 mil beneficiários da cidade e região.

A importância desta tecnologia reside na capacidade de oferecer uma avaliação mais abrangente e dinâmica do funcionamento cardíaco, especialmente em pacientes com suspeita de doença arterial coronariana ou com histórico de problemas cardíacos. Com o ecocardiograma sob estresse físico, os médicos podem obter informações para um diagnóstico precoce e preciso, permitindo intervenções mais eficazes e personalizadas.

“Estamos comprometidos em oferecer serviços de saúde de excelência, investindo em tecnologia de ponta que permita diagnósticos cada vez mais precisos e rápidos. A implantação do ecocardiograma sob estresse físico reafirma nosso compromisso com a saúde cardiovascular dos nossos pacientes”, disse Joussef.

Para a médica cardiologista e coordenadora do setor de Ecocardiografia da Unidade do Coração do Hospital Unimed, Gabriela Giordano, os benefícios do exame são diretos para os pacientes que buscam por cuidados cardíacos.

“Com esta nova modalidade, podemos oferecer uma avalia-



Gabriela Giordano, médica coordenadora da Ecocardiografia da Unidade do Coração do HU, e José Maurício de Freitas, médico cardiologista e ecocardiografista

“Estamos comprometidos em oferecer serviços de saúde de excelência, investindo em tecnologia de ponta que permita diagnósticos cada vez mais precisos e rápidos...”

ção mais completa e segura da saúde cardíaca de nossos pacientes. Estamos entusiasmados em poder disponibilizar esta tecnologia avançada, proporcionando uma assistência ainda mais abrangente e personalizada”.

Segundo a especialista, as principais indicações do exame são a suspeita de doença arterial coronária (obstruções das artérias coronárias, responsáveis pela irrigação do músculo do coração); avaliação de pacientes submetidos à cirurgia de revascularização miocárdica e a avaliação de valvulopatias.

“Também é recomendado quando o paciente tem determinadas condições clínicas que dificultem a deambulação. Lembrando que o exame não necessita de contraste e não utiliza medicamentos cronotrópicos, evitando possíveis efeitos colaterais indesejados”, completou Gabriela.

Com a implantação do ecocardiograma sob estresse físico, a Unidade do Coração do Hospital Unimed Piracicaba reafirma seu compromisso com a excelência no cuidado cardiológico, proporcionando aos beneficiários acesso a uma gama completa de exames e tratamentos de última geração para o diagnóstico e manejo das doenças do coração.

Unimed também integra Ranking dos Melhores do Mundo

Cooperativa médica é destaque em levantamento internacional da Newsweek

Foto: Filipe Paes/Studio47



Hospital Unimed Piracicaba e Centro Administrativo da Cooperativa

Juliano Fantazia

Pelo segundo ano consecutivo, o Hospital Unimed Piracicaba figura na lista dos melhores hospitais do mundo – categoria Brasil, de acordo com o ranking The World’s Best Hospitals 2024, divulgado pela revista norte-americana Newsweek. A classificação deste ano inclui dados de 2.400 hospitais em 30 países. O reconhecimento da Cooperativa advém dos mesmos critérios de avaliação dos melhores centros médicos do País, como Albert Einstein e Sírio-Libanês, que também integram o grupo em destaque. A presença da Unimed Piracicaba atesta o comprometimento e a excelência em cuidados de saúde prestados pela Instituição.

“Mais uma vez, o título internacional nos enche de orgulho, uma vez que o Brasil mantém, hoje, mais de 7 mil centros médicos em todo o território nacional. Alcançamos este patamar graças à dedicação diária de uma equipe que não mede esforços. Estamos no caminho certo e, assim, permaneceremos”, disse Carlos Joussef, presidente da Cooperativa.

Entre os 115 melhores hospitais do Brasil, 17 são do Sistema Unimed. Em comparação com a edição de 2023, a organização aumentou em 70% a sua participação no ranking brasileiro do levantamento, que contou com a parceria da empresa de dados global Statista Inc.

“As unidades médicas mencionadas no ranking se destacam por ter uma excelência consistente, incluindo médicos de referência, cuidados de enfermagem de primeira linha e tecnologia de ponta”, completou o dirigente.

A pontuação de cada unidade de saúde é baseada em uma pesquisa on-line com mais de 85 mil especialistas médicos e em dados públicos de satisfação com pacientes pós-hospitalização. A contagem também considera métricas relacionadas à proporção de paciente/médico, à qualidade hospitalar e à análise do estado de implementação de PROMS (Medidas de Resultados Relatadas pelo Paciente, na sigla em inglês) pelos hospitais participantes.

Atualmente, estão em operação 157 hospitais e hospitais-dia Unimed, com mais de 13 mil leitos, que contam com 59 creditações, além de certificações internacionais e programas de qualificação de serviços especializados de diagnóstico. Os estabelecimentos próprios da marca também têm avançado no uso de inovação e tecnologia, como inteligência artificial e machine learning, para aplicações que vão desde o monitoramento de pacientes até a melhoria da gestão e da experiência de seus clientes.

Para o presidente da Unimed do Brasil, Omar Abujamra Junior, o modelo cooperativista e o investimento em rede própria do Sistema Unimed somam-se a outros diferenciais.

“Nossas cooperativas médicas estão em 90% dos municípios brasileiros. Dos hospitais Unimed que constam no levantamento, 15 estão localizados em cidades do interior; o que nos enche de satisfação por demonstrar que temos conseguido promover a interiorização da medicina de qualidade no País”, destacou.

PAC da Santa Casa é referência no atendimento de emergências cardiológicas

Pronto Atendimento Cardiológico completa dois anos oferecendo cuidados especializados e integrados para pacientes em momentos críticos

Foto: Marcelo Germano



PAC, que funciona em prédio anexo à Santa Casa

O PAC - Pronto Atendimento Cardiológico da Santa Casa de Piracicaba comemorou, no último dia 15 de março, dois anos de operação. Desta forma, a assistência cardiológica que o Santa Casa Saúde Piracicaba direciona há 27 anos a seus beneficiários ganhou ainda mais excelência no serviço desde a remodelação das consultas cardiológicas de forma eletiva a seus conveniados no PAC, que funciona em prédio anexo à Santa Casa, com entrada pela rua Silva Jardim, 1786.

“Desde sua remodelação, o PAC se firmou como referência no atendimento de emergências cardiológicas, oferecendo cuidados especializados e integrados para pacientes em momentos críticos”, ressalta o diretor técnico da Santa Casa, Andre Gervatoski Lourenço. Na prática, segundo ele, o beneficiário conta com dois tipos de serviços bem específicos: o atendimento emergencial 24 horas em tempo real no Pronto Atendimento Cardiológico para quem está com sintomas ou suspeita cardiológica e, também, a linha Direta do Coração, com atendimento ágil e diferenciado no mesmo local.

“Uma das principais características do PAC é sua integração com outras unidades dentro do complexo hospitalar da Santa Casa, como as unidades coronárias e de hemodinâmica. Essa colaboração estreita garante uma aborda-

“Uma das principais características do PAC é sua integração com outras unidades dentro do complexo hospitalar da Santa Casa...”

gem holística ao tratamento cardíaco, permitindo uma avaliação completa do paciente e a implementação rápida de intervenções necessárias”, explica Gervatoski.

Além disso, o PAC se beneficia do suporte de toda a infraestrutura hospitalar da Santa Casa, o que inclui equipamentos de última geração, equipes capacitadas e protocolos rigorosos de segurança. Isso proporciona um ambiente propício para o cuidado do paciente, onde cada aspecto de sua saúde é considerado e tratado com a máxima atenção.

Outro ponto destacado, de acordo com Gervatoski, é o suporte das especialidades relacionadas disponíveis no hospital. “A integração com outras áreas médicas permite uma abordagem multidisciplinar aos casos cardiológicos, garantindo que os pacientes recebam cuidados abrangentes que vão além do aspecto puramente cardíaco, abordando também questões relacionadas a outras condições de saúde que possam afetar o coração”.

Para agendar consulta pelo Linha Direta do Coração (19) 3401-2001, no período das 7h30 às 17h, de segunda à sexta-feira; ou ainda pelo aplicativo do Plano.

Ele informa que o serviço estará disponível também para atendimentos particulares e a outros convênios parceiros. “Nestes casos, o contato deve ser feito pelo telefone (19) 3417.5959, no período das 07h às 19h”, explica.

Avanços na mensuração de ferro e gordura por ressonância magnética na Santa Casa

Radiologia da Santa Casa de Piracicaba utiliza ressonância magnética para avaliação precisa de ferro e gordura hepática, promovendo diagnóstico e tratamento avançados

Foto: Marcelo Germano



Radiologista da Santa Casa de Piracicaba, Guilherme Baptistella De Napoli fala dos avanços dos exames de ressonância magnética

Na vanguarda da medicina diagnóstica, a Radiologia da Santa Casa de Piracicaba destaca-se pelo uso avançado e não invasivo da RM (ressonância magnética) na mensuração de ferro e gordura no parênquima hepático, fornecendo dados quantitativos essenciais para o “estadiamento” preciso de doenças de depósito.

“A mensuração precisa do ferro, especialmente em condições como a hemocromatose, desempenha um papel vital no diagnóstico, monitoramento e tratamento dessas doenças”, destaca o radiologista da Santa Casa de Piracicaba, Guilherme Baptistella De Napoli. “A RM oferece uma abordagem não invasiva e segura para esta avaliação, sem a exposição à radiação ionizante, garantindo segurança para pacientes de todas as idades.”

Além disso, a ressonância magnética, segundo De Napoli, é uma ferramenta poderosa na avaliação da gordura corporal, sendo sua distribuição e quantidade fundamentais para

“A RM oferece uma abordagem não invasiva e segura para esta avaliação, sem a exposição à radiação ionizante...”

diversas condições de saúde, como obesidade, síndrome metabólica, esteatose hepática e doenças cardiovasculares.” Com técnicas avançadas de sequenciamento, é possível calcular com precisão o grau de depósito gorduroso hepático, auxiliando no acompanhamento dessas doenças”.

“A capacidade da RM de fornecer avaliações precisas de ferro e gordura de forma não invasiva e segura representa

um avanço significativo no campo da medicina diagnóstica”, afirma De Napoli. “Essa tecnologia continua a desempenhar um papel de extrema importância na compreensão e tratamento de uma variedade de condições médicas, oferecendo insights valiosos que contribuem para melhores resultados clínicos e qualidade de vida dos pacientes”, diz o radiologista

Com o compromisso contínuo com a inovação e excelência em cuidados de saúde, a Radiologia da Santa Casa de Piracicaba destaca-se como um centro de referência na utilização de técnicas avançadas de ressonância magnética para avaliação precisa da composição corporal e saúde metabólica, proporcionando aos pacientes uma abordagem segura e eficaz para o diagnóstico e monitoramento de suas condições médicas.

Fisioterapia e Ergonomia

Massagem Relaxante

A vida moderna está repleta de estresse e tensões, o que pode impactar negativamente nossa saúde física e mental. Existem diversas maneiras de aliviar esse estresse e promover o bem-estar geral, e uma delas é a massagem relaxante. Por isso, hoje, vou falar sobre este método de relaxamento e o porquê você deve colocar em sua lista de autocuidado e os benefícios que promove ao seu corpo e mente.

Definição

A massagem relaxante é uma técnica terapêutica que envolve a aplicação de pressão leve à moderada nos músculos e tecidos do corpo, com o objetivo de promover relaxamento e alívio do estresse.

Durante uma sessão de massagem, o profissional habilidoso usa técnicas específicas, como deslizamento suave, amassamento, fricção e toques suaves, para liberar a tensão muscular e melhorar a circulação sanguínea. O profissional pode utilizar óleos ou cremes de massagem para facilitar os movimentos.

Benefícios físicos e mentais

- ✓ Melhora a flexibilidade e a amplitude de movimento;
- ✓ Melhora a qualidade do sono e fortalece o sistema imunológico;
- ✓ Alívio das dores de cabeça;
- ✓ Estimulação e equilíbrio do sistema intestinal;
- ✓ Eliminação de toxinas e resíduos metabólicos;
- ✓ Controle do estresse;
- ✓ Diminuição da ansiedade;
- ✓ Alívio da tensão e das dores musculares;
- ✓ Melhora da circulação sanguínea, elasticidade da pele;
- ✓ Diminuição da pressão arterial no caso de pacientes hipertensos.

Durante a sessão o corpo libera endorfinas, neurotransmissores responsáveis pela sensação de bem-estar, o que pode resultar em uma sensação de relaxamento profundo e felicidade. Como também, o método pode melhorar o foco, a concentração e a clareza mental, proporcionando uma sensação de renovação e revitalização.

Outro aspecto importante desta técnica é o efeito positivo que ela tem sobre o sistema nervoso. Através do toque terapêutico, a massagem estimula os receptores sensoriais da pele, enviando sinais ao cérebro que ajudam a diminuir a resposta do sistema nervoso simpático, responsável pela resposta de luta ou fuga. Isso resulta em uma redução do estresse, uma melhora do equilíbrio emocional.

Além disso, a massagem pode ser benéfica para aqueles que sofrem de dores crônicas, como fi-

bromialgia ou artrite, ajudando a diminuir a intensidade e a frequência das crises.

Quem pode receber massagem relaxante?

A massagem relaxante pode ser recebida por pessoas de diferentes faixas etárias e condições físicas, desde que não haja contraindicações absolutas. No entanto, é sempre recomendável consultar um fisioterapeuta para avaliar. É necessário relatar a respeito de suas necessidades e expectativas, bem como informar sobre quaisquer condições médicas ou lesões pré-existentes.

É importante destacar que esta massagem é uma forma segura e não invasiva de terapia, mas é essencial buscar um profissional qualificado e experiente para garantir uma experiência positiva e eficaz.

✓ Adultos saudáveis sem condições médicas graves geralmente podem receber massagem relaxante sem problemas;



✓ Gestantes: é essencial procurar um fisioterapeuta especializado em massagem para gestantes;



✓ Idosos: ajuda a aliviar a tensão muscular, melhora a circulação sanguínea;



✓ Criança: é necessário procurar um fisioterapeuta com experiência em massagem infantil. A sessão será adaptada para atender às necessidades e limitações específicas da criança.



É importante adaptar a intensidade e as técnicas às necessidades individuais de cada pessoa.

Portanto, é crucial consultar um profissional de saúde antes de iniciar as sessões se você tiver algum dos seguintes problemas de saúde:

- ✓ Lesões graves, como fraturas ou rupturas musculares;
- ✓ Doenças de pele contagiosas ou inflamatórias;
- ✓ Condições cardíacas graves;
- ✓ Trombose venosa profunda ou distúrbios de coagulação sanguínea;
- ✓ Infecções agudas;
- ✓ Feridas abertas ou cicatrizes recente;
- ✓ Problemas linfáticos.

Como ocorre a massagem relaxante?

Uma sessão de massagem relaxante dura em média 60 minutos, mas a duração pode variar de acordo com suas preferências e necessidades. Além disso, é importante criar um ambiente propício para a massagem relaxante. Isso envolve ajustar a iluminação, a temperatura e a música ambiente para criar um ambiente tranquilo e acolhido.



A prevenção é melhor caminho!

Cuide-se, seu corpo agradece!



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

Câmara de Piracicaba aprova título de “Piracicabanus Praeclarus” à deputada Bebel

Parlamentar, que tem atuação destacada na Assembleia Legislativa, já viabilizou mais de R\$ 20 milhões para Piracicaba

A Câmara de Vereadores de Piracicaba aprovou na sessão ordinária desta última quinta-feira, 14 de março, o Projeto de Decreto Legislativo 52/2023, de autoria da vereadora Silvia Morales, do mandato coletivo “A Cidade é Sua”, que me concede o título de “Piracicabanus Praeclarus” à deputada piracicabana Professora Bebel (PT). O Título de Cidadão “Piracicabanus Praeclarus” é concedido aos nascidos em Piracicaba que se destacam pela contribuição com a cidade, como é o caso da deputada estadual Professora Bebel, a primeira mulher piracicabana a ser deputada estadual, que, com seu trabalho e muita determinação, se tornou uma das principais lideranças da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo.

Na justificativa da proposição, a vereadora Silvia Morales escreveu: “Bebel foi eleita para seu primeiro mandato de deputada estadual na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo – ALESP, no ano de 2018, com 87.169 votos, e reeleita, nas eleições de 2022, para um segundo mandato com 155.857 votos, a maior votação recebida por um candidato a deputada estadual com domicílio eleitoral na cidade de Piracicaba. É, também, a primeira mulher deputada estadual de Piracicaba”.

Na sessão, diversos vereadores, como Paulo Campos, Rai de Almeida, e a própria Silvia Morales, manifestaram elogios e agradecimento ao trabalho que a deputada Professora Bebel tem desenvolvido tanto na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, através do seu mandato popular, como na Apeoesp, onde já foi presidenta por cinco vezes e atualmente ocupa a segunda presidência. Outros vereadores, como Ary Pedroso Jr, Laércio Trevisan Jr., Fabrício Polezzi, Cássio Fala Pira também fizeram questão e cumprimentar a deputada piracicabana que completou neste último dia 15 cinco anos na Alesp, aonde tem desenvolvido uma forte atuação em defesa dos serviços públicos, da educação pública de qualidade, dos idosos, da juventude e de toda Região Metropolitana de Piracicaba, para a qual já destinou e ou viabilizou mais de R\$ 20 milhões, beneficiando a Santa Casa de Misericórdia, o Hospital dos Fornecedores de Cana de



Foto: Divulgação

Câmara de Piracicaba, entre as vereadoras Rai de Almeida e Silvia Morales, após a aprovação da honraria

“Agradeço a todos e a todas que nos apoiaram e a cada voto favorável recebido. Podem contar sempre com a minha luta em prol da nossa Piracicaba”

Piracicaba, o Lar dos Velhinhos, a reforma de diversas escolas estaduais e a implantação de sistema de segurança no aeroporto Pedro Morgantti, que atua firmemente junto ao governo do presidente Lula para que seja regionalizado.

“Agradeço a todos e a todas que nos apoiaram e a cada voto favorável recebido. Podem contar sempre com a minha luta em prol da nossa Piracicaba”, agradeceu a deputada Professora Bebel.

Na justificativa da proposição, ainda, a vereadora Silvia Morales destacou também que Bebel é mãe de Maria Manoela, uma menina negra de 14 anos, por ela adotada em 2009, mesmo ano de falecimento do seu pai, Manoel Azevedo Noronha, até então o grande esteio da sua família, assim como ressalta que a homenageada é professora efetiva de língua portuguesa da rede estadual de ensino de São Paulo, formada pela Universidade Metodista de Piracicaba (Unimep), onde também realizou pós-graduação em Administração Escolar. Ingressou no Sindicato dos Professores do Ensino Oficial do Estado de São Paulo, a APEOESP, no final da década de 1980. “Sua dedicação às causas da Educação e dos professores foi logo reconhecida pelos colegas, e a Professora Bebel logo se tornou representante de escola, conselheira estadual, a seguir coordenadora da subsede do

sindicato na região e, pela excelência de seu trabalho, tornou-se membro da Diretoria Estadual, como secretária de Organização do Interior. Foi vice-presidenta da APEOESP e, em 1999, foi eleita pela primeira vez presidenta da entidade. Em 2008, voltou à presidência da APEOESP, sendo reeleita sucessivamente em 2011, 2014 e 2017 pelo voto direto da categoria. Atualmente ocupa o cargo de segunda presidenta do sindicato, em gestão compartilhada”, escreveu, além de enaltecer a inúmeras ações que a Professora Bebel tem desenvolvido em prol da população piracicabana, entre elas a de ser a grade articuladora junto ao

governo do presidente Lula, resultando na destinação de sete novas viaturas para o SAMU, que deverão ser entregues nos próximos meses.

Mais homenagens – Na Câmara de Vereadores de Piracicaba, ainda, a deputada estadual Professora Bebel recebeu homenagem pela sua atuação política na luta pelas mulheres. A homenagem foi prestada, antes do início da sessão desta quinta-feira, 14 de março, pelas vereadoras Rai de Almeida e Silvia Morales, dentro das comemorações ao Dia Internacional da Mulher, conforme Decretos Legislativos 02/1998 e 01/2009 e o requerimento 186/2024.



Helinho Zanatta completa um ano de mandato e mais de R\$ 10 milhões para Piracicaba

Período marcado por uma série de realizações em prol da cidade de Piracicaba e toda a região metropolitana.

O deputado estadual Helinho Zanatta (PSD), um dos vice-presidentes da Assembleia Legislativa do Estado, celebra seu primeiro ano de mandato, período marcado por uma série de realizações em prol da cidade de Piracicaba e toda a região metropolitana.

Desde o início de seu mandato, Helinho tem se dedicado incansavelmente em trazer benefícios para a região, resultando em um investimento significativo de mais de R\$ 10 milhões em emendas destinadas para Piracicaba, tanto na área da saúde quanto para entidades assistenciais.

Um dos focos principais de seu trabalho foi o apoio aos dois principais hospitais da cidade, o Hospital dos Fornecedoros de Cana e a Santa Casa, para os quais destinou R\$ 2 milhões cada, totalizando um investimento de R\$ 4 milhões.

“Antes mesmo de março de 2023, quando assumimos o mandato, buscamos trazer melhorias e chamar a atenção para a importância de Piracicaba como líder regional e neste sentido conseguimos recursos para os dois hospitais, na época destinando R\$ 1 milhão para cada um, por meio de uma importante parceria com o deputado federal Gilberto Nascimento”, destacou o deputado.

Outra área que ele deu bastante atenção foi o social, com destinação de recursos para cerca de 20 entidades da cidade. Para as entidades sociais já foram destinados, via prefeitura, R\$ 1,5 milhão também pelo deputado federal Gilberto Nascimento (PSD). Esse valor possibilitou o atendimento de 15 entidades. Além disso, mais R\$ 1,9 milhão de recursos foi conquistado por Helinho junto ao governo estadual também para entidades assistenciais, com repasse via prefeitura, aprovado pela Câmara Municipal.

A emenda referente a R\$ 1,5 milhão foi repassada à Associação Franciscana de Assistência Social Coração de Maria, Centro Regional de Registro e Atenção aos Maus Tratos na Infância (Crami), Associação de Atendimento

a Pessoas com Deficiência Visual (Avistar), Associação de Pais e Alunos da Escola Passo a Passo, Fundação Jaime Pereira, Associação Atlética Educando pelo Esporte, Associação dos Pais e Amigos dos Autistas de Piracicaba (Auma), Associação dos Pais e Amigos dos Excepcionais (Apae), Pastoral do Serviço da Caridade (Pasca), Centro de Reabilitação de Piracicaba, Centro Social de Assistência e Cultura São José (Cesac), Associação de Pais e Amigos de Surdos de Piracicaba (Apaspi), Casa do Bom Menino, Associação de Assistência Social Betel (Lar Betel) e Associação Presbiteriana de Filantropia de Piracicaba.

Helinho também indicou, por meio das emendas impositivas, mais R\$ 2,2 milhões para 19 entidades assistenciais: Associação Franciscana de Assistência Social Coração de Maria, Centro Regional de Registro e Atenção aos Maus Tratos na Infância (Crami), Associação de Atendimento a Pessoas com Deficiência Visual (Avistar), Associação de Pais e Alunos da Escola Passo a Passo, Fundação Jaime Pereira (Funjape), Associação Atlética Educando pelo Esporte, Associação dos Pais e Amigos dos Autistas de Piracicaba (Auma), Associação dos Pais e Amigos dos Excepcionais (Apae), Pastoral do Serviço da Caridade (Pasca), Centro de Reabilitação de Piracicaba, Centro Social de Assistência e Cultura São José, Associação de Pais e Amigos de Surdos de Piracicaba (Apaspi), Casa do Bom Menino, Associação de Assistência Social Betel, Associação Aliança de Misericórdia, Associação Síndrome de Down de Piracicaba, Associação Presbiteriana de Filantropia de Piracicaba e Lar dos Velhos.

Para a causa animal foram destinados R\$ 100 mil para a ONG Amantes de Gatos. Já na área da saúde também foi contemplado o Centro de Apoio HIV/Aids e Hepatites Virais, com R\$ 100 mil.

O Centro de Pesquisas e Atendimento Odontológico para Pacientes Especiais (Cepae), da FOP/Unicamp, deverá receber R\$ 150 mil para custeio. Além



Desde o início de seu mandato, Helinho tem se dedicado incansavelmente em trazer benefícios para a região,

“Antes mesmo de março de 2023, quando assumimos o mandato, buscamos trazer melhorias e chamar a atenção para a importância de Piracicaba como líder regional...”

disso, Helinho tem se empenhado na luta pela implantação do Aeroporto Regional, intermediando uma agenda com o ex-ministro de Portos e Aeroportos, Márcio França, uma das principais pautas do mandato.

Junto ao governador Tarcísio de Freitas, apoiado por Helinho e integrante de sua base na Alesp, o deputado tem lutado pela inclusão da cidade para receber um ramal do Trem Intercidades, além de buscar trazer um Hospital da Mulher, o AME Mulher, o curso de medicina pela Faculdade de Odontologia/Unicamp, entre outras melhorias.

No âmbito legislativo, Helinho tem se destacado pela apresentação de diversas emendas ao orçamento, tanto na LOA (Lei Orçamentária Anual) quanto na

LDO (Lei de Diretrizes Orçamentárias), abordando temas como a construção de clínicas veterinárias, instalação de uma unidade da Rede Lucy Montoro, construção de escolas estaduais, implantação de políticas de desenvolvimento ao turismo, ampliação de serviços especializados da Faculdade de Odontologia/Unicamp, entre outros.

“Apresentei diversas demandas da região e venho lutando para que o Estado possa implementar essas políticas públicas. Tenho procurado levar minha visão de gestão pública, como prefeito que fui em duas cidades (São Pedro e Charqueada), para ajudar nossa cidade e região. Tenho trabalhado muito para representar que os resultados cheguem”, afirmou Helinho Zanatta.

ELITE
Pizzaria

O VERDADEIRO SABOR DA PIZZA

3426.2777
3426.4777

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

Alex Madureira completa um ano de seu segundo mandato

Conquistas importantes para Piracicaba vêm marcando o mandato do deputado

Foto: Aldo Guimarães

Na última sexta-feira, dia 15 de março de 2023, há exatamente um ano, Alex Madureira iniciava seu segundo mandato como deputado estadual na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo (Alesp). De lá pra cá, ações e conquistas importantes para Piracicaba marcaram esse início de seu novo mandato como deputado estadual.

“Ter sido eleito para um segundo mandato já foi uma grande conquista que divido com todos os piracicabanos que aprovaram meu nome para representa-los e, juntos, com toda a população tenho me empenhado para realizar um trabalho sério, aberto ao diálogo, escutando atentamente e respeitando todas as pessoas que nos procuram”, afirmou Alex Madureira.

Ao iniciar o novo mandato como deputado estadual, Alex Madureira foi agraciado com a escolha de seu nome para comandar a corregedoria da Alesp, cargo que ainda mantém, e, alguns meses depois, foi nomeado relator da Lei Orçamentária Anual (LOA).

“Na Assembleia, alcançamos avanços significativos este ano, como a aprovação da Lei de Diretrizes Orçamentárias (LDO) e o Orçamento do Estado de São Paulo para o ano de 2024, ambos projetos de minha relatoria e que estabeleceram as prioridades de investimento do Governo para o próximo ano, garantindo recursos para a melhoria do serviço público, e estou muito orgulhoso disso”, disse Alex Madureira.

Porém, apesar do trabalho parlamentar para o qual foi designado tomar a maior parte do tempo, Alex Madureira também tem se dedicado a muitos projetos e programas do governo do Estado, como o Bom Prato, que vem tentando implantar em Piracicaba, desde seu primeiro mandato.

“Ainda sonho com a implantação do Bom Prato em Piracicaba, que é um ótimo programa voltado para a alimentação das famílias piracicabanas e que, uma vez instalado na cidade, irá contribuir diminuir muito as desigualdades sociais e ajudar aqueles que mais necessitam”, afirmou.

Focado no desenvolvimento



Ao iniciar o novo mandato como deputado estadual, Alex Madureira foi agraciado com a escolha de seu nome para comandar a corregedoria da Alesp

“Ainda há muito o que fazer por Piracicaba. Tenho bons projetos para promover e impulsionar o desenvolvimento da cidade, beneficiando a população e de forma sustentável”

local, Alex Madureira também conseguiu junto ao governo estadual uma importante vitória para a infraestrutura viária da região metropolitana. “Estamos transformando a realidade de uma região esquecida com o início às obras de recapeamento da Rodovia Samuel de Castro Neves, a SP-147, que liga Piracicaba a Anhembi, onde as intervenções abrangerão o trecho do Km 152 ao Km 210. Essa é uma conquista do nosso trabalho para Piracicaba e Região com investimento de R\$ 100 Milhões”, explanou o deputado.

Em parceria com o Governador, Alex Madureira comemora medidas importantes, que ajudou a aprovar na Assembleia, como o Aumento do Salário Mínimo Paulista, a nova Tabela SUS Paulista, a Transação Tributária, o programa “Resolva Já”, a valorização da Segurança Pública, entre outros.

“Ainda há muito o que fazer por Piracicaba. Tenho bons projetos para promover e impulsionar o desenvolvimento da cidade, beneficiando a população e de forma sustentável”, prospectou Alex Madureira.

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

VENDA MAIS ANUNCIE NO RÁDIO

PROGRAMA **TROCANDO IDEIAS**
Mariara Menighetti

FALE CONOSCO
(19) 98170-7010

Deputada Bebel completa cinco anos na Alesp, como uma das principais lideranças e tem 10 projetos aprovados

Pareceres favoráveis aos projetos foram dados nesta e na semana passada

Vanderlei Zampaulo

A tuante, a deputada estadual Professora Bebel (PT) completou neste último dia 15 de março, cinco anos na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, sendo quatro anos da primeira legislatura, quando foi eleita com 87.169 votos, e um ano do segundo mandato, quando obteve 155.983 votos, a maior votação de um parlamentar piracicabano. O aniversário de quinto ano de mandato na Alesp está sendo marcado pela aprovação de dez projetos de lei da deputada Professora Bebel pela Comissão de Constituição, Justiça e Redação da Casa, sendo três na semana passada e mais sete nesta última quarta-feira, 13 de março. Nesses cinco anos, Bebel já apresentou mais de 160 projetos na Alesp.

Piracicabana, a deputada Professora Bebel tem tido uma forte atuação no parlamento paulista, tendo ao longo deste ano feito fortes embates e se consolidado como uma das principais lideranças da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo. Além de procuradora especial da mulher é também presidenta da Comissão de Educação e Cultura da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo e atua nas demais comissões, como na da Constituição, Justiça e Redação.

Foi justamente a Comissão de Constituição, Justiça e Redação que, na semana passada, deu pareceres favoráveis aos projetos de lei que 128/2023, que altera a Lei Complementar nº 1041, de 14 de abril de 2008, que dispõe sobre o vencimento, a remuneração ou o salário do servidor que deixar de comparecer ao expediente em virtude de consulta ou sessão de tratamento de saúde; ao Projeto de lei 1056/2023, que acrescenta parágrafo 4º ao artigo 6º da Lei nº 10.948, de 05 de novembro de 2001, que dispõe sobre as penalidades a serem aplicadas à prática de discriminação em razão de orientação sexual; e o Projeto de lei 1081/2023, que estabelece procedimento indenizatório para os servidores públicos do Estado em virtude de receberem seus vencimentos por trinta



A deputada Professora Bebel durante reunião da Comissão de Constituição Justiça e Redação da Alesp, aonde teve em duas semanas 10 projetos aprovados

ta dias de trabalho mesmo nos meses em que há trinta e um dias.

Já na reunião da CCJ desta última quarta-feira, 13 de março, foi dado pareceres favoráveis aos projetos de lei complementar 120/2023, que altera a Lei Complementar nº 1.354/2023, de 6 de março de 2020, que dispõe sobre as aposentadorias e pensões do Regime Próprio de Previdência dos Servidores Públicos ocupantes de cargo de provimento efetivo, nos termos do artigo 126 da Constituição do Estado de São Paulo; ao Projeto de lei Complementar 127/2023, que Institui o regime jurídico de contratação por tempo determinado de docentes, de que trata o inciso X do artigo 115 da Constituição do Estado e a Lei nº 16.279, de 08 de julho de 2016; ao Projeto de lei 488/2023, que Institui a CIPA, Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e de Assédio, no interior das escolas públicas da rede estadual; ao Projeto de lei 1059/2023, que institui o Comitê Estadual de Acompanhamento, Controle Social e Fiscalização dos recursos recebidos pelo Estado em decorrência da Lei 14.017, de 29 de junho de 2020, que dispõe sobre ações emergenciais destinadas ao se-

“A CCJ deu parecer estabelecendo que esses projetos são constitucionais e, portanto, passarão por outras comissões antes de irem a plenário”

tor cultural a serem adotadas durante o estado de calamidade pública reconhecido pelo Decreto Legislativo nº 6, de 20 de março de 2020; ao Projeto de Lei 1066/2023, que Fixa diretriz estadual para normatização da relação de trabalho entre os educadores da educação infantil ocupantes de cargos ou empregos públicos de qualquer denominação e o Estado e seus municípios; ao Projeto de lei 1095/2023, que Torna obrigatória a inclusão da língua brasileira de sinais (LIBRAS) na programação das emissoras de televisão, especialmente nos telejornais locais, nas propagandas e programas institucionais dos governos estadual e municipais, quando

transmitidos pelas emissoras televisivas, sendo os intérpretes, necessariamente, pessoas deficientes auditivos – surdos, e ao projeto de lei 1491/2023, que Disciplina as ausências dos servidores públicos estaduais aos seus locais de trabalho em virtude de manifestações, paralisações ou greve.

Bebel explica que a aprovação destas proposições pela CCJ é o primeiro passo para que possam se tornar lei estadual. “A CCJ deu parecer estabelecendo que esses projetos são constitucionais e, portanto, passarão por outras comissões antes de irem a plenário”, explica.

JP NEWS
PIRACICABA - 99,5 FM

OUÇA A MELHOR PROGRAMAÇÃO NO SEU CELULAR

Baixe agora mesmo o app da JP News Piracicaba

Disponível na Google Play e na App Store

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

Por apenas **85.990,00**

19 99310-3915

Falar com Luciano

Futebol de Mesa é praticado no Clube dos Metalúrgicos

O esporte é atrativo para todas as idades e gêneros

Foto: Alexandre Novaes



O Futebol de Mesa é para todas as idades e gêneros

A prática do Futebol de Mesa ou Futebol de Botão começou a ser oferecida também no Clube Recreativo dos Metalúrgicos.

Um grupo de praticantes apaixonados pelo esporte, que ganhou força, na década de 70, com a transmissão da Copa do Mundo, se reúne semanalmente para as partidas.

Segundo um dos praticantes, Wanderley Loconte, o jogo traz muitos benefícios, "A amizade, lealdade, além de um olhar estratégico no jogo, controle da ansiedade e a visão espacial".

“Nossa pretensão é sempre oferecer opções de lazer, esporte e cultura, para atender todos os públicos. O Clube Recreativo, recebe mais essa prática com muita satisfação”

João Carlos dos Santos, é praticante do esporte há 24 anos, e tudo começou dentro do ambiente de trabalho, "Depois de anos de pratica, devido a questões particulares, eu tive um período de estresse, e os colegas da empresa para me motivar, me convidam rotineiramente para as partidas".

O Futebol de Mesa é para todas as idades e gêneros. Para o presidente do Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos, Wagner da Silveira (Juca), receber mais esse esporte é motivador, além de oferecer mais qualidade de vida aos associados, "Nossa pretensão é sempre oferecer opções de lazer, esporte e cultura, para atender todos os públicos. O Clube Recreativo, recebe mais essa prática com muita satisfação".

Os encontros acontecem sempre às terças-feiras, das 18h00 às 21h00, no espaço do Bocha do Clube Recreativo dos Metalúrgicos, localizado na Avenida Dois Córregos, 3.110, Piracicaba - SP.

Mais informações:

Clube (19) 3424 1433

Clube Whats

(19) 99838-3610

Natália Borges: Advogada Previdenciária destaca-se com sua Especialização e Experiência Abrangente

A renomada advogada previdenciária, Natália Borges, continua a se destacar no cenário jurídico com sua vasta experiência e especialização em benefícios do INSS e direito previdenciário. Com formação em Direito pela Universidade Metodista de Piracicaba e uma série de complementos educativos, Borges solidificou sua posição como uma especialista de referência na área.



Natália Borges traz consigo um conjunto impressionante de habilidades educativas, incluindo uma pós-graduação em processo e direito previdenciário, além de ser técnica em administração de empresas e informática. Essa combinação única de conhecimento teórico e prático permite que Borges ofereça aos seus clientes uma representação jurídica sólida e eficaz.

Ao longo de sua carreira, Natália Borges tem se dedicado incansavelmente a defender os direitos previdenciários de seus clientes. Sua abordagem centrada no cliente e seu compromisso inabalável com a excelência profissional a tornaram uma escolha preferencial para aqueles que buscam orientação e assistência em questões previdenciárias complexas.

"Minha paixão pelo direito previdenciário vem da oportunidade de fazer a diferença na vida das pessoas", afirma Natália. "É gratificante poder ajudar os clientes a navegar pelo sistema previdenciário e garantir que recebam os benefícios que merecem."

Contato para Imprensa:

Dra. Natália Borges

19 99971-2527

Todos os dias das 16:00 às 02:00

Escuna desde 1976

Happy Hour

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

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

GBN MULTIMARCAS

VENDA
TROCA
COMPRA
CONSIGNAÇÃO
FINANCIAMENTO

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

AV. INDEPENDÊNCIA, 1813, PIRACICABA - SP

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

Pela primeira vez, em 65 anos do Sindban, cinco diretores foram eleitos para a diretoria da Feeb SP/MS

Equipe já se prepara para a próxima conferência, que vai debater as mudanças climáticas

Em mais de seis décadas e meia de história, a diretoria do Sindicato dos Bancários de Piracicaba e região, que participou quarta e quinta (13 e 14/3), do VIII Congresso da Federação dos Bancários de São Paulo e Mato Grosso do Sul (Feeb SP/MS), conquistou pela primeira vez, cinco cadeiras na diretoria da Feeb SP/MS.

Na eleição apertada, foram escolhidos Paiva, Angela Savian, João Possebon Neto, Aldo Rocha e Letícia Françoso. Além disso, participaram do congresso Gabrieli Mengati Vidal, Paschoal Júnior, Rui Roberto Pezolato e Agnaldo Roncasaglia.

Os debates da Federação dos Bancários de SP/MS foram conduzidos pelo presidente Davi Zaia. Durante os dois dias do congresso, estiveram presentes 23 sindicatos filiados, representando 340 municípios e 33.479 bancários, abrangendo 1.934 agências e 1.269 postos bancários.

Durante o congresso, os temas discutidos foram: política, avanço tecnológico, mudanças no ambiente de trabalho e sistema financeiro. Paiva, representante do SindBan e um dos coordenadores da pesquisa Perfil Bancário 2024, destacou a importância dessas discussões, especialmente diante do avanço da Inteligência Artificial (IA). Ele explicou, “como forma de contribuir com as discussões sobre os rumos do trabalho e a representatividade dos bancários, em tempos de Inteligência Artificial (IA), fizemos uma síntese do perfil bancário e apresentamos algumas alternativas para melhorias.”

Para Paiva, os bancos devem estabelecer um padrão de gestão de recursos humanos voltado para prevenir doenças relacionadas ao excesso de trabalho, uso de medicamentos, pedidos de demissão e desmotivação. E, ressalta a importância de “uma política que valorize os funcionários bancários”, explica.

Para Angela Savian, presiden-



Paiva, do SindBan fala participando ativamente do Congresso da Feeb realizado em São Paulo esta semana



Pela primeira vez na história em 65 anos do SindBan, instituição elege 5 diretores para compor a diretoria da Federação

“extremamente produtivo, conseguimos eleger cinco diretores, duas mulheres e a nossa representatividade aumenta a cada ano, é bom saber que estamos equacionando demandas e atingindo os objetivos que nos cabem”

te em exercício do Sindban, durante o mês de março, o encontro foi “extremamente produtivo, conseguimos eleger cinco diretores, duas mulheres e a nossa representatividade aumenta a cada ano, é bom saber que estamos equacionando demandas e atingindo os objetivos que nos cabem”, explica a presidente.

A equipe do SindBan já está se preparando para a conferência interestadual, agendada para abril. Este ano, os temas em destaque incluem a questão ambiental e as mudanças climáticas.

Para Paiva, o meio ambiente e as mudanças climáticas, temas pouco enfatizados, tornaram-se mais relevantes devido às crescentes consequências da crise climática. Ele destaca a necessidade de discutir medidas urgentes de mitigação e enfatiza “a importância da organização coletiva para lidar com os impactos dos eventos climáticos extremos”, conclui o vice-presidente da Feeb SP/MS.

Semana do Consumidor. Saiba seus direitos em caso de produtos com defeitos



Dr. Tony Santtana, advogado especialista em direito do consumidor

Dr. Tony Santtana, advogado especialista em direito do consumidor traz orientações em caso de produtos defeituosos

O Dia do Consumidor, comemorado todo dia 15 de março, é uma data comercial criada para lembrar os direitos que todo cidadão possui e reforçar a exigência de reparação quando se sentir lesado, segundo comunicado do próprio governo federal.

Diversas empresas aproveitam a semana do consumidor para oferecerem descontos e aumentarem suas vendas, como a conhecida Black Friday.

A data muito aguardada pelos consumidores pode tornar-se uma grande dor de cabeça, com produtos defeituosos, atrasos na entrega e até golpes na internet.

Tony Santtana, advogado especialista em direito do consumidor, explica que no caso do lojista se comprometer com a troca, é preciso especificar as condições em nota fiscal, como a obrigatoriedade da embalagem não estar violada, além de contar com a presença da etiqueta no produto.

Ainda de acordo com o profissional, o prazo de troca pode variar de 7 a 30 dias, a depender do produto. “Se o presente apresentar defeito, a loja tem até 30 dias para consertar em produtos não duráveis e 90 em produtos duráveis, conforme descrito no Código de Defesa do Consumidor, caso a manutenção não for bem-sucedida ou suficiente, a loja deve trocar o produto ou devolver o dinheiro ao cliente”, comenta Tony Santtana. O início da contagem desse prazo se dá a partir da entrega efetiva do produto ou término da execução do serviço.

Em caso de compras na internet, onde o consumidor não tem contato direto com o que está adquirindo, a lei garante o direito de arrependimento, ou seja, o consumidor tem 7 dias para efetuar o cancelamento da compra, independente do motivo.

Segundo Santtana, ao desejar fazer a troca, o ideal é procurar primeiramente o fornecedor, mas caso o seu direito seja negado, é possível recorrer ao consumidor.gov.br, que dará um prazo de 10 dias para obter uma resposta. “Caso passe esse tempo e o fornecedor não responda, o caso passa a fazer parte do Procon ou do poder Judiciário”, complementa o advogado.

Tony Santtana ainda alerta sobre os golpes de produtos na internet, “tomem cuidado com o pagamento via PIX, existem diversos links criados por terceiros e que redirecionam o pagamento para eles. Sempre acessem o site oficial da loja para sua segurança”, finaliza.

História viva Acipi inaugura Espaço Digital do Memorial do Empreendedorismo

Ambiente interativo conecta gerações e homenageia os pioneiros no setor empresarial de Piracicaba

A Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba) abriu ao público na última sexta-feira, 15 de março, o Espaço Digital do Memorial do Empreendedorismo. A experiência digital representa uma evolução do Memorial do Empreendedorismo já existente, celebrando de forma inovadora e tecnológica a história, a resiliência e a visão constante dos empreendedores piracicabanos ao longo dos anos.

O Memorial em sua nova versão, digital e tecnológica, chega para complementar o espaço físico inaugurado em 2012, instalado no segundo andar do prédio localizado na rua do Rosário, que permanece aberto ao público mediante agendamento. O espaço foi concebido e lançado durante a gestão do presidente Jorge Aversa Junior, contando com a curadoria e planejamento da historiadora Marly Theresinha Germano Percin. Agora, o novo Espaço Digital do Memorial do Empreendedorismo vai além e se serve da tecnologia e realidade virtual para narrar a determinação, a inovação e a paixão que impulsionaram o desenvolvimento econômico de Piracicaba.

Situado no hall de entrada do novo prédio da Acipi, o Espaço Digital do Memorial do Empreendedorismo é equipado com

modernos painéis de LED, nos quais é possível acompanhar, de forma interativa e acessível, os principais eventos do crescimento econômico de Piracicaba. A linha do tempo conduz o visitante desde a fundação da cidade, em 1767, até os dias atuais, ilustrados por mais de 5.500 fotografias históricas, somadas a imagens de artigos, objetos de época e obras de arte. Durante a experiência, o visitante tem a oportunidade de conhecer em

Digital também lança um olhar para o futuro, ao destacar que compreender e valorizar o passado possibilita a construção de um amanhã ainda mais promissor e vibrante.

Marcelo Cançado, presidente da Acipi, considera a inauguração do Memorial Digital como um marco na história tanto da instituição quanto de Piracicaba. "Este Memorial Digital simboliza o compromisso da ACIPI



Em modernos painéis de LED é possível acompanhar, de forma interativa e acessível, os principais eventos do crescimento econômico de Piracicaba

detalhes a fundação da Acipi, ocorrida em julho de 1933. A apresentação audiovisual reproduz a história de maneira criativa, lúdica e didática, estimulando a aprendizagem. Além de homenagear o legado dos pioneiros e visionários que desenvolveram o embrião do empreendedorismo local, o Espaço

“Preservar e valorizar o passado é uma característica da Acipi. Por isso, incentivamos a criação de um espaço que se tornou um símbolo de nossa dedicação ao legado dos visionários que moldaram nossa comunidade...”



Foto: Divulgação

A Acipi abre ao público nesta sexta-feira, 15 de março, o Espaço Digital do Memorial do Empreendedorismo



A experiência digital representa uma evolução do Memorial do Empreendedorismo já existente

com o desenvolvimento e a preservação da memória empresarial de Piracicaba. Ao ocupar um espaço físico de destaque em nosso novo prédio, representa um portal para a descoberta de uma história muito rica dos empreendedores que nos permitiram estar aqui hoje. Tudo isso apresentado de forma moderna e interativa. É uma homenagem aos antepassados e uma inspiração às gerações futuras”, disse o presidente.

Atual vice-presidente, Jorge Aversa Junior presidia a Acipi em 2012, quando o Memorial do Empreendedorismo foi inaugurado. “Preservar e valorizar o passado é uma característica da Acipi. Por isso, incentivamos a criação de um espaço que se tornou um símbolo de nossa dedicação ao legado dos visionários que moldaram nossa

comunidade. Agora, damos um salto significativo rumo ao futuro e este Memorial Digital une a tradição da Acipi à modernidade dos tempos atuais”, afirmou.

O funcionamento do Memorial Digital do Empreendedorismo acompanha o horário de atendimento da Acipi: de segunda a sexta-feira, sempre das 8h às 18h. Também é possível agendar visitas, com o acompanhamento de um monitor que ilustra e explica cada item da exposição.

Serviço

Espaço Digital do Memorial do Empreendedorismo

Endereço: Acipi – Rua Prudente de Moraes, 463, Centro

Site: acipi.com.br/memorial-do-empreendedorismo



STYLE IMAGE

Bia Furlan
Consultora de Imagem / Especialista em Coloração pessoal e digital.

Sabe aquela sensação de se olhar no espelho e amar o que vê?

Com a nossa consultoria de imagem, você pode sentir isso todos os dias. Invista em si mesmo e leve sua autoestima. Venha fazer a sua coloração pessoal corrigida!

@biemorazzifurlan (19) 30377-0079

Av. Independência, 724 - Ed. Liberty Vila das Flores

SOB MEDIDA

FÁBRICA DE BOTAS E CALÇADOS

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

Malusa
CALÇADOS

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

3 Motivos para morar no bairro Campestre

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



Foto Divulgação

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

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

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

O bairro é repleto de áreas verdes

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

É um bairro em expansão...

Anteriormente conhecido apenas como rural, hoje o Campestre e suas principais avenidas oferecem uma ampla variedade de comércios e serviços, como a Agropecuária do Mané, Smoker Barbecue Brasil, Empório do Chicó, Jáú Serve Supermercado, bem como empresas de tecnologia industrial tal qual a Centertek. O bairro se torna ainda mais valorizado por estar a poucos minutos do Centro da cidade, permitindo comodidade.

“As vantagens do Campestre fizeram com que o bairro se tornasse também, uma ótima fonte para quem deseja investir em imóveis de maneira segura”

Está cada vez mais valorizado

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

A Frias Neto destaca um empreendimento que une qualidade de vida, conforto e lazer e será lançado em breve:

Parque dos Laranjais

É um bairro aberto, projetado para revitalizar o Campestre, combinando os melhores elementos do bairro: amplitude, áreas verdes e muito conforto. São lotes residenciais, comerciais ou mistos a partir de 200m² prontos para construir a partir deste ano.

Infraestrutura completa: asfalto com sinalização, rede de água, esgoto e drenagem, iluminação pública e praças de lazer. O loteamento conta também com lazer diferenciado dos demais loteamentos de Piracicaba, com mais de 15 itens, tendo entre eles: beach tennis, campo gramado, playground, espaço food truck, pista de caminhada, park dog, entre outros. Algumas das condições diferenciadas de pré-lançamento incluem parcelas a partir de R\$775,00 e documentação gratuita.

Para saber mais sobre o breve lançamento, ou conversar com um corretor especialista, clique aqui.



Conheça o breve lançamento Parque dos Laranjais

Projeto urbanístico oferece infraestrutura completa e promete expandir o Campestre



Foto Divulgação

O Parque dos Laranjais, oferece lotes residenciais e comerciais, a partir de 200m² e prontos para construir já neste ano, em 2024

Com o intuito de continuar a expandir o Campestre, um dos bairros mais promissores de Piracicaba, chega um novo projeto urbanístico, um bairro planejado, que visa unir natureza, segurança, lazer e conforto com infraestrutura completa: o Parque dos Laranjais. O breve lançamento é projeto da construtora e incorporadora Cunha Gonsalves e terá coordenação da comercialização pela Frias Neto Consultoria de Imóveis.

“Sempre que podemos trazer a Piracicaba novos empreendimentos que revitalizam e trazem conforto e bem-estar para quem deseja morar bem, é gratificante...”

O Parque dos Laranjais, oferece lotes residenciais e comerciais, a partir de 200m² e prontos para construir já neste ano, em 2024.

São mais de 15 itens de lazer e estrutura completa: asfalto com sinalização, rede de água, esgoto e drenagem, iluminação pública e praças de lazer, onde encontram-se: beach tennis, campo gramado, playground, espaço food truck, pista de caminhada, park dog, entre

outros.

“Sempre que podemos trazer a Piracicaba novos empreendimentos que revitalizam e trazem conforto e bem-estar para quem deseja morar bem, é gratificante, estamos muito felizes em contar com a Cunha Gonsalves, que traz um projeto que traduz isso de maneira ímpar, e assim como nós também é agente de desenvolvimento do mercado imobiliário”, conta o diretor de inovações e processos, Angelo Amaral Frias.

A Cunha Gonsalves Empreendimentos Imobiliários foi fundada em 2001 e já realizou o lançamento de diversos empreendimentos de sucesso em cidades do interior do Estado de São Paulo e Mato Grosso do Sul, sendo, assim como a Frias Neto, referência pela qualidade e excelência na entrega e suporte ao cliente em todas as etapas dos projetos.

O lançamento será ainda neste mês, 23/03, e as condições de breve lançamento chamam a atenção: parcelas a partir de R\$775 mensais e documentação gratuita.

Para conhecer mais sobre o Parque dos Laranjais ou conversar com um especialista em Lançamentos Frias Neto, clique aqui. Ou visite o plantão de vendas: Av. Laranjal Paulista, 100 - Campestre.



Hyundai oferece R\$ 10 mil de desconto no CRETA durante o mês de março

O Hyundai CRETA segue em 2024 sendo o carro mais vendido do Brasil no varejo, após garantir a primeira posição em 2023

Foto Divulgação



Hyundai oferece R\$ 10 mil de desconto

A Hyundai Motor Brasil anuncia condições especiais para os modelos HB20 e CRETA durante todo o mês de março. Com destaque para o desconto de R\$ 10 mil no CRETA Limited Safety, a promoção também prevê R\$ 9 mil reais de valorização no usado oferecido pelos clientes interessados nas versões Comfort Plus, Platinum Safety e N Line do SUV produzido em Piracicaba. Versões do hatch Hyundai HB20 e do sedã Hyundai HB20S também contarão com oportunidades exclusivas.

“O Hyundai CRETA segue em 2024 sendo o carro mais vendido do Brasil no varejo, após garantir a primeira posição em 2023. Como de hábito, queremos celebrar os resultados possibilitando que ainda mais pessoas conquistem o sonho do seu Hyundai zero-

quilômetro. As condições especiais de março abrangem uma grande variedade de modelos, em diferentes faixas de preços, para ajudar aqueles que ainda não se decidiram, mas certamente serão conquistados pela qualidade, desempenho, os 5 anos de Garantia Hyundai e toda conectividade que nossos modelos oferecem”, comenta Angel Martinez, vice-presidente de Vendas da Hyundai Motor Brasil.

Uma oportunidade muito especial também será oferecida para o HB20, na versão Limited Plus. O hatch fabricado em Piracicaba terá R\$ 10 mil de valorização do veículo usado apresentado na troca até o dia 31.

O Novo Hyundai HB20 e o Novo Hyundai HB20S contam ainda, até o final do mês, com desconto de R\$ 4 mil nas versões Comfort Plus 1.0 MT E Comfort

Modelo	Ano-modelo	Motor	Versão	Transmissão	Preço (R\$)	Com Desconto Promocional (R\$)
HB20	23/24	1.0 12V Flex	Comfort Plus	MT5	87.790	83.790
		1.0 TGD1 12V Flex	Comfort Plus	AT6	106.890	102.890
HB20S	23/24	1.0 12V Flex	Comfort Plus	MT5	94.190	90.190
		1.0 TGD1 12V Flex	Comfort Plus	AT6	113.390	109.390
CRETA	23/24	1.0 TGD1 12V Flex	Limited Safety	AT6	149.990	139.990

Plus 1.0 TGD1 AT. As versões Platinum, Platinum Safety e Platinum Plus, tanto do hatch quanto do sedã, oferecem R\$ 7,5 mil de valorização do usado oferecido na troca. Com exceção dos modelos Platinum, Platinum Safety e Platinum Plus do HB20 e HB20S, HB20 hatch Comfort Plus 1.0 TGD1 MT e

CRETA Action, todas as demais versões também contam com a opção de juro zero no financiamento, em condição não cumulativa aos bônus.

Confira a tabela completa dos modelos com descontos contemplados na campanha especial de vendas para o mês de ja-

neiro e seus respectivos valores promocionais.

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



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](https://www.facebook.com/smd.condominios)
 Av. Dr. Paulo de Moraes, 890
 Piracicaba/SP



condominios

Pamonhas de Piracicaba, da Rua do Porto para o mundo

Adolpho Queiroz

Das várias histórias da famosa Rua do Porto de Piracicaba, certamente há uma que saltou das barrancas do nosso rio, chegou a várias cidades do interior de São Paulo, da capital, do Brasil e do mundo. Por conta de uma fita cassete gravada nos anos 1970 por um dos funcionários de uma fábrica de pamonhas construída na Rua do Porto número 1825.

O então ajudante e vendedor dos produtos pelas ruas da cidade, Dirceu Bigeli, cansou-se de esgoelar pelas ruas da cidade o jingle mais famoso da terrinha e resolveu gravá-la numa fita k7, modernidade única daqueles dias. Ele mesmo escreveu o texto famoso: "Pamonhas, Pamonhas, Pamonhas de Piracicaba. É o puro creme do milho verde. Venha provar minha senhora."

O chamamento acordou a cidade para uma nova tradição que passaria a acompanhá-la dali por diante. Bigeli gravou outras fitas e conforme ia de cidade em cidade vendendo o produto até então não tão famoso, ia vendendo uma cópia da fita, junto com a receita da pamonha aos amigos que fazia. E elas se multiplicaram pelo Brasil e pelo mundo. Foi vista recentemente numa van em Toronto, no Canadá, pelas redes sociais, em pleno inverno de lá, vendendo as nossas afamadas pamonhas.

Mas essa história começa no mesmo número 1825 da rua eterna, num primeiro ciclo que ocorreu entre 1959 a 1982. Por necessidade, a família de Whasthi Rodrigues e Aparecido Octaviano, apelidado de Cido Pamonheiro, passou a produzir e comercializar um produto que não era típico entre nós.

As pamonhas tem origem indígena. Os índios latino-americanos comiam muito milho verde amassado com leite de coco, manteiga e erva doce. Tanto que a palavra vem do tupi, pamu-ña, algo como empapado. Desde então a pamonha é um quitute consumido em várias regiões do Brasil, comum nos estados do Nordeste e ainda em Goiás, Mato Grosso, Minas Gerais, Paraná, Rondônia, São Paulo e Tocantins, posteriormente aper-

feioada por portugueses e africanos.

E embora a cidade de Piracicaba não seja uma grande produtora do milho, produto básico da pamonha (uma exceção é o bairro de Tanquinho), os pioneiros socorriam-se das plantações de milho que existiam e permanecem, em Charqueada. De onde vem a matéria prima para o doce famoso. Do qual inclusive se aproveita a palha, para, por mãos habilidosas de costureiras, transformarem-se na embalagem do produto. Dando-lhe contornos ainda mais naturais.

Com o falecimento de Whasthi, Octaviano apaixonou-se por Rosa, uma funcionária da fábrica. E desse novo momento em suas vidas nasceu Samira Jacqueline Vicente, hoje guardiã da história da origem das pa-

tro perfil, longe da avenida dos restaurantes que hoje possui. Por lá estão fotos, lembranças daqueles dias de pioneirismo. E o que sobrou de uma máquina de costura, levada pelas enchentes de 1983, que destruíram os móveis, equipamentos, estoques da família. Todos levados pelas águas intensas do Rio Piracicaba que transbordou dos barrancos da Rua do Porto e subiu quase três metros, encobrindo a maioria das casas.

Com sua baixa, ficaram os rescaldos da mais uma tragédia causada pelas enchentes. Mas que não esmoreceu Samira e seus familiares, que depois limpou toda a casa em que viviam em parceria com a fábrica e hoje a transformaram num outro ambiente muito acolhedor. O Bar e Restaurante Versátil. Que serve igual-



Samira Jacqueline Vicente



Ao centro, Bigeli, autor do jingle famoso, "Pamonhas de Piracicaba"

monhas de Piracicaba. Que ela reconta aos fregueses e amigos da cidade de os turistas que nos visitam, com quem percorre a velha casa por onde estão espalhadas memórias daqueles tempos. Um quadro de Aarão dos Santos, pintado ao tempo em que a Rua do Porto tinha ou-

mente os tradicionais peixes da terra aos nossos visitantes. Peixes que não são pescados mais no rio famoso, mas que vem do Amazonas, do Mato Grosso, do Chile, através dos revendedores de Piracicaba e de Limeira, sempre especializados na comercialização de



Rua do Porto antiga, quadro de Aarão dos Santos



O casal pioneiro, D. Whasthi e Octaviano Vicente, o Cido Pamonheiro

dourados, pintados, piaparas, filhotes, que se transformam nos assados consumidos com mais intensidade nos finais de semana. Acompanhados de boas e geladas cervejas.

Samira Vicente foi nossa convidada, minha e da Bete, num recente Café co Dorfo, no Portal Nova 15 (ver serviço abaixo). E contou, sob emoção, das origens da família, aos tempos pioneiros da fábrica das pamonhas, passando pela aventura sonora de Bigeli, do

carinho e respeito que os pais lhe ensinaram para o entorno do rio. E os estimularam a continuar a luta da família na região, agora em formato de uma restaurante e suas histórias.

SERVIÇO

CAFÉ CO DORFO, PORTAL NOVA 15, entrevista com Samira Jacqueline Vicente

https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=367159192904469

CAFÉ CO DORFO
LITERATURA

21/03/2024
18 HRS

Adolpho Queiroz · Elisabete Bertolini

Marcelo Silva

Portal Nova 15
www.nova15piracicaba.com.br

Alta do PIB fez economia de consumo superar as expectativas em 2023

Pesquisa IPC Maps apontou crescimento de 3,1%

Ultrapassando as expectativas iniciais do mercado, o consumo das famílias movimentou cerca de R\$ 6,9 trilhões ao longo de 2023 no Brasil, o que representou um aumento real de 3,1% em relação a 2022, a uma taxa positiva de 2,9% do PIB. Essa é a conclusão da atualização do estudo IPC Maps 2023, especializado há 30 anos no cálculo de índices de potencial de consumo nacional, com base em dados de fontes oficiais, como Banco Central (Boletim Focus), IBGE, entre outras.

Segundo Marcos Pazzini, sócio da IPC Marketing Editora e responsável pela pesquisa, mesmo superando a previsão inicial, a movimentação ainda foi baixa em comparação ao incremento de 4,3% que fora verificado em 2022, quando a economia se reerguia dos reflexos negativos da pandemia, somado aos repasses de valores significativos, por meio de programas sociais à população mais carente. “As benesses do então Governo Federal deixaram um saldo negativo ao atual, sem condições financeiras naquele momento, de puxar o progresso econômico por meio do consumo das famílias, principalmente aquelas de baixa renda”, avalia.

Além dos novos valores de potencial de consumo, o levantamento alterou também os dados demográficos, de acordo com as divulgações

“As benesses do então Governo Federal deixaram um saldo negativo ao atual, sem condições financeiras naquele momento, de puxar o progresso econômico por meio do consumo das famílias, principalmente aquelas de baixa renda”

feitas pelo IBGE em 2023. “O Censo de 2022 indicou um crescimento menor da população brasileira na última década, totalizando 204.278.102 habitantes no ano passado, o que acabou impactando consideravelmente a população na maioria dos municípios”, pondera Pazzini.

Outro destaque foi a Região Sul que, devido ao processo de migração social positiva, com uma quantidade maior de domicílios nas classes mais altas, recuperou sua tradicional vice-liderança e ultrapassou o Nordeste no ranking de consumo entre as regiões brasileiras. “Enquanto a média nacional da evolução nominal do potencial de consumo foi de 9,9%, no Sul esse número foi de 13,7%, graças ao desempenho das classes A, B1 e B2 que apresentaram uma elevação de, respectivamente, 24,1%, 19,0% e 25,2%”, explicou o pesquisador.

O trabalho reforçou, ainda, a tendência de queda na participação das 27 capitais no mercado consumidor (de 29,07% em 2022 para 27,95% em 2023), como ocorreu nos últimos anos. Com um leve declínio, o interior ficou com 54,8% da fatia, enquanto as regiões metropolitanas, em ascensão, responderam por 45,2% do cenário nacional. Pazzini lembra que, de 2022 para 2023, a quantidade de empresas subiu 3,5% no interior e 6,7% nas capitais e regiões metropolitanas, contra 5% da média nacional. “Esse cenário pôde ser explicado pelo home office, pois mesmo que a empresa funcionasse em grandes centros, ela não necessitava mais de grandes áreas de escritórios. Aliado a isso, houve uma oferta maior de imóveis corporativos para locação, com preços inferiores aos praticados antes da pandemia”, justificou.

Perfil básico – Com números atualizados pelos primeiros resultados do Censo de 2022, a IPC Marketing estima que o Brasil possuía em 2023 cerca de 204,3 milhões de ci-

dadãos. Destes, 173,2 milhões moravam na área urbana e foram responsáveis pelo consumo per capita de R\$ 36,7 mil, contra R\$ 16,3 mil gastos pela população rural.

Base consumidora — Tradicionalmente, a classe B2 liderou o panorama econômico, representando cerca de R\$ 1,6 trilhão dos gastos. Junto à B1, pertenciam a 21,8% dos domicílios, assumindo 42,3% (quase R\$ 2,7 trilhões) de tudo o que foi desembolsado pelas famílias brasileiras. Presentes em quase metade das residências (47,8%), C1 e C2 totalizaram R\$ 2,1 trilhões (33,1%) dos recursos gastos. Já o grupo D/E, que ocupava 27,8% das moradias, consumiu cerca de R\$ 635,4 bilhões (10%). Embora em menor quantidade (apenas 2,6% das famílias), a classe A ampliou sua movimentação para R\$ 931,6 bilhões (14,6%), distanciando-se dos menos favorecidos.

Já na área rural, o montante de potencial de consumo chegou a R\$ 507,2 bilhões (7,4% do total).

Cenário Regional – O Sudeste seguiu liderando o ranking das regiões, tendo respondido por 49% do consumo nacional. Como já mencionado, a Região Sul voltou a ocupar o segundo lugar da lista, ganhando representatividade de 18,6% e desbancando o Nordeste que, caiu para 17,9%. Em quarto lugar apareceu Centro-Oeste, que aumentou sua fatia para 8,6%, e por último, a Região Norte, que diminuiu sua participação para 5,9%.

Mercados potenciais – O desempenho dos 50 maiores municípios equivaliu a R\$ 2,646 trilhões, ou 38,5% de tudo o que foi consumido em território nacional. De 2021 a 2023, os quatro principais mercados mantiveram suas posições, como a seguir, em ordem decrescente: São Paulo/SP, Rio de Janeiro/RJ, Brasília/DF e Belo Horizonte/MG. Em quinto, Curitiba/PR, que inverteu seu lugar com Salvador/BA, seguida por Fortaleza/CE, Porto Alegre/RS, Goiânia/GO, Manaus/AM, Cam-

pinas/SP e Recife/PE. Outras capitais, como Belém/PA (14°), Campo Grande/MS (16°) e Florianópolis/SC (19°) também se sobressaíram nessa seleção, bem como as seguintes cidades metropolitanas ou interiores: Guarulhos (13°), Santo André (15°), São Bernardo do Campo (17°), Ribeirão Preto (19°) e São José dos Campos (20°), no Estado de São Paulo; Uberlândia, em Minas Gerais (22°); e São Gonçalo (23°), no Rio de Janeiro.

Geografia da Economia – A análise quantitativa de distribuição de empresas no âmbito nacional para cada mil habitantes também sofreu alguns ajustes, devido aos últimos dados demográficos. Mesmo assim, confirmou-se o cenário de retenção geral. Segundo os cálculos recentes, as Regiões Sul e Sudeste levaram vantagem com, respectivamente, 136,06 e 134,75 empresas por mil habitantes. Em seguida, veio o Centro-Oeste com 113,18 e, bem abaixo da média, estavam as regiões Nordeste, com 66,84, e Norte, com apenas 59,74 empresas/mil habitantes.

Hábitos de consumo – Sobre as preferências dos consumidores na hora de gastar sua renda, o realce continuou para a categoria de veículo próprio, cujas despesas comprometeram 11,8% do orçamento familiar, em detrimento de outros segmentos, como alimentação e bebidas no domicílio, que responderam por 10,3% da renda das famílias.

Faixas etárias – Como já citado, a população brasileira diminuiu em 2023. Nesse contexto, os idosos foram os menos atingidos, tendo mantido a média com 32,3 milhões no período. Na faixa etária economicamente ativa, de 18 a 59 anos, a margem foi de 123 milhões, o que equivaliu a 60,2% do total de brasileiros, sendo mulheres em sua maioria. Também perdido espaço, estavam os jovens e adolescentes entre 10 e 17 anos, que somaram 22,4 milhões, e foram superados por crianças de até 9 anos, que representaram 26,6 milhões.

Nossa administradora de condomínios é

pioneira certificada

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

 **PRO CONT**
condomínio



(19) 3377-9333 www.procontcondominio.com.br

IPC Maps 2023

DADOS DEMOGRÁFICOS ATUALIZADOS SEGUNDO OS PRIMEIROS RESULTADOS DO CENSO DE 2022

Localidade: PIRACICABA UF: SP Código: 3538709

População		Total de Empresas	I P C Maps (Share de Consumo)		
total		57.380	0,29574		
urbana			Posição no Ranking		
rural			Nacional 46ª		
			Estadual 13ª		
Homens		Detalhamento de Empresas		Domicílios	
Mulheres		INDUSTRIA 9.206		total 158.751	
0-4 anos	11.828	Indústria Extrativa	11	urbanos	156.007
5-9 anos	13.584	Construção	4.646	rurais	2.744
10-14 anos	12.816	Reciclagem	176	PIB 2020 (R\$)	
15-17 anos	8.190	Prod/Dist Elétr/Gás/Água	42	Total (R\$ 1000)	27.172.816,85
18-24 anos	20.726	Indústria em Geral	4.331	Per capita (R\$)	66.722,37
25-29 anos	16.115	SERVIÇOS 29.861		Dados Gerais	
30-39 anos	35.257	Serviços de Saúde	1.295	Área (Km2)	1.378,1
40-49 anos	31.721	Educação	2.069	Frota de Veículos	339.677
50-59 anos	24.527	Administração Pública	35	Distância da Capital	
60+ anos	32.596	Correios/Out Ativ Entrega	564	Consumo per capita (R\$/ano)	
Total	207.360	Transportes	2.335	Urbano	47.609,97
Alfabetizada	396.934	Alojamento	78	Rural	37.874,56
Crescim.Demográfico (% a.a.)	0,68	Alimentação	3.869		
Dens. Demográfica (hab/Km2)	311,0	Reparação Veículos	2.389		
		Serviços em Geral	16.413		
		Atividades Financeiras	751		
		Agências Bancárias	63		
		COMÉRCIO 12.062			
		Comércio Atacadista	1.379		
		Comércio Varejista	10.683		
		AGRIBUSINESS 6.251			

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

Categorias IPC Maps 2023	Potencial de Consumo por Categoria - em R\$				
	A	B	C	D/E	TOTAL
Alimentação no Domicílio	197.025.883	664.522.447	617.713.896	134.952.446	1.614.214.672
Alimentação fora do Domicílio	146.266.533	405.291.929	222.025.100	29.784.369	803.367.930
Devidas	29.013.453	91.297.447	70.753.305	11.571.930	202.636.135
Habitação	825.109.279	2.328.668.259	1.935.013.200	398.578.824	5.487.369.562
Artigos de Limpeza	14.143.434	39.773.728	41.620.029	5.536.724	101.073.914
Mobiliários e Artigos do Lar	44.217.790	117.166.088	104.409.385	23.505.855	289.299.118
Eletroeletrônicos	31.202.051	111.586.983	104.282.015	27.897.254	274.968.303
Vestuário Confeccionado	54.136.309	187.476.368	142.054.091	27.475.917	411.142.685
Calçados	18.630.466	75.661.618	60.435.206	15.031.641	169.758.931
Jóias, Bijuterias, Armarinhos	6.089.080	11.935.508	8.407.955	1.014.769	27.447.312
Transportes Urbanos	26.026.966	115.750.891	116.265.554	18.455.745	276.499.156
Veículo Próprio	430.399.082	1.176.069.178	592.260.639	55.800.442	2.254.529.340
Higiene e Cuidados Pessoais	55.940.337	235.328.777	218.453.197	50.204.375	559.926.686
Medicamentos	73.488.244	242.560.908	247.894.090	44.851.615	608.794.857
Plano Saúde / Trat. Médico Dentário	195.846.648	410.410.021	171.999.006	15.085.050	793.340.726
Livros e Material Escolar	21.958.772	60.284.279	41.599.832	4.901.751	128.744.634
Educação	164.884.491	397.988.783	128.795.276	10.936.958	702.605.508
Recreação e Cultura	79.349.813	181.857.944	99.499.199	19.470.515	380.177.471
Viagens	72.473.230	159.764.155	62.492.675	5.032.306	299.762.365
Fumo	7.530.653	36.208.616	45.270.445	8.812.470	97.822.184
Materiais de Construção	227.350.828	369.350.670	188.983.746	25.873.650	811.558.893
Outras Despesas	1.089.299.367	1.743.957.788	816.649.824	96.800.682	3.746.707.660
Total do Consumo Urbano	3.810.382.709	9.162.912.385	6.036.877.663	1.031.575.287	20.041.748.044
Consumo Rural					290.497.838
Total do Consumo Urbano + Rural					20.332.245.882

Plano de Irrigação: Secretaria de Agricultura quer dobrar áreas irrigadas de SP em quatro anos

Atualmente, apenas 6% das áreas agrícolas do Estado de São Paulo são irrigadas. Meta do governo paulista é chegar a 10% em dois anos e 15% até 2030.

Garantir a produtividade e o desenvolvimento das áreas agrícolas do Estado de São Paulo em meio às intempéries climáticas. Esse é o objetivo do mais novo Plano de Irrigação, que está sendo desenvolvido pelo governo de São Paulo.

Atualmente, apenas 6% da área produtiva paulista é irrigada. “Nossa meta é dobrar essa cobertura em no máximo quatro anos e chegar a 15% até 2030”, anuncia Guilherme Piai, secretário de Agricultura e Abastecimento de São Paulo. O plano está sendo desenvolvido em parceria com a universidade de Nebraska, nos Estados Unidos, e com a empresa Lindsay, que opera em mais de 90 países com sistemas de irrigação.

Vale destacar, que na última quinta-feira (14/03) o secretário Guilherme Piai, participa de uma série de encontros com especialistas da área na universidade norte-americana, situada em Lincoln. “Estamos alinhando os detalhes para

uma parceria técnica com foco nas mais novas tecnologias de irrigação. A assinatura de um protocolo de intenções deve ocorrer na Agrishow, no próximo mês”, revela Piai.

O Plano Estadual de Irrigação da Secretaria de Agricultura prevê, entre outras ações, uma linha de crédito para os agricultores com recursos para aquisição de implementos, além de todo o apoio técnico dos institutos de pesquisa ligados à SAA.

Para se ter uma ideia da importância da irrigação, hoje, as áreas de agricultura irrigada do País correspondem a menos de 20% da área total cultivada, mas são responsáveis pela produção de mais de 40% dos alimentos, fibras e cultivos bioenergéticos. “Esses números evidenciam a contribuição desse método para a segurança alimentar. Além disso, comprovam o aumento da produtividade e possibilitam a produção fora de época”, explica o secretário. Para Piai, o Plano Estadual



Foto Divulgação



Durante a visita técnica, foi discutido o atual cenário da agricultura irrigada de precisão e os desafios dos recursos hídricos no Estado.

“Estamos alinhando os detalhes para uma parceria técnica com foco nas mais novas tecnologias de irrigação. A assinatura de um protocolo de intenções deve ocorrer na Agrishow, no próximo mês”

de Irrigação vai contribuir fortemente para a abertura de novas oportunidades de mercado.

Em janeiro, o secretário de Agricultura visitou a Associação do Sudoeste Paulista de Irrigação e Plantio na Palha (ASPIPP), em Campos de Holambra, no município de Paranapanema. Durante a visita técnica, foi discutido o atual cenário da agricultura irrigada de precisão e os de-

safios dos recursos hídricos no Estado. Na ocasião, foi firmada a criação de um grupo de trabalho com o objetivo de atender às necessidades primordiais da região.

“Os efeitos das mudanças climáticas estão cada vez mais fortes e São Paulo passa por um momento de grande estiagem. Mas quem tem sua lavoura irrigada, tem sua produção garantida”, frisa Piai.

www.fqgescon.com.br

FQ CONTABILIDADE SERVIÇOS PREVIDENCIÁRIOS

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

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



Manoel Fernandes Furlan
CRECI 48.387 - CNAI 08782
NOVO ENDEREÇO -
AV. INDEPENDÊNCIA, 724 - ED. LIBERTY

Fazendas,
Sítios, Chácaras:
Compra | Venda
e Avaliações



FERNANDES FURLAN
Negócios Imobiliários
fernandesfurlan.com.br
3433.2003 (19) 99608.2379
manoel@fernandesfurlan.com.br



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. MARINA MARTA PAES EVERALDO, Faleceu dia 09pp na cidade de Piracicaba, aos 81 anos de idade e era viúva do Sr. Roberto Everaldo. Era filha do Sr. Manoel Paes Ataíde e da Sra. Jesusa Romera Paes, falecidos. Deixa as filhas: Renata Marina Everaldo casada com o Luiz Fernando Paulin, Fernanda Marina Everaldo casada com Rogério Cardoso de Barros, Claudia Marina Everaldo Bernardis casada com Murilo Germano Prado Bernardis. Deixa netos, bisneta, demais parentes e amigos. O Velório deu-se dia 09pp na Saudade - Sala 06 a partir das 13:30hs até as 17:00hs, em seguida seu corpo foi trasladado para o Memorial Metropolitano de Piracicaba onde houve a Cerimônia de homenagens póstumas. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do GRUPO BOM JESUS FUNERAIS.

SR. JOSE CARLOS PEDRO, Faleceu dia 09pp na cidade de Piracicaba, aos 68 anos de idade. Era filho do Sr. Julio Pedro da Sra. Geromina Bueno, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O Velório ocorreu dia 09pp na Sala Rubi no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 13:30hs até as 14:45hs, em seguida houve a Cerimônia de homenagens póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. A família e amigos enlutados os sentimentos do GRUPO BOM JESUS FUNERAIS.

SRA. TERESINHA MARLI PADRÃO GRANDIS, Faleceu dia 08pp na cidade de Piracicaba, aos 72 anos de idade e era viúva do Sr. Jose Antonio Grandis. Era filha do Sr. Antonio Padrão e da Sra. Teresinha Giusti Padrão, falecidos. Deixa os filhos: Marcia Aparecida Grandis Agnolini, Milton Cesar Grandis, Paulo Antonio Grandis Neto e Marcos Jose Grandis, já falecido. Deixa vários netos. O seu sepultamento deu-se dia 09pp às 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade sala 05, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. IZILDA DE MORAES DE ALMEIDA ELEUTERIO, Faleceu dia 08pp na cidade de Piracicaba, aos 70 anos de idade e era filha Sr. João de Almeida e da Sra. Maria Benedita de Moraes de Almeida, falecidos. Deixou os filhos: Esmeralda Aluane Eleuterio; Everton Jose Eleuterio. Deixa ainda nora, netos e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 09pp às 13:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade sala-02, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOVEM. IAGO RAUL VALLERINI, Faleceu dia 09pp na cidade de Piracicaba, aos 32 anos de idade e era casado com a Sra. Amanda Paiva Ferraz Vallerini. Era filho do finado Sr. Edison Tadeu Vallerini e da Sra. Fernanda Aparecida Movio Ferreira. Deixou a filha: Liz Ferraz Vallerini. Deixa demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Rio das Pedras e seu sepultamento deu-se dia 09pp às 16:00hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. BENEDITO LAZARO BARBOSA DA SILVA, Faleceu dia 08pp na cidade de Piracicaba, aos 70 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Jose Nery da Silva, era filho do Sr. Veridiano Lazaro da Silva e da Sra. Malvina Barbosa da Silva, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 09pp às 15:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade sala-04, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA PASSARELI BREDÁ, Faleceu dia 10pp na cidade de Piracicaba, aos 87 anos de idade e era viúva do Sr. Jose Breda Filho. Era filha do Sr. Antônio Passarelli e da Sra. Joanna Bonizzi, falecidos. Deixa os filhos: Carlos Umberto Breda casado com Maria Yvone Aparecido Carraro Breda, Sueli Aparecida Breda. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 10pp às 17:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 04, seguindo para o Cemitério

da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

VITÓRIA REBECA SILVA DE LIMA, Faleceu dia 09pp na cidade de Piracicaba, era filha de Vitor Joel de Lima e de Ana Fabricia Ferreira da Silva. Deixa demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 10pp às 17:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. YSNEL VALVANO, Faleceu dia 09pp na cidade de Santos, aos 69 anos de idade e era casado com a Sra. Eliana Cardinali Valvano. Era filho do Sr. Ysnel Valvano e da Sra. Maria de Lourdes Raseria Valvano, falecidos. Deixa os filhos: Anelys Valvano, Sylene Valvano, Ysnel Daniel Valvano. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Piracicaba e o seu sepultamento deu-se dia 11pp às 14:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 06, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. FRANCISCO NACIR MARTIM, Faleceu dia 10pp na cidade de Piracicaba, aos 77 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Eliza Ortolani Martim. Era filho do Sr. Natalio Martim e da Sra. Judite Favaro, falecidos. Deixa os filhos: Francisco Eduardo Ortolani Martim casado com Maria Aparecida Cavaleiro da Silva, (Fabio Ernesto Ortolani Martim, Flavia Eliza Ortolani Martim, Frederico Eugenio Ortolani Martim - Falecidos). O seu sepultamento deu-se dia 11pp às 13:00 hs, saindo a urna mortuária da Sede da Banda Antenor Cortellazzi, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. RENATO CARDOSO, Faleceu dia 10pp na cidade de Piracicaba, aos 52 anos de idade. Era filho do Sr. Clarinho Antônio Aparecido Cardoso e da Sra. Terezinha Augusta Cardoso, falecidos. Deixa os filhos: Pamela Cardoso casada com Bruno Guilherme, Jose Renato Cardoso. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 11pp às 10:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Charqueada, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. PAULO SERGIO MALUF, Faleceu dia 11pp na cidade de Piracicaba, aos 88 anos de idade e era casado com a Sra. Rosemary Sabino Maluf. Era filho do Sr. Philippe Zaidan Maluf e da Sra. Alzira Koury Maluf, falecidos. Deixa os filhos: Rosemary Maluf, Paulo Sergio Maluf Junior casado com Lilian Sesso Carnio, Daniela Maluf Gianetti casada com Gian Carlo Gianetti. Deixa netos. O seu sepultamento deu-se dia 12pp às 15:00hs saindo a urna mortuária do Velório Sala Safira no Memorial Metropolitano de Piracicaba, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOVEM: WILLIAM MAGALHÃES VALLE - Faleceu dia 11pp na cidade de Piracicaba, aos 23 anos de idade. Deixa mãe de coração, avó de coração e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 12pp às 15:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade Sala - 03, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. IZAIAS DOS SANTOS, Faleceu dia 12pp na cidade de Charqueada, aos 51 anos de idade. Era filho do Sr. Brasil dos Santos e da Sra. Tereza Rafael dos Santos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 12pp às 13:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Charqueada, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOSE CARLOS CELLA, Faleceu dia 12pp na cidade de Piracicaba, aos 76 anos de

idade e era casado com a Sra. Maria Luisa de Jesus Cella. Era filho do Sr. Angelo Cella e da Sra. Virginia Rodomilli Cella, falecidos. Deixa os filhos: Flavio Fernando Cella casado com Sandra Aparecida Stabelin Cella e Alexandre Luis Cella. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 12pp às 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala Premium, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. AIRTON SALVATO, Faleceu dia 12pp na cidade de Piracicaba, aos 70 anos de idade. Era filho do Sr. Arlindo Salvato e da Sra. Izabel Salvato Cano, falecidos. Deixa os filhos: Anderson Donizete Salvato casado com Marli Elisângela Ganel Salvato e Daniela Aparecida Salvato Valverde casada com Marcos Valverde. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 12pp às 16:30hs saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus.

SRA. MAGALI REGINA CAMPAGNOLI, Faleceu dia 12pp na cidade de Piracicaba, aos 61 anos de idade e era casada com o Sr. Valdir Amaral Martins Junior. Era filha do Sr. Orides Campagnoli e da Sra. Josefina Campion Campagnoli, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 12pp às 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Saltinho, seguindo para o Cemitério Municipal de Saltinho. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA JOSÉ DE OLIVEIRA VALVERDE, Faleceu dia 12pp na cidade de Piracicaba, aos 60 anos de idade e era casada com o Sr. Esequias Valverde. Era filha do Sr. Moacyr Pinto de Oliveira, falecido e da Sra. Maria Catarina Guerreiro de Oliveira. Deixa o filho: Paulo Roberto Valverde. Deixa demais parentes e amigos. O Velório ocorreu dia 13pp na Sala Rubi no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 08:00hs. O seu sepultamento deu-se dia 13pp às 16:00hs, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CLEIDE MARIA CABRAL RINALDI, Faleceu dia 12pp na cidade de Piracicaba, aos 47 anos de idade e era casada com o Sr. Sergio Eduardo Rinaldi. Era filha do Sr. Adelcino Cabral e da Sra. Nair Julia da Silva, falecidos. Deixou os filhos: Mateus Cabral Rinaldi, Murilo Cabral Rinaldi, Mirela Caroline Cabral Rinaldi Guiso casada com Adryel Guiso da Silva. O seu sepultamento deu-se dia 13pp às 17:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 02 seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. EDNEIDE MATILDE DA CRUZ, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 57 anos de idade e era filha da Sra. Elisa Matilde da Cruz, falecida. Deixa os filhos: Gírlene, Gírlaide, Flavio casado com Jacqueline, Juliana, Leidiane, Eron, Geisa, Geisiane, Sawan. Deixa netos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp às 10:00hs, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério da Vila Rezende - sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

DR. SILVIO AUGUSTO PELLEGRINI DE OLIVEIRA, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 42 anos de idade e era casado com a Sra. Juliana Butini de Oliveira. Era filho do Dr. Aparecido Nunes de Oliveira e da Sra. Neusa Aparecida Pellegrini de Oliveira, falecida. Deixa as filhas: Helena e Lorena. O seu sepultamento deu-se dia 14pp às 10:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 06, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ROBERTO DE SOUZA, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 77 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Eulália de

Souza. Era filho do Sr. Aparecido de Souza e da Sra. Ana Antônia de Souza, falecidos. Deixa o filho: Carlos Marcelo de Souza. Deixa 1 neto demais parentes a amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp às 17:00hs, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério da Vila Rezende - Sala 03, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. CLAUDIO ELEUTÉRIO - Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 73 anos de idade e era filho do Sr. Romão Eleutério e da Sra. Rita Serafim, falecidos. Deixa os filhos: Claudio Eleutério Junior, Ana Paula de Campos Eleutério, Everton Aparecido Eleutério. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp às 13:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende Sala - 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CILLIA CREPALDI ROSSI, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 102 anos de idade e era viúva do Sr. Arthur Rossi. Era filha do Sr. Pedro Crepaldi e da Sra. Conceição Rubia, falecidos. Deixa os filhos: Antonio Osvaldo Rossi casado com Lucia Aparecida Oriani Rossi, Anedir Conceição Rossi Vitoria casada com Orlando Vitoria e Arlete Maria Rossi Groppo casada com Jair Groppo. Deixa netos, Bisnetos, tataraneta, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp às 13:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - sala - 05, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

AGATHA MONTANARI DOS SANTOS, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, e era filha de Gilmar Freitas dos Santos e de Grazielle Montanari Alves Rodrigues. Deixa Avós, demais parentes. O seu sepultamento deu-se dia 14pp às 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende Sala - 02, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. NERIVALDO DE JESUS, Faleceu dia 13pp na cidade de Piracicaba, aos 48 anos de idade. Era filho da Sra. Martinha Maria de Jesus. Deixa os filhos: Jamile Novaes de Jesus Gouveia casada com Reinaldo Adriano Gouveia, Josevaldo Novaes de Jesus casado com Rislaine Raiane Diniz, Milena Novaes de Jesus casado com João de Oliveira, Wellington Novaes de Jesus, Jucivaldo Novaes de Jesus. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 14pp às 17:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende Sala - 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ROSANGELA FATIMA BERNARDINELLI DA SILVA, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba, aos 45 anos de idade e era casada com o Sr. Rogerio Vitoriano da Silva. Era filha do Sr. João Bernardinelli, falecido e da Sra. Maria de Lurdes de Souza Bernardinelli. Deixa os filhos: Maiara Vitoriano da Silva casada com Fabricio Padovezio, Eduardo Vitoriano da Silva e Rafael Vitoriano da Silva. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 15pp às 10:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende Sala - 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. RENATO RODRIGUES, Faleceu dia 14pp na cidade de Piracicaba, aos 46 anos de idade. Era filho do Sr. Antonio Rodrigues e da Sra. Eva Aparecida Menghini Rodrigues, falecidos. Deixa o filho: Rayan. Deixa irmãos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 15pp às 10:30hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala - 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. APARECIDA SOLANGE SCHIAVON VIANA, Faleceu dia 14pp na cidade de

Piracicaba, aos 65 anos de idade e era casada com o Sr. Augusto Antonio Viana. Era filha do Sr. Angelo Schiavon e da Sra. Tereza Conte Schiavon, falecidos. Deixa a filha: Julia Schiavon Trevizan casada com Victor Trevizan. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 15pp às 14:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JULIO MARISSA, Faleceu dia 15 pp na cidade de Charqueada, aos 89 anos de idade. Era filho do Sr. Ernesto Marissa e da Sra. Thereza Del Tio, falecidos. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 15 pp às 17:00 hs saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Charqueada seguindo para o Cemitério Municipal naquela localidade. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. GERALDO LOPES FIGUEIRÓ, Faleceu dia 14 pp na cidade de Piracicaba, aos 58 anos de idade e era filho do Sr. João Moreira Lopes e da Sra. Maria Rosário Lago de Figueiró, falecidos. Deixa irmãos, cunhados, sobrinhos e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 15 pp às 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal do Cemitério da Vila Rezende - sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO CESAR RODRIGUES DE OLIVEIRA, Faleceu dia 14 pp na cidade de Piracicaba, aos 62 anos de idade e era casado com a Sra. Silvia Regina Andrade de Oliveira. Era filho do Sr. Benedito João de Oliveira, falecido e da Sra. Nair Rodrigues de Oliveira. Deixou os filhos: Andressa Kelly de Oliveira, Augusto Cesar de Oliveira casado com Daniele de Moraes e Silva. Deixa ainda 02 netos e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 15 pp às 14:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Diamante, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ANTONIA PERES FERNANDES, Faleceu dia 15pp na cidade de Piracicaba, aos 83 anos de idade e era viúva do Sr. Odair Fernandes. Era filha do Sr. Antônio Peres e da Sra. Jeronyma Carrasco, falecidos. Deixou as filhas: Marcia Peres Fernandes de Oliveira viúva de Dirceu de Oliveira Junior, Miriam Peres Fernandes Fantini, já falecida foi casada com Paulo Henrique Fantini. Deixa ainda netos: Leonardo Fernandes de Oliveira e Leticia Fernandes Fantini e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 15pp às 16:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. DOMINGOS DONIZETI CEZARINO, Faleceu dia 15 pp na cidade de Piracicaba, aos 68 anos de idade e era filho do Sr. Antônio Cezarino e da Sra. Alice Moretti Cezarino, falecidos. Deixa ainda irmãos, demais familiares e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 15pp às 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório "A" do Cemitério Parque da Ressurreição seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CREUSA DE SOUZA LIMA, Faleceu dia 15pp na cidade de Itapetininga, aos 71 anos de idade e era casada com o Sr. Pedro Antunes de Lima. Era filha do Sr. Vicente de Souza e da Sra. Benedita de Moraes, falecidos. Deixa ainda irmãos, demais familiares e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Piracicaba e o seu sepultamento deu-se dia 16pp às 16:30 hs saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Safira seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

REVISTA
Us

17 de março de 2024

Cláudia Alves

Ela conta pra PiraCult como o Alzheimer mudou sua vida

Comportamento

Técnicas de retórica para influenciar e persuadir

Saúde

Urina escura pode indicar problemas graves nos rins

Pet

Eutanásia de cães e gatos

Estética

Tratamento facial com silício

“

Minha dor virou um propósito para ajudar outras pessoas a observarem seus pais

”



O bom do Alzheimer

Cláudia Alves Silva, pedagoga e gerontóloga, administradora do Instagram @obomdoalzheimer, em entrevista exclusiva ao jornalista Maurício Ribeiro.

Meu nome é Cláudia Alves Silva. Eu tenho 62 anos, sou pedagoga, gerontóloga, carioca, nascida no Rio de Janeiro, filha de Francisquinha, com 89 anos, cearense. Aqui em casa, moramos eu, minha mãe, meu esposo e minha neta. Temos também a cuidadora e a filha dela, que passa a semana toda aqui em casa.

O Alzheimer entrou na minha vida há 13 anos, quando percebi que minha mãe estava um pouco sonolenta e já sabia que ela tinha um quadro depressivo. Resolvi levá-la ao neurologista, pois até então, ela era muito autônoma e ia sozinha aos médicos. Quando cheguei no neurologista, nunca imaginei, nunca tinha ouvido falar. Quer dizer, eu sabia que existia a doença de Alzheimer, mas não sabia da proporção. Para mim, Alzheimer era falta de memória. Quando a levei e recebi o diagnóstico de que minha mãe estava com Alzheimer na fase moderada, não estava mais na fase inicial, ela tinha depressão. Então, ficava muito quietinha. Eu trabalhava muito e não percebi o Alzheimer entrar na minha casa. Não percebi, pois era corretora de imóveis, trabalhava de domingo a domingo, então não fazia ideia.

E aí, de posse desse diagnóstico, eu comecei a cuidar da minha mãe, decidi sair do trabalho e eu mesma cuidar sozinha. Achava que ia dar conta e dei por muito tempo. Eu não sabia das nuances do Alzheimer na variação de comportamentos; achava que ela só ia perder a memória. Então, comecei a cuidar e vi o quanto era desafiador. Tive muita dificuldade em entender certos comportamentos, não justificava tudo. Eu não conseguia enxergar que tudo era da doença; achava que tinha algum motivo para ela ter aquele tipo de comportamento.

Aí, comecei a estudar, estudar muito sobre o Alzheimer, pesquisar, só que na internet, quando você procurava isso há muito tempo. Eu já estou fazendo esse trabalho de divulgar. Fazem oito anos, há 8 anos, não tinha nada, nada. Ninguém falava de Alzheimer nas redes sociais. Eu procurava e só achava depoimentos no Facebook de pessoas sofrendo muito, com muita dificuldade, adoecendo, família desmoronando. Era esse cenário que eu encontrava nas redes sociais. Daí, eu comecei a ter uma visão diferencial sobre o Alzheimer, porque eu decidi atuar de uma forma acolhedora, humanizada, tentando entender a minha mãe, tentando justificar aqueles comportamentos, buscando motivos para alguns comportamentos de agressividade. Aprendi a não confrontar e aprendi a fazer higiene do sono e fazer uma alimentação diferenciada. Isso tudo com muito estudo, muita pesquisa, muita observação. Eu fiz com a minha mãe praticamente um trabalho de campo, um estudo de campo para aprender a lidar com tudo que estava acontecendo e, conseqüentemente, o que viria pela frente, porque era o que eu via nos meus estudos.

E aí, eu comecei a postar nas redes sociais o meu dia a dia, mas quando eu comecei a postar, veja bem, foi em 2016, seis anos após. Durante seis anos, fiquei aprendendo, estudando e cuidando, né? Então, eu comecei a postar a minha vivência porque já estava muito mais leve, pois eu já entendia mais sobre a doença e queria ajudar as pessoas. Foi quando tive a ideia de abrir um canal no YouTube e colocar vídeos com o nosso dia a dia. Só que eu não tinha como interagir muito com as pessoas, porque o YouTube entrega de forma muito diferente, não é sequencial. Então, as pessoas não acompanhavam como se fossem capítulos. Às vezes, eu tinha que divulgar meu e-mail para ajudar essas pessoas, mas eram milhares de e-mails, e eu não dava conta. Aí, foi o que eu vi o quanto tantas famílias estavam passando pelo que eu já tinha passado; e decidi abrir o Instagram. Eu, que já estava no Facebook e no YouTube, comecei a postar no Instagram de forma mais educativa; e foi aí que tudo começou a crescer muito rápido. Eu já era pedagoga e decidi criar um curso. Foi o curso que criei em 2020, do Método Love Care.

Fiz a faculdade de gerontologia, que é um curso na área de saúde, mas não na área médica. É um estudo que trata do envelhecimento. Tive algumas matérias como demências e farmacologia, mas não é dali que tiro meu maior conteúdo.

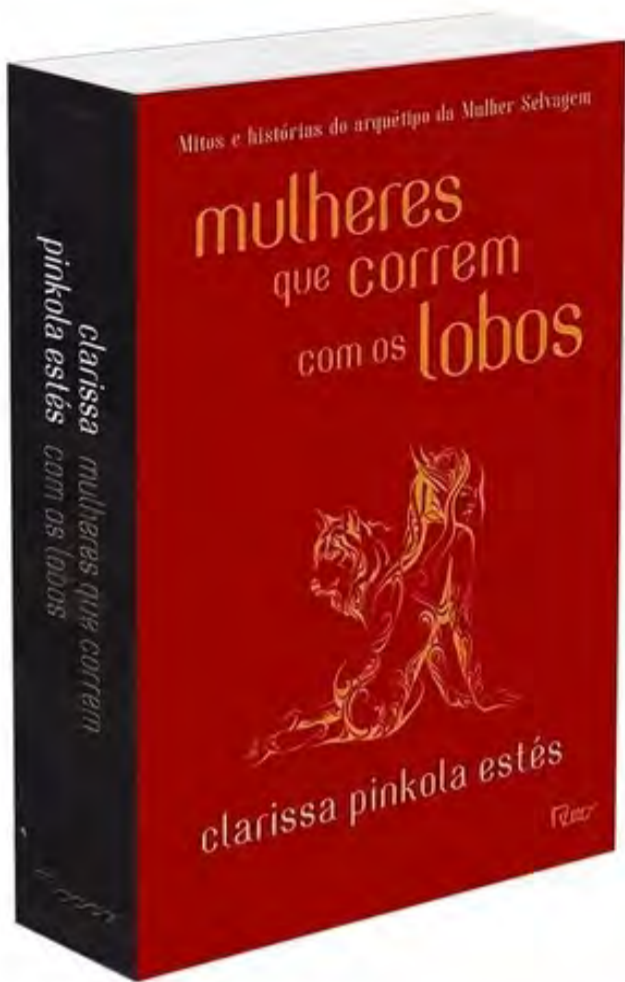
Meu maior conteúdo é através das minhas vivências. É bem empírico, das minhas anotações, vivências, pesquisas e dos meus livros. Tenho uma literatura muito extensa sobre Alzheimer. Procuo muita coisa, muitos livros. Alguns que acho mais fáceis de estudar, eu divulgo como dica de livro e dica de filme também. Porque as pessoas precisam muito de ajuda; elas não sabem lidar com as demências. Não sabem que aqueles comportamentos não são pessoais, e fazem parte do quadro de emergência. Então, elas sofrem muito. Quando encontram meus conteúdos, são muito gratas. Tem muita gente que segue, até porque gostam de mim, gostam da minha mãe, gostam da forma como eu coloco. Tenho seguidores, muitos seguidores, que dizem que não têm nenhum familiar com Alzheimer na família, mas que gostam de seguir porque mudaram a relação com os pais através dos meus vídeos. Inclusive jovens, tenho seguidores com 15 anos, 18 anos, 20 anos. São pessoas que começam a olhar para os pais de uma forma mais simpática. Isso eu acho muito bom, acho muito bacana, porque a gente está envelhecendo. Daqui a 30 anos, vai ser tipo "eu tenho, você não tem".

No mês de janeiro de 2024, mamãe fraturou o fêmur. Então, ela fez uma cirurgia, e logo depois, começou a andar com ajuda da fisioterapia. Ela está fazendo fisioterapia, mas a doença avançou, né? O que já estava numa fase moderada avançada, eu já digo que a fase dela hoje é avançada. Então, mamãe está falando menos, já não come mais sozinha. São 13 anos desde o diagnóstico. Mamãe ficou bem por muito tempo e ainda está muito bem. Ela se alimenta muito bem, mastiga, engole. Mesmo que não consiga falar muita coisa, ainda tem uma comunicação com a família. Mas ela não vai andar mais. Ela já consegue dar uns passinhos, mas andar pela casa sozinha como ela andava, ela não vai andar mais. Ontem, fiz esse pronunciamento numa live porque vou começar a diminuir a quantidade de vídeos. Não quero uma exposição muito grande. Lógico que sei que tem pessoas ali para assistir, minha mãe, que amam minha mãe, que querem saber dela. Não vou deixar de mostrar, mas não quero que crie uma expectativa de melhora porque a doença é degenerativa. Ninguém mais do que eu está sofrendo por essa consequência. Queremos preservar para que ela continue como está. Ela ainda sai da cama, a gente segurando na mão. Ela vai, senta no sofá. Come muito bem, ri, assiste TV, canta... Mas a doença está evoluindo, e a família está sofrendo muito com isso.

O que eu queria falar com as famílias é que comesse a observar melhor os pais, ter mais paciência, ser mais simpático. Uma pessoa idosa que repete muito não é normal. Queimar comida todos os dias não é normal, esquecer de tomar remédio ou pagar contas também não é normal. Isso não faz parte do envelhecimento. Se vocês notarem algum comportamento muito diferente do que é normal no seu familiar, procurem um geriatra, avaliem. Minha mãe está há muito tempo assim, e ela estava muito bem cuidada. Ainda é muito bem cuidada. Não estou querendo dizer que as pessoas que não sabem não cuidam bem. É porque não sabem o que está acontecendo e acham que é normal.

Fiquem atentos aos comportamentos das pessoas acima de 70 anos, prestem bastante atenção. O tratamento precoce prorroga muito tempo a autonomia da pessoa idosa com demência. Essa autonomia que minha mãe está perdendo, mas já tem 13 anos de diagnóstico, sendo que a fase inicial é assintomática. Provavelmente, ela já tem pelo menos 20 anos de demência. É normal que isso aconteça, a evolução é um ciclo da vida. Eu sou muito grata por ter tido essa oportunidade de acompanhar essa jornada da minha mãe e da minha dor ter virado um propósito para ajudar outras pessoas a observarem melhor seus pais; cuidadores, médicos que não sabem como é o comportamento de uma pessoa com demência. Eles não sabem pelo simples fato de não terem vivido isso. Tudo que eu mostro, tenho alunos que são médicos e falam que na faculdade não aprenderam sobre esses comportamentos. ■

Conheça mais sobre Cláudia e Dona Francisquinha no Instagram @obomdoalzheimer



Dica da Semana

com Nathalia Felipe
@nathaliarfelippe



Mulheres que Correm com os Lobos

Us

Na dica de leitura dessa semana trago Clarissa Pinkola, psicanalista com ascendência mexicana de Swanbian. Fascinada por lobos, ela revela que sua obra "Mulheres Que Correm com os Lobos" é inspirada em estudos de animais selvagens, especialmente as

variantes Canis Lupus e Canis Rufus. Guardiã de tradições antigas, a autora compartilha histórias baseadas em crenças familiares. Em seu livro, cada capítulo, repleto de narrativas, é seguido por análises psíquicas que exploram a essência da

mulher selvagem. Além disso, a obra apresenta contos que incitam reflexões sobre feminismo e perspectivas de vida pessoal, proporcionando uma leitura enriquecedora e incentivando a jornada do autoconhecimento. ■

Ao ar livre e de graça

ORQUESTRA
EDUCACIONAL DE
PIRACICABA

Vamos dar as boas vindas ao outono com música de altíssima qualidade. A nova estação chega na próxima semana, e a Orquestra Educacional de Piracicaba preparou um repertório de fino gosto para brindar o público. Será na próxima sexta, dia 22, a partir das 20h, no gramado da ESALQ (Escola Superior de Agricultura Luis de Queiroz); mais especificamente em frente ao prédio central da instituição. Dentre as peças elencadas para o concerto, que tem entrada gratuita, estão o tema de Piratas do Caribe, Dança Eslava nº 8 de Dvorák, a música da franquia Os Vingadores, a Valsa nº 2 de Shostakovich e de Tchaikovsky, a Marcha Eslava e O Lago dos Cisnes, dentre outras composições. A pluralidade de temas se justifica pelo propósito da OEP, que é conectar a música sinfônica com as pessoas, levando acesso e apreciação musical a todos. Vale agendar, chamar os amigos e prestigiar; torcendo para que as águas de março (que fecham o verão) não caiam por lá...

Circo Portugal

Impossível não saber que o oitavo maior circo do mundo está com as estacas fixas aqui, em Piracicaba. A campanha de marketing do Circo Portugal está presente nos maiores veículos de comunicação da região, além de busdoors, outdoors e mídia digital de primeira linha. Este colunista, a convite da assessoria de

imprensa do circo, passou por lá na sessão das 20h de ontem, e confessa que ficamos (toda a família) positivamente impressionados! É a primeira vez que um espetáculo deste porte e magnitude chega ao município, e a dica está lançada: ingressos à venda pelo site circoportugal.com. Em cartaz até o fim de março! Imperdível! ■



Urina escura pode indicar problemas graves nos rins

Cuidados na coleta da urina é essencial para diagnóstico médico preciso

Imagem: Banco de Imagem



Para detectar se existe algum problema de saúde, principalmente relacionado aos rins, o mais indicado são os exames de urina e os de sangue

No Brasil, o rim é o órgão mais transplantado, com mais de 66% dos procedimentos realizados e com mais de 38 mil pessoas na fila de espera, segundo dados do Ministério da Saúde.

Os rins são responsáveis por filtrar todas as impurezas da corrente sanguínea, removendo resíduos tóxicos resultantes do metabolismo corporal, como ureia, creatinina e ácido úrico. De acordo com Rene dos Santos Neto, médico nefrologista da Fundação Pró-Renal, a cor da urina pode ser um indicativo se algo no organismo está ou não indo bem, dependendo da variação de cores, indo do amarelo claro (cor ideal) ao amarelo escuro e âmbar profundo, que pode ser indicativo de desidratação.

Já a urina transparente pode indicar hidratação em excesso. O médico também alerta que o consumo exagerado de água também pode ser prejudicial, levando a um quadro de hiponatremia, na qual os níveis de sódio no sangue se tornam muito baixos. "É importante manter o equilíbrio, bebendo água conforme as necessidades do corpo", explica.

As cores incomuns e que são sinais de alerta são: **laranja** (concentração de vitamina C ou problemas na vesícula/fígado), **azul ou verde** (medicação ou infecção bacteriana) **ou rosa**, que podem ser resultantes do consumo de certos alimentos, medicamentos ou corantes. Cores anormais ou persistentes, especialmente se a urina estiver turva, escura, vermelha ou com a presença de sangue, pode ser indicativo de algo mais sério no organismo.

"Urina com cor de Coca-Cola, por exemplo, ou marrom escuro podem indicar condições sérias como desidratação, infecção do

trato urinário, doença hepática, hemólise (destruição dos glóbulos vermelhos do sangue) ou rabdomiólise (destruição das fibras musculares). É fundamental, nesse momento, procurar avaliação médica para determinar a causa e o tratamento adequado", alerta o nefrologista.

Cuidados no exame de urina são essenciais para diagnóstico preciso

Para detectar se existe algum problema de saúde, principalmente relacionado aos rins, o mais indicado são os exames de urina e os de sangue, para avaliar a creatina e a taxa de filtração celular, que mede a capacidade dos rins em excretar os resíduos do sangue. "Exames de urina, como a urinálise, como a relação albumina-creatinina e a microalbuminúria, também são muito importantes para detectar anormalidades e avaliar a velocidade da progressão da doença renal", complementa o médico.

Para ter um diagnóstico mais preciso, os pacientes devem ter alguns cuidados na hora de coletar a urina. Algumas dicas são: 1) realizar a coleta preferencialmente pelo período da manhã, caso não seja possível reter a urina por 2 horas. É importante para a concentração de analitos; 2) realizar uma higiene adequada da área genital antes da coleta, com água e sabão ou lenço umedecido; 3) lavar as mãos com água e sabão; 4) usar recipiente estéril na coleta de urina de jato médio, descartando o primeiro jato de urina; 5) coletar a urina direto no recipiente, pelo menos 10 ml. Se a coleta for feita em casa, é importante que seja entregue em até duas horas ao laboratório e as mulheres devem evitar realizar este exame no período menstrual.

"As contaminações durante a

Uma vida saudável e feliz começa com um sorriso

Mais de **22 mil** dentistas em todo o Brasil.

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.

coleta de urina podem incluir bactérias da pele, poeira, resíduos de sabão ou outros produtos de limpeza, entre outros. Estes podem introduzir microrganismos estranhos à amostra, levando a resultados imprecisos em testes de cultura de urina, por exemplo. Podem interferir nos resultados dos exames, distorcendo análises químicas e microbiológicas", afirma Vitoria Repula, Assessora Científica da FirstLab.

Beba água!

Beber água e ter uma alimentação adequada, com alimentos mais naturais, é fundamental para a saúde do organismo. "Manter uma dieta balanceada, rica em frutas e vegetais, evitando o uso excessivo de anti-inflamatórios não esteroidais (AINES) e controlar condições subjacentes, como diabetes e hipertensão, contribuem para a saúde renal", finaliza o nefrologista.

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
hospitales@uol.com.br

www.cicurgicaindependencia.com.br

Alergia ou intolerância - saiba como diferenciá-las

Especialista explica como identificar e lidar com as condições

Em 2014, Isabela Ferraro, dona de casa e mãe de dois filhos com alergias, idealizou a campanha Põe no Rótulo, com o intuito de reforçar a importância da rotulagem completa de alimentos. Dez anos depois do início do projeto, o tema ainda se mostra presente, uma vez que diversas marcas não cumprem o papel de trazer a precisão de informações necessária nesse tipo de produto.

“Saber a composição de um alimento é fundamental para entender a possibilidade de seu consumo”, pontua Julinha Lazaretti, bióloga e cofundadora da Alergoshop, marca de produtos hipoalergênicos. “Constantemente, as pessoas confundem intolerância com alergia, o que gera um problema, uma vez que os cuidados são diferentes para cada uma das condições”, acrescenta.

Logo, para além do conteúdo ser apresentado de forma clara nos rótulos de alimentos, ter conhecimento de como diferenciar os sintomas, é fundamental. De acordo com pesquisas da iniciativa Alergia Alimentar Brasil, aproximadamente 12,8 milhões de crianças e 7,5 milhões de adultos brasileiros têm alergias alimentares. Portanto, é crucial tratar a condição de forma correta, prevenindo crises e garantindo o bem-estar do indivíduo.

Alergia X Intolerância

“A alergia alimentar é uma resposta do sistema imunológico a certos alimentos, desencadeando uma reação adversa, muitas vezes grave”, explica Julinha. “Por outro lado, a intolerância alimentar envolve uma resposta do sistema digestivo, em que o corpo não consegue processar corretamente certos alimentos, resultando em desconforto gastrointestinal.”

Julinha ressalta que as manifestações clínicas são uma maneira crucial de distinguir entre alergia e intolerância alimentar. “As alergias alimentares frequentemente se apresentam com sintomas imediatos e potencialmente graves, como urticária, inchaço, dificuldade respiratória e até anafilaxia”, observa. “Enquanto isso, a intolerância alimentar tende



Foto: Banco de Imagem

É crucial tratar a condição de forma correta, prevenindo crises e garantindo o bem-estar do indivíduo

a causar sintomas mais lentos e menos graves, como náuseas, cólicas abdominais e diarreia.”

Além disso, a profissional destaca a diferença na resposta do sistema imunológico. Ela pontua que, na alergia alimentar, o sistema imunológico reage exageradamente a uma proteína específica no alimento, desencadeando uma resposta alérgica. Já na intolerância alimentar, a resposta não envolve o sistema imunológico, mas sim a incapacidade do corpo de digerir adequadamente certos alimentos, como a lactose em intolerância à lactose.

Como tratar cada uma das condições?

No que diz respeito ao tratamento, Julinha ressalta que a abordagem varia significativamente. “Para alergias alimentares, a principal forma de gerenciamento é evitar completamente o alimento desencadeante e estar preparado para uma possível reação alérgica, carregando medicamentos de emergência, como epinefrina”, explica. “Por outro lado, no caso da intolerância alimentar, o foco está em controlar os sintomas e reduzir o desconforto através de estratégias como a limitação da ingestão do alimento problemático ou a suplementação de enzimas digestivas, quando aplicá-

“As alergias alimentares frequentemente se apresentam com sintomas imediatos e potencialmente graves, como urticária, inchaço, dificuldade respiratória e até anafilaxia”

vel”, completa a especialista.

Os testes para identificação da condição desempenham um papel fundamental na determinação da causa dos sintomas adversos, como é o caso dos cutâneos, como de punção e intradérmicos, que podem detectar alergias alimentares comuns

Vale ressaltar que as vacinas para alergias alimentares estão emergindo como uma estratégia promissora para tratar essa condição. A dessensibilização, uma forma de imunoterapia específica, também tem sido especialmente explorada nesse contexto. Por meio da administração controlada de pequenas quantidades do alérgeno alimentar ao longo do tempo, o objetivo é dessensibilizar o sistema imunológico, induzindo uma resposta tolerante em vez de uma reação alérgica. Essa abordagem oferece es-

perança para indivíduos com alergias alimentares, proporcionando uma alternativa eficaz ao simplesmente evitar o alimento desencadeante ou depender exclusivamente de medicamentos para controlar os sintomas.

Julinha enfatiza a importância de uma abordagem multidisciplinar para ambos os casos, uma vez que, para alergias alimentares, é fundamental trabalhar em colaboração com um médico especializado em alergias, enquanto para intolerâncias, nutricionistas podem fornecer orientação sobre como ajustar a dieta para evitar os sintomas. “Independentemente da condição, um diagnóstico preciso e um plano de tratamento personalizado são essenciais para garantir uma qualidade de vida adequada e evitar complicações”, finaliza.

Dr. Daniel Ricardo Medeiros CRM 11190
Dr. Carlos Alberto Mantovani G. CRM 77911
Dr. Luis Fernando Gomes CRM 80102
Dr. Paulo Humberto Remondi CRM 16020
Dr. Luis Carlos Varella CRM 29963
Dr. Ricardo José Peruzzo G. CRM 81014
Dr. Michael Siqueira CRM 15746
Dr. Juliano Padovani CRM 100463

Clínica Orthos
Ortopedia e Traumatologia

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

Responsável técnico: Dr. Ricardo José Peruzzo G. CRM 81014

Crianças-borboletas: conheça a Epidermólise Bolhosa, doença que afeta diversos recém-nascidos

Foto: Banco de imagem

Especialista explica as principais causas da enfermidade e o porquê de as crianças que vivem com essa doença serem chamadas de "crianças-borboleta"

Existem diversas doenças raras de origem genética e entre elas está a Epidermólise Bolhosa (EB), que aparece desde o nascimento, afetando várias crianças por todo o mundo. Segundo a dermatologista e professora do curso de Medicina do Centro Universitário de João Pessoa – Unipê, Joanne Ferraz, a EB é hereditária, não contagiosa e se manifesta no formato de bolhas na pele, as quais podem se romper, deixando áreas ulceradas.

“Essas bolhas surgem em virtude de uma fragilidade cutânea relacionada a alterações nas estruturas que fazem a coesão entre as camadas da pele. O aparecimento pode ocorrer pelo mínimo atrito, pelo calor, por pequenos traumas ou até ser espontâneo, e podem surgir bolhas nas mucosas”, explica Ferraz. A pele frágil e vulnerável é comparável às delicadas asas de uma borboleta, e por isso as crianças com EB são conhecidas como “crianças-borboleta”.

De acordo com a dermatologista, a EB não é uma enfermidade única, mas um conjunto de doenças com gravidade variável, sendo considerada rara, pois acomete apenas uma pequena parcela da população.

“A doença ainda não tem cura. O manejo dermatológico inclui a proteção da pele, a fim de evitar o surgimento de novas bolhas, além dos cuidados com as já formadas. Para as lesões, são empregados curativos especiais, feitos com materiais não aderentes, que podem permanecer na pele por um tempo maior e que não machucam no momento da sua retirada, minimizando a dor. Além disso, são necessários cuidados para prevenção da infecção, que é uma das complicações da doença, pois as áreas com bolhas rompidas favorecem a penetração

de microrganismos, podendo resultar em quadros graves”.

Joanne ressalta que o tratamento vai além da pele. Segundo a médica dermatologista, é preciso ter atenção especial para a nutrição, o desenvolvimento, a mobilidade, os olhos, as mãos e os pés, a cavidade oral, os dentes, dentre várias outras necessidades, além de abrandar a dor e do acompanhamento psicológico.

“A união de diversos profissionais de saúde é fundamental para um cuidado integral, em virtude do acometimento multissistêmico da doença. O diagnóstico precoce e o acompanhamento adequado vão permitir que a pessoa com EB possa realizar suas atividades diárias ao longo da vida, como ir à escola, estudar, trabalhar, participar de atividades sociais e de lazer e ter uma vida plena”, reforça.

Além desse acompanhamento multiprofissional, a especialista lembra que o cuidado de uma criança com essa doença requer o apoio de toda a sociedade e envolve grande dedicação por parte dos pais, irmãos e demais familiares, a qual se estende para amigos, vizinhos e professores.

Jardim das Borboletas

Para acolher e ajudar as crianças com Epidermólise Bolhosa, a Fraternidade sem Fronteiras, organização humanitária e não-governamental com sede em Campo Grande (MS) e atuação brasileira e internacional em oito países, decidiu apoiar a ONG Jardim das Borboletas, que acolhe crianças diagnosticadas com a enfermidade. É por meio do apadrinhamento que os acolhidos recebem auxílio e assistência para se tratarem.

“Todo o mês, cada acolhido recebe uma caixa com medicamentos, curativos e suplementos que são de uso essencial para cada um e assim garantir menos dor e mais conforto diante da doença. A equipe do



Em 2023, o projeto acolheu 140 pessoas de 23 estados brasileiros, incluindo o DF

“O diagnóstico precoce e o acompanhamento adequado vão permitir que a pessoa com EB possa realizar suas atividades diárias ao longo da vida...”

Jardim das Borboletas se preocupa tanto com o bem-estar físico e psicológico como também em outros aspectos de necessidades dos acolhidos”, afirma Aline Teixeira, coordenadora do projeto Jardim das Borboletas.

Em 2023, o projeto acolheu 140 pessoas de 23 estados brasileiros, incluindo o DF. Foram

entregues 80 mil itens de farmácia aos acolhidos; 1.147 caixas com suplementos e medicamentos e 23.139 curativos, a um custo de R\$ 3.850.348,70.

A ONG recebe pedidos todos os meses. Para ser incluído no acolhimento, é preciso apresentar um laudo médico comprovando a doença.

Cd'Vac
Vacinas para todas as idades

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

Chegou a Vacina da Gripe.

Previna-se

 **(19) 9999.5.3322**

Comunicação que Convence: Técnicas de Retórica para Influenciar e Persuadir

A retórica é uma técnica milenar que envolve o uso habilidoso da linguagem para persuadir e convencer outras pessoas. Saiba como praticar!

Foto: Banco de imagem



A retórica é uma ferramenta indispensável na caixa de ferramentas de qualquer comunicador

Quem estuda comunicação e técnicas para aprender a falar em público, com certeza já cruzou com a palavra “retórica”, uma ferramenta de persuasão e influência através da linguagem. Mas para aqueles que estão pouco familiarizados com o termo, o conceito de retórica pode até assustar. A arte da retórica se apresenta como uma ferramenta poderosa, capaz de transformar palavras em pontes de entendimento, influência e persuasão. Ela transcende a simples transmissão de informações, tornando-se uma habilidade crucial para quem busca não apenas ser ouvido, mas compreendido e, acima de tudo, convincente.

A retórica, uma prática que remonta à Grécia Antiga, é muito mais do que um legado filosófico; é uma técnica refinada de comunicação. Grandes pensadores, como Aristóteles e Sócrates, não apenas a desenvolveram, mas também demonstraram como ela é essencial nas esferas política, jurídica e social. Na essência, a retórica baseia-se em três pilares fundamentais: ethos, pathos e logos. Estes elementos não apenas fundamentam um discurso persuasivo, mas também ensinam como a credibilidade do orador (ethos), a capacidade de tocar as emoções do público (pathos) e a lógica argumentativa (logos) podem ser harmonicamente entrelaçadas para alcançar a persuasão eficaz.

Como entender e aplicar a retórica no dia a dia

A fonoaudióloga e especialista em comunicação, Mirna Abou Rafée explica que entender e aplicar estes princípios no cotidiano pode revolucionar a maneira como nos

“...Uma apresentação coerente e lógica de ideias, enriquecida com exemplos concretos e narrativas envolventes, não apenas captura a atenção, mas também facilita a compreensão e identificação do público...”

comunicamos. No ambiente de trabalho, nas relações pessoais ou mesmo nas mídias sociais, a retórica pode ser uma aliada inestimável.

Antes de qualquer coisa, conhecer seu público é o ponto de partida para qualquer estratégia retórica bem-sucedida. A adaptação do discurso de acordo com as expectativas, valores e preocupações da audiência é um passo decisivo para garantir que sua mensagem não apenas seja ouvida, mas ressoe significativamente com quem a recebe.

“A construção de um argumento sólido e bem estruturado é igualmente crucial. Uma apresentação coerente e lógica de ideias, enriquecida com exemplos concretos e narrativas envolventes, não apenas captura a atenção, mas também facilita a compreensão e identificação do público com a mensagem transmitida. A escolha cuidadosa das palavras, a clareza na exposição das ideias e a habilidade de apelar para as emoções, sem sacrificar a lógica argumentativa, são aspectos que, se bem equilibrados, potencializam o poder de persuasão de qualquer discurso.”, destaca Mirna Abou Rafée.

Além disso, a eficácia retórica não se restringe ao que é dito; como é dito também tem um impacto significativo. A postura, o tom de voz e a linguagem corporal do orador são componentes que, quando alinhados à mensagem, reforçam sua autenticidade e poder de convencimento. Praticar a retórica, portanto, vai além do desenvolvimento de habilidades verbais; requer uma conscientização e controle sobre todos os elementos que contribuem para a

comunicação efetiva.

Para aprimorar a prática da retórica e se tornar um comunicador mais eficaz, é fundamental investir tempo e esforço no desenvolvimento de habilidades específicas. Aqui estão exemplos práticos que podem ser incorporados ao seu cotidiano para melhorar sua capacidade retórica:

1. Análise de Discursos Notáveis

Estude discursos proferidos por grandes oradores, observando como utilizam os elementos da retórica. Preste atenção ao uso do ethos, pathos e logos e como equilibram esses elementos para construir argumentos convincentes. A análise crítica desses discursos pode oferecer insights valiosos para o desenvolvimento da sua própria técnica.

2. Prática de Escrita

Desenvolva suas habilidades de argumentação através da escrita. Tente redigir ensaios ou artigos sobre temas que lhe interessem, focando em construir argumentos lógicos, usar evidências para sustentar suas afirmações e apelar para as emoções do leitor. A prática regular da escrita aprimora sua capacidade de organizar pensamentos de forma coerente, um aspecto crucial da retórica.

3. Feedback Construtivo

Procure feedback honesto sobre suas habilidades de comunicação. Isso pode ser feito através da gravação de suas apresentações e análise posterior ou solicitando opiniões de colegas e mentores após discursos ou apresentações. O feedback é essencial para identificar áreas de melhoria e ajustar sua abordagem.

4. Estudo da Linguagem Corporal

Aprimore sua linguagem corporal e tom de voz para complementar sua mensagem. A prática da fala diante de um espelho ou a gravação de vídeos de suas apresentações pode ajudá-lo a se

tornar mais consciente de sua postura, gestos e expressões faciais, além de permitir que você ajuste sua entonação para enfatizar pontos-chave.

5. Leitura Ampliada

Envolva-se com uma ampla gama de textos, desde literatura clássica até artigos de opinião contemporâneos. A exposição a diferentes estilos de escrita e argumentação pode enriquecer seu vocabulário e oferecer novas perspectivas sobre como apresentar ideias de maneira eficaz.

6. Exercícios de Improviso

Pratique discursos improvisados para melhorar sua capacidade de pensar rapidamente e adaptar sua mensagem de acordo com a audiência. Situações inesperadas ou perguntas surpresas podem ocorrer durante apresentações, e a habilidade de improvisar mantém o fluxo da comunicação e demonstra controle sobre o assunto.

7. Autorreflexão e Autoavaliação

Após cada apresentação ou exercício de fala, reserve um momento para refletir sobre o que funcionou bem e o que pode ser melhorado. A auto reflexão é fundamental para o crescimento pessoal e o desenvolvimento contínuo das habilidades retóricas.

“Com o tempo, a aplicação consciente dos princípios da retórica não apenas aprimorará suas habilidades comunicativas, mas também transformará a maneira como você interage com o mundo ao seu redor. A retórica é uma ferramenta indispensável na caixa de ferramentas de qualquer comunicador. Seu domínio não apenas enriquece a expressão individual, mas também capacita o indivíduo a explorar com eficácia as complexas dinâmicas sociais e profissionais da vida. Lembre-se, a excelência na comunicação é uma jornada contínua de aprendizado, prática e refinamento.”. Conclui Mirna Abou Rafée

ÓPTICA SÃO JOÃO

UM NOVO CONCEITO DE ÓTICA!

ESTILO, BELEZA E OUSADIA

@OPTICASAOJOAO

R. SÃO JOÃO, 1246

(19) 99919-5660

Saúde das mulheres: 15 alimentos essenciais para elas

Os nutrientes ajudam o bom funcionamento do corpo feminino

Com rotina agitada e múltiplas tarefas, é fundamental para as mulheres dar atenção à saúde e ao bem-estar. Para ter uma vida saudável, elas devem ficar atentas à ingestão de alguns nutrientes necessários para o bom funcionamento do corpo feminino. Pensando nisso, a nutricionista do Oba Hortifruti, Renata Guirau, ressalta a importância de alimentos que devem fazer parte da rotina alimentar. São eles:

Carnes, Peixe, Ovos, Leite, iogurtes e queijo, Feijões, Cogumelos, Castanhas, Aveia, Cacau, Cúrcuma, Gengibre, Ervas naturais, Batata, Verduras e vegetais verdes escuro

Frutas fontes de vitamina C - kiwi, laranja, morango, acerola, pitanga, seriguela, maracujá, abacaxi e mexericas, banana

A especialista explica que o consumo de vitaminas de complexo B, que atuam no metabolismo energético, ajuda a melhorar a disposição e a reduzir o estresse. "Carnes, castanhas, verduras escuras e cogumelos são excelentes fontes", diz.

Renata alerta que as mulheres perdem uma quantidade significativa de ferro todos os meses através do fluxo menstrual.

As vitaminas de complexo B, sobretudo a B6, segundo a nutricionista, ajudam a amenizar os sintomas da tensão pré-menstrual (TPM), principalmente para as mulheres que tomam anticoncepcionais orais. "Essa vitamina pode ser encontrada nas carnes, nas castanhas e na banana", ensina.

A especialista explica que o magnésio também auxilia no relaxamento muscular e pode contribuir para a redução dos desconfortos das cólicas menstruais. "Encontramos esse mineral nos legumes e verduras em geral, sobretudo na banana e nas batatas, além da aveia e do cacau".

Os alimentos ricos em ômega-3, como os peixes e castanhas, são importantes

por sua ação antioxidante e anti-inflamatória. "Incluir ingredientes como cúrcuma, gengibre, chás de ervas e ervas naturais como temperos protege as células contra os efeitos dos radicais livres também aumenta a imunidade e a prevenção de doenças como artrite, alguns tipos de câncer, doenças cardiovasculares e relacionadas ao envelhecimento, e pode ajudar a minimizar os sintomas menstruais", diz Renata.

Ela lembra que a saúde intestinal é fundamental para a boa absorção de nutrientes, e é comum o corpo feminino apresentar funcionamento intestinal lento. "Quando ocorre constipação, além de aumentar a incidência de doenças, como câncer de intestino, é comum que as mulheres tenham mais acne, unha e cabelos quebradiços, cólicas abdominais, flatulência e maior tendência a estresse. Por isso, é importante uma boa ingestão de água, consumir 2 a 3 frutas e 2 a 4 porções de verduras e legumes diariamente. Aveia, castanhas e iogurtes naturais também ajudam a restabelecer o bom funcionamento do intestino".

O consumo de alimentos fontes de vitamina C, como kiwi, laranja, morango, acerola, pitanga, seriguela, maracujá, abacaxi e mexericas, é essencial para uma boa produção natural de colágeno, que melhora a saúde da pele, unhas e cabelos.

Na fase da menopausa, o consumo de proteínas e antioxidantes é ainda mais importante, assim como o cuidado com o ganho de peso. "Uma dieta baseada em frutas, legumes, verduras, carnes e ovos é essencial. Também é comum que as mulheres tenham osteoporose, um problema ósseo que pode ser prevenido com atividade física e a ingestão de alimentos ricos em cálcio, como iogurtes, queijos e leite", indica a nutricionista.

Renata ensina quatro receitas fáceis de fazer e que devem integrar o cardápio.



Salada antioxidante

Ingredientes

- ½ maço de alface roxa higienizada
- ½ maço de rúcula baby higienizada
- 2 figos cortados em 4 partes
- 1 pitaya vermelha cortada em meia lua
- 10 unidades de nozes cortadas ao meio

Modo de preparo

Acomode as folhas em um refratário ou saladeira. Tempere com o azeite, o limão e o sal. Adicione as frutas cortadas e distribua pelo recipiente. Finalize com as nozes e consuma em seguida.





Shake proteico

Ingredientes

- 1 xícara de chá de frutas vermelhas congeladas
- Suco de 1 limão siciliano
- 1 pote de 200g de iogurte natural
- 2 colheres de sopa de leite em pó desnatado

Modo de preparo

Bata tudo no liquidificador ou mixer e consuma em seguida

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

FAÇA SEU EVENTO NO Givaldo's

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



Barra proteica gelada de oleaginosas e frutas secas

Ingredientes

- 2 potes de 200g de iogurte natural
- 4 colheres de sopa de leite em pó desnatado
- ½ xícara de chá de nozes picadas
- ½ xícara de chá de amêndoas picadas
- ½ xícara de chá de uvas-passas roxas
- ½ xícara de chá de cranberries desidratadas

Modo de preparo

Misture o iogurte com o leite em pó. Separe uma assadeira pequena ou refratário de vidro e forre o fundo com papel manteiga. Adicione o iogurte natural com o leite em pó. Distribua as castanhas e as frutas desidratadas por toda a área da assadeira. Leve ao freezer por cerca de 2 horas. Retire do recipiente e solte o papel manteiga no fundo da

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

- SEGUNDA A SEXTA R\$24,90
- SÁBADO R\$29,90

CAÇAROLA Paulista RESTAURANTE

19 99804-6443 R. DONA LICA 119

Bolo funcional

Ingredientes

- 1 xícara de chá de farelo de aveia
- 1 xícara de chá de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de canela em pó
- 1 xícara de chá de tâmaras picadas (sem caroço)
- 3 ovos
- Suco de 1 limão siciliano
- 1 xícara de chá de maçãs picadas em cubos bem pequenos
- ½ xícara de chá de castanhas-do-pará picadas
- 1 colher de sopa de fermento em pó



Modo de preparo

Bata no liquidificador os ovos, as tâmaras e o suco de limão. Em um recipiente, misture a farinha de trigo, o farelo de aveia, a canela em pó e o fermento em pó. Adicione o conteúdo do liquidificador aos poucos e misture com a ajuda de uma espátula até formar uma massa homogênea. Adicione as maçãs e as castanhas e incorpore delicadamente os pedaços à massa. Unte uma forma com manteiga e farinha e acomode a massa. Se desejar, finalize adicionando mais canela antes de levar para assar. Asse em forno pré-aquecido a 180 graus, por cerca de 40 minutos.

O preço da beleza vale o risco? Os perigos do PMMA vão além do que se imaginava e podem acometer os rins

Esta indagação torna-se ainda mais pertinente à luz dos estudos sobre os perigos associados ao uso do polimetilmetacrilato (PMMA)



Foto: Divulgação

Os rins, órgãos essenciais para a filtragem e eliminação de toxinas do corpo, podem ser afetados de maneira irreversível

Em uma era onde a busca pela perfeição estética tem levado muitos ao limite, a questão que surge com frequência é: "O preço da beleza vale o risco?" Esta indagação torna-se ainda mais pertinente à luz dos estudos sobre os perigos associados ao uso do polimetilmetacrilato (PMMA), um polímero sintético amplamente utilizado para fins estéticos e preenchimento de tecidos. Os impactos na saúde vão além do que se imaginava, com evidências sugerindo que o PMMA pode acometer órgãos vitais, como os rins, de formas antes não plenamente compreendidas.

Diante desse cenário preocupante, a Sociedade Brasileira de Nefrologia (SBN), em colaboração com a Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP), tomou a iniciativa de lançar o Registro Brasileiro de Uso de PMMA e Acometimento Renal. Esta medida pioneira tem como principal objetivo mapear a epidemiologia deste fenômeno alarmante, identificando possíveis fatores de risco, características clínicas e laboratoriais dos pacientes afetados, além de avaliar os desfechos terapêuticos disponíveis.

O cirurgião plástico membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica, Luiz Anízio Wanna, explica que o PMMA, por ser um material barato e de fácil acesso, tornou-se uma opção popular para procedimentos de preenchimento corporal e facial. No entanto, seu uso indiscriminado trouxe à tona uma série de complicações graves de saúde, incluindo alterações significativas na função renal. Os rins, órgãos essenciais para a filtragem e eliminação de toxinas do corpo, podem ser afetados de maneira irreversível por substâncias nocivas, como as que podem ser liberadas pelo PMMA quando utilizado de forma inadequada.

A iniciativa do Registro Brasileiro de Uso de PMMA e Acometimento Renal surge em um momento crítico, visando lançar luz sobre a dimensão real dos riscos associados a este polímero. Ao compreender melhor a epidemiologia e os fatores de risco

“...a criação desse registro é um lembrete valioso de nossa responsabilidade ética em oferecer não apenas soluções que atendam aos anseios estéticos, mas também a segurança e bem-estar a longo prazo”

ligados ao seu uso, profissionais da saúde poderão desenvolver estratégias mais eficazes para prevenir e tratar os problemas renais decorrentes. Além disso, espera-se que este registro contribua para a elaboração de diretrizes mais rigorosas quanto ao uso do PMMA na estética, promovendo práticas mais seguras e informadas.

Como cirurgiões plásticos e especialistas em estética, temos o dever de priorizar a segurança e o bem-estar de nossos pacientes acima de tudo. Este registro é um passo fundamental para nos munirmos de conhecimento científico robusto, permitindo-nos orientar melhor os pacientes sobre os riscos envolvidos em determinados procedimentos estéticos. Além disso, reforça a importância de uma avaliação cuidadosa e de uma abordagem personalizada para cada caso, considerando as alternativas disponíveis que ofereçam resultados satisfatórios com o menor risco possível.

Saúde na busca pela beleza ideal

A questão sobre se o preço da beleza justifica o risco assume uma resposta mais ponderada com a implementação do Registro Brasileiro de Uso de PMMA e Acometimento Renal. Essa iniciativa reflete um compromisso profundo com a saúde e segurança dos pacientes, reiterando que a verdadeira beleza reside no equilíbrio entre a satisfação estética e a preservação da saúde integral. “Para nós, profissionais da cirurgia plástica, a criação desse registro é um lembrete valioso de nossa responsabilidade ética em oferecer não apenas soluções que atendam aos anseios estéticos dos nossos pacientes, mas que também garantam a sua segurança e bem-estar a longo prazo. Assim, diante dos desafios apresentados pelo uso do PMMA, reafirmamos nosso compromisso com a prática médica baseada em evidências, educação continuada e um diálogo aberto e honesto com nossos pacientes.”, finaliza Luiz Anízio Wanna.

Tratamento facial com silício para deixar a pele sedosa e firme por mais tempo

Como usar o mineral presente nos cristais de rocha para clarear, tonificar a pele e minimizar as rugas



Foto: Banco de Imagem

O tratamento facial que pode ser feito em casa

Silício, elemento presente na composição de cristais de rocha e abundante na natureza, também é um excelente agente embelezador. Estudos mostram que este mineral possui ação clareadora e tonificante, estimula a produção de colágeno, enrijecendo o tecido cutâneo. E ainda ativa a circulação fixando oxigênio no sangue e auxiliando nas trocas metabólicas, além de promover relaxamento da musculatura lisa e estriada.

“Produtos à base de silício também são indicados para tratamento de acne, remover manchas em peles com hipersensibilidade a uso de despigmentantes”

Segundo a cosmetóloga e especialista em epidermologia, Chris Buarque, diretora da Comunidade Brasileira de Naturopatia, produtos à base de silício

também são indicados para tratamento de acne, remover manchas em peles com hipersensibilidade a uso de despigmentantes.

Para quem quer experimentar os efeitos a ação do silício, Chris Buarque recomenda um tratamento facial que pode ser feito em casa, utilizando a Máscara Esfoliante Facial e Corporal de Silício da Stiper, produto dois em um que combina o peeling e a máscara revitalizante, e não contém parabenos, nem ácidos e partículas sintéticas em sua composição:

- Primeiro limpe a sua pele, removendo toda sujeira, restos de suor, poeira e resíduos de maquiagem.

- Aplique uma loção tônica. Borrife sobre a pele e dê pequenas tapinhas para estimular a circulação.

- Massageie o rosto, passando uma escova de cerdas macias ou uma bucha vegetal na pele fazendo movimentos circulares e suaves por três minutos até o rosto ficar com tom rosado. A pele necessita de um pouco de vasodilatação.

- Aplique uma camada generosa da máscara Stiper em toda face. Massageie o rosto fazendo movimentos rotatórios por 1 minuto.

- Deixe a máscara agir por cinco minutos.

- Enxágue bem.

- Para finalizar, aplique novamente a loção tônica ou se preferir use uma água termal.

- Faça uma automassagem com um creme nutritivo ou óleo vegetal de jojoba em movimentos ascendentes e do centro da face em direção às orelhas.

- Use um lenço absorvente para remover o excesso e aplique um fator de proteção solar de uso diário.

O procedimento deve ser realizado duas vezes por semana para quem tem mais de 45 anos.

Apartamento ganha decoração neutra e integração

Amplitude e conforto eram desejos do casal para o novo apartamento, de 184 m², na Vila Mariana, na zona sul da capital paulista, com o propósito de receber os filhos e netos. “Como nunca tinha contratado um arquiteto, a anfitriã também sonhava com um lar projetado especialmente para os dois”, contam as arquitetas Catarina e Fernanda, sócias do escritório Duno Arquitetura e Interiores, responsáveis pela obra. Cores

claras em contraste com a madeira permeiam todos os espaços, sendo alguns deles rebuscados pelo efeito do mármore calacatta que reveste pisos e paredes.

Um dos dois banheiros que integravam a suíte máster foi eliminado para aumentar a metragem do ambiente de descanso em questão. A cabeceira modular estofada preenche toda a horizontalidade da parede da cama, que tem seu restante o

conforto da madeira.

Outra alteração estrutural foi a retirada da caixilharia que dividia o living e a varanda gourmet, que hoje recebeu um lindo jardim vertical trazendo vida ao ambiente. A viga e o pilar remanescentes foram revestidos por um sofisticado painel ripado de madeira, com dose extra de conforto ao conjunto social.

Também unida à sala e à varanda, a cozinha recebeu uma península com bancada, que

serve para as refeições rápidas no dia a dia. A adega ganha destaque na transição para o home theater que tem sua estrutura alternada entre os acabamentos madeirados e laqueado.

O moderno projeto lumino-

técnico destaca a iluminação indireta em sancas, painéis e cortineiros, além de imponentes pendentes decorativos na sala de jantar da varanda, acima das mesinhas de cabeceira da suíte máster e no hall de entrada.

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: Mariana Orsi





Eutanásia de cães e gatos

O respeito pelo animal deve guiar todas as decisões relacionadas ao seu cuidado, alerta veterinário do CEUB

Do grego, “eu” - bom - e “thanatos” - morte -, o termo Eutanásia representa o modo humanitário de matar o animal, sem dor e com mínimo estresse. É indicada quando um animal enfrenta uma doença incurável e está em sofrimento insuportável. A complexidade do tema exige uma compreensão ampla e ética. Bruno Alvarenga, professor de Medicina Veterinária do Centro Universitário de Brasília (CEUB), destaca os diversos aspectos envolvidos e os impactos da prática em animais.

Segundo o especialista, a eutanásia exige uma decisão cuidadosa dos proprietários de animais em conjunto com o corpo médico ou veterinário responsável. O Conselho Federal de Medicina Veterinária estabeleceu diretrizes na Resolução nº 1000, delineando os princípios que devem orientar essa decisão, as condições em que o paciente deve se encontrar e os métodos aceitáveis para a eutanásia. “São casos em que o tratamento representa custos incompatíveis com a atividade produtiva a que o animal se destina ou com os recursos financeiros do proprietário.”

De acordo com Bruno Alvarenga, a prática deve ser realizada com uma conduta rigorosa pelo veterinário responsável. O especialista lista as quatro indicações principais para a eutanásia de um paciente: quando o animal representa uma ameaça à saúde pública, à fauna nativa ou ao meio ambiente; quando é objeto de atividade científica aprovada por uma comissão de ética; e quando um tratamento se torna financeiramente inviável para o proprietário.

A última indicação, conforme alerta Alvarenga, pode gerar desconforto, sobretudo quando a dificuldade se trata de conseguir atendimento em redes públicas de saúde animal. “O veterinário não deve realizar a eutanásia de um animal se houver possibilidade de tratamento viável e se o paciente não atender às indicações estabelecidas pelo Conselho. A posse responsável e o respeito devem guiar todas as decisões relacionadas ao seu cuidado.”

O especialista do CEUB afirma que alguns locais oferecem suporte psicológico para proprietários que passam pela perda de um animal ou pela difícil decisão da eutanásia, reconhecendo o vínculo emocional profundo que existe entre os donos e seus animais de estimação. Segundo ele, os próprios profissionais veterinários que realizam a eutanásia também podem necessitar de apoio psicológico, dada a natureza emocionalmente desafiadora desse procedimento.

Qualidade de vida do animal

Quando um paciente é diagnosticado como terminal, o médico veterinário afirma que o objetivo passa a ser proporcionar o melhor conforto possível no tempo restante de sua vida, seja ele breve, como dias ou algumas poucas semanas, devido a uma variedade de condições, como doença oncológica, viral, ou disfunção orgânica irreversível. “O diálogo constante com os tutores é essencial para que estes compreendam o prognóstico e possam tomar decisões informadas sobre o cuidado de seu animal de estimação”, considera.

A partir da opção pela



Foto: Banco de Imagem

Alguns locais oferecem suporte psicológico para proprietários que passam pela perda de um animal

“O veterinário não deve realizar a eutanásia de um animal se houver possibilidade de tratamento viável e se o paciente não atender às indicações estabelecidas pelo Conselho...”

eutanásia, o cuidado clínico do paciente envolve uma abordagem de enfermagem combinada com terapias medicamentosas e nutricionais. No caso de doenças infecciosas contagiosas tratáveis, surgem debates sobre a decisão de realizar ou não a eutanásia, levando em conta fatores como o bem-estar

do animal, a segurança do ambiente e a capacidade de tratamento disponível na região. “A capacidade de tratamento pode variar significativamente entre diferentes localidades, desde cidades do interior até grandes capitais, o que influencia bastante nas decisões a serem tomadas”, completa.

GBN MULTIMARCAS
F (19) 98382-0454 ANDRE
19 99056-0344 ALEXANDRE
19 99737-2863 RADAMES
AV. INDEPENDÊNCIA, 1813, PIRACICABA - SP

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



Diretores do Sindicato dos Bancários de Piracicaba e região participam de congresso em São Paulo

Entre quarta e quinta-feira, (13 e 14/3), a diretoria do Sindicato dos Bancários de Piracicaba (SindBan) e região, participou do VIII Congresso Interestadual da Federação

dos Bancários de São Paulo e Mato Grosso do Sul. Os temas debatidos foram: política, avanço tecnológico, mudanças no trabalho e sistema financeiro. Em 65 anos de história, o

SindBan elegeu cinco diretores para a diretoria da Feeb SP/MS. Foram eleitos, Paiva, Aldo Rocha, Ângela Savian, Letícia Françaço e João Possebon Neto.

Fotos:Divulgação



Adauto de Oliveira Duarte da Fenaban cumprimenta Paiva



Angela Savian durante debate com colegas de sindicatos dos bancários



Angela Savian, João Possebon Neto, Paiva, Paschoal Júnior, Rui Roberto Pezzolato, Agnaldo Roncasaglia e Aldo Rocha.



Bancários encerram congresso com participação de 23 sindicatos em São Paulo



Gabrieli Mengati, Paschoal Júnior, João Possebon Neto, Rui Roberto Pezzolato, Aldo Rocha, Paiva, Ângela Savian e Agnaldo Roncasaglia



Mulheres eleitas na chapa da federação dos bancários de São Paulo e Mato Grosso do Sul



Paiva faz uma síntese sobre o Perfil Bancário 2024 em Congresso em São Paulo



Paiva, Davi Zaia, Jaqueline Bertanha, Roberto Freire, Reginaldo Breda



Paiva, Tesoureiro Geral, Angela Savian, Diretora, Reginaldo Breda, Secretário Geral, Davi Zaia, Presidente, Letícia Françaço, Direrora, Aldo Rocha, Diretor e Neto, Conselho Fiscal



Paschoal Júnior, do SindBan



Paiva, do SindBan



Show Comédia à La Carte

O Dia Internacional da Mulher ganhou contornos de muito bom humor no Teatro Erotides de Campos, no Engenho Central. A SEMAC brindou o público com a apresentação do stand-up comedy show Comédia à La Carte, espetáculo de formato inédito apresentado pelo jornalista e ator Mauricio Ribeiro. A plateia recebeu um cartão postal celebrando os 30 anos de carreira do artista, onde por meio de um QRCode puderam votar no tema que gostariam de assistir. Solidário, o público trocou cada ingresso por 2kg de alimentos não perecíveis, e o montante arrecadado beneficiou o FUSSP - Fundo Social de Solidariedade de Piracicaba. Os cliques são de Erick Gomes.

Fotos: Erick Gomes



Marco Aurélio Cardoso, Mauricio Ribeiro e Dyego Bendassoli



Mauricio Ribeiro e Fabiana Dip



Mauricio Ribeiro e Thiago Henrique Sousa



Mei Alvarenga, Daniel Seghese, Mauricio Ribeiro e André Edward



Pedro Dias, Mauricio Ribeiro e Sarah Sartori



Rita Puerta, Rafael Roncatto e Rafael Ferezini



Teresa Mattos, Mauricio Ribeiro e Fernanda Miguel



Wanda Diniz, Reinaldo Diniz, Mauricio Ribeiro, Joceli Lazier e Reinaldo Junior



Wolf Kanarek, Mauricio Ribeiro, Willian Bueno e Renata Bueno



Rafael Ferezini, Carlos Beltrame, Rita Puerta, Patrícia Ribeiro, Mauricio Ribeiro, Rafael Roncatto, Luis Beltrame e Luis Fernando Dutra



Silvana Pavan, Marcos Moreira, Mauricio Ribeiro, Reginaldo Rossi e Silvia Pavan

Costa do Sauípe realiza a campanha Movimentaê

Até abril, Costa do Sauípe, Rio Quente Resorts e Hot Park terão campanha temática integrada que estimula o movimento por meio do entretenimento.

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil é o país mais sedentário da América Latina e o quinto mais sedentário do mundo. Incentivar a prática de exercícios físicos, esportes e outras atividades, como a dança, em um país em que 47% da população é sedentária – de acordo com dados do IBGE – é um estímulo para diferentes setores, inclusive o do turismo, incentivarem atividades em que haja movimento.

A Aviva, plataforma de entretenimento detentora dos resorts Costa do Sauípe e Rio Quente Resorts e do parque aquático Hot Park, tem como propósito fazer famílias felizes e isto inclui o bem-estar das pessoas, incentivado por meio de um entretenimento proposto de maneira inteligente nos complexos e que serve de fio condutor para quatro campanhas temáticas ao longo do ano, em uma narrativa única de experiência.

Entre os meses de fevereiro e abril, a campanha é o Movimentaê, que estimula o movimento por meio da dança, do esporte e de momentos de bem-estar. Durante estes três meses, os dias são cheios de atividades espalhadas pelos complexos, com a energia vibrante do litoral norte baiano e da natureza do Cerrado, oferecendo entretenimento para todas as idades. As atividades incluem diversos tipos de esportes, como aula de surf e vôlei de praia, oficinas de dança e música, atividades circenses, além de intervenções artísticas como shows, festas temáticas e muito mais.

“A proposta de ter campanhas temáticas que orientam a ambientação e atividades dos nossos destinos, cria uma narrativa integrada e possibilita diferentes vivências da Experiência Aviva ao longo do ano”, salienta Paulo Schneider, Diretor de Operações da Aviva. “Além disso, procuramos sempre promover o bem-estar por meio destas temáticas. Com o Movimentaê, incentivamos as pessoas a se movimentarem, lite-

ralmente, e isso ajuda a combater o sedentarismo. Nestes momentos de lazer, tem gente que se identifica com uma prática específica, como um esporte ou uma dança, e a leva para a vida”, complementa o executivo.

O Movimentaê tem recortes sazonais para cada mês em que acontece.

Em março e abril, as atividades terão duas narrativas: esporte, vida e emoção; e movimento, diversão e saúde. Estes são conceitos que serão traduzidos em esportes oferecidos como beach tênis, futevôlei, biribol e surf, junto a brincadeiras, maratonas para famílias, momentos de dança, desafios e até campeonatos. Para cuidados além da saúde física, também acontecerão momentos de relaxamento guiado e momento de meditação para as crianças.

Para proporcionar tudo isso e muito mais atividades inclusas na programação, os complexos contam com infraestrutura para as práticas, como quadras de tênis, em que serão organizadas aulas e partidas entre hóspedes, campo de futebol, quadras de beach tênis e vôlei de praia, além das poliesportivas.

Para as crianças, existe um carinho especial para ensinar a importância destas atividades por meio da programação com a Turminha da ZOOEIRA, um grupo de personagens lúdicos, representados por animais brasileiros, que propõem brincadeiras e aventuras temáticas com o objetivo de unir educação socioambiental e entretenimento, como acontecerá na ecotilha em Costa do Sauípe, em que o público infantil desvendará as belezas da natureza.

Toda a experiência oferecida pelos destinos tangibiliza, por meio de hospitalidade, entretenimento e gastronomia, a brasilidade de cada região, valorizando a cultura do país e promovendo uma vivência singular para hóspedes e visitantes.

Fotos: Divulgação



As atividades possuem entretenimento em cada processo e profissionais dedicados a cada uma delas, acontecerão gincanas gastronômicas nos complexos e de dança na piscina na Toca da ZOOEIRA, brincadeiras para desvendar mistérios e desafios, circuitos de jogos e até copinha de futebol e queimada. No Carnaval, a programação contou com atividades como a produção de fantasias recicláveis e o Bloquinho da ZOOEIRA com personagens da Turminha.

