

FOLHA DE PIRACICABA

EDIÇÃO Nº 297

O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

Piracicaba, domingo, 31 de março 2024 | www.folhadepiracicaba.com.br

Páscoa! O túmulo está vazio



Foto: Divulgação

Pág. 03

Dom Devair Araújo da Fonseca - Bispo de Piracicaba

Entre os elementos mais antigos que deram origem ao surgimento das cidades está o costume de sepultar os mortos. Como os agrupamentos humanos eram nômades, o sepultamento dos mortos

acontecia em lugares demarcados, e periodicamente eram revisitados. Com o passar do tempo, esses agrupamentos humanos começaram a se estabelecer, fixando locais próximos onde era costume

sepultar os mortos. Assim, as necrópoles, ou locais destinados ao sepultamento dos mortos, estão na origem das cidades e eram lugares para honrar e celebrar a memória dos ancestrais.

Cultura Pág. 22



Cidade Pág. 13

Lei do Cordão de Girassol beneficia pessoas com ostomia, colite ulcerosa e Doença de Crohn

Cidade Pág. 06

O uso de piercing no dente pode afetar a saúde bucal

Cidade Pág. 07

Chocolate light, diet ou zero?

Cidade Pág. 11

Escola de Negócios da Acipi recebe inscrições para vestibular da Faculdade do Comércio

Cidade Pág. 16

SindBan e Faculdade Anhanguera reafirmam parceria educacional para ampliar qualificação profissional

A VENDEDORA, CRESCEM FIDUCIÁRIO, a esta data, tem-se legitimada possuidora de uma área de terras, localizada no patrimônio urbano da cidade de Piracicaba, SP, com área de 291,731, 12 metros quadrados, conforme matrícula nº 130.327 do 2º Registro de Imóveis da Câmara de Piracicaba, Estado de São Paulo. Para fins de registro nº 5 da matrícula nº 130.327, em 19/08/22, a referida área de terras foi devidamente loteada, com o denominativo de (LOTAMENTO) PARQUE DOS LARANJAIS, nos termos da Lei nº 4.766/1977, estando o projeto aprovado pela GRAPICOM, e as inscrições em nome próprio. *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

Ingerir os carboidratos por último na hora da refeição ajuda a combater o pré-diabetes



Foto: Banco de Imagem

Pesquisadores dos EUA mostram que organizar a ordem do consumo dos alimentos é uma boa estratégia para ajudar a equilibrar os níveis de glicose no sangue

Cidade Pág. 05

Quimioterapia: entenda o tratamento de Kate Middleton

Foto: Banco de Imagem



Após anunciar que está com câncer, a princesa de Gales divulgou que está realizando sessões de quimioterapia; Oncologista comenta arsenais de terapias disponíveis no combate à doença e faz alerta sobre falta de informação poder prejudicar o diagnóstico e tratamento de tumores



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

FOLHA DE PIRACICABA O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

You Tube

TERÇA 03/04 9 hs da manhã

@Folhadepiracicaba



Artigo

Piracicaba: a terra da pamonha, cana-de-açúcar e hidrogênio

O mundo se uniu para encontrar a cura para a COVID-19, pandemia que segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) vitimou 14,9 milhões de pessoas, sendo 710 mil só no Brasil. Parece até estranho falar disso hoje, mas é necessário lembrar que houve uma conexão internacional entre governos, laboratórios, cientistas, hospitais e ONGs para conter o avanço desenfreado da doença. Assim, após um esforço hercúleo, as vacinas chegaram, a Ciência venceu e até se prove contrário, foram eficazes no combate ao maior flagelo deste século.

Ainda que eu não deseje ocupar a posição de profeta do apocalipse é necessário lembrar que outro flagelo anunciado está a caminho, causado pela crise climática. Segundo dados da Administração Nacional Oceânica e Atmosférica (NOAA), agência norte-americana, o ano de 2023 registrou o mês de agosto mais quente dos últimos 174 anos, com temperaturas 1,25°C acima da média registrada no século passado. No eterno país do Carnaval, o Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) constatou que, desde 1961, não se registrava um inverno tão quente como o de 2023, quando houve mais de 50 dias de calor intenso em cinco regiões Brasil.

É inegável que o nosso planeta azul está passando por uma grande transformação, causada pelo aumento da emissão de gás carbônico, originado pelo uso de energia que utiliza combustíveis fósseis como matriz (petróleo, carvão e gás natural). A necessidade de transição para um regime de baixa emissão de carbono motiva a busca de fontes de energias alternativas, entre as quais destaca-se o hidrogênio, elemento químico encontrado em abundância na natureza, que está sendo estudado em larga escala mundial.

É diante desta realidade, que o Seminário Internacional "Nosso Futuro com Hidrogênio – Desafios e Oportunidades do Hidrogênio Renovável e Baixo Carbono", organizado pela Prefeitura Municipal de Piracicaba nos dias 08 e 09 de abril, coloca definitivamente o nosso município no centro da discussão internacional sobre

novos modelos que possam substituir combustíveis fósseis por energias renováveis.

A própria organização do evento em si, já representa um grande sucesso porque colocou pela 1ª vez na mesma mesa os atores mais importantes da Região Metropolitana de Piracicaba (RMP) para tratar do assunto, sejam eles ligados ao governo, indústria, comércio, pesquisa e inovação.

Discussões como essa são válidas porque o hidrogênio precisa deixar de ser aquele pote de ouro no fim arco-íris para se transformar em realidade que possa reverter a nossa história de deterioração ambiental. Afinal, é uma unanimidade que as novas fontes de energia devem ser tecnologicamente viáveis, ambientalmente sustentáveis e capazes de atender uma demanda crescente da população.

Embora todos ainda estejam tateando no escuro em busca de soluções que viabilizem a produção e distribuição do hidrogênio em larga escala é necessário acelerar este processo. Não por acaso o Seminário Internacional vai abordar temas relacionados ao uso e comercialização do hidrogênio, rotas tecnológicas, certificações, desenvolvimento de políticas públicas, além de estratégias para a indústria automobilística e uso em outros segmentos como siderurgia e cerâmica.

Neste sentido, os organizadores do evento montaram uma equipe seleta de preletores, especialistas em seus respectivos segmentos, oriundos de instituições públicas e privadas que prometem grandes debates sobre as tecnologias de disrupção para o futuro.

E assim Piracicaba que já ficou conhecida no passado como a terra da pamonha e da cana-de-açúcar também passará a ser referência em hidrogênio, ocupando posição de destaque na vanguarda do desenvolvimento sustentável.

Maurício Cantoni é jornalista, diretor de comunicação da Fumep e fundador do Hub H2 Content.

Artigo

Discursos: trechos valiosos no combate à tirania

Observando trechos de discursos de pessoas comprometidas com seu povo e que abordaram os conceitos fundamentais de Pátria: democracia, que se baseia na soberania popular, e o liberal, que honra à Constituição como mediadora nos limites dos poderes políticos. Seguem trechos de caráter seculares e os de nossos dias:

1- Thomas Jefferson, no seu primeiro mandato, em 04/03/1801: "[...] O que mais é necessário para nos fazer um povo feliz e próspero? Mais uma coisa, concidadãos – um governo sábio e frugal, que deve impedir os homens de se atacar mutuamente, deve deixá-los livres de regular as suas próprias atividades de trabalho e desenvolvimento, não devendo tirar da boca do trabalho o pão que se ganhou. [...] E isto é necessário para fechar o círculo da nossa felicidade."

2- Dom Pedro I, na Assembleia, 1863: "uma Constituição, em que os três Poderes sejam bem divididos de forma; que não possam arrogar direitos, que lhes não compitam, mas que sejam de tal modo organizados, e harmonizados, que se lhes torne impossível, ainda pelo decurso do tempo, fazerem-se inimigos, [...] A final uma Constituição, que pondo barreiras inacessíveis ao despotismo, quer Real, quer Aristocrático, quer Democrático, afugente a anarquia, e plante a árvore daquela liberdade, a cuja sombra deve crescer a União..."

3- Almeida Garrett, em 08/02/1840: "Do nada saiu este mundo em que vivemos, da imensidão da Sabedoria eterna a ordem que o formou e o rege. O Fiat da Omnipotência foi a ordem que entrou no caos, que dividiu os elementos, que separou a luz das trevas, o dia da noite, e compôs enfim este belo universo, tão belo na ordem regular para que nos criou a Providência, como era horroroso e feio antes dessa ordem, como será espantoso e medonho quando a ordem se quebrar, quando retirada a mão de Sabedoria moderadora, voltar a anarquia dos elementos para destruir o mundo."

4 - Charles Chaplin, no filme, "O grande Ditador", 1940: "[...] Não desespereis! A desgraça que tem caído sobre nós não é mais do que o

produto da cobiça em agonia... da amargura de homens que temem o avanço do progresso humano. Os homens que odeiam desaparecer, os ditadores sucumbem e o poder que do povo arrebataram há de retornar ao povo.

5- Martin Luther King Jr., em 28/08/1963; "Que a liberdade ressoe!" Embora conhecido como ("Eu tenho um onho"): "quando permitirmos que a liberdade ressoe, quando a deixarmos ressoar de cada vila e cada aldeia, de cada estado e de cada cidade, seremos capazes de apressar o dia em que todos os filhos de Deus, negros e brancos, judeus e gentios, protestantes e católicos, poderão dar-se as mãos e cantar as palavras da antiga canção negra: "Liberdade finalmente! Liberdade finalmente! Louvado seja Deus, Todo Poderoso, estamos livres, finalmente!"

6- Ulysses Guimarães, na Abertura da Assembleia Constituinte, 02/1987: "A razão da liberdade esteve sempre presente, como o ânimo maior de nossa formação histórica. Sempre associamos a liberdade do País à liberdade de seus cidadãos. [...] E o sentimento moral de sua importância."

7- Ruth Cardoso, na 4.ª Conferência Mundial sobre as Mulheres, em 5-9-1995: "[...] Temos como horizonte uma democracia que, reconhecendo a existência de diferenças entre sexos, seja capaz de garantir-lhes a igualdade de direitos. Assim entendida, a luta das mulheres pela igualdade não é uma luta apenas em seu próprio benefício. É uma luta em benefício de todos, [...] com o fortalecimento da própria democracia."

8- Michelle Bolsonaro fez o discurso em libras, em 01-01-2019, em que mais de 95% dos brasileiros necessitaram de interpretação dos sinais. Como o direito do discurso na íntegra é do Site Poder 360, em linhas gerais, ela disse: É um privilégio poder contribuir e trabalhar para toda a sociedade brasileira. Agora, terá voz quem não era ouvido, os cidadãos brasileiros querem segurança, paz, prosperidade e serem respeitados.

Idico Luiz Pellegrinotti – Professor universitário

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.

O túmulo está vazio

“A Ressurreição se tornou o ponto central, a chave para a compreensão de todo o anúncio do cristianismo. O Cristo Ressuscitado impulsionou os discípulos a saírem de seu fechamento e de seus medos...”

Entre os elementos mais antigos que deram origem ao surgimento das cidades está o costume de sepultar os mortos. Como os agrupamentos humanos eram nômades, o sepultamento dos mortos acontecia em lugares demarcados, e periodicamente eram revisitados. Com o passar do tempo, esses agrupamentos humanos começaram a se estabelecer, fixando locais próximos onde era costume sepultar os mortos. Assim, as necrópoles, ou locais destinados ao sepultamento dos mortos, estão na origem das cidades e eram lugares para honrar e celebrar a memória dos ancestrais.

No estudo comparado das religiões, encontramos quase sempre a crença na vida após a morte. Há uma variação nas condições e nos caminhos para se chegar a essa condição; o mesmo se pode dizer da forma como tratar os corpos dos falecidos. O que fica claro é que a morte e a continuidade da vida sempre foram uma questão que preocupou os seres humanos. A preocupação com essa questão leva em conta a brevidade da vida e a possibilidade de transcendência, como resposta para a busca de sentido da vida. Se tudo é transitório, será que existe algo em nós que seja imortal?

O Antigo Testamento guarda as narrativas dos locais onde foram sepultados os patriarcas. De acordo com a tradição judaica, no Túmulo dos Patriarcas estariam sepultados Abraão e Sara, Isaac e Rebeca, Jacó e Lia. O túmulo de Moisés estaria em um vale perto de Bete-Peor e assim outros relatos vão indicar os locais onde foram sepultados os juízes, os profetas e os reis de Israel. Segundo o Antigo Testamento, depois da morte a alma seguia para o Sheol, onde permaneciam num estado de inconsciência. Também havia a crença no julgamento e na recompensa dos justos, enquanto os ímpios enfrentariam as consequências. Mais tarde, desenvolveu-se a crença na ressurreição dos mortos e no julgamento final.

O Novo Testamento parte desse contexto de fé na ressurreição, porém sem trazer uma compreensão mais clara sobre como se daria. Entre os milagres de Jesus, há dois que apresentam a questão da volta à vida: a ressurreição de Lázaro e a do filho da viúva de Naim. Nos dois casos, porém, não se trata de verdadeira ressurreição, mas de volta à vida biológica, considerando que ambos certamente morreram uma segunda vez mais tarde. A ressurreição não é apenas volta à vida biológica; ela é a restauração da vida de maneira definitiva, numa realidade que transcende a matéria e adentra na eternidade divina.

No final do tempo da sua pregação, Jesus subiu a Jerusalém, não apenas para enfrentar seus opositores num último confronto, mas para dar pleno cumprimento às Escrituras. Seus gestos e palavras encontram referências no Antigo

Testamento e, além disso, os discípulos recordaram sua pregação e a associaram com os acontecimentos, particularmente no que se refere à sua Paixão. Jesus sofreu uma condenação injusta, mas aceitou tudo na perspectiva redentora, por isso, não foi um sacrifício imposto e nem uma ação de caráter político-revolucionário como alguns querem defender. A morte de Cristo na cruz foi um sacrifício redentor, para o perdão dos pecados de toda a humanidade. Seu corpo foi sepultado num túmulo novo, mas os discípulos foram até lá no terceiro dia e o encontraram vazio.

O túmulo onde Jesus foi colocado ficava próximo do local de sua crucifixão e fora da cidade de Jerusalém. Segundo o costume judaico da época, o corpo devia ser preparado para o sepultamento, com unguentos. Mas como a morte de Jesus ocorreu na véspera da Páscoa, não havia tempo para todos os preparativos. Passado o sábado, algumas mulheres foram ao túmulo e o encontraram vazio; então, correram para avisar os discípulos, que também foram ver e encontraram os panos que cobriam o corpo dobrados. Imediatamente, fariseus e mestres da Lei cuidaram de espalhar o boato de que os discípulos haviam roubado o corpo, por isso, o túmulo estava vazio.

Jesus havia falado da sua Ressurreição, mas sem detalhes, porque não havia nada a ser explicado. A Ressurreição como fato não foi testemunhada por ninguém; os discípulos testemunharam o encontro com o Ressuscitado. Sua Ressurreição não foi um retorno à vida de antes; foi muito além. Quando Jesus



Dom Devair Araújo da Fonseca
Bispo de Piracicaba

apareceu aos discípulos, ele tinha um corpo glorioso, capaz de entrar em lugares fechados, de tomar alimentos e que ainda guardava os sinais da Paixão, como as marcas dos cravos nas mãos e nos pés, além do lado transpassado pela lança do soldado.

A Ressurreição se tornou o ponto central, a chave para a compreensão de todo o anúncio do cristianismo. O Cristo Ressuscitado impulsionou os discípulos a saírem de seu fechamento e de seus medos;

foi a partir da Ressurreição que eles retomaram as palavras e os ensinamentos de Jesus. Os discípulos compreenderam o que antes não fazia sentido, porque o Ressuscitado é a resposta, o cumprimento da Aliança e das promessas do Antigo Testamento. O túmulo permanece vazio porque o Ressuscitado está vivo, não apenas por suas palavras ou na memória dos discípulos, mas porque o Cordeiro Imolado foi glorificado pelo Pai. Eis a Páscoa em sua plenitude: Cristo ressuscitou, aleluia, aleluia.



Ingerir os carboidratos por último na hora da refeição ajuda a combater o pré-diabetes

Pesquisadores dos EUA mostram que organizar a ordem do consumo dos alimentos é uma boa estratégia para ajudar a equilibrar os níveis de glicose no sangue

Foto de SOCIAL.CUT na Unsplash



Mais de 35 milhões de brasileiros convivem com o pré-diabetes, o estágio que precede a doença em si

“Se a pessoa ingere uma fonte de proteína ou gordura antes, o carboidrato que chega logo em seguida não terá o caminho livre para ser absorvido prontamente, retardando sua entrada no sangue”

Thais Szegö

Um estudo feito nos Estados Unidos mostra que, na hora da refeição, é importante organizar a ordem do consumo dos macronutrientes, responsáveis em fornecer energia ao organismo, como carboidratos, proteínas e gorduras. Segundo os pesquisadores, essa é uma boa estratégia para ajudar a equilibrar os níveis de glicose no sangue. Uma forma de começar as refeições é comer primeiro as proteínas e/ou os vegetais, pois assim gera-se um pico de glicose menor do que quem começa a comer primeiro os carboidratos.

De acordo com estimativa da Sociedade Brasileira de Diabetes, mais de 35 milhões de brasileiros convivem com o pré-diabetes, o estágio que precede a doença em si. Além disso, essa é a única etapa em que é possível reverter o quadro, evitando que ele evolua para diabetes, o que acontece com aproximadamente 25% dessas pessoas no período de três a cinco anos. As recomendações para tratar o problema são focadas nas mudanças de hábitos, com a prática de atividades físicas e a redução do consumo de alimentos ricos em sal, gorduras, açúcar e carboidratos, em especial os que levam farinha branca, optando sempre pelos integrais.

Agora o estudo feito por pesquisadores da Universidade de Columbia, da Weill Cornell Graduate School of Medical Sciences e da Universidade Rockefeller, todas em Nova York, EUA, mostra que ordenar corretamente o consumo dos alimentos também surte efeito na saúde. No trabalho, os voluntários foram divididos em três grupos: os que comeram primeiro os carboidratos e partiram para as proteínas e os vegetais, os que iniciavam pelas proteínas e vegetais e no final comeram os carboidratos e um terceiro grupo, que primeiro ingeriu os vegetais, seguidos pelas proteínas e pelos carboidratos.

O próximo passo foi analisar, várias vezes em um período de até

três horas após o consumo, as taxas de glicose e insulina no sangue dos participantes. O experimento foi repetido durante três dias alternados e em todos eles os voluntários estavam em jejum de 12 horas. Os participantes, com pré-diabetes e taxas de glicemia em jejum similares durante o período das análises, foram escolhidos para fazer parte de cada um dos grupos em cada rodada de maneira aleatória.

Os resultados apontaram que os que começaram a se alimentar pelas proteínas ou pelos vegetais tiveram seu pico de glicose entre 30

e 40% menor, em comparação com os que ingeriram primeiro os carboidratos. Além disso, o grupo que iniciou pelos vegetais foi o que menos precisou do uso de insulina para metabolizar a glicose obtida através da comida. Os pesquisadores acreditam que isso se deu porque a gordura das proteínas e as fibras dos vegetais retardaram a velocidade da absorção da glicose dos alimentos.

“A digestão começa pela boca, mas o único nutriente que tem esse processo iniciado nessa parte do corpo é o carboidrato, que depois passa para o estômago e, em seguida, para o intestino, o que faz com que ele esteja disponível para a absorção mais rápido do que as proteínas e gorduras, que começam a ser digeridas quando estão no trato gastrointestinal”, explica Valéria Machado, nutricionista da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp).

“Se a pessoa ingere uma fonte de proteína ou gordura antes, o carboidrato que chega logo em seguida não terá o caminho livre para ser absorvido prontamente, retardando sua entrada no sangue”, acrescenta a nutricionista Anna Gomes, educadora em diabetes pela Sociedade Brasileira de Diabetes e International Diabetes Federation. Ela explica ainda que as fibras solúveis prove-

nientes dos vegetais são capazes de formar um gel no trato gastrointestinal que também deixa a absorção dos carboidratos mais lenta.

Esse efeito é muito importante no caso dos pré-diabéticos, já que eles têm dificuldade para processar a glicose. “Isso acontece porque o seu organismo pode não ser capaz de produzir a quantidade de insulina suficiente ou essa insulina pode não ser tão eficiente”, diz Adriana Martins Fernandes, endocrinologista do Programa de Diabetes do Hospital Israelita Albert Einstein.

“A insulina é o hormônio que permite a entrada do açúcar nas células, onde ele será usado como uma fonte de energia. Nesse cenário, a glicose não é adequadamente metabolizada, resultando em picos glicêmicos no sangue”, complementa a endocrinologista. Se não for combatido adequadamente, em longo prazo esse quadro tende a desencadear o diabetes, além de problemas como Acidente Vascular Cerebral (AVC), doenças cardiovasculares, males renais, retinopatia (a enfermidade que afeta os pequenos vasos da retina) e neuropatia (quadro que compromete os nervos, prejudicando a comunicação entre o cérebro e os membros).

Fonte: Agência Einstein

NOVO
A BOMTA RESPEITA O BRASIL

CONSTRUINDO UM AMBIENTE SAUDÁVEL DE NEGÓCIOS

Ética e Criação de Oportunidades

01 DE ABRIL 19 HORAS

CLASS HOTEL
Av. Centenário, 152
Piracicaba

GABI MARQUES
SÓCIA FUNDADORA DO POLVO LAB

MONICA ROSENBERG
ADVOGADA E COMENTARISTA JOVEM PAN

WhatsApp icon, Instagram icon, QR code icon

Quimioterapia: entenda o tratamento de Kate Middleton

Após anunciar que está com câncer, a princesa de Gales divulgou que está realizando sessões de quimioterapia; Oncologista comenta arsenais de terapias disponíveis no combate à doença e faz alerta sobre falta de informação poder prejudicar o diagnóstico e tratamento de tumores



Princesa Kate Middleton

“Precisamos lembrar que existe um arsenal de estratégias médicas possíveis, a maioria delas muito avançadas e com altas taxas de cura. Cirurgia, quimioterapia, radioterapia, imunoterapia e terapias alvo são alguns dos pilares de tratamento que mudaram o panorama de uma doença que, no passado, já foi tão temida”

Na última sexta-feira, 22 de março, Kate Middleton (42) anunciou através de um vídeo oficial que está com câncer. Durante o comunicado, a princesa explicou ainda que já está realizando sessões de quimioterapia.

No início deste ano, Kate passou por uma cirurgia no abdome, sem detalhes sobre o motivo que levou à necessidade do procedimento. “Eu precisei de tempo para me recuperar da minha cirurgia e começar o tratamento”, disse no vídeo publicado nas redes sociais.

“Em janeiro, eu passei por uma grande cirurgia abdominal e na ocasião pensou-se que minha condição não era de câncer. A cirurgia foi bem-sucedida, no entanto exames após a operação mostraram que havia câncer. Minha equipe médica aconselhou que eu me submetesse a uma quimioterapia preventiva, e agora estou nos estágios iniciais desse tratamento”, contou.

O que é quimioterapia?

O tratamento quimioterápico consiste basicamente na utilização de medicamentos que tem por missão eliminar as células cancerosas e impedir que elas se espalhem e se multipliquem no organismo.

De acordo com Mariana Laloni, oncologista e Diretora Médica Técnica da Oncoclínicas, dentre as diversas finalidades de indicação da quimioterapia, o especialista irá avaliar o tipo do tumor, tamanho, localização, se existem ou não metástases, idade do paciente, estado geral de saúde, medicamentos em uso e histórico. Depois de obter todas as respostas, o tratamento adequado será indicado ao paciente, podendo ou não ser adotadas estratégias combinadas a outras alternativas terapêuticas.

Entre as finalidades do uso deste tipo de medicação, estão:

- **Quimioterapia curativa:** na tentativa de curar o câncer

completamente;

- **Quimioterapia neoadjuvante:** feita antes ou associada a outros tratamentos, para deixá-los ainda mais eficazes. Aqui, o objetivo da quimioterapia é “encolher” o tumor para potencializar o efeito da radioterapia ou da cirurgia;

- **Quimioterapia adjuvante:** feita após a cirurgia ou a radioterapia, como forma de evitar a recidiva (retorno) do câncer; e

- **Quimioterapia paliativa:** Se a cura não for possível, a quimioterapia pode ser realizada para o alívio dos sintomas do câncer.

A médica lembra que os avanços científicos no combate ao câncer garantem atualmente um vasto leque de possibilidades para os pacientes oncológicos, que serão definidas a partir de avaliações do perfil da doença de cada indivíduo, de forma cada vez mais personalizada. “Precisamos lembrar que existe um arsenal de estratégias médicas possíveis, a maioria delas muito avançadas e com altas taxas de cura. Cirurgia, quimioterapia, radioterapia, imunoterapia e terapias alvo são alguns dos pilares de tratamento que mudaram o panorama de uma doença que, no passado, já foi tão temida”, comenta.

Falta de informação e tabus podem prejudicar diagnóstico e tratamento do câncer

Para Mariana Laloni, mesmo com os avanços e casos de cura, ainda existe um grande desafio em desmistificar o diagnóstico de câncer e tratamentos para a doença. “Temos a obrigação de informar corretamente e preservar a individualidade dos pacientes, sejam pessoas públicas ou indivíduos comuns. Médicos, profissionais de saúde, jornalistas e pacientes devem entender que informar com precisão é uma prestação de serviço e sig-

nifica cuidado”, comenta.

A oncologista acrescenta ainda que casos como esse, podem gerar ainda mais desinformação e tabus quando não abordados da maneira correta. “Isso expõe pessoas públicas e demais pacientes, que acabam passando por um sofrimento desnecessário. E em nada contribui para a informação adequada e correta que pode salvar vidas”, enfatiza.

Panorama global do câncer

Atualmente, considerando uma prevalência de 5 anos da doença, a OMS informa que aproximadamente 53,5 milhões de pessoas estão vivendo com câncer em todo mundo, sendo que 1,6 milhão delas está no Brasil - um número que, conforme as perspectivas da entidade, seguirá crescendo.

As projeções indicam uma tendência de elevação dos índices mundiais de detecção do câncer, chegando ao patamar médio de aumento de 77% em 2050 quando comparado ao cenário registrado em 2022, com 20 milhões de novos casos da doença. Isso significa que nas próximas décadas uma a cada 5 pessoas terá câncer em alguma fase da vida.

Em 2022, 10 tipos de câncer representaram dois terços dos novos casos e dos 9 milhões de óbitos decorrentes da doença. O de pulmão foi o mais comum em todo mundo, com 2,5 milhões de diagnósticos (12,4% do total), seguido do câncer de mama feminino (2,3 milhões, ou 11,6%), colorretal (1,9 milhão, 9,6%), próstata (1,5 milhão, 7,3%) e estômago (970 mil, 4,9%). Globalmente, tumores de pulmão (18,7%), colorretal (9,3%) e fígado (7,8%) foram as principais causas de óbito pela doença.

No Brasil, dos 1.634.441 pacientes oncológicos em 2022 — incluindo os novos casos e

aqueles diagnosticados em cinco anos —, 278.835 morreram, principalmente de tumores de pulmão, mama feminino e colorretal. As três maiores incidências foram próstata (102.519), mama feminino (94.728) e colorretal (60.118). O risco de desenvolver qualquer tipo de câncer no país antes dos 75 anos foi de 21,5%, sendo maior (24,3%) entre os homens.

Considerando a previsão de novos casos em 2050, o Brasil deve registrar 1,15 milhão de novos casos, um aumento de 83,5% em comparação a 2022. As mortes por câncer também devem ter um aumento considerável: 554 mil, 98,6% a mais do que o atual volume registrado de óbitos pela doença no país.

Confira a seguir os principais dados do GLOBOCAN 2022:

Mundo:

- Número de novos casos de câncer: 19.965.054

- Número de mortes: 9.736.520

- Número de prevalência de casos da doença (5 anos): 53.490.304

- Top 3 por incidência: Pulmão, Mama e Colorretal

- Top 3 por letalidade: Pulmão, Colorretal e Fígado

- Número de novos casos previstos para 2050: 35 milhões Brasil:

- Número de novos casos de câncer: 627.193

- Número de mortes: 278.835

- Número de prevalência de casos da doença (5 anos): 1.634.441

- Top 3 por incidência: Próstata, Mama e Colorretal

- Top 3 por letalidade: Pulmão, Colorretal e Mama

O uso de piercing no dente pode afetar a saúde bucal

A principal recomendação para quem deseja colocar um piercing no dente é redobrar os cuidados com a higiene oral

“O ideal é que sejam materiais inertes e que à prova de reações inflamatórias ou hipersensibilidade”

Alicia Keys, Beyoncé, Rihanna. O que estas celebridades têm em comum? Todas já aderiram, em algum momento, à moda dos “tooth gems” ou “grillz”, como também são conhecidos os piercings nos dentes.

Os piercings dentais podem ser colocados nos dentes de cima ou de baixo mais comumente nas áreas frontais. O acessório, que era uma verdadeira febre no início dos anos 2000, retorna agora com força total, trazendo um toque de charme e modernidade na hora de sorrir.

“Esses piercings normalmente não são prejudiciais para os dentes, já que se tratam de pequenas ‘jóias’ que são coladas no dente com resina ou adesivo odontológico, sem a necessidade de desgaste da estrutura dentária”, explica Fábio Azevedo,



Foto: Banco de Imagem

O importante é que a aplicação seja feita por um dentista qualificado

Especialista em Implantodontia e Consultor do Departamento de Pesquisa e Desenvolvimento (P&D) da S.I.N. Implant System. “O importante é que a aplicação seja feita por um dentista qualificado, para que não haja riscos de danos ao esmalte dentário ou irritações nas gengivas”, conclui.

Vale destacar que como o piercing é apenas colado na superfície do dente, o processo não é doloroso ou mesmo incômodo para o paciente, não sendo necessário anestesia.

Com relação ao material do piercing, este também deve ser observado, sendo que o tipo

mais comum é a bolinha de “strass” branco brilhante, mas os piercings também podem ser de ouro, aço cirúrgico, titânio, entre outros.

“O ideal é que sejam materiais inertes e que à prova de reações inflamatórias ou hipersensibilidade”, diz Azevedo. “As ligas metálicas, que podem liberar partículas tóxicas como níquel ou cobre no meio bucal também devem ser evitadas”, conclui.

Higiene bucal é importante para o sucesso do piercing

A principal recomendação para quem deseja colocar um piercing no dente é redobrar os

cuidados com a higiene oral. “Caso o paciente não tenha uma boa higiene bucal, a superfície ao redor do piercing pode servir de substrato e favorecer o acúmulo de placa bacteriana, o que pode levar ao desenvolvimento de cáries ou problemas gengivais”, alerta Fábio Azevedo.

“Os cuidados são os mesmos que devemos ter diariamente, com ou sem piercing, e incluem escovações ao menos três vezes ao dia após as refeições, uso regular de fio dental em todas as escovações e visitas anuais ao dentista”, recomenda o especialista.

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.

Chocolate light, diet ou zero?



O consumo de chocolate pode trazer benefícios para o sistema cardiovascular, ter influência em dislipidemias e retardar o envelhecimento cutâneo

Quando o assunto é Páscoa, as prateleiras dos supermercados se enchem de cores, tamanhos, texturas e tipos de ovos de chocolate. Derivado do cacau, o chocolate é uma iguaria que agrada quase 100% da população mundial. Com aroma e sabor marcante, o alimento se transforma numa diversidade de produtos que podem conter em seus rótulos: zero açúcar, zero glúten, zero lactose, diet ou light. Paloma Popov, professora de Nutrição do Centro Universi-

tário de Brasília (CEUB), revela os mitos e verdades envolvendo a indústria de chocolates.

A primeira dica da nutricionista é não abominar o chocolate na Páscoa, mas consumir com equilíbrio e moderação. Segundo ela, considerando a variedade de chocolate, do branco ao amargo, este último geralmente é associado a mais propriedades funcionais devido ao alto teor de cacau. Para guiar o consumidor, Paloma Popov explica que a nova rotulagem nutricional, obrigatória desde 2022,

Especialista explica as diferenças entre os ingredientes processados dos chocolates e lista escolhas mais saudáveis para o consumo

facilita a identificação de ingredientes como açúcar, gordura e sódio nos chocolates, inclusive nos ovos de Páscoa.

“Ao escolher um chocolate saudável, é essencial ler a lista de ingredientes e evitar aditivos desnecessários, como corantes, emulsificantes e aromatizantes. Os chocolates diet e light são classificados de acordo com a redução de certos ingredientes, mas é importante entender que essa redução nem sempre significa uma opção mais saudável.”

Atenção para o “Diet”! Os chocolates para dietéticos podem substituir açúcar por adoçantes e gorduras adicionais, o que nem sempre é benéfico em termos de valor nutricional. Segundo a docente do CEUB, os polióis, como sorbitol e xilitol, que servem para adoçar o chocolate, podem estar presentes em rótulos descritos como “sem açúcar”. Mesmo assim, seu consumo deve ser avaliado com cautela, especialmente se não houver necessidade dietética.

Quando aos alimentos light, Paloma explica que costumam reduzir pelo menos 25% de algum ingrediente, podendo apresentar um valor menor em gordura ou açúcar, devendo ser informado para o consumidor. “Quando um chocolate é light em gordura, comparado ao produto original da mesma marca, é possível identificar a redução de 25% daquele ingrediente”, considera.

A docente do CEUB detalha que os polióis são carboidratos e que o consumo das porções dos chocolates com esses ingredientes também deve ser moderado. Paloma afirma ainda que é fundamental priorizar chocolates com listas de ingredientes curtas e reconhecíveis, pois isso indica menor processamento.

Chocolate saudável

O cacau (*Theobroma cacao*) é um fruto originário da América do Sul e da América Central, popular pela concentração de compostos fenólicos, seu sa-

bor e por ser matéria-prima do chocolate. O cacau e seus derivados, consumidos em dieta balanceada, têm efeito antioxidante, antiaterosclerótico, previnem dislipidemias e podem ter influência contra o envelhecimento dérmico. Portanto, o consumo de chocolate pode trazer benefícios para o sistema cardiovascular, ter influência em dislipidemias e retardar o envelhecimento cutâneo.

Segundo a professora do curso de Nutrição do CEUB, são considerados chocolates saudáveis aqueles que oferecem mais propriedades funcionais, geralmente encontradas em produtos com um teor de cacau mais elevado. “Quanto maior esse teor, maior tende a ser o número de propriedades funcionais presentes”. Para consumir o chocolate de forma saudável, Paloma destaca as opções orgânicas que utilizam açúcares alternativos, como açúcar de coco ou mascavo.



O ESPAÇO GIANNA AGORA ESTÁ NO GIANNA MIX CONVENIÊNCIA!

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

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

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

AV. ARMANDO CÉSARE DEDINI, 330 . PIRACICABA . SP



#vemprogianna

Celebre a Renovação da Vida: Páscoa no Cemitério Parque da Ressurreição

Fotos: Divulgação



No Cemitério Parque da Ressurreição você encontra paz e conforto em um ambiente acolhedor

A Páscoa é um momento de renascimento, de celebração da vida e da esperança. No Cemitério Parque da Ressurreição, essa data ganha um significado ainda mais especial, pois estamos imersos em um ambiente que simboliza a própria ressurreição e a continuidade da vida.

Assim como a Páscoa representa o renascimento de Cristo, em nosso cemitério, vemos a vida continuar em meio às lembranças e à memória dos entes queridos. Cada jazigo, cada flor que desabrocha nos jardins, é um testemunho da perenidade da vida e do amor que ultrapassa os limites da existência terrena.

Neste período de reflexão e renovação, convidamos você a visitar o Cemitério Parque da Ressurreição e encontrar paz e conforto em nosso ambiente acolhedor. Em meio à serenidade dos nossos jardins e à beleza das alamedas arborizadas, é possível vivenciar o verdadeiro espírito da Páscoa, que é a esperança e a promessa de dias melhores.

Além disso, as missas diárias realizadas em nossa capela às 7h proporcionam momentos de espiritualidade e conexão com o divino, fortalecendo os laços de fé e esperança que nos sustentam em meio aos desafios da vida.

Que a Páscoa no Cemitério Parque da Ressurreição seja um tempo de renovação interior, de lembrar com carinho aqueles que já partiram e de cultivar a esperança de um futuro luminoso. Estamos localizados na Avenida Comendador Luciano Guidotti, 1754, em Piracicaba. Venha nos visitar e vivenciar a verdadeira essência da Páscoa.



Cada jazigo, cada flor que desabrocha nos jardins, é um testemunho da perenidade da vida



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

Jazigos para compra e aluguel

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

Atendimento
(19) 3426-4877

**Av. Comendador Luciano Guidotti, 1754,
Bairro Jardim Caxambu, Piracicaba | SP**

www.parquedaressurreicao.com.br



Saúde, nutrição e... Páscoa!!

Santa Casa utiliza chocolate com moderação nas dietas ofertadas a médicos, funcionários e pacientes

Fotos: Marcelo Germano



Centro do Câncer da Santa Casa distribuiu chocolate a pacientes em tratamento



Luciana Ana Paula fez a festa junto às crianças hospitalizadas na Pediatria Menino Jesus, do SUS

“Este é quarto ano consecutivo que eles nos proporcionam este momento tão especial, em que a ansiedade da internação cede espaço para a magia e encanto da Páscoa. Ratificamos a ela toda nossa gratidão”

Este ano, a Páscoa será comemorada em 31 de março, data em que se comemora também o Dia da Saúde e Nutrição. “Ótima oportunidade para refletirmos sobre o impacto do chocolate na saúde, sobretudo no ambiente hospitalar, onde a restrição alimentar é grande”, considera a nutricionista Lilian Previtali, do Setor de Nutrição e Dietética da Santa Casa de Piracicaba.

Segundo ela, além de saboroso, o consumo moderado de chocolate pode oferecer uma série de benefícios. “Sabe-se que o alimento, em especial em sua fórmula amarga, pode ser um aliado da saúde por ajudar a diminuir o risco de doenças cardíacas, prevenir a formação de radicais livres e o envelhecimento prematuro das células, quando consumido moderadamente”, disse.

A nutricionista revela ainda que, devido à presença da substância polifenol, antioxidante que estimula a produ-

ção de serotonina, o chocolate pode ajudar a combater a angústia, o estresse e o mau humor, sendo um bom calmante natural.

“Aqui na Santa Casa, por exemplo, o chocolate é utilizado com moderação em algumas ocasiões, devido ao valor nutritivo desse alimento, que é rico em minerais, fibra, potássio, fósforo, zinco e selênio”, lembrou Lilian, coordenadora de uma equipe com mais de 100 funcionários responsáveis pela elaboração diária de até 2.600 refeições ofertadas a pacientes, médicos e funcionários do Hospital.

Como exemplo, ela cita a “festa de alegria” proporcionada pela apresentadora Luciana Paula, da Rádio Educadora FM, em parceria com a Missões Urbanas e a Onix Entretenimento, que na tarde da última quinta-feira, 28, retornou à Pediatria Menino Jesus, exclusiva para atendimento pelo SUS, para levar chocolates às crianças hospitalizadas.

Para a coordenadora de Hotelaria Liliane Luppi, que organiza as visitas, “mais que um símbolo da Páscoa, o chocolate ofertado renova a fé e a esperança das crianças com a cura e com dias melhores”.

O CECAN- Centro do Câncer da Santa Casa também se movimentou para refletir sobre a data, na quinta-feira, 28. “A Páscoa simboliza a esperança de vida na Ressureição de Jesus Cristo e, como o chocolate carrega um significado de amor, amizade e renovação, decidimos ofertar chocolate como forma de carinho aos nossos funcionários e pacientes nesta data tão especial”, disse a nutricionista da unidade oncológica, Pedrita Morato Scarazatti Soave.

Quem também aderiu à proposta de comemorar a data foi a Unidade de Hemodiálise do Hospital que, nesta sexta e sábado, dias 29 e 30, entregará aos pacientes lembrancinhas de chocolate confeccionadas pelos próprios funcionários, nos três turnos de tratamento. A enfermeira Mileni Mussato revela que a Unidade também promoverá bingo de chocolate e café da manhã especial oferecido aos pacientes pela Santa

Casa. “Isso alegria o ambiente e transforma o dia de todos, sejam eles pacientes, médicos ou funcionários”, disse.

Ainda no dia 29, Maira Lucia Casagrande, da Capelania Evangélica, também estará na Pediatria do SUS, a partir das 15 horas, para a distribuição de chocolates. No dia 30, a unidade recebe a visita de Ana Paula Cunha, às 16 horas, para a distribuição de 70 kits de ovos de Páscoa nas pediatrias do Hospital.

A mobilização prossegue até hoje, 31, quando Joyce Scarpari Gomes Berno, acompanhada de seu esposo Reginaldo, de sua mãe Neuza e da enteada Emanuelli, promoverão a entrega de ovos de páscoa para as crianças internadas pelo SUS. “Este é quarto ano consecutivo que eles nos proporcionam este momento tão especial, em que a ansiedade da internação cede espaço para a magia e encanto da Páscoa. Ratificamos a ela toda nossa gratidão”, considerou a administradora Vanda Petean lembrando que, neste dia, será ofertado aos pacientes um delicioso bolo de chocolate preparado com carinho especial pelo Serviço de Nutrição e Dietética do Hospital.

APRESENTADORES: @armandinho @romazinho @esantoferrico @flavioev @paulozabi e produção: @paulozabi

UM PODCAST FEITO POR XVZISTAS PRA FALAR DO XV. INSCREVA-SE EM NOSSO CANAL DO YOUTUBE.

LIVE SEGUNDA-FEIRA AS 11H

@PODXVPIRA

ACCESSE NOS REDES

JP NEWS
PIRACICABA - 99,5 FM

OUÇA A MELHOR PROGRAMAÇÃO NO SEU CELULAR

Baixe agora mesmo o app da JP News Piracicaba

Google Play App Store

Unimed Piracicaba renova parceria com Fundo Social

Em dez anos, Cooperativa já repassou mais de 500 mil fraldas geriátricas

Foto: Juliano Fantazia



A primeira-dama e presidente do Fussp (Fundo Social de Solidariedade de Piracicaba), Andréa Almeida, junto ao presidente da Cooperativa, Carlos Joussef, durante a renovação da parceria

“Essa doação não apenas atende a uma necessidade básica, mas também reflete os valores de responsabilidade social e solidariedade que são fundamentais para a Unimed Piracicaba e outras organizações comprometidas com o desenvolvimento sustentável”

Juliano Fantazia

Na tarde da última quinta-feira (27/03), a diretoria da Unimed Piracicaba recebeu a primeira-dama e presidente do Fussp (Fundo Social de Solidariedade de Piracicaba), Andréa Almeida, para a renovação da parceria, que estabelece a doação de 72 mil fraldas geriátricas em 2024 para famílias carentes da cidade. Há dez anos, o acordo já repassou mais de 500 mil unidades.

Para o presidente da Cooperativa, Carlos Joussef, a iniciativa representa o compromisso da Instituição com os piracicabanos. “Essa doação não apenas atende a uma necessidade básica, mas também reflete os valores de responsabilidade social e solidariedade que são fundamentais para a Unimed Piracicaba e outras organizações comprometidas com o desenvolvimento sustentável”, disse.

O dirigente relembra que, desde o início de sua gestão em 2012, retribui à comunidade a confiança que depositam na marca. “A cidade sempre nos apoiou. Por isso, nada mais justo que compartilhar esse respeito por meio de iniciativas sociais que contribuam com todos. Já fizemos muito e queremos fazer mais por Piracicaba. Doar é um ato de felicidade”.

De acordo com Andréa, a parceria é positiva e acontece num momento importante, já que é cada vez maior a quantidade de dependentes do item. “Muitas famílias nos pedem doação de fraldas porque é um produto muito caro. Elas não têm condições de comprar todos os dias”.

A primeira-dama contou ainda que as pessoas que dependem das fraldas usam, em média, de quatro a cinco por dia. “Essa doação que a Unimed faz há anos é importantíssima e deve continuar dando certo por muito tempo, principalmente, para as famílias cadastradas no CRAS (Centro de Referência da Assistência Social). Agradeço demais a Unimed Piracicaba por mais este auxílio”, finalizou.

Pira Sem Fome

Após doação pontual na pandemia, a Unimed Piracicaba se uniu, mais uma vez, ao Fussp, em março do ano passado, para participar do projeto Pira Sem Fome como uma das empresas parceiras da iniciativa. Desde março de 2023, a Instituição vem repassando cem cestas por mês, pesando 23 quilos cada. Até hoje, 1.200 famílias em situação de vulnerabilidade social foram beneficiadas com a ajuda da cooperativa médica.

Alunos do Colégio Atlântico doam chocolates para crianças

Iniciativa faz parte das atividades da disciplina de Empreendedorismo



Esta semana, alunos do colégio Atlântico protagonizaram um momento de amor e generosidade ao entregarem mais de 300 caixinhas de chocolate BIS para crianças que cursam o ensino fundamental I, na Escola Estadual Jaçanã Altair Pereira Guerrini, na Vila Independência. Coordenada pelo professor de Empreendedorismo Juliano Fantazia, a ação também beneficiou 310 estudantes da Escola Estadual Dom Aniger Francisco de Maria Melillo, no Bosques do Lenheiro, e 80 idosos do Lar Betel.

“Acreditamos no poder transformador da solidariedade e do amor ao próximo. Há 25 anos, incentivamos nossos estudantes a praticar o bem. E, mais uma vez, eles nos surpreenderam com tanto chocolate arrecadado. Quanto orgulho desses alunos”, disse Rosângela Camolese, mantenedora da unidade de ensino.

Este ano, a iniciativa foi liderada pelos alunos do 2º ano do Ensino Médio, que se dedicaram, nos últimos dez dias, à campanha interna Páscoa Solidária, angariando chocolates, além de demonstrar o compromisso com a solidariedade e o bem-estar da comunidade carente.

Emanuele Jurado, uma das alunas engajadas na arrecadação, se emocionou durante a entrega e já programa participar de outras ações voluntárias desenvolvidas pelo colégio. “Meu coração se encheu de alegria. As crianças foram muito carinhosas. Nunca me senti tão acolhida, tão abraçada por elas”, revelou a adolescente.

Num gesto de gratidão, a diretora da escola estadual, Andréa de Negri Bello, assim que recebeu a notícia da visita dos jovens, preparou uma festa com apresentações musicais preparadas pelas crianças. “Os estudantes do Atlântico não esquecem da gente e toda Páscoa nos emocionam ao entregar chocolates aqueles que, muitas vezes, não têm em casa. Tenho certeza de que, hoje, foi um dia especial para nossa turminha”, finalizou.



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



Escola de Negócios da Acipi recebe, até dia 15, inscrições para vestibular da Faculdade do Comércio

Foto: Divulgação



Até o dia 15 de abril, estão abertas as inscrições para o vestibular 2024 1.2 do Polo FAC Faculdade do Comércio da Escola de Negócios da Acipi

“Definimos nossos cursos sempre com foco nos profissionais interessados em impulsionar suas carreiras...”

A Escola de Negócios da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba) recebe, até o dia 15 de abril, inscrições para o vestibular 2024 1.2 do Polo FAC (Faculdade do Comércio). Essa é a segunda e última oportunidade para os interessados que desejam iniciar a graduação e pós-graduação ainda no primeiro semestre deste ano. As inscrições devem ser realizadas exclusivamente no site escoladenegociosacipi.com.br

Os cursos de graduação e pós graduação são oferecidos na modalidade EAD (Educação a Distância) e contam com nota máxima no MEC. Entre as opções de graduação estão Análise e Desenvolvimento de sistemas; Ciências contábeis; Gestão comercial; Gestão em logística; Gestão em Recursos Humanos; Sistemas para internet; Comércio exterior; Gestão financeira e Gestão em Marketing. Para quem deseja cursar uma pós-graduação, estão disponíveis os cursos de Comércio Exterior e Negócios Internacionais; Gestão de Projetos; Gestão Estratégica de Negócios; Gestão Financeira e Controladoria; Gestão Estratégica de Pessoas e Liderança; Logística Empresarial Estratégica e Negócios e Marketing Digital.

De acordo com o diretor da Escola de Negócios, Thiago Salgado, a Acipi entende que empresas capacitadas são mais fortes e com maiores chances de buscarem oportunidades de crescimento tanto de suas equipes quanto no segmento de atuação. “Definimos nossos cursos sempre com foco nos profissionais interessados em impulsionar suas carreiras. E, também, no fortalecimento das empresas. Acreditamos na importân-

cia de desenvolver pessoas para fortalecer empresas e ajudar a construir uma sociedade melhor”, comenta o diretor da Acipi.

Sobre a Acipi Escola de Negócios - A Acipi Escola de Negócios prepara os profissionais para enfrentarem os desafios do mercado de trabalho desde 2012, por meio da qualificação profissional e da educação corporativa. Vinculada à Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba), produz e socializa conhecimento inovador, focado nas necessidades do mundo empresarial, que está cada vez mais competitivo, complexo, inovador e globalizado. É a frente de capacitação profissional da Acipi focada nas necessidades do mundo empresarial.

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

Alex Madureira recebe Associação Comercial e Industrial Brasil Coreia do Sul

Representante da ACIBC, Roberto Cho esteve na Alesp

Foto de Aldo Guimarães



Roberto Cho, André do Prado e Alex Madureira

Em pauta sobre relações internacionais, o deputado Alex Madureira recebeu na tarde da última terça-feira (26) o representante institucional da Associação Comercial e Industrial Brasil Coreia do Sul (ACIBC), Roberto Cho. O encontro foi acompanhado do presidente da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo (Alesp).

“Foi um encontro muito profícuo, quando então discutimos as oportunidades de cooperação entre nosso Estado e a Coreia do Sul, um dos principais parceiros comerciais e tecnológicos do Brasil”, afirmou Alex Madureira.

“O Estado de São Paulo e a Coreia do Sul possuem um enorme potencial para cooperação mútua. Ambas as partes estão interessadas em ampliar as oportunidades de colaboração e estamos empenhados em construir as pontes necessárias para tornar isso possível”, disse Cho após o encontro.

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

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

SOB MEDIDA
FÁBRICA DE BOTAS E CALÇADOS

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

CONCERTOS
SOB MEDIDA
MALUSA CALÇADOS

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

Malusá
CALÇADOS
CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS

SERVIÇO:

Acipi Escola de Negócios - Inscrições Vestibular 2024-2

Público-alvo:

- Alunos: oportunidade de impulsionar carreira

- Empresas: terem um time altamente capacitado com temas atuais e relevantes para mercado

Até 15 de abril

Mensalidades fixas, a partir de R\$ 145,00

Mais informações:

(19) 9.7147-9611

Deputada Bebel lidera movimento estadual contra corte de R\$ 10 bilhões da educação

PEC 09 está na Comissão de Justiça da Alesp, aonde educadores, alunos, pais e lideranças tem feito manifestações contrárias à propositura



A deputada estadual Professora Bebel comemora a não aprovação da PEC 09 na Comissão de Constituição, Justiça e Redação da Alesp

“...Menos investimento em educação significa menos desenvolvimento econômico, cultural, menos pesquisa, menor produção científica e tecnológica e, no limite, o comprometimento da soberania nacional no cenário mundial. Esta campanha é contra tudo isso”

Vanderlei Zampaulo

Uma das principais lideranças da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, a deputada estadual piracicabana Professora Bebel (PT) tem liderado o movimento contrário à aprovação da PEC 09/2023, do governador do Estado de São Paulo, Tarcísio de Freitas, que reduz de 30% para 25% o percentual da educação estadual, o que significa corte de R\$ 10 bilhões para a área. Nesta semana, mais uma vez, liderados pela Apeoesp e com apoio da deputada Professora Bebel, estudantes, pais de alunos e lideranças de diversas partes do Estado de São Paulo estiveram na Assembleia Legislativa para pressionar a Comissão de Constituição, Justiça e Redação a não dar parecer favorável à propositura, mas por falta de quórum a PEC não foi colocada em apreciação, para alegria dos manifestantes.

A deputada Professora Bebel, segunda presidenta da Apeoesp, destaca que a luta contra o corte de recursos da educação não é à toa, mas porque faltam verbas para a área, tanto que muitas escolas não têm estrutura adequada e ou precisam de reformas e o governo estadual não destina recursos os recursos necessários. “Tão é verdade isso que nós, deputados estaduais, temos destinados emendas parlamentares voltadas à reformas e adequações nos prédios escolares. Em Piracicaba, por exemplo, já destinei mais de R\$ 2 milhões para este fim, beneficiando as escolas Professora Abigail de Azevedo Grillo, Jerônimo Gallo, José Romão, Eudir Scarpari, Dario Brasil, Affonso José Fioravante, Olívia Bianco e Felipe Cardoso”, conta.

Além da falta de recursos para a melhoria dos prédios escolares, Bebel cobra reajuste salarial e valorização dos professores da rede

estadual de ensino, que tem data-base em primeiro de março e até agora o governador Tarcísio de Freitas não sinalizou com nenhuma proposta para a categoria. O governador sempre alega falta de recursos e não cumpre o piso nacional do magistério, enquanto isso propõe cortar recursos da educação. “Esse governo não quer a melhoria da escola pública, aonde estudam os filhos e filhas da classe trabalhadora, e é contra isso que estamos lutando e mobilizando a sociedade paulista, obstruindo a votação desta PEC, para a qual terá que ter uma ampla maioria de votos para ser aprovada”, destaca.

Além de querer cortar R\$ 10 bilhões anuais do orçamento destinado à educação, a deputada Professora Bebel ressalta que o Estado de São Paulo perdeu R\$ 3,6 bilhões relativos ao VAAR (Valor-Aluno-Ano-Resultado), previsto no FUNDEB para Estados e Municípios, que reduzem desigualdades educacionais, pelo descaso com que a educação pública vem sendo tratada no Estado há anos. E também perde mais R\$ 3 bilhões do salário educação, conforme interpretação do STF. Isso



A deputada Professora Bebel na Comissão de Constituição, Justiça e Redação da Alesp, que não conseguiu quórum para apreciar a PEC do governador

significa R\$ 16,6 bilhões a menos, recurso que muito faltará para a educação.

De acordo com a deputada Bebel, o próprio Conselho Estadual de Saúde tirou nota em apoio à luta contra a retirada de recursos da educação, conforme propõe o governador Tarcísio de Freitas. Na nota, o Conselho Estadual de Saúde diz que: “Queremos as verbas constitucionais sem atrapalhar as demais políticas públicas, porque isso será muito prejudicial para a própria população paulista”.

Abaixo-assinado -- Outra ação desencadeada para tentar barrar o corte de recursos da educação proposta pelo governo estadual está sendo desenvolvida pela Apeoesp, que coleta assinaturas em todo Estado de São Paulo para apresentação de uma PEC de iniciativa popular. De acordo com Bebel, por se tratar de uma PEC de iniciativa popular, e não de um abaixo-assinado comum, é necessário que cada pessoa informe o número de

seu título de eleitor, sem o que a assinatura não terá validade.

Para a Professora Bebel, é necessário que toda sociedade paulista se envolva nesta campanha, uma vez que caso esse corte se concretize, todos perdem. “Perdem os estudantes da educação básica e do ensino superior, os professores e os demais profissionais da educação. Perdem as famílias, perde o Brasil. Menos investimento em educação significa menos desenvolvimento econômico, cultural, menos pesquisa, menor produção científica e tecnológica e, no limite, o comprometimento da soberania nacional no cenário mundial. Esta campanha é contra tudo isso”, destaca a parlamentar, apelando à população para que assine esses abaixo-assinados, tanto em seu gabinete, na rua Governador Pedro de Toledo, 1765, assim como na subsele da Apeoesp em Piracicaba e com apoiadores que estão na Praça José Bonifácio e em bairros da cidade.

ELITE
Pizzaria

O VERDADEIRO SABOR DA PIZZA

3426.2777
3426.4777

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

Como compreender e tratar o transtorno afetivo bipolar

Entender a bipolaridade e receber apoio adequado são fundamentais para lidar com os desafios e manter uma vida produtiva

O transtorno afetivo bipolar afeta milhões de pessoas em todo o mundo e é dividido em três tipos principais, segundo explica Leonardo Faza Tostes, clínico geral cursando pós-graduação em psiquiatria, do Santa Casa Saúde Piracicaba.

“O Bipolar tipo I é caracterizado por episódios maníacos, frequentemente acompanhados por períodos depressivos intensos. Já o tipo II envolve episódios de hipomania e depressão, enquanto a Ciclotimia apresenta flutuações de humor mais leves. Esses tipos variam em intensidade e duração, afetando profundamente a vida diária dos indivíduos”, explica.

Os sintomas do transtorno bipolar, de acordo com Leonardo, são multifacetados e podem incluir episódios de euforia intensa ou depressão profunda. “Durante os episódios maníacos, os indivíduos podem experimentar aumento de energia, humor elevado, impulsividade e, em casos graves, sintomas psicóticos. Por outro lado, os episódios depressivos são caracterizados por tristeza, perda de interesse, fadiga e pensamentos suicidas”, descreve Leonardo.

“A origem do transtorno bipolar é complexa, envolve fatores genéticos, bioquímicos, ambientais e psicológicos”, revela o médico. De acordo com ele, histórico familiar, desequilíbrios neuroquímicos e eventos estressantes também podem desencadear episódios. “No entanto, a presença desses fatores não garante o desenvolvimento do transtorno, o que denota a complexa interação entre predisposição genética e influências ambientais”.

O médico explica que o diagnóstico do transtorno bipolar é clínico e baseado na avaliação detalhada dos sintomas e histórico médico. “Exames físicos e laboratoriais são úteis para descartar condições médicas semelhantes, enquanto que entrevistas detalhadas ajudam a diferenciar o transtorno de outras condições”.

Segundo ele, o tratamento do transtorno bipolar é abrangente e inclui medicamentos, terapia psicológica e apoio psicossocial. “Neste cenário, estabilizadores de humor, como o lítio, são frequentemente prescritos para controlar os sintomas, juntamente com terapias cognitivo-comportamentais para desenvolver estratégias de enfrentamento”.



Foto: Marcelo Germano

Leonardo Faza Tostes, clínico geral cursando pós-graduação em psiquiatria, do Santa Casa Saúde Piracicaba

salienta o médico.

De acordo com ele, a partir da interação medicamentosa, é necessário gerenciar os efeitos colaterais, pois eles podem variar de sede excessiva a ganho de peso. “As consultas regulares ao psiquiatra são essenciais para monitorar a eficácia do tratamento e ajustar a medicação conforme necessário”, alerta.

O médico aponta também a importância de compreender a condição para que o indivíduo possa receber o apoio adequado, tão fundamental para lidar com os desafios e manter uma vida produtiva. “Viver com transtorno bipolar pode ser desafiador, afetando relacionamentos, trabalho e saúde física, de forma que prevenir episódios de mania e depressão torna-se fundamental”, considerou dr. Leonardo Tostes, alertando que a situação requer adesão ao tratamento, autoconhecimento e um estilo de vida saudável.

Para isso, segundo ele, é preciso seguir o plano de tratamento, manter uma rotina regular e evitar substâncias prejudiciais para a boa gestão da bipolaridade. Outro ponto essencial é abordar amigos e familiares sobre o transtorno bipolar, pois o enfrentamento requer sensibilidade e preparação. “Educar os outros sobre esta condição e estabelecer limites claros são fundamentais para obter o apoio necessário”, afirmou Tostes.

Ele ressalta que embora o transtorno bipolar seja uma condição crônica, com o tratamento adequado e apoio necessário, os indivíduos podem gerenciar eficazmente seus sintomas e levar uma vida significativa e produtiva.

“As consultas regulares ao psiquiatra são essenciais para monitorar a eficácia do tratamento e ajustar a medicação conforme necessário”

Lei do Cordão de Girassol beneficia pessoas com ostomia, colite ulcerosa e Doença de Crohn

O acessório é símbolo de identificação e apoio para pessoas com deficiências ocultas

O uso do Cordão de Girassol é uma forma de identificação para pessoas com deficiências ocultas. Criada através de uma iniciativa no Reino Unido, em 2016, a ideia chegou ao Brasil e virou Lei - 14.624/2023. Sancionada sem vetos, ela trata do uso do cordão para identificar pessoas com alguma deficiência oculta não vista de imediato.

Na busca por conscientização e compreensão das realidades enfrentadas por pessoas com condições como ostomia, retocolite ulcerativa e doença de Crohn, o Cordão de Girassol se torna um símbolo discreto e útil.

Essas condições, que afetam diretamente a saúde gastrointestinal, podem trazer desafios emocionais e sociais - não apenas nos sintomas físicos, mas também na incompreensão social sobre as necessidades associadas a elas.

Um dos principais sintomas da doença de Crohn são a cólica abdominal e a diarreia, que podem começar de forma súbita ou gradual. Pessoas com ostomia, por sua vez, enfrentam o desafio de lidar com a necessidade de uma bolsa externa para a eliminação de resíduos corporais.

“Essa bolsa precisa ser esvaziada ou corre o risco de vazar. Então, é excelente que o ostomizado ou quem tem Crohn possa usar um serviço preferencial sem precisar expor essa condição, apenas utilizando um acessório indicativo”, comenta Thiago Moreschi, CEO da Vuelo Pharma, marca dedicada ao desenvolvimento de produtos para esses grupos.

O estigma em torno de condições como a ostomia muitas vezes resulta em um sofrimento silencioso. Por isso a conscientização e a educação são vitais para romper o ciclo de desconhecimento e preconceito.

Campanhas e iniciativas como o uso do Cordão de Girassol buscam informar o público e desempenham um papel crucial em eliminar os estigmas e permitir que quem vive com essas condições se sinta compreendido e apoiado.

“É fundamental entender que as batalhas enfrentadas por pessoas com ostomia, retocolite ulcerativa, doença de Crohn e outras deficiências ocultas vão além dos aspectos médicos e físicos”, frisa o CEO da Vuelo.

Ele acredita que o uso do Cordão de Girassol vai proporcionar mais autonomia, segurança e qualidade de vida para quem convive com doenças ocultas. É importante destacar que, conforme a PL, o uso do cordão é opcional e não substitui a apresentação do documento comprobatório de deficiência, quando solicitado. Assim como nenhum direito ou dever do cidadão está condicionado ao acessório.



Foto: Agência Senado

O acessório é símbolo de identificação e apoio para pessoas com deficiências ocultas

Escuna
Happy Hour

Todos os dias das 16:00 às 02:00

Item	Preço
COPÃO EM DOBRO (02 COPÃO 500ml COPO DESCARTÁVEL)	15,99
TORRE EM DOBRO (02 TORRES 2,5L. C/ CREME)	89,90

Imagens de copos de cerveja com preços individuais: 87.3, 87.4, 87.45, 87.15, 87.2, 87.1, 87.40, 87.58, 986.1, 986.2, 986.3, 986.4

Fisioterapia e Ergonomia

Articulação Temporomandibular



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

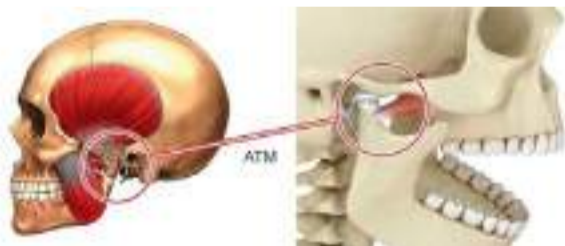
Definição

A articulação temporomandibular (ATM) é a articulação que une a mandíbula ao crânio na região anterior à orelha. Alterações da oclusão (mordida) podem levar a um quadro de disfunção de ATM com consequentes dores e estalos ao mastigar e falar. Ela é a articulação que permite o movimento de abrir e fechar a boca, engolir, falar. Existem duas ATMs: uma do lado direito e outra do lado esquerdo, em frente a cada ouvido. Cada vez que se fala, mastiga ou deglute, a ATM se movimenta.

Para que se tenha ideia da importância desta patologia, cerca de 50% dos casos de cefaleia (dor de cabeça) crônica são provenientes de disfunção da ATM.

Através de placas de mordida, aparelhos ortodônticos, medicação, cirurgia e reabilitação protética, conforme o caso, nossa clínica oferece o que há de melhor no tratamento da disfunção da articulação temporomandibular.

A disfunção temporomandibular é o nome dado a alterações ocorridas nas articulações mandibulares e nos músculos da mandíbula. O paciente que possuir tais alterações de ATM pode ter **dores faciais e de cabeça**.



Causas

Vícios do dia a dia são muito frequentes, como o bruxismo ou a pressão entre os dentes, o que pode acarretar uma tensão muscular e consequentemente na disfunção.

Pacientes que têm uma má oclusão da mordida, onde as arcadas dentárias não se encaixam de maneira uniforme, tendem a ranger os dentes de forma inconsciente e a desenvolverem a disfunção. O inverso também pode ocorrer, visto que alterações faciais podem provocar a DTM e, consequentemente, o bruxismo.

Outras causas também podem vir de alterações emocionais, como o estresse, ou devido à falta de

manutenção de aparelhos ortodônticos, que são utilizados durante muito tempo sem o acompanhamento de um profissional. Há casos específicos onde o paciente já nasce com uma disfunção temporomandibular por conta de má formação dentária durante a infância, no entanto, os casos mais recorrentes se dão por vícios diários do paciente.

Sintomas:

- ✓ Dor facial;
- ✓ Dor mandibular;
- ✓ Dor no pescoço, ombro e/ou costas;
- ✓ Dor nas articulações ou face, ao abrir ou fechar a boca (bocejar ou mastigar);
- ✓ Enxaquecas (tipo tensão);
- ✓ Inchaço ao lado da boca e/ou da face;
- ✓ Mordida que sente incômoda, "fora de lugar" ou como se estivesse mudando continuamente;
- ✓ Abertura limitada ou inabilidade para abrir a boca confortavelmente;
- ✓ Desvio da mandíbula para um lado;
- ✓ Travamento ao abrir ou fechar a boca;
- ✓ Ruídos articulares e dor de ouvido;
- ✓ Surdez momentânea;
- ✓ Vertigem ou zumbido;
- ✓ Ouvido tampado;
- ✓ Perturbações visuais.

Estes sintomas ocorrem especialmente, quando o quadro já está mais acentuado e há uma compressão dos nervos da mandíbula, que estão ligados ao sistema nervoso central.

Portanto, o diagnóstico é o diferencial para um tratamento adequado da disfunção de ATM, seja através de terapias conservadoras ou através do uso de técnicas cirúrgicas em quadros mais severos.

Diagnóstico

O diagnóstico da disfunção temporomandibular deve ser feito por um ortodontista, que irá avaliar os sintomas característicos da condição, além de conversar com o paciente para entender seu histórico. Exames radiográficos também podem ser solicitados durante a consulta de avaliação, uma vez que será possível visualizar a disfunção de maneira mais precisa.

Tratamento

O uso da placa de mordida, também chamada de 'splint' é uma das medidas que auxiliam no combate da ação de ranger os dentes. Com o uso deste aparelho individualizado, é possível promover o encaixe uniforme entre as arcadas

dentárias, impedindo que o paciente mantenha este ato.



Medicamentos anti-inflamatórios e relaxantes musculares são medidas que aliviam os incômodos do paciente, descomprimindo a articulação temporomandibular. Lembrando que todo medicamento deve ser prescrito pelo seu dentista.

A toxina botulínica também é uma das formas de tratamento da DTM, visto que a substância aplicada auxilia no relaxamento muscular e alivia a tensão dos nervos na região do maxilar. Nos quadros mais graves, a intervenção cirúrgica pode se fazer necessária.

Fisioterapia na ATM

O objetivo da fisioterapia é de restabelecer as funções perdidas e prevenir recidivas, promover mudança de comportamento, aumentando assim sua qualidade de vida. Utilizando técnicas combinadas como: RPG, mobilizações articulares, terapia manual, liberação global da ATM, relaxamento, técnicas orais, bandagem funcional, eletroterapia, cinesioterapia, acupuntura, etc.

Os objetivos do tratamento são:

- ✓ Reduzir a dor;
- ✓ Restabelecer função mandibular confortável;
- ✓ Limitar a recorrência da dor;
- ✓ Restabelecer o padrão de vida normal, o mais rapidamente possível.

A Fisioterapia atua com o objetivo de restaurar ou manter a função da articulação comprometida e dos sistemas neuromusculares adjacentes visando harmonizar tais sistemas. O objetivo maior do fisioterapeuta deve ser o alívio dos sintomas e o reestabelecimento da função normal do aparelho mastigatório. Para alcançar melhores resultados, o profissional pode elaborar um plano fisioterapêutico alinhado com o paciente.

Para isso, faz uso de uma avaliação precisa, englobando o indivíduo como todo, mas focando-se principalmente na ATM, coluna cervical e cintura escapular. No tratamento utiliza técnicas de terapia manual, cinesioterapia e eletroterapia, buscando sempre uma melhor harmonia articular e neuromuscular do sistema crânio-cervico-mandibular.

A fisioterapia é capaz de reduzir a inflamação e a dor local, além de reeducar o músculo e a articulação para reduzir alterações de movimento.

Uma mudança na posição da cabeça provocada pela contração dos músculos cervicais, muda conseqüentemente, a posição mandibular. Essas mudanças afetam também a oclusão e os músculos mastigatórios e estes, por sua vez, afetam a ATM.

Benefícios da Fisioterapia:

- ✓ Redução e melhora do controle da dor;
- ✓ Melhora da oclusão;
- ✓ Relaxamento da musculatura cervical;
- ✓ Melhora do controle postural.



Dicas importantes

- ✓ Se feitos em demasia, hábitos como mastigar chiclete, roer unhas e morder a ponta de canetas fazem com que a DTM se desenvolva. É bom evitá-los;
- ✓ Alguns ruídos ocorridos durante os movimentos mandibulares, chamados de estalidos e crepitações, não significam necessariamente uma disfunção que exija tratamento;
- ✓ DTM pode ocasionar cefaleia ou agravar quadros de enxaqueca, o que exige um diagnóstico

preciso para a diferenciação e o tratamento correto.

Cirurgia

A cirurgia através da artroscopia também pode ser realizada para tratamento de disfunções da ATM. Por meio de uma pequena câmera e guiado por um monitor, é possível reposicionar o disco na região da articulação mandibular para restabelecer as funções na área e remover o tecido inflamado.

Cirurgia bucomaxilofacial

Cirurgias abertas são mais raras, porém eventualmente são necessárias quando as alterações da ATM são mais graves.

É possível prevenir a disfunção de ATM?

A prevenção se dá através do tratamento prematuro para esta condição. Caso o paciente apresente dores de cabeça recorrentes ou até mesmo zumbidos no ouvido, o ideal é procurar o acompanhamento de um ortodontista especializado para avaliação.

Através da especialidade da odontologia preventiva, é possível identificar uma série de problemas que podem vir a acometer a saúde bucal de maneira mais severa no futuro.

A prevenção é o melhor caminho!

Cuide-se, seu corpo agradece!

A POLIBRASIL É O PORTAL PARA O SEU FUTURO!



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!

NOVO CURSO → E INOVA:

Com nosso novo **Curso de Análise de Dados** você aprende Excel, Power BI, IA e Dashboard! É o caminho para uma carreira de sucesso!

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

RUA MORAES BARROS, 422 - CENTRO, PIRACICABA - SP



SindBan e Faculdade Anhanguera reafirmam parceria educacional para ampliar qualificação profissional

Presidente do SindBan se reúne com representantes da Faculdade Anhanguera para discutir parcerias

“Quando a sociedade como um todo está bem, todos se beneficiam, daí a importância de proporcionar oportunidades a todos, permitindo que possam estudar, se qualificar e aprimorar seus conhecimentos”



Foto: Divulgação

Reunião para discutir parcerias

Na última terça-feira, dia 26, o presidente do Sindicato dos Bancários de Piracicaba e região (SindBan), Paiva, juntamente com sua assessora Gabrieli Menegati Vidal, realizou uma reunião com representantes da Faculdade Anhanguera com o propósito de discutir parcerias. O foco é aprimorar a formação e qualificação de bancários e seus dependentes, contemplando também descontos nas mensalidades.

Durante o encontro, as consultoras comerciais Roseli Rodrigues, Susane Lício e Elaine Diehl visitaram as novas instalações do Sindban e apresentaram as opções de estudo e outros serviços oferecidos pela Faculdade Anhanguera.

Durante a reunião, também foram abordadas outras possíveis parcerias, como o uso de espaços para realização de palestras, seminários e eventos diversos. A

equipe comercial da Faculdade Anhanguera expressou disposição em permitir que profissionais da instituição ofereçam palestras sobre temas relevantes para o SindBan e seus associados.

Além disso, uma novidade em discussão é a avaliação conjunta entre a Faculdade Anhanguera e o SindBan sobre a viabilidade de introduzir novos cursos para atender às necessidades específicas dos bancários.

O presidente do SindBan destacou que a organização está constantemente buscando parcerias para atender da melhor maneira possível seus associados e a comunidade em geral. Ele ressaltou que, “quando a sociedade como um todo está bem, todos se beneficiam, daí a importância de proporcionar oportunidades a todos, permitindo que possam estudar, se qualificar e aprimorar seus conhecimentos”, concluiu Paiva.

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

Combater a dengue é responsabilidade de todos nós, cidadãos



José Antonio Fernandes Paiva
Sindicato dos Bancários
de Piracicaba e região

Todos sabemos que, a dengue é uma doença febril transmitida aos seres humanos pelas fêmeas dos mosquitos *Aedes aegypti* e está presente em pelo menos 129 países, incluindo 22 na Europa. Nas últimas décadas, a ocorrência de dengue e outras doenças causadas por vírus transmitidos por mosquitos em várias regiões do mundo, aumentou significativamente. Em 2023, observaram-se surtos da doença em países, como o Brasil, que registrou mais de 75% de todos os casos nas Américas.

Em Piracicaba, até o momento temos registrados cerca de 3370 casos, mais de 10 mil notificações e dois óbitos, não sendo possível estimar as subnotificações, que é quando a pessoa diante dos sintomas, não procura os postos de saúde, reduzindo os registros oficiais da doença, as chances de combate ao mosquito e aos focos da doença, o que implica em mais riscos para a saúde dos cidadãos.

Um agravante nesse cenário, são as crises climáticas, cruciais para o aumento da incidência de dengue e outras arboviroses, como Chikungunya e Zika, já que as altas temperaturas podem estimular a eclosão dos ovos e acelerar o ciclo de vida das larvas dos mosquitos, reduzindo o tempo para que atinjam a fase adulta e comecem a se reproduzir.

Em ambientes mais quentes, a distribuição dos mosquitos é alterada tanto temporal quanto espacialmente. As temperaturas mais elevadas promovem a sobrevivência dos insetos para além das estações do ano que normalmente são mais quentes. As condições climáticas extremas, podem resultar no aumento das populações de mosquitos *Aedes*, porque esses eventos criam poças de água parada, que são necessárias para a reprodução desses insetos. Mas, a seca também representa um perigo, pois durante esses períodos as pessoas tendem a armazenar água em recipientes que podem se tornar criadouros, aumentando assim o número de focos do mosquito.

Uma estratégia adotada pelo mosquito *Aedes aegypti* para aumentar o número de focos é a postura segmentada de ovos pela fêmea, que os distribui em diferentes locais ao longo do tempo. Assim, a presença de recipientes, vasos e outros objetos que acumulem água no ambiente eleva as chances de novos focos se desenvolverem. As fêmeas têm o hábito de picar preferencialmente nas primeiras horas da manhã e no final da tarde, embora tenham desenvolvido estratégias para picar em novos horários devido às mudanças nos padrões de comportamento humano. Quando não encontram hospedeiros nos momentos habituais, começam a picar à noite.

Embora a vacina contra a dengue tenha sido integrada ao Sistema Único de Saúde (SUS), sua proteção se restringe ao vírus da dengue e não engloba outros vírus transmitidos pelo mesmo mosquito. Além disso, está disponível apenas para crianças entre 10 e 14 anos. A estratégia mais eficaz de prevenção continua sendo a eliminação dos locais de reprodução do mosquito, uma vez que mais de 75% dos focos estão dentro das residências, tornando a eliminação desses criadouros uma responsabilidade individual de cada cidadão.

E, por fim, é indispensável que o poder público intensifique as ações educativas sobre a necessidade de evitar os criadouros. Além disso, o SindBan vai propor ao Instituto Intersindical uma ação educativa envolvendo os sindicatos e as Comissões Internas de Prevenção de Acidentes (CIPAs), o que seria inédito e de grande eficácia, a fim de prevenir a dengue, já que neste momento é tão fundamental quanto prevenir os acidentes de trabalho, pois, todos precisamos de saúde e disposição para trabalhar.

Hyundai é a mais nova patrocinadora da CONMEBOL Libertadores

A CONMEBOL Libertadores é a principal competição de futebol de clubes profissionais da América do Sul desde 1960 e é um dos torneios mais prestigiados do mundo



Alejandro Dominguez, presidente da CONMEBOL, e Chris Lee, diretor de Marketing da Hyundai para as Américas Central e do Sul, celebram o patrocínio da CONMEBOL Libertadores.

“Chegaremos aos fãs apaixonados por futebol de todos os países, desde o Caribe e América Central até à América do Sul, promovendo os valores, produtos e sonhos da nossa marca...”

A Hyundai Motor é a mais nova patrocinadora da principal competição do futebol sul-americano, a CONMEBOL Libertadores. O patrocínio inclui a competição principal e também outros eventos anuais importantes (CONMEBOL Libertadores Sub 20, CONMEBOL Libertadores Futsal, CONMEBOL Libertadores Futsal Feminino e CONMEBOL Libertadores Futebol de Praia), que permitirá à marca chegar a uma multidão de espectadores e promover intensamente os seus valores de Sustentabilidade, Diversidade e Inclusão em toda a América Latina.

“É um momento muito especial para a Hyundai no continente americano”, afirma Chris Lee, diretor de Marketing da Hyundai para as Américas Central e do Sul. “Chegaremos aos

fãs apaixonados por futebol de todos os países, desde o Caribe e América Central até à América do Sul, promovendo os valores, produtos e sonhos da nossa marca. Vamos conectar todos os nossos distribuidores na região, que poderão ativar a marca em nível local e criar sinergias que nenhuma outra competição poderia igualar”, explica Lee.

A parceria entre Hyundai e CONMEBOL é válida até 2026 e inclui, além da presença da

marca em diferentes comunicações visuais dos jogos, a premiação “Melhor Jogador da Partida”, entregue aos atletas em destaque no final de cada jogo. Outras ações, tais como a Fan Zone da Hyundai e exposições e demonstrações exclusivas de veículos, serão anunciadas em breve.

“Estamos orgulhosos de contar com o apoio da Hyundai, uma marca de renome internacional na indústria automotiva que colocou o progresso humano no centro de sua visão estratégica. Esta colaboração representa não apenas uma parceria comercial, mas também um compromisso compartilhado para com o avanço e o bem-estar das comunidades por meio do esporte. O acordo com a Hyundai permite que os fãs de futebol contem com experiências enriquecedoras e emocionantes para se conectarem ainda mais com sua paixão pelo futebol sul-americano” diz Alejandro Dominguez, presidente da CONMEBOL.

A Hyundai tem uma longa história de apoio ao futebol, que começou com a parceria com a FIFA em 1999. Mais recentemente, o foco foi direcio-

nado para promover a visão e as mensagens da marca sobre sustentabilidade, inclusão e diversidade através do futebol. Em 2022, como parceira de sustentabilidade, a Hyundai lançou a sua campanha global “Gol do Século”, compartilhando a ambição da empresa de unir a humanidade por meio do esporte e incentivar o apoio universal a um futuro sustentável. Em 2023, como parceira da Copa do Mundo de Futebol Feminino da FIFA, a Hyundai conectou a história das mulheres no esporte com uma homenagem a jogadoras notáveis.

O patrocínio da CONMEBOL Libertadores contribuirá para aumentar a visibilidade das ações sociais da Hyundai ligadas ao futebol na região, bem como para unir os cerca de 40 mercados em que a marca opera nas Américas Central e do Sul em uma plataforma comum de relacionamento com clientes, torcedores e comunidades locais. As ações e campanhas relacionadas serão comunicadas pela sede regional da Hyundai, a Hyundai Motor Central & South Américas - HMCSA, ao longo do período de patrocínio, 2024 - 2026.

ESTÁ PRECISANDO DE **DEDETIZAÇÃO?**

PARCERIA

LIGUE AGORA!
(19) 99831-7063

multi
APAFLAR

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

Parque dos Laranjais: Loteamento é sucesso de vendas!

Cunha Gonsalves e Frias Neto realizam lançamento exclusivo

“Como agentes de desenvolvimento do mercado imobiliário, trazer para Piracicaba e trabalhar com Lançamentos que exemplificam nosso propósito como imobiliária é imensamente prazeroso...”



Foto: Divulgação

O lançamento foi um sucesso

Com um diverso portfólio de empreendimentos entregues em diferentes cidades do interior de São Paulo e Mato Grosso do Sul, a Cunha Gonsalves Empreendimentos Imobiliários chega a Piracicaba com o loteamento Parque dos Laranjais, que teve seu início de vendas no último sábado, 25, e a coordenação de comercialização é pela Frias Neto Consultoria de Imóveis.

Transformando o Campestre em um bairro com excelente vetorial de valorização, e com lotes residenciais e comerciais, em um projeto urbanístico completo, o Parque dos Laranjais oferece excelentes condições para quem deseja morar bem ou investir. São lotes a partir de 200m²,

com infraestrutura e lazer completo!

“Trabalhar em um lançamento que anda em conjunto com a transformação e desenvolvimento de Piracicaba é uma oportunidade incrível! O Parque dos Laranjais é essencial para que nossa cidade continue crescendo de maneira saudável e expandindo

regiões de grande potencial, afinal, o Campestre é uma região que combina o melhor: áreas verdes, proximidade a comércios e serviços, entre outros.” afirma Marcelo Lemos, gerente geral de Lançamentos na Frias Neto.

O lançamento foi um sucesso e no final de semana o plantão de vendas ficou

cheio! Foram diversas famílias que agora possuem seu lote e também investidores que desejam estabelecer um novo negócio ou diversificar seu portfólio.

“Como agentes de desenvolvimento do mercado imobiliário, trazer para Piracicaba e trabalhar com Lançamentos que exemplificam nosso propósito como imobiliária é imensamente prazeroso. Esperamos que cada vez mais possamos fazer de loteamentos ou empreendimentos com propostas completas o lar de muitas famílias”, completa o diretor presidente da Frias Neto, Angelo Frias Neto.

O plantão de vendas do Parque dos Laranjais está localizado na Avenida Laranjal Paulista, nº 100 e as condições de lançamento estão imperdíveis: parcelas a partir de R\$775 mensais e documentação gratuita.

Para encontrar o lote ideal para você visite o plantão ou converse com um especialista em Lançamentos Frias Neto através do telefone ou **WhatsApp (19) 3372-5000**.

SEU CONDOMÍNIO CONECTADO EM UM SÓ APP



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

(19) 3437.2776

condominios@smdsolucoes.com.br

smd.condominios

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



condominios

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@fqgescan.com.br



A influência dos Línguas De Trapo nas Eleições Municipais

Adolpho Queiroz

As eleições municipais de 2024 aproximam-se. Em 6 de outubro, pouco mais de 300 mil eleitores piracicabanos irão às urnas para escolher um novo prefeito e mais 23 vereadores. Em 27 de outubro, no segundo turno, a cidade definirá quem a governará no período de 2025 a 2028. E o/a nosso/a leitor/a, poderá ser influenciado nas redes sociais (que funcionam como um caldeirão fervente de verdades e inverdades sobre os candidatos), e, para além delas, aliados dos candidatos estarão atuando em ambientes públicos “em alto e bom som”, para que outras pessoas ouçam suas histórias, sempre bem roteirizadas por profissionais especializadas.

Por isso, julgo interessante que todos conheçam este tipo de ação, para não serem enganados, nem nas redes sociais e nem pelas falsas conversas em voz alta que ouvirão, daqui por diante, de inverdades sobre os atores da cena política local. Serão pelo menos seis candidatos a prefeitos e cerca de 300 a vereadores.

O repertório da comunicação em marketing político no Brasil está repleto de histórias onde a comunicação informal teve grande repercussão. Este tipo de atividade, aparentemente inocente, tem, na verdade, prenúncios de uma ação de planejamento estratégico em comunicação muito bem feita e articulada.

A história da propaganda no Brasil dos séculos XV, XVI e XVII, registra que os pregões, os cantores e poetas de feiras livres, os instrumentos musicais como cornetas, câvados e matracas, auxiliaram intensamente os publicitários do período. Bem como os contadores de histórias, os religiosos e marinheiros que quer do ponto de vista ideológico – catequizar indígenas –, quer do ponto de vista comercial, vender insumos agrícolas, tecidos ou ferramentas sertão adentro, utilizavam-se da voz e do argumento para venderem ideias, produtos ou serviços.

Mais recentemente foi concebida a figura do “língua de trapo”, profissional que, a serviço dos candidatos em pleitos eleitorais, é instruído a portar-se de forma dissimulada em ambientes públicos – filas de bancos, mercados municipais, supermercados, barbearias e cabeleireiros, igrejas, táxis e, especialmente, em ônibus.

O papel central desta figura é chamar atenção dos demais integrantes daquele pequeno espaço de convivência, para comentar, sempre em voz alta, texto especialmente concebido para a situação, elaborado via de regra pelos comitês de campanhas eleitorais.

Portanto os “boatos” que surgem nos períodos das campanhas, são fruto do planejamento e da ação estratégica incentivadas pelos próprios candidatos, via aliados ou desafetos.

Há várias histórias sobre o desem-

penho deste tipo de comunicação em campanhas eleitorais. A primeira vez que ouvi falar informalmente no assunto foi durante uma campanha para a Prefeitura de Campinas/SP. Na disputa estavam os deputados Chico Amaral, PP e Célia Leão, PSDB. Com o crescimento da candidata dos “tucanos”, Amaral autorizou seus correligionários a espalharem vários boatos sobre a candidata, informando, através de conversas em ônibus, táxis, filas de bancos, salões de cabeleireiros, entre outros, que a candidata “não era paraplégica”, “que quando chegava em casa saía da cadeira de rodas e andava normalmente”, que “era autoritária e zangava-se sempre com a empregada, com os filhos, o marido”... enfim, histórias que iam se reproduzindo e contribuindo para a construção de uma imagem negativa da candidata. Que perdeu a eleição naquele ano!

Este artigo deve ser compreendido como uma maneira de reconhecer e trazer à tona a discussão sobre como a comunicação política em localidades, devem lidar com fluxos e boatos espontâneos que surgem, muito provavelmente, pela comunicação informal, intencional ou não, mantida nos grupos sociais e propagadas pelos formadores de opinião, levando as pessoas a mudarem sua intenção de voto.

São abordados conhecimentos teóricos a respeito do marketing e da comunicação, bem como da forma como agem na comunicação política e como a comunicação boca a boca está situada nessas duas áreas do conhecimento humano.

A expressão “word mouth” ou “boca a boca” surgiu nos Estados Unidos e foi adotada pelos profissionais americanos da comunicação para designar a divulgação espontânea e informal que as pessoas fazem de um produto ou serviço para outras pessoas. É uma das formas de divulgação mais antiga, já existente mesmo antes da comunicação ter se estruturado como disciplina de marketing.

Os precursores da propaganda oral foram os vendedores que percorriam com suas carroças o velho oeste americano e no Brasil os mascates, que percorriam as localidades interioranas em lombo de burro para vender os mais variados produtos.

Muito tempo antes disso, já existiam indícios da eficácia da comunicação boca a boca em meio à civilização Inca, mesmo antes da chegada dos portugueses e espanhóis ao continente americano. As dimensões do império Inca surpreendem pelas barreiras à locomoção e à comunicação, isso se agravava sobremaneira pela ausência da roda e todos os transportes eram feitos por lhamas ou homens.

A unidade e integração do império Inca residiam na comunicação segura e eficaz que se dava pelos corredores ou carregadores (chascques). Esses corredores cobriam cerca de 72 quilômetros por dia, o



segredo estava no fato de que eles eram treinados desde a mais tenra idade para executarem este tipo de tarefa.

O que deve ser ressaltado é que as informações e comunicados eram verbais, já que não conheciam a escrita, e sempre transmitidas de um corredor para o outro, em itinerários pré-determinados. Corriam até o seu limite físico, dia e noite sem parar, passando as informações para outro corredor descansado, sempre em pontos pré-determinados do caminho que eram as pou-sadas.

Fluxo circular da comunicação boca a boca no marketing político

A proposta de estabelecer um fluxo circular da comunicação boca a boca que complemente o fluxo circular da comunicação passa pela necessidade de crescer ao processo da comunicação boca a boca no marketing político elementos que, embora sejam externos ao processo, interajam e estimulem a propagação da mensagem, atribuindo a ela o efeito multiplicador como uma característica tipicamente da comunicação boca a boca.

Especificamente com relação à proposta estabelecida, de um fluxo circular da comunicação boca a boca no marketing político são utilizadas as ferramentas da comunicação de marketing como forma de estimular a comunicação boca a boca positiva ou minimizar os efeitos e a propagação das mensagens negativas.

A comunicação boca a boca é difícil de ser controlada pelos profissionais de marketing, especificamente, quando a comunicação boca a boca negativa torna-se uma dificuldade de controle ainda maior, pois se propaga com maior velocidade. Assim a identificação da fonte da mensagem é quase que impossível e seu combate ocorre pelas mídias de comunicação de massa que são bastante caras, porém eficazes, quando aplicada no início da propagação da mensagem. O fluxo circular também apresenta os dois graus de exposição dos indivíduos às mensagens, extraídos do fluxo da comunicação em dois tempos mostrando que o indivíduo pode sofrer uma exposição direta à mensagem ou indireta pelo comentário de outras pessoas (formadores de opinião: amigos, parentes e especialistas ou, ainda, pela propagação das informações em rede).

Portanto, a utilização do composto de marketing dentro do processo de comunicação boca a boca deve antes atender à necessidade do estabelecimento de estratégias de marketing e comunicação no contexto do boca-a-boca, a fim de estimulá-la com estratégias pré-con-

cebidas ou de minimiza-la, também nas estratégias e ações estudadas e organizadas de forma coordenada pelos profissionais de marketing.

Estratégias para a elaboração de campanhas de comunicação boca a boca no marketing político

A construção de um modelo de estratégias para a elaboração de campanhas de comunicação boca a boca em períodos eleitorais é de vital importância para que as destinações possam, desde logo, estabelecer o perfil de seu público-alvo e, assim, providenciar modificações estruturais e de adequação na oferta eleitoral e, fundamentalmente, elaborar um plano de marketing voltado ao público especificado e, dessa forma, estabelecer as estratégias de comunicação boca a boca mais eficazes para atingir os objetivos estabelecidos.

Para tanto, sugere-se um modelo constituído de vários passos para sua implementação: Primeiro passo identificar as redes de informação, plotar em um gráfico os “nós” e caminhos prováveis da comunicação, isso deve ser feito com base em pesquisas com os próprios candidatos/clientes. Segundo passo - determinar quais são os principais “nós”, ou seja, aqueles que são compostos por indivíduos com um alto grau de persuasão e credibilidade como amigos ou parentes formadores de opinião, especialistas do setor eleitoral, analistas, jornalistas, políticos, autoridades, celebridades, entre outros. Terceiro passo - estabelecer estratégias de comunicação direta com os “nós”, a fim de alimentá-los com informações atualizadas e em primeira mão, para serem transmitidas aos eleitores piracicabanos em geral. Quarto passo - identificar o meio de comunicação, por meio do qual, o eleitor tomou conhecimento do produto político. Quinto passo - se a comunicação boca a boca obtiver destaque no quarto passo, estimular este tipo de canal de comunicação. Caso obtenha pouco destaque, rever este plano, procurando estimular o boca-a-b-

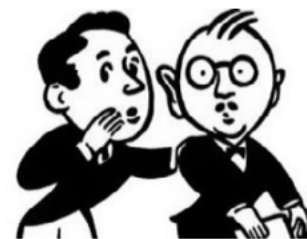
ca entre os eleitores.

Quanto à comunicação boca a boca, pressupõe-se a influência de um indivíduo sobre o outro. Para tanto, o emissor da mensagem deve possuir características como credibilidade e persuasão, tomando-o um formador de opinião diante do relacionamento com outros indivíduos e grupos sociais.

O formador de opinião também se caracteriza por ser um especialista em determinado campo do conhecimento (jornalista, médico, dentista, engenheiro, professor, líder comunitário, entre vários outros) ou, então, pode ser aquele com um perfil psicográfico aventureiro, que se lança primeiro ao consumo de novidades e, acima de tudo, busca, por meio de informações, coisas novas e diferentes. Ele não se posiciona de forma passiva às mudanças e novidades do mundo e “politicar” faz parte dessa movimentação, ou melhor, a busca por novos cenários desconhecidos pelo grande público.

Com o novo cenário, no qual ganham força os serviços e, concomitantemente, as relações pessoais como fator decisivo para a realização de propaganda eleitoral, a comunicação boca a boca pode servir como elo fundamental nas relações de consumo e criar forte apelo de credibilidade que se forma com base em uma fonte emissora confiável e altamente influenciadora entre os agentes do mercado eleitoral.

Portanto, fiquem atentos aos informantes e recados que vierem das ruas neste ano. A estas recomendações seguem-se também as novidades que poderão vir através da Inteligência Artificial, mas este deverá ser objeto de outra análise, mais adiante.



PORTAL NOVA 15

CAFÉ CO DORFO
20 ANOS DAS
CAPIVARAS

04/04/2024
18 HRS

Adolpho Queiroz Elisabete Bertolini

Erasmão Spadotto

www.nova15piracicaba.com.br

Sensei aposta no Brasil para expansão internacional com foco em lojas autônomas e cabinets

Startup portuguesa, líder no mercado europeu, quer alavancar o processo de compras digital utilizando inteligência artificial

Foto: Banco de Imagens



Além dos supermercados, os atacarejos também estão na linha de frente da empresa

Priorizar a experiência do cliente e a eficiência operacional para o futuro do varejo são as missões da startup portuguesa Sensei, que chegou ao Brasil no segundo semestre de 2023 para uma expansão de inovação internacional. A força do varejo nacional, que movimenta a economia no País, foi decisiva para que a empresa inaugurasse uma filial no mercado daqui, em São Paulo.

Comprar em uma loja física sem filas, sem ter de retirar os itens do carrinho ou da bolsa e sequer precisar escanear os produtos um a um, é atrativo para os clientes em função da agilidade e praticidade na correria do dia a dia.

A Sensei desenvolveu tecnologia proprietária que, além de transformar a experiência do cliente na loja física agilizando as compras, otimiza a gestão da operação. Em 2022, a empresa fechou importante parceria com o Super Muffato, uma rede brasileira de hipermercados e supermercados, oferecendo o mecanismo para a maior loja autônoma da América Latina, localizada em Curitiba (PR). Com o resultado positivo, a startup entendeu que há uma demanda reprimida no segmento e segue prospectando o cenário brasileiro para novos negócios.

“A jornada de compras é acessível para qualquer cliente que entre na loja, pois a Sensei cria o cesto de mercadorias em tempo real. No final da experiência, os artigos adquiridos aparecem automaticamente no terminal de pagamento para o cliente, sem a necessidade de

escaneá-los. Os métodos de pagamentos são os mesmos do varejista numa loja convencional. Ao digitalizar o estabelecimento com a tecnologia Sensei, o varejista tira o atrito das filas no pagamento, reduz pessoal na frente de caixa e o furto de clientes e, ainda, ganha visibilidade do comportamento do consumidor dentro da loja. Este resultado só foi possível pela junção da visão computacional, sensores e algoritmos de IA”, disse Olivier Trave Bourely, country manager.

Nessa modalidade existe um alto nível de segurança e uma precisão acima de 99% na utilização da visão computacional e tecnologia de fusão de sensores. Com isso, as reposições de produtos nas gôndolas e execuções de planogramas tornam-se mais eficazes e rápidas. De forma geral, toda a gestão do estabelecimento se torna mais efetiva e baseada em dados.

São diversas vantagens também para quem adquire essa novidade, uma vez que a plataforma Sensei capta o comportamento de cada cliente de forma anônima (tempo e percurso) e constrói o funil de vendas na loja física, como é feito no e-commerce. Isso porque assim que a pessoa acessa o local, um avatar é ativado no sistema e vai captando todos os seus movimentos e roteiro. Quando os consumidores se identificam, o varejista poderá, por exemplo, enviar promoções de mercadorias que eles pegaram e devolveram na prateleira — o que abre uma oportunidade enorme de personalização das ações e da estratégia de Gestão de Relacionamento com o Cliente (CRM).

Ampliação dos Negócios

Ao estudar a amplitude do mercado brasileiro, a Sensei entende que a tecnologia desenvolvida pode ser aplicada em uma estratégia de multicanalidade e negócio multiplataformas.

Além dos supermercados, os atacarejos também estão na linha de frente da empresa com objetivo de modernizar e agilizar a jornada do formato de compra para pessoa jurídica. Até no segmento farmacêutico, que atualmente segue em forte expansão, há oportunidades de oferecer uma experiência inovadora.

“A Sensei pretende fechar parcerias com empresas da indústria para a fabricação no Brasil de armários refrigerados — os chamados cabinets autônomos, de fácil instalação em condomínios residenciais, centros comerciais, aeroportos, hotéis, universidades, escolas e academias. Estes cabinets utilizam a mesma tecnologia que a loja autônoma e vêm com uma plataforma digital de gestão para o varejista. Com mais espaço interior, o comerciante consegue colocar um sortimento mais adequado para o entorno onde estes cabinets se encontram. Para o consumidor é uma experiência de compra sem atrito e mais fluida que as das máquinas dispensadoras atualmente existentes”, disse Gilmaro Cavalcante, head of operations & partnerships.

Já no tradicional modelo store-in-store, a Sensei oferece várias oportunidades a serem exploradas como praças de alimentação, universidades, escritórios, condomínios, aeroportos, locais de esportes e eventos e shoppings centers.

R\$ 10 bilhões + 20 mil empregos



Luciano Almeida é prefeito de Piracicaba

R\$ 10 bilhões de investimentos anunciados em Piracicaba e mais de 20 mil empregos gerados com carteira assinada desde o início de 2021. Os números realmente parecem astronômicos, porém retratam a mais pura verdade no que se refere ao crescimento econômico do nosso município desde o início da minha gestão à frente da Prefeitura.

A joia da coroa foi adicionada no último dia 27/02, quando o grupo Hyundai Motor anunciou o investimento de 5,5 bilhões no Parque Automotivo em Piracicaba, valor que será investido gradativamente até 2032, com o objetivo de desenvolver tecnologias verdes e hidrogênio, incluindo a comercialização de veículos elétricos, híbridos e investimento em pesquisas.

Some-se esse número aos investimentos já anunciados desde 2021 os quais destaco: R\$ 1,6 bilhões pela Klabin S/A; R\$ 900 milhões pela CJ Brasil; R\$ 600 milhões da Caterpillar; R\$ 550 milhões pela Oji Papéis; R\$ 500 milhões pela Hyundai Motors em ampliação de pista de testes; R\$ 300 milhões pela Raizen Geo Biogás Costa Pinto; R\$ 100 milhões pelo Grupo Santander; R\$ 100 milhões pelo Grupo Leroy Merlin (Obramax), R\$ 50 milhões investidos pelo Assaí; R\$ 45 milhões pela Arena Atacado; R\$ 40 milhões pelo Grupo Pão de Açúcar; R\$ 30 milhões pela SNF; R\$ 25 milhões pelo Grupo Delta e R\$ 15 milhões pela Borghwarner (Delphi Powertrain System).

Na área de geração de empregos com carteira assinada, segundo dados do CAGED - Cadastro Geral de Empregados e Desempregados, os números em Piracicaba também são relevantes, com o registro de 20.296 empregos formais desde 2021. Aliás, a cidade de Piracicaba ocupa a 8ª posição na geração de empregos, entre 645 cidades do Estado de São Paulo.

Importante ressaltar que Dados da RAIS (Relação Anual de Informações Sociais) mostram que revertemos um cenário sombrio marcante herdado na gestão passada, com geração negativa de empregos entre 2017 a 2020, com um saldo negativo final de menos 3.886 empregos gerados.

Só temos obtidos estes resultados expressivos porque a atual administração tem dado o devido suporte aos novos investidores e aos que já estão em Piracicaba nos quesitos documentais, fiscais e tributários, infraestrutura, qualificação de mão de obra em contrapartida à geração de empregos e receitas públicas no município.

Por outro lado, estamos trabalhando em procedimentos que garantem a nossa ambiência para novos investimentos em médio prazo, quebrando as barreiras de inovação disruptiva, incentivando nossas universidades e centros de pesquisa na produção de tecnologia e conhecimento, com destaque para o inédito Seminário Internacional “Nosso Futuro com Hidrogênio – Desafios e Oportunidades do Hidrogênio Renovável e Baixo Carbono”, organizado pela Prefeitura Municipal de Piracicaba nos dias 08 e 09 de abril no Engenho Central.

As ações em longo prazo precisam ser observadas sobre a ótica da Educação. Estamos fazendo a nossa parte que é dar qualidade ao ensino público municipal com sistemas modernos de aprendizagem, crome books, retroprojetores, robótica e muito mais para que esta geração, daqui 10 ou 15 anos, possa competir em condições de igualdade com qualquer aluno de escolas particulares ou de outros municípios pelas vagas tecnológicas do mercado de trabalho.

Não tenho conhecimento de nenhum outro município brasileiro, na casa dos 400 mil habitantes, que possa estar crescendo apresentando números assim tão vigorosos, alicerçados no binômio investimentos/geração de empregos. Sempre digo que fazer o certo dá trabalho, mas vale a pena. Esse é o nosso jeito de governar, o nosso cartão de visitas.



Grupo BOM JESUS
Assistência Funeral

Atendimento 24h
(19) 3422-7617

Amparo e profissionalismo, no momento que você mais necessita.

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

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

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

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

www.bomjesuspiracicaba.com.br

SR. MARIO LOPES, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 92 anos de idade e era viúvo da Sra. Georgina Aguiar Lopes. Era filho do Sr. Aristides Lopes e da Sra. Rosalina Alves de Oliveira, falecidos. Deixa os filhos: Valdete Lopes Penezzi viúva do Sr. Lazaro Penezzi, Sueli Lopes Garcia casada com Valter Garcia, Rosicler Lopes viúva do Sr. Alcyr Prado Camargo, Mario Hamilton Lopes casado com Lilian Novelo Lopes. Deixa netos e bisnetos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp as 17:00hs 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.

ENGº AGRÔNOMO: JOSÉ ROBERTO PANAIÁ, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 78 anos de idade e era casado com a Sra. Teresa Maria Cella Panaia. Era filho do Sr. José Panaia e da Sra. Antônia Verissimo Panaia, falecidos. Deixa os filhos: Alex Cella Panaia casado com Denise Aparecida de Souza Panaia, Carina Cella Panaia Mantovani casada com Alexandre Mantovani. Deixa ainda 02 netos e demais familiares. O sepultamento deu-se dia 23pp às 16:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 05, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. IRENE DOROTY BIAZOTTO BICHARA, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 96 anos de idade e era viúva do Sr. Rubens Bichara. Era filha do Sr. Pedro Biazotto e da Sra. Leonor Manera Biazotto, falecidos. Deixou os filhos: Paulo Eduardo Biazotto Bichara, Rosemara Biazotto Bichara, já falecida. Deixa netos, bisnetos e demais familiares. O sepultamento deu-se dia 23pp as 13:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal 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.

SRA. MARIA DE JESUS DE OLIVEIRA FAGUNDES, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 62 anos de idade e era casada com Sr. Florindo Fatima Fagundes. Era filha da Sra. Zulmira Maria de Jesus de Oliveira, já falecida. Deixou os filhos: Andreza de Oliveira Fagundes, Tiago de Oliveira Fagundes, Tatiana de Oliveira Dias Vitti, Cesar Rodrigues dos Santos, já falecido. Deixa ainda netos, bisnetos e demais familiares. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Charqueada e o seu sepultamento deu-se dia 23pp as 16:00 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. JOSE ERNESTO DALOSTA, Faleceu dia 23 pp na cidade de Piracicaba, aos 73 anos de idade e era filho do Sr. Frederico Dalosta e da Sra. Ermelinda Zaia, falecidos. Deixa os filhos: Marcos Paulo Dalosta, Graziela Aparecida Dalosta. Deixa irmãos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 10:30hs saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - sala 03, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. YAEKO SUZUKI, Faleceu dia 23 pp na cidade de Piracicaba aos 89 anos e era viúva do Sr. Osamu Suzuki. Era filha do Sr. Torao Miyataki e da Sra. Kosugi Miyataki, falecidos. Deixa os filhos: William Maki Suzuki casado com Katia Fumie Hawashi Morichigue Suzuki, Lídia Keiko Suzuki, Daniel Nozomi Suzuki casado com Anita Aparecida Ramos Suzuki, Jonatas Ayumi Suzuki casado com Ruth Hiromi Utida Suzuki. Deixa netos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de São Paulo, e o seu sepultamento deu-se dia 24pp as 15:00hs, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério da Paz - Salão Cerimonial seguindo para o Cemitério da Paz, naquela localidade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA IVETE PREVITALI TOTTI, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 78 anos de idade e era casada com o Sr. Eduardo Marino Totti. Era filha dos finados Sr. Armando Previtali e da Sra. Mafalda Beduschi Previtali. Deixa as filhas: Adriana Totti Woltzenlogel casada com Arnaldo Woltzenlogel e Camila Totti casada com Cleyton Gonçalves Libardi. Deixa netos e demais parentes e amigos. O sepultamento deu-se dia 24pp as 14:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição Sala-D, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. TEREZINHA RIBEIRO MARIANO, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 71 anos de idade e era casada com o Sr. Salvador Mariano. Era filha do Sr. Antonio Ribeiro e da Sra. Maria Ceolin Ribeiro, falecidos. Deixa os filhos: Marta Cristina Mariano Gimenes, João Marcos Mariano, Marcio Elias Mariano, Fernando de Cassio Mariano, Olga Graziane Mariano. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Santa Maria da Serra, seguindo para o Cemitério Municipal de Santa Maria da Serra. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. OSVALDO MARTINS, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 77 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Odete Torrezan Martins. Era filho do Sr. Domingos Martins e da Sra. Virginia Gonçalves, falecidos. Deixou os filhos: Osvaldo Martins Junior, Alessandra Roberta Martins casada com Ludimar Roberto de Oliveira. Deixa ainda 01 neto, 01 bisneta e demais familiares. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Saltinho e o seu sepultamento deu-se dia 25pp as 16:00 hs, 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. IVANI BARBOZA GALINA, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 70 anos de idade e era viúva do Sr. Luiz Carlos Galina. Era filha do Sr. Luiz Gonzaga Barboza, falecido e da Sra. Regina Barboza. Deixou os filhos: Cátia Regina Galina Santos casada com Luan Fernando Santos, Luis Marcelo Galina. Deixa ainda demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 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.

SRA. LUANA DADAM DOLLEVEDO, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 39 anos de idade e era viúva do Sr. Luis Gustavo Dollevedo. Era filha do Sr. Luiz Antônio Dadam, falecido e da Sra. Madalena Inês Granzio Dadam. Deixa ainda demais familiares e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Rio das Pedras onde foi velada das 10:00hs as 16:00hs em seguida seu corpo foi trasladado para o Memorial Metropolitano de Piracicaba onde ocorreu a cerimônia de homenagens póstumas. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. IVANI POZAR OTSUK, Faleceu dia 24pp na cidade de Águas de São Pedro, aos 70 anos de idade e era viúva do Sr. Massami Otsuk. Era filha do Sr. André Pozar e da Sra. Cecilia Santin Pozar, falecidos. Deixou os filhos: Wesley Massaharu Otsuk casado com Patricia Peroni Otsuk, Wilson Massayuki Otsuk casado Erika Cassador. Deixa ainda netos e demais familiares. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Piracicaba e o seu sepultamento deu-se dia 27pp as 16:00 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.

SR. MASSAMI OTSUK, Faleceu dia 24pp na cidade de Águas de São Pedro, aos 70 anos de idade e era viúvo da Sra. Ivani Pozar Otsuk. Era filho do Sr. Masão Otsuk, falecido e da Sra. Yoshi Sugano Otsuk. Deixou os filhos: Wesley Massaharu Otsuk casado com Patricia Peroni Otsuk, Wilson Massayuki Otsuk casado Erika Cassador. Deixa ainda netos e demais familiares. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Piracicaba e o seu sepultamento deu-se dia 27pp as 16:00 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.

SR. SERGIO CLAUDINEIS DO AMARAL - Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 62 anos de idade e era casado com a Sra. Luiza Goreti da Silva do Amaral. Era filho do Sr. Lazaro do Amaral e da Sra. Maria Cassador do Amaral, falecidos. Deixa os filhos: Sergio Roberto do Amaral casado com Catia Ferreira dos Santos do Amaral, Daiane Suellen Amaral Balbino casada com Cristiano Balbino da Silva e Deivid Williams do Amaral casado com Andressa Olegario do Amaral. Deixa 2 netas, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp às 17:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade Sala-03, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. AGNALDO FRANCISCO TORINA - Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 56 anos de idade e era filho do Sr. Alcides Torina e da Sra. Ilydia Salvador Torina, falecidos. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp às 15:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição Sala - D, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. LURDES CATARINA DA SILVA, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 75 anos de idade. Era filha do Sr. Antonio Jose da Silva e da Sra. Antonia Ferraz, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 15:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de São Pedro. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. BENEDITO APOLONIO VIEIRA, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 86 anos de idade e era viúvo da Sra. Maria Jose Vieira de Sousa. Era casado em 2º núpcias com a Sra. Leni Esteves. Era filho do Sr. Apolonio Vieira da Silva e da Sra. Olivia Maria da Conceição, falecidos. Deixa os filhos: Maria Betania Vieira viúva de Ademir Aparecido Margutti, Benedito Apolonio Vieira Filho, Amilton Apolonio Vieira casado com Sonia Alves das Flores Vieira, Ailton Apolonio Vieira casado com Viviane Augusto Vieira, Jose Rauglin Vieira, falecido, Ana Lucia Vieira, falecida, falecida. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 17:00hs, 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.

SR. ROMEU ANTONIO VERDI, Faleceu dia 25pp na cidade de Charqueada, aos 76 anos de idade. Era casado com a Sra. Clarisse Pessote Verdi. Era filho do Sr. Salvador Verdi e da Sra. Helena Sartori Verdi, falecidos. Deixa o filho: Matheus Pessote Verdi (falecido). Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 16:30hs, 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.

SRA. TERESINHA PROSPERO MARTINS DE ARRUDA, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 79 anos de idade e era casada com o Sr. Benedito Martins de Arruda. Era filha do Sr. Luiz Prospero e da Sra. Luiza Bortolotti Prospero, falecidos. Deixa os filhos: Agnaldo casado com Silvia, Sandra casada com Renato, Reginaldo, Danilo casado com Aline. Deixa ainda netos, bisneta, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 15:00 horas, 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. MARIA THERESA SILVERIO, Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 93 anos de idade e era viúva do Sr. José Vicente Silverio. Era filha do Sr. Alvino Alexandrino de Sousa e da Sra. Maria Victoria de Souza, falecidos. Deixa os filhos: Suely Silverio; Davi Silverio casado com Lenise Aguiar Lemos Silverio; Arnaldo Silverio; Marcelo Silverio casado com Mirela Galesi Silverio; Alexandre Silverio. Deixa ainda netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 17:00hs, 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. IDALINA AMELIA RICETTO GOZZER, Faleceu dia 27pp na cidade de Saltinho, aos 87 anos de idade e era viúva do Sr. Laerte Gozzer. Era filha do Sr. Paschoal Ricetto e da Sra. Maria Annunciata Pantaroto, falecidos. Deixa os filhos: Jose Nivaldo Gozzer casado com Ana Maria Siqueira Gozzer, Antonio Cesar Gozzer casado com Alessandra Tereza Arioso Gozzer, Maria Aparecida Gozzer Bianchim casada com Antonio Alberto Bianchim, Maria Marlene Gozzer Vianna casada com Antonio Mazzer. Deixa ainda netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 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 LOPES ALVES - Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 90 anos de idade e era viúva do Sr. Antonio Pinto. Era filha da Sra. Laurinda Alves Chaves. Deixa os filhos: Onofre Lopes Alves, Rita Lopes Alves, Francisca Lopes Alves, Germano Lopes Alves casado com Ines Cardoso, Jose Geraldo casado com Nair e Osmar Lopes Alves. Deixa netos, bisnetos, tataranetos e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp às 16:00 hs, 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. CLEMENTINA FUZZATO - Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 84 anos de idade. Era filha do Sr. Eustachio Fuzato e da Sra. Alpacie Crivellari, falecidos. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 15:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala C, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. CICERO BALBINO DA SILVA - Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 59 anos e era casado com a Sra. Maristela Nascimento da Silva. Era filho do Sr. Salustiano Balbino Da Silva e da Sra. Carmelita Rosalina da Silva, falecidos. Deixa os filhos: Marcelo Nascimento, Cristiano Balbino da Silva casado com Daiane Suellen Amaral Balbino, Lucas Balbino da Silva, Pedro Enrique Balbino da Silva. Deixa 3 netos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp às 09:00hs 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.

SR. GINOEL SANDEOVICTH - Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 83 anos de idade e era filho do Sr. Antonio Sandeovictch e da Sra. Tereza Rodrigues, ambos falecidos. Deixa os filhos: Espedito Jose Sandeovith, Antonio Aparecido Sandeovith casado com Vanderci Pereira do Amaral Sandeovith. Deixa netos, demais familiares e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp às 16:00 hs, saindo a urna mortuária do Parque da Ressurreição Sala - C, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. DARCI DA SILVA MELLO, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 82 anos de idade e era viúva do Sr. Airtton Vieira Venancio. Era filha do Sr. Philadelpho Henrique da Silva e da Sra. Maria da Silva, falecidos. Deixou as filhas: Rosana Braga de Mello; Roseli Braga de Mello; Regiane Braga de Mello; Rosi Ines Braga de Mello, já falecida. Deixa ainda netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O sepultamento deu-se dia 29pp as 15:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Diamante, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. NIVALDO PEREIRA, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 58 anos de idade e era filho do Sr. Izac Pereira e da Sra. Thereza Rodrigues Pereira. Deixou os filhos: Vinicius Lopes Pereira; Victor Lopes Pereira; Augusto José Lopes Pereira. Deixa ainda 02 netos, demais parentes e amigos. O sepultamento deu-se dia 29pp às 17:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 03 seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. CHRISOGONO JULIANO, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 99 anos de idade e era casado com a Sra. Amelia Nadir Sturion Juliano. Era filho do Sr. Henrique Juliano e da Sra. Angela Torina, falecidos. Deixou os filhos: Edison Jose Juliano casado com Marlene Aparecida Francetto Juliano; José Osmir Juliano casado com Rosania Aparecida Marsola Juliano; Lucilene Maria Juliano Arthur casada com João Edson Arthur. Deixa ainda netos, bisneta, demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Saltinho e seu sepultamento deu-se dia 29pp as 16:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. AUREO GOMES DE OLIVEIRA, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 76 anos de idade e era casado com a Sra. Iolanda dos Santos Oliveira. Era filho do Sr. Andreilino Gomes de Oliveira e da Sra. Lenil Soares da Silva, falecidos. Deixa os filhos: Clodoaldo Gomes de Oliveira casado com Eliana Maria Gomes de Oliveira, Aurea de Oliveira Alves casada com Elenilson Caetano Alves, Daiane Gomes Bort casada com Rafael Bort. Deixa 01 neto, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp as 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Bom Jesus - Sala 01, seguindo para o Cemitério da Saudade em São Pedro. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

MENINO - ARTHUR MIGUEL RANGEL, Faleceu dia 29pp na cidade de Itu e era filho de Nathanna Rangel Aragão. Deixa bisavós, avós, tios, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 31pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba - Sala Esmeralda das 08:00 as 16:00 horas, onde também haverá a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre. A família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.



REVISTA
Us

31 de março de 2024

Mari Campolongo

Pequena, talentosa, falante...
Entrevista exclusiva para a PiraCult

Estética

*Cuidado diário da
pele oleosa*

Vida Saudável

*Deficiência de vitamina D
e cálcio*

Decor

*Living
Atemporal*

Pet

*Do chocolate aos cosméticos,
conheça os perigos
para os pets*

“

É muito, mas muito maravilhoso atuar. É uma experiência maravilhosa; incrível!

”

Menina Incrível!

Mari Campolongo, atriz mirim, de apenas 10 anos; intérprete da personagem Sabina na série "Luz", da Netflix, e de Chloe, na novela "Poliana Moça", do SBT; em entrevista exclusiva ao jornalista Maurício Ribeiro

PiraCult: Como foi sua experiência ao interpretar a personagem Sabina na série "Luz"? O que mais gostou nesse papel? Nossa, foi incrível demais fazer essa personagem, porque, assim, essa personagem foi muito desafiadora. Fazer essa personagem foi muito legal também. Tinha várias cenas, assim, que nossa, eu amei demais. Foi uma honra também trabalhar com um elenco incrível e com a nossa preparadora, Isabela Garcia. Então, foi uma honra enorme fazer o primeiro seriado infantojuvenil da Netflix aqui no Brasil. Foi incrível demais.

PiraCult: Como você se preparou para interpretar a Chloe na novela "Poliana Moça"? Qual foi o maior desafio ao dar vida a essa personagem? Então, foi meu primeiro trabalho. Eu estava muito animada e eu não sabia ler. Então, meu pai lia para mim e eu decorava. Meu pai, minha mãe e meu irmão. Aí, eu tentava decorar e tudo mais. Mas assim, foi muito legal também porque eu comecei a aprender a ler e escrever nesse tempo, por causa das preparações do SBT. O que foi mais difícil? Aí, eu não sei. Eu acho que, como foi meu primeiro trabalho, foi mais diferente para mim, sabe? Mas eu acho que só foi isso mesmo.

PiraCult: Você teve duas músicas como tema da sua personagem na novela. Como foi participar ativamente da trilha sonora da produção? Colocar minhas próprias músicas na trilha sonora da novela foi maravilhoso, porque eu fiz essas músicas com muito amor, muito carinho, muita felicidade. Foi uma honra e essas músicas combinam super com a história da Chloe. Então, foi maravilhoso. E tem uma outra música, "O Amor Nos Encontrou", que está na novela "A Infância de Romeu e Julieta". Essa música é linda também.

PiraCult: Além de atuar, você também é cantora e musicista. Qual dessas áreas artísticas você mais se identifica? Por quê? Ai, essa pergunta é muito difícil, porque eu gosto muito de tocar, muito, muito, muito. Meu ukulele, meu violão, meu piano, minha bateria e minha flauta. Então, assim, eu amo demais. Gosto muito de cantar também, de expressar assim, cantando. É muito bom. E gosto muito de atuar. Nossa, é muito maravilhoso atuar. Uma experiência maravilhosa. Então, esses três, eu vou levar para minha vida inteira porque assim, os três são incríveis. Eu acho que os três são iguais, são maravilhosos demais, coisas que eu mais amo.

PiraCult: Você já participou de programas de TV mostrando sua arte no canto e no ukulele. Como foi essa experiência para você? Foi muito legal porque eu sou muito assim, gosto muito de falar, conversar com as pessoas desde pequenininha. Então, nossa, eu amava muito participar

nos programas de TV, principalmente tocando e cantando, como eu falei, são as coisas que eu amo demais. Então, nossa, foi muito legal. Eu já participei de vários programas, então foi bem legal.



PiraCult: Como é crescer em uma família de músicos? Eles influenciaram sua escolha de seguir uma carreira artística? É incrível demais. A gente sempre faz um som todos os dias. É muito bom. E assim, eles me inspiraram, né? Meu pai me inspirou muito na área da música. Meu irmão também, na área da música e na parte de ator. Então, quando eles faziam, nossa, eu ficava com brilho nos olhos quando eu olhava eles fazendo, sabe? E aí, eu queria saber. Eu queria. Eu perguntava para eles que eu queria muito aprender a tocar. Então, eles ficaram me ensinando, ficava vendo, aí eu fiquei participando de programas e foi indo, mas eles foram muito minha inspiração.

PiraCult: Como foi ser âncora do "Jornalzyn" na plataforma digital TVZyn? O que mais gostou nessa experiência? Nossa, foi muito legal porque eu descobri um outro lado meu que eu gosto muito, de apresentar. Como eu falei para vocês, eu gosto muito de falar, conversar com o pessoal. Então, foi muito legal aquele tempo. E assim, foi muito divertido fazer as cenas, a

produção é muito divertida também, e conheci várias pessoas incríveis. Então, foi muito divertido e muito legal aquela época.

PiraCult: Você está estudando música e já toca vários instrumentos. Qual é o seu instrumento favorito e por quê? Essa pergunta é muito difícil para mim porque eu gosto muito de violão, é um instrumento muito bom. O ukulele é um instrumento muito bom, a flauta é um instrumento muito bom, a bateria é um instrumento muito bom, o piano é um instrumento muito bom... Nossa, é muito difícil saber qual o meu favorito. E ainda tem outros instrumentos que eu quero aprender também. Então, é bem difícil responder, mas pensando por um lado, eu comecei a aprender a música, a tocar. O meu primeiro instrumento foi o ukulele. Então, eu acho que eu tenho uma conexão muito forte com todos os instrumentos, mas o ukulele é uma conexão muito forte mesmo. Tem até meu ukulele, o meu primeiro, que era do Snoopy, muito fofo. Então, eu acho que eu ukulele.

PiraCult: Quais são seus planos futuros na carreira artística? Há algum papel ou projeto específico que você gostaria de realizar? Sim, vêm músicas autorais minhas vindo por aí, sobre amizade, sobre pets, contra o bullying, sobre família... Nossa, vocês vão amar demais de ver o projeto que vem por aí, mas eu ainda não posso contar... É segredo! ■

Cuidado diário da pele oleosa

Pele oleosa exige cuidados específicos que, muitas vezes, são feitos da forma incorreta, o que gera um efeito rebote, com o aumento da oleosidade

“Erroneamente, muitas pessoas pensam que o protetor solar deve ser aplicado apenas quando se está na praia ou na piscina. Mas ele deve fazer parte da rotina diária, independente da previsão do tempo”

Um estudo publicado pela revista VEJA de janeiro de 2022 mostra que os cosméticos para controle da oleosidade e antiacne estão entre os mais procurados pelos brasileiros nos últimos dois anos, problema que afeta 90% dos adolescentes e mulheres jovens e 56,4% da população adulta no país. E quem nunca recebeu uma “indicação certa” de um produtinho para a pele, que atire a primeira pedra! Mas nada garante que um produto que funcionou para uma pessoa vai funcionar para outra. Até porque cada pessoa tem um tipo diferente de pele – e isso não é apenas em relação à cor, mas também aos hábitos diários, tipos de produtos que são usados ou não e até em relação à comida!

Muitas vezes, ao seguir uma indicação, em vez de conseguir bons resultados, o tiro sai pela culatra, como diz o ditado brasileiro. E quem sofre muito com esse tipo de acontecimento é a pele oleosa. Ela, por natureza, já é vista com receio, já que quem tem esse tipo de pele tem dois “medos” diariamente: as temíveis espinhas e o brilho indiscreto facial – nada que um filtro nas redes sociais não possa resolver. Mas e frente a frente, sem filtro? A resposta para essas e outras questões NÃO É, de forma alguma, abusar de maquiagem excessiva. O cuidado adequado com esse tipo de pele, com produtos adequados no skincare diário, é muito mais eficaz!

A pele oleosa é injustiçada, sendo vista apenas como difícil de lidar. Mas o que muitos não sabem, ou esquecem, é que a oleosidade extra é como um sistema de defesa do próprio corpo. “As glândulas sebáceas são as responsáveis pela produção da oleosidade da pele, uma

ação natural e que serve como uma barreira protetora do corpo. Quando há uma grande produção dessas glândulas, a pele fica mais oleosa em alguns pontos, principalmente na chamada zona T do rosto (testa, nariz e queixo) e do corpo, causando diversos problemas, como cravos, espinhas, poros dilatados e manchas”, afirma o esteticista e enfermeiro Suélio Ribeiro.

São muitos os mitos que cercam a pele oleosa – e poucas as verdades que realmente são faladas. Por isso, hoje vamos desvendar os maiores mistérios que cercam o assunto, com a ajuda do esteticista e enfermeiro Suélio Ribeiro. Acompanhe:

Produtos à base de óleo devem ser evitados no skincare de pele oleosa.

MITO: “Pode parecer óbvio não colocar ainda mais óleo em uma pele oleosa, mas o ingrediente em si não é um vilão, desde que usado na quantidade adequada, faça parte de um produto composto criado especificamente para sua pele, dentro de um protocolo indicado pelo dermatologista”, explica Ribeiro.

A genética pode influenciar na oleosidade da pele.

VERDADE: “Com certeza! Aliás, os hormônios também, tanto para homens quanto para mulheres. É muito falado da oleosidade (e nos desconfortos que ela traz) facial, mas muitos pacientes sofrem com o excesso de acne, consequência dela, nas costas e também em outras regiões do corpo”.

Lavar o rosto várias vezes ao dia ajuda a controlar a oleosidade.

MITO: “Jamais! Pelo contrário, caso a pele não seja higienizada corretamente, ou haja um excesso de limpeza, pode acontecer o temido efeito rebote: em vez de eliminar a oleosidade, aumentar, já que a pele vai produzir ainda mais oleosidade para servir como uma proteção natural”, conta o esteticista.

Limpar o rosto com produtos suaves é importante para a pele oleosa.

VERDADE: “Sim. Por isso é importante não escolher o primeiro produto que uma influencer indicou ou aquele que tem a embalagem mais bonita na gôndola. O aroma também pode ser gostoso, mas não significa que é adequado. Para acertar mesmo em um produto suave e eficaz, só com a ajuda de um profissional que vai conhecer sua pele e indicar a melhor rotina de limpeza e cuidados”.

Esfoliação frequente controla a oleosidade.

MITO: O profissional é categórico: “Nem pensar. Os produtos esfolian-



O que muitos não sabem é que a oleosidade extra é como um sistema de defesa do próprio corpo

tes contêm microesferas que, ao serem passadas no rosto, funcionam, de forma microscópica, como uma espécie de ‘lixa’. Quando feita corretamente, a esfoliação serve para limpar a pele e abrir os poros. Mas, quando feita em excesso, também pode causar aquele efeito rebote que ninguém quer, porque a pele entende que está sofrendo algum tipo de dano e, mais uma vez, tenta bloquear esse ‘ataque externo’ com sua barreira natural, o óleo”.

O uso de ácido salicílico pode ajudar a controlar a oleosidade.

VERDADE: “Sim! Grandes empresas apostam em estudos para descobrir a melhor forma de apresentar esses ativos de forma confiável nos frasquinhos, na quantidade ideal para ajudar na rotina de skincare para equilibrar a oleosidade da pele e deve seguir as seguintes etapas: limpeza, hidratação e proteção. A ideia de usar vários produtos de uma mesma linha também facilita a ‘compreensão’ dos ativos pela pele, além de contribuir com a renovação celular, hidratação e reequilíbrio do pH da pele”, conta o profissional.

Hidratantes devem ser evitados em pele oleosa.

MITO: “Todas as peles, independente do tipo, precisa ser hidratada. Ao tomar bastante água, já hidratamos a pele, mas apenas isso não é o suficiente. Porém, é mais indicado um produto que não seja ‘apenas’ hidratante. Ele deve hidratar e cuidar da pele, de dentro para fora, torná-la saudável e com um brilho natural não excessivo. Um produto indicado é o sérum, que têm entre suas características uma fórmula com toque leve e de rápida absorção, que facilita a permeação dos ativos”.

Uma dieta saudável pode ajudar a controlar a oleosidade da pele.

VERDADE: “Sim! Por mais que as pessoas não gostem de ouvir que precisam abrir mão de certos alimentos em prol de um corpo e uma saúde melhor no geral, é verdade. Isso não significa nunca mais comer aquele junk food com os amigos, mas apenas fazer escolhas melhores. Você pode, por exemplo, definir um cardápio saudável, ricos em frutas, legumes e com carboidratos na medida certa, e se permitir vez ou outra aquela pizza ou hambúrguer.

O erro das pessoas é acreditar que nunca mais, na vida, vão poder comer um alimento que gostam muito. Claro que podem, mas é preciso ter parcimônia e lembrar que você é o que você come. Se consumir bons alimentos, o resultado será visível, tanto na balança, quanto no corpo em geral, na melhora da textura da pele e até dos cabelos, por exemplo”, exemplifica o profissional.

Protetor solar obstrui os poros e causa mais oleosidade.

MITO: “Nada impede o uso do protetor solar. Ele é aquele produto que todos devem usar, principalmente nesses períodos turbulentos, com clima bagunçado, que temos vivido nos últimos tempos. Erroneamente, muitas pessoas pensam que o protetor solar deve ser aplicado apenas quando se está na praia ou na piscina. Mas ele deve fazer parte da rotina diária, independente da previsão do tempo. Obviamente, ele protege contra os raios solares que fazem mal à pele, mas o Sol também lança seus raios quando o dia está nublado e abafado. Esse produto serve como uma barreira extra para bloquear a poluição e atua para postergar o envelhecimento da pele”.

Consultar um dermatologista é importante para conseguir cuidar da pele oleosa corretamente.

VERDADE: “Essa dica nunca falha! Um profissional que entende de saúde e estética consegue enxergar muito além da aparência superficial da pele. Para cuidar corretamente do maior órgão do corpo humano, é preciso conhecê-lo de verdade, conhecer os hábitos do paciente, avaliar o que melhor se encaixa na rotina da pessoa e até no que convém ou não, de acordo com o que o paciente está vivendo no momento – como grávidas, lactantes e pessoas que estão em algum tipo de tratamento mais invasivo, por exemplo. Entre seguir uma dica online ou escolher um produto bonitinho, escolha sempre – sempre! – procurar alguém que sabe do que está falando, um profissional. Isso vai evitar gastos desnecessários, tanto de forma monetária, com produtos que não farão nenhum bem à sua pele, quanto aquele desgaste emocional, ao ver a pele maltratada ou até lesionada. Procure sempre um profissional!

STYLE LE IMAGE



Bia Furlan
Consultora de imagem / Especialista em Coloração pessoal e digital



Com a nossa consultoria de imagem, você pode sentir isso todos os dias: trivista em si mesma e eleva sua autoestima. Venha fazer a sua coloração pessoal corrigida!

@biameruzifurlan (13) 36377-0078
Av. Independência, 724 - Ed. Liberty Vila dos Francks

Dia Mundial da Tuberculose: disponível no SUS, teste IGRA é referência no diagnóstico precoce da doença

Trazido ao Brasil pela QIAGEN, exame é capaz de identificar a infecção em sua fase latente, quando ainda não apresenta sintomas

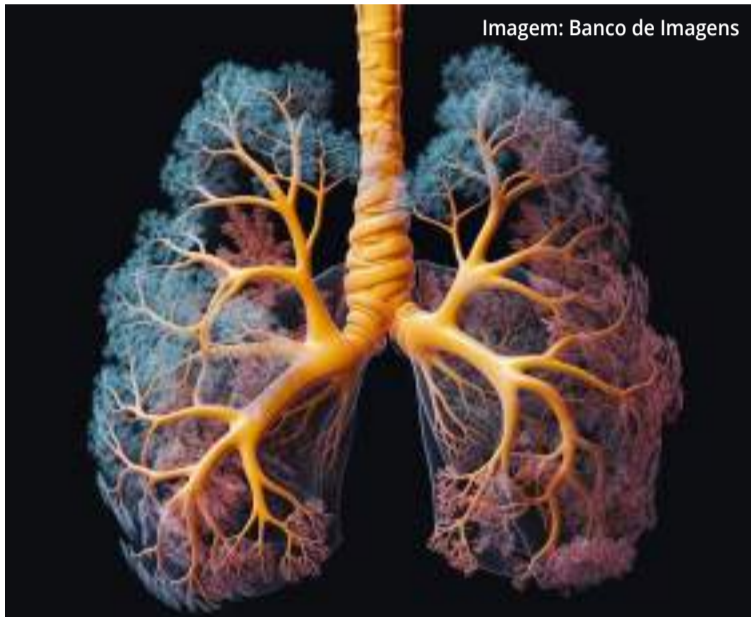


Imagem: Banco de Imagens

Quanto antes diagnosticada e tratada, maiores são as chances de cura efetiva para a doença

Determinado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), o Dia Mundial de Luta Contra a Tuberculose aconteceu no último dia 24 de março, com o propósito de conscientizar e erradicar uma das doenças mais antigas do mundo. A preocupação é global, mas somente o Brasil concentra um terço de todos os casos da doença nas Américas, com o país registrado 81 mil novos diagnósticos de tuberculose em 2022, segundo dados do Ministério da Saúde. Com um cenário alarmante, algumas medidas já foram adotadas, como a disponibilização do teste IGRA pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

De acordo com Raphael Oliveira, Gerente de Marketing Regional LATAM para Diagnósticos Moleculares da QIAGEN, multinacional responsável por trazer a solução de testagem ao país, uma das maneiras mais efetivas de conter o avanço da doença é realizar a busca sistemática pelos novos casos nos grupos de risco, ainda que essas pessoas não apresentem sintomas e não estejam possivelmente infectadas pela tuberculose apenas em sua fase latente (ILTb). Segundo ele, quanto antes diagnosticada e tratada, maiores são as chances de cura efetiva para a doença.

“O teste IGRA está entre os exames recomendados pela OMS para diagnosticar a tuberculose latente, devido à precisão e agilidade nos resultados. Além do SUS, o teste está disponível na rede privada, em mais de 59 laboratórios em todo o país. Quando pensamos na população que está mais sujeita a doença, como os portadores de HIV, o monitoramento da enfermidade por meio do IGRA torna-se ainda mais necessário. Somente em 2022, de acordo com a OMS, de 1,3 milhão de

pessoas que morreram por tuberculose, 167 mil eram portadoras de HIV”, alerta o executivo.

Como é o teste de tuberculose do SUS

Conhecido como QuantiFERON-TB Gold Plus, para realizar o teste IGRA do SUS, disponível também em unidades de saúde privada, o sangue do paciente é coletado e levado para análises laboratoriais que levam até 24h para dar o resultado, com alto potencial de precisão.

Anteriormente, o SUS oferecia apenas o teste cutâneo ou prova tuberculínica, onde se aplica uma injeção administrada de forma subcutânea, e a reação do organismo é observada dentro do período de até 72 horas após a aplicação, formando uma espécie de caroço que deve ser medido na régua. Se for formada qualquer reação superior a 5 mm, o exame é considerado positivo — mas o paciente precisa voltar ao hospital para as medições.

“O Teste Tuberculínico, utilizando o PPD, é um diagnóstico que apresenta limitações de desempenho. Ele ainda é oferecido pelo SUS, porém, enfrenta frequentes problemas de desabastecimento, o que impacta a disponibilidade do exame para a população. Além disso, o PPD pode apresentar um resultado falso-negativo, especialmente aos que convivem com o HIV, e a pessoa corre o risco de ter a doença ativada por desconhecer o seu estado. Já o IGRA, apresenta um diagnóstico rápido e seguro, com a precisão de testes laboratoriais, e não requer uma análise clínica do paciente após sua realização. Além disso, seu custo-efetividade é melhor para o sistema de saúde”, explica Oliveira.

Quem tem direito ao teste IGRA
A testagem da Infecção Latente

Uma vida saudável e feliz começa com um sorriso

ANS - nº 34.600-4

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

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

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

uniodonto

O nosso sorriso é único.

por Tuberculose (ILTb) é essencial para pessoas do grupo de risco, devido à fase inicial assintomática da doença, que pode durar muito tempo até que a imunidade do paciente seja afetada. No SUS, o IGRA está disponível para crianças maiores de dois anos e menores de dez, que tiveram contato com pessoas com tuberculose ativa, candidatos a transplantes de órgãos, pacientes com HIV e pessoas com doenças inflamatórias imuno mediadas, incluindo a psoríase, doença de crohn e artrite reumatoide.

Após sua fase latente, a tuberculose pode evoluir de forma grave e rápida. Entre os principais sintomas estão a tosse crônica e persistente, febre, perda inexplicada de peso e, quando grave, sudorese noturna. Aos primeiros sinais de suspeita de contato ou sintomas, é recomendada a busca por ajuda e orientação médica. A tuberculose é uma doença tratável e curável, mas o sucesso da cura depende da rapidez do diagnóstico e tratamento.

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

Rumo aos 30 anos!

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

www.cicurgicaindependencia.com.br

Deficiência de vitamina D e cálcio

Saiba o que a deficiência de vitamina D e cálcio pode acarretar ao organismo

Foto: Banco de Imagem



Tais deficiências atingem os dois sexos, porém, mais as mulheres

“O depósito de cálcio do organismo é dentro dos ossos e o mineral está entrando e saindo a todo momento...”

A vitamina D é um hormônio que atua, sobretudo, no sistema osteomuscular, responsável pelo crescimento, imunidade, musculatura e metabolismo. Ela age também em outros sistemas, como o cardiovascular e o nervo central. Já o cálcio é um mineral essencial para a formação dos ossos e sua manutenção saudável, prevenindo doenças como osteopenia e osteoporose. Tem também as funções de ajudar na saúde do coração e evitar a formação de pedras nos rins.

“A deficiência de vitamina D pode ser ocasionada por diversos fatores, como falta de exposição solar, dieta carente desse hormônio e problemas de absorção intestinal, devido a doenças ou uso de medicamentos” explica Natália Morales de Camargo, endocrinologista do HAS Clínica.

Quanto ao cálcio, a especialista alerta que a deficiência do mineral no sangue, conhecida como hipocalcemia, está relacionada a distúrbios hormonais, especialmente ao desequilíbrio do hormônio PTH, que é produzido pelas células das paratireóides.

Alguns exemplos de doenças associadas às deficiências desses componentes são:

- Raquitismo;
- Osteoporose;
- Distúrbios do sistema imunológico;
- Fadiga;
- Fraqueza muscular;
- Baixa imunidade.

Importante observar que a alta deficiência de cálcio pode apresentar sintomas mais graves, como dormência, câimbras e, em casos críticos, até convulsões.

Telma Sigolo, nutróloga do HAS Clínica, exemplifica que



os principais sintomas da falta desses dois nutrientes estão relacionados às doenças osteoarticulares, que não necessariamente causam sintomas inicialmente, como a osteopenia, contudo, por tratar-se de uma diminuição da densidade óssea, submete o indivíduo ao maior risco de fraturas e outros problemas ósseos.

“A evolução da osteopenia desenvolve a osteoporose, que é uma doença que também não causa nenhum tipo de dor, mas que é um estágio final dessa diminuição da densidade óssea. Além disso, a falta de vitamina D também está envolvida em vários processos imunológicos, inclusive, à diminuição da capacidade desse sistema.”, diz a médica.

Tais deficiências, que atingem os dois sexos, porém, mais as mulheres, são diagnosticadas através de consultas clínicas, geralmente de rotina, e através de exames radiológicos, como a densitometria óssea.

O ortopedista do HAS Clínica, Rodrigo Vetorazzi, aprofunda-se no assunto e explica que a osteoporose é caracterizada pela perda da massa mineral do osso, ou seja, do cálcio dentro do osso. No Brasil, é considerada uma doença de saúde pública pelo fato de afetar mais a população idosa, que vem crescendo nas últimas décadas.

“O depósito de cálcio do organismo é dentro dos ossos e o mineral está entrando e saindo a todo momento. Esse processo é mediado por algumas reações químicas e por alguns hormônios, sendo um dos principais a vitamina D”, explica.

O tratamento é feito por meio de reposição desses dois nutrientes, na dosagem recomendada pelo médico caso a caso, contudo, a prevenção – através de dieta saudável e equilibrada, acompanhamento médico constante, prática regular de esportes, evitar sobrepeso e outros.

Conheça os benefícios da semente de chia

Considerada um superalimento, ela pode ser incluída facilmente na dieta

Foto: Banco de Imagem



A chia também é bastante procurada por quem deseja perder peso

A chia é uma semente altamente nutritiva e versátil, podendo ser adicionada em smoothies, pães, saladas, bolos e biscoitos, por exemplo. Meydson Souza, nutricionista e professor do curso de Nutrição do UNINASSAU – Centro Universitário Maurício de Nassau Paulista, explica os benefícios da chia para a saúde.

“Essa semente é rica em fibras, proteínas, ácidos graxos ômega-3 e antioxidantes. Logo, ajuda na digestão, regula a absorção de açúcar no sangue, reduz o colesterol ruim (LDL), aumenta o colesterol bom (HDL), combate o envelhecimento precoce da pele e fortalece os ossos. Além disso, tem propriedades anti-inflamatórias”.

“Ao ingerir a chia, é importante lembrar de se manter hidratado, pois essa semente absorve líquidos e pode causar desidratação...”

A chia também é bastante procurada por quem deseja perder peso. Devido aos seus valores nutricionais, ela aumenta a saciedade e reduz a ingestão calórica.

As pessoas também devem estar atentas ao consumo excessivo, que pode causar alguns efeitos colaterais, como problemas digestivos. “Ao ingerir a chia, é importante lembrar de se manter hidratado, pois essa semente absorve líquidos e pode causar desidratação s. Geralmente, o indicado é consumir até 2 colheres de sopa por dia”, finaliza o nutricionista Meydson

Uma em cada cinco crianças de até 12 anos recebe medicamentos sem a prescrição médica

Estudo analisou dados de mais de 7.500 crianças. Essa prática é muito comum, mas pode mascarar sintomas, atrasar diagnósticos e até causar quadros mais graves

Fernanda Bassette

Uma em cada cinco crianças brasileiras de zero a 12 anos recebe medicamentos dos pais ou responsáveis sem prescrição médica para tratamento de quadros agudos, aponta um estudo realizado por pesquisadores da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e publicado na Revista Paulista de Pediatria. Os principais remédios usados são analgésicos, antitérmicos e até mesmo antibióticos. A automedicação infantil cada vez mais se consolida como uma tendência crescente e é adotada como uma prática aceita (não apenas no Brasil, mas no mundo), apesar dos riscos envolvidos.

A automedicação pediátrica pode levar ao agravamento do quadro clínico inicialmente apresentado, dificultar e atrasar a identificação de doenças que, muitas vezes, podem precisar de intervenção médica e hospitalar imediata, além de causar alterações metabólicas e imunológicas. Há ainda o risco de a automedicação levar a um quadro de intoxicação medicamentosa, que, em casos mais graves, pode levar à morte.

“Um problema muito comum é que os pais costumam usar as prescrições anteriores como uma referência para continuar usando a mesma medicação. Mas será que a febre que a criança apresenta hoje é a mesma do ano passado, da receita anterior? Pode ser que na consulta anterior fosse uma virose e talvez hoje aquela febre possa sinalizar um quadro mais grave, como uma meningite”, alertou o pediatra Tadeu Fernando Fernandes, presidente do Departamento Científico de Pediatria Ambulatorial da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). “A automedicação tem esse problema. Ela pode mascarar uma doença e nos faz perder tempo em termos de atuar de maneira mais assertiva no combate àquele problema.”

A automedicação é recorrente

O estudo brasileiro analisou informações sobre a automedicação de mais de 7.500 crianças com até 12 anos cujos pais ou responsáveis responderam ao questionário da Pesquisa Nacional sobre Acesso, Utilização e Promoção do Uso Racional de Medicamentos (PNAUM). O estudo populacional ouviu mais de 41 mil pessoas, em 245 municípios brasileiros.

Os autores constataram uma prevalência de 22,2% de automedicação das crianças, ou seja, uma em cada cinco delas recebeu pelo menos um medicamento para aliviar quadros agudos nos 15 dias anteriores à entrevista por indicação dos pais, do cuidador, de outras pessoas ou de profissionais de saúde não médicos ou dentistas.

Vale ressaltar que essa prática se distingue da automedicação orientada ou responsável, na qual a criança tem problemas de saúde crônicos ou recorrentes e os pais já são orientados

previamente pelo pediatra e usam doses de medicamentos predefinidas.

“Nós recomendamos que os pais tenham um pediatra de referência para poder orientar quando seu filho tiver dor, febre, resfriado etc. Nós, pediatras, também fazemos a medicina de prevenção primária e de prescrições caso seja necessário. O pediatra é fundamental porque é ele quem conhece melhor a criança”, disse Fernandes.

O estudo também não se aplica à automedicação infantil acidental, quando as crianças, especialmente as mais novas, têm acesso a medicamentos guardados em casa e, por desatenção ou negligência dos pais, fazem a ingestão dos fármacos.

O que leva à automedicação infantil?

Segundo o estudo, o que mais leva pais e responsáveis à automedicação das crianças sem orientação e prescrição correta de um profissional é a urgência para resolver um sintoma de dor ou desconforto, sendo as principais causas dor, febre, resfriados e rinite. “Hoje vivemos a tirania da urgência. Muitos pais querem uma resolução rápida. Mas para um diagnóstico adequado é preciso esperar a evolução do quadro clínico das crianças”, disse Fernandes.

Os medicamentos mais usados sem prescrição médica, e citados no estudo, foram dipirona, paracetamol, ibuprofeno, ácido ascórbico, ambroxol, trimetoprima/sulfametoxazol, dexclorfeniramina, nimesulida, amoxicilina e ácido acetilsalicílico. Quase todos são vendidos livremente nas farmácias, isentos de prescrição médica, com exceção dos antibióticos, que, apesar de exigirem retenção de receita na venda, também aparecem na lista do uso sem prescrição.

“Sem dúvida, a maioria dos casos de uso abusivo de medicamentos envolve aqueles que são vendidos amplamente, sem a necessidade de prescrição médica. No nosso país, há a tendência de usar os medicamentos sem critério porque temos à disposição um leque de opções, muito superior às de outros países. O fácil acesso às medicações e a dificuldade de acesso ao serviço de saúde são fatores determinantes na decisão de usar um medicamento por conta própria”, afirma o pediatra Linus Pauling Fascina, diretor da Maternidade do Hospital Israelita Albert Einstein.

Fascina destaca ainda que a automedicação costuma acontecer porque, muitas vezes, a família tem aquela medicação disponível em casa – possivelmente por ter sobrado alguma quantidade desde a última prescrição. “Nos Estados Unidos, a pessoa compra o medicamento que vai usar de acordo com o que foi prescrito. Se o médico indica antibiótico cinco dias, duas vezes ao dia, a pessoa conseguirá comprar dez comprimidos. No Brasil é diferente. A indústria não

fraciona esses medicamentos e não é incomum serem vendidas caixas com mais comprimidos do que o necessário. O que acontece? Sobram medicamentos e a pessoa tende a guardá-los para usar em outra necessidade”, explica o pediatra.

Outra constatação do estudo é que a automedicação acontece mais frequentemente entre famílias de menor renda, com menor escolaridade e sem acesso a planos de saúde, ou seja, famílias que dependem de atendimento médico na rede pública – o que levanta a questão sobre a dificuldade de acesso a profissionais de saúde.

“Essa é uma realidade vivida, principalmente, nos países em desenvolvimento. Se o acesso à saúde fosse homogêneo para toda a população, o problema ocorreria em menor frequência. As famílias acabam buscando saídas diferentes e mais acessíveis para a solução de condições agudas nas crianças”, disse Fascina.

Quais os riscos?

Um dos problemas da automedicação é não concluir o tratamento de forma correta, pois, como os sintomas diminuem e o quadro melhora, a tendência é que os pais suspendam o uso do medicamento, já que consideram que não há mais necessidade. No caso de uso de antibióticos de forma



O que mais leva pais e responsáveis à automedicação das crianças sem prescrição correta de um profissional é a urgência para resolver um sintoma

errada, por exemplo, existe o risco de resistência bacteriana, ou seja, o medicamento deixa de ter o resultado esperado.

Outro problema é fazer uma associação de medicamentos de classes diferentes e chegar em algo mais potente. Há ainda o risco de usar doses inadequadas para aquela criança, superior à que seria indicada para o tratamento e entrar na chamada “faixa tóxica” da medicação. “Antigamente os pediatras costumavam indicar a medicação com base em uma colher de sobremesa, por exemplo. Hoje em dia não se faz mais isso, pois qual o tamanho da colher que a pessoa tem em casa? As pessoas não podem usar suas próprias medidas”, alertou Fascina.

Fernandes, da SBP, concorda e ressalta o risco de efeitos adversos, especialmente em crianças. “Muitos medicamentos vendidos livremente em farmácias e isentos de prescrição se tornaram a praga do nosso dia a dia. Entre eles estão os corticoides orais. Eles têm sido usados como um xaropinho da tosse, e não são. Eles podem ter efeitos colaterais graves quando

não são bem indicados”, destacou o pediatra.

Para reduzir essa prática, segundo os médicos ouvidos pela Agência Einstein, seria preciso adotar uma série de medidas, que vão desde o maior controle da publicidade e da venda dos medicamentos, passando pela criação de embalagens mais adequadas e pelo maior controle dos medicamentos à disposição, até um melhor acesso à atenção primária em saúde, com foco na conscientização dos perigos da automedicação e da importância do uso racional dos medicamentos.

“O abuso de medicamentos não é algo simples. Ele envolve toda uma rede que passa pela família, pelo ambiente, pela cultura, pelo acesso ou não ao sistema de saúde, pela dificuldade ou não de ter esses produtos em casa. Com o sistema de saúde pública cada vez mais sobrecarregado e as urgências sempre lotadas, a família tende a voltar a medicar a criança e perde a oportunidade de um diagnóstico mais precoce”, finaliza Fascina.

Fonte: Agência Einstein

Celebre a nova vida do jeitinho que sua família ama!

Feliz Páscoa

(19) 9999.5.3322

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

Como ajudar os adolescentes a superar o “E se..?” na hora de escolher o curso?

Pesquisa revela que 20% das empresas relatam a presença dos pais nas entrevistas de emprego de jovens recém-formados

Foto: Banco de Imagem



Nem sempre a primeira escolha acaba sendo a mais adequada, e isso é normal

“Antes de tomar uma decisão tão importante, é essencial que os jovens se dediquem a um processo de autoconhecimento...”

De acordo com uma pesquisa realizada pela Intelligent, revista on-line universitária, em dezembro do ano passado, os jovens recém-formados da geração Z nos Estados Unidos estão levando os pais em suas entrevistas de emprego. Segundo o estudo, cerca de 20% das empresas consultadas relataram essa prática. O estudo envolveu a participação de 800 gestores, diretores e executivos responsáveis pela contratação de pessoal.

Esse resultado pode ser analisado desde o momento em que os jovens encaram o término do ensino médio e se deparam com uma das decisões mais significativas de suas vidas: a escolha do curso universitário. Esse momento, repleto de expectativas e ansiedades, é marcado por questionamentos comuns, como “e se eu escolher errado?” ou principalmente “e se meus pais não aprovarem minha escolha?”.

De acordo com Marizane Piergentile, pedagoga e diretora de educação das unidades do ABCDM e Litoral do Colégio Adventista, é natural se sentir sobrecarregado diante dessa dúvida, porém, é importante reconhecer que essa jornada de decisão é uma oportunidade de crescimento e autoconhecimento.

“Antes de tomar uma decisão tão importante, é essencial que os jovens se dediquem a um processo de autoconhecimento. Isso inclui refletir sobre seus interesses, habilidades, valores e aspirações. Perguntas como ‘o que me motiva?’ ou ‘quais são minhas áreas de interesse?’ podem ser úteis nesse processo. Explorar diferentes campos por meio de estágios, cursos extracurriculares ou conversas com profissionais também podem ajudar”, destaca Marizane.

A pressão familiar, na maioria das vezes, pode adicionar um peso extra às preocupações. “O que mais observamos nesses jovens é a dificuldade de estabelecer um diálogo aberto e sincero com os pais e explicar os motivos por trás das escolhas e das expectativas em relação ao futuro. Por isso, o papel dos responsáveis aqui é fundamental. É necessário enxergar o filho como um ser humano com suas próprias individualidades e aspirações e não como uma extensão de si. Isso conta na hora de ganhar autoconfiança para o mercado de trabalho”, aponta.

Mas nem sempre a primeira escolha acaba sendo a mais adequada, e isso é normal. Diferente de alguns anos atrás, a nova geração está aprendendo a enxergar os erros e as decisões equivocadas como uma forma de aprendizado. Para a diretora, incentivar os jovens a explorar diversas opções e permanecer abertos a novas oportunidades pode ser fundamental para encontrarem um caminho que dialogue com suas paixões e objetivos.

“Não existe destino escrito em pedra e conforme os anos passam, os interesses mudam e acabamos descobrindo novas habilidades, hobbies e vontades que jamais imaginávamos quando mais novos. É importante pautar essas decisões sempre com um passo de cada vez”, finaliza Marizane.

Positividade tóxica: entenda o que é e por que pode ser tão prejudicial

Como lidar com atitudes de pessoas que praticam positividade excessiva

Foto: Banco de Imagem



A prática da positividade tóxica está muito relacionada com o desenvolvimento das relações entre influenciadores digitais e o público

Enxergar o lado bom de situações adversas é uma saída para amenizar os danos emocionais que elas podem gerar. No entanto, exagerar nas atitudes positivas, como uma espécie de repetição, pode ser uma lente perigosa para observar o mundo.

A positividade tóxica, muitas vezes confundida com otimismo, pode ser extremamente prejudicial para quem pratica e, também, para quem convive com pessoas que tendem a ter esse comportamento. E infringir ou reprimir todo e qualquer sentimento negativo pode causar diversos efeitos psicológicos negativos.

De acordo com Eliana Santos de Farias, professora doutora coordenadora do curso de Psicologia do Centro Universitário Braz Cubas, é incerto afirmar de onde surge esse tipo de comportamento, mas ele está comumente relacionado com questões psicológicas pessoais. “Seguramente está ali, no lugar de algum tipo de defesa emocional. Assim, a pessoa não precisa acessar suas inseguranças, imaturidade, conflitos e conhecimento raso ou inexistente sobre si e sobre o outro, bem como evitar responsabilidades, sobre si inclusive”, comenta.

Segundo a especialista, a prática da positividade tóxica, nos dias atuais, está muito relacionada com o desenvolvimento das relações entre influenciadores digitais e o público. Por exemplo, com a disseminação de rotinas altamente produtivas, alimentações regradas, metas facilmente alcançadas e avanços financeiros contínuos, sem considerar que esses êxitos não dependem unicamente de iniciativa e empreendedorismo e ignoram diversos marcadores sociais, como renda, entre outras variáveis.

O resultado, afora mostrar alguma fragilidade no funcionamento emocional de quem pratica a positividade excessiva, é o distanciamento do público em relação ao outro. “Além de não contribuir para o enfrentamento das adversidades cotidianas”, menciona Eliana.

Para romper com esse ciclo prejudicial, a professora defende que é necessário posicionamento e cautela: “É preciso entender que existem desigualdades bem reais em todo o mundo, seja em condições sociais e econômicas ou em rede de apoio socioemocional. É preciso se posicionar diante do que não nos faz bem”.

Por isso, a psicoterapia é bastante recomendada nesses casos, uma vez que trabalha o autoconhecimento e desenvolvimento de estratégias de enfrentamento assertivo e coeso. O tratamento profissional pode ter resultados muito positivos, levando a comportamentos pró-sociais e relações mais humanas e saudáveis consigo e com o próximo.

“É preciso compreender que avançamos não só em situações em que percebemos emoções e sentimentos positivos. De fato, quando me deparo com sensações, emoções ou mesmo sentimentos que nos parecem aversivos, temos aqui uma oportunidade de reconhecer nossos limites e aprender com eles. Quando isso acontece, estamos nos preparando para enfrentar situações semelhantes futuras e, assim, amadurecemos”, conclui.

ÓPTICA SÃO JOÃO

UM NOVO CONCEITO DE ÓTICA!

ESTILO, BELEZA E OUSADIA

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

Receitas fáceis de fazer com bacalhau

O consumo de bacalhau é uma tradição durante a Páscoa. Muitos têm receitas de família que fazem parte da celebração, um momento importante para aproveitar as refeições de forma saudável, reunidos à mesa. Saboroso, o peixe tem propriedades benéficas à saúde e é um grande aliado para quem busca uma preparação equilibrada para as comemorações da data.

A nutricionista do Oba Hortifrutti, Renata Guirau, ensina como preparar o alimento. "O ideal é fazer um bom processo de dessalga para evitar excesso de sódio. Como alguns pratos já levam outros itens ricos em sódio, como azeitonas, vale ter cuidado na hora de adicionar sal às receitas", diz.

A especialista dá dicas de como tornar o prato ainda mais nutritivo. Incluir vegetais assados e saladas coloridas para acompanhar o peixe ajuda no equilíbrio nutricional da refeição, além de ser muito saboroso. "Saladas de folhas mistas com queijos, castanhas e frutas picadas são ótimas opções para variar as saladas do

dia a dia e fornecem uma quantidade boa de vitaminas e minerais que o nosso corpo precisa", afirma.

Além do sabor e dos bons momentos à mesa, o bacalhau pode trazer outros benefícios:

1. Ajuda no ganho de massa magra: Rico em proteínas (a cada 100g de bacalhau tem em torno de 25g proteínas), é uma excelente fonte desse nutriente, essencial ao ganho e manutenção da massa muscular, o que favorece a saúde ao longo do processo de envelhecimento.

2. Protege o sistema imunológico. As proteínas também fazem parte de todos os processos de renovação de células do corpo, como as do sistema imunológico, crescimento das crianças, além de serem essenciais para a saúde da pele, unha e cabelos.

3. Ajuda na prevenção de doenças do coração: Contém ômega-3, uma gordura com potencial anti-inflamatório e antioxidante, que previne doenças crônicas, como as cardiovasculares. Essa gordura não está presente em muitos alimentos, e os peixes são as melhores fontes.

4. Auxilia a saúde do cérebro: O ômega-3 ajuda no desenvolvimento e proteção das células do sistema nervoso, por isso é importante incluir o nutriente na rotina alimentar, principalmente no caso das crianças, dos idosos e das gestantes.

5. Pode ser usado em estratégias de emagrecimento: Fonte de gorduras boas, o bacalhau não é considerado um peixe gorduroso, e tem teor calórico mais equilibrado. Essa característica é interessante para pessoas que precisam fazer um consumo de calorias moderado, nos casos de redução de peso corporal.

6. Previne alguns tipos de anemias: por ser rico em vitaminas de complexo B, essenciais para o metabolismo energético, ajuda a prevenir anemias por deficiência de vitamina B12 e B9.

7. Ajuda na saúde muscular e óssea: fonte de magnésio, cálcio e fósforo, minerais essenciais para o metabolismo ósseo ao longo da vida e manutenção da saúde da musculatura.

A nutricionista ensina três receitas fáceis de fazer.



Salada de grão-de-bico com bacalhau

Ingredientes

- 500g de bacalhau desfiado
- 3 xícaras de chá de grão-de-bico cozido
- 1 cebola roxa cortada em cubos
- 1 tomate médio cortado em cubos (não muito maduro)
- ½ xícara de chá de azeitonas pretas fatiadas
- 4 colheres de sopa de azeite
- Sal e salsinha picada a gosto

Modo de preparo

Tempere o grão-de-bico com o azeite e o sal. Misture os demais ingredientes delicadamente, finalizando com a salsinha picada. Deixe na geladeira por pelo menos 1 hora antes de servir.

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

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 LÍCIA 119

Feliz Páscoa!

A padaria Rivana deseja uma Páscoa com sabor de paz, amor e fraternidade.

RIVANA

PADARIA DELICATESSEN — Desde 1997 —

ENCOMENDAS 2024

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

Bacalhoadada



Ingredientes

- 1kg de lombo de bacalhau
- 1kg de batata inglesa
- 3 cebolas roxas médias
- 1 pimentão vermelho
- 1 pimentão amarelo
- 1 pimentão verde
- 4 ovos
- 1 xícara de chá de azeitonas pretas sem caroço
- 4 colheres de sopa de azeite de oliva
- ½ xícara de chá de salsa

Modo de preparo

Faça a dessalga do bacalhau, deixando de molho em água, na geladeira, por 24 horas. Corte as batatas em rodela de espessura média. Corte as cebolas em fatias finas. Faça o mesmo com os pimentões. Cozinhe os ovos e corte também em rodela. Pique as azeitonas e a salsa. Em uma panela, cozinhe o bacalhau coberto por água até que a carne fique macia (cerca de 30 minutos). Cozinhe, em outra panela, as rodela de batata com sal, até que fiquem al dente. Aqueça o azeite em uma frigideira e refogue a cebola, os pimentões e a azeitona. Em um refratário, faça uma camada com as batatas cozidas, em seguida acomode o lombo e finalize com o refogado. Finalize com a salsa picada e as rodela de ovo. Cubra com papel alumínio e leve ao forno por cerca de 30 minutos.

Bacalhau com legumes



Ingredientes

- 300g de lombo de bacalhau
- 6 batatas médias
- 1 cenoura média
- 2 cebolas médias
- 1 dente de alho
- ½ xícara de chá de alcaparras
- 2 colheres de sopa de azeite
- Salsinha picada a gosto
- Sal e pimenta do reino a gosto

Modo de preparo

Em uma panela, aqueça o azeite e doure o alho e as cebolas, previamente picados. Adicione as cenouras cortadas em lâminas e as batatas cortadas em rodela finas. Tempere com sal e pimenta. Cubra com água e cozinhe em fogo baixo por cerca de 10 minutos. Adicione na mesma panela, o bacalhau e as alcaparras. Tampe a panela e cozinhe por mais 15 minutos, e monitore para não deixar a água secar. Verifique se o bacalhau, a cenoura e as batatas estão na consistência desejada e desligue o fogo. Se necessário, deixe cozinhar por mais alguns minutos.

AULAS DE TEATRO

MAURICIO RIBEIRO 30 ANOS

crianças | adolescentes | jovens

matrículas abertas

informações (19) 98243.8817

whatsapp

Living Atemporal

Kelly Smisen
Designer 3D para Arquitetura



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

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

Neste ambiente, a fusão de alguns estilos resulta em uma composição meticulosa, criando uma atmosfera de serenidade e funcionalidade. Cada elemento é escolhido com precisão, e o resultado é um espaço que transcende as tendências temporais.

Na sala, os spotlights de trilho desempenham um papel fundamental. Sua instalação é descomplicada, e eles trazem consigo uma estética industrial. Esses spots podem ser embutidos ou sobrepostos, e a característica mais interessante é a flexibilidade: você pode direcionar a luz para diferentes pontos do ambiente ou mantê-los alinhados na mesma direção. A iluminação indireta, estrategicamente posicionada, realça a harmoniosa combinação de simplicidade e elegância.

O sofá escolhido é uma peça versátil. Com dois puffs, ele se adapta a diferentes configurações: você pode deixar o puff à frente como apoio para os pés ou até mesmo usá-lo como um assento lateral quando receber visitas. A mesinha lateral, cuidadosamente escolhida e posicionada, complementa perfeitamente o conjunto, independentemente da versão escolhida.

Uma dica interessante para esse ambiente é a obra de arte no chão, apoiada na parede. Quebre o padrão: nem sempre as obras de arte precisam estar penduradas. O mesmo vale para espelhos com moldura.

A continuidade é alcançada pelo uso do mesmo piso em todo o ambiente. A madeira, com seus nós aparentes e aparência natural, transcende o clássico e nos transporta para um mundo diferente. Ela é, por si só, uma obra de arte no living, irradiando calor e aconchego por todo o espaço.

Na parede em frente ao sofá, uma composição de elementos se complementa. Começando próximo à porta, dois quadros ocupam toda a parede no hall de entrada. O painel de TV é cercado por prateleiras minimalistas, abrigando uma variedade de objetos, cada um contando sua própria história de gosto pessoal e estilo.

Este é um ambiente atemporal, onde o passado e o presente se encontram, criando uma experiência única e acolhedora.



Integrando Estilo e Conforto: Um Espaço Atemporal

Neste ambiente, a harmonia entre a sala, a cozinha e a sala de jantar cria uma conexão fluida e convidativa. As entradas generosas de luz natural inundam todo o living, proporcionando uma sensação de bem-estar e vitalidade.

O Balcão de Mármore Imaculado: Foco Central

No coração desse espaço, o balcão de mármore se destaca como uma peça central. Sua superfície reflete a luz e adiciona um toque de sofisticação. Aqui, banquetas minimalistas convidam os moradores e visitantes a se sentarem, desfrutando de conversas descontraídas e momentos compartilhados.

Para a área da churrasqueira, optei por uma parede de tijolos na cor branca. Essa escolha oferece destaque sem criar contrastes bruscos. Os tijolos adicionam textura e rusticidade, enquanto a cor clara mantém a sensação de unidade e harmonia.

A Mesa de Jantar em Madeira: Encontros Íntimos

A mesa de jantar, feita de madeira natural, oferece um contraponto à frieza do mármore. Suas linhas simples e orgânicas sugerem encontros mais íntimos, onde amigos e familiares podem se reunir para compartilhar refeições e histórias. As cadeiras confortáveis incentivam a permanência, criando um ambiente acolhedor. As luminárias pendentes, estrategicamente posicionadas, lançam uma luz suave sobre a mesa de jantar. Elas não apenas iluminam o espaço, mas também criam uma atmosfera agradável e convidativa. À noite, quando as sombras se alongam, essas luminárias proporcionam um brilho suave e acolhedor.

Essas imagens capturam um ambiente bem projetado, onde o estilo e o conforto se entrelaçam. Cada elemento foi cuidadosamente selecionado para criar um espaço esteticamente agradável e funcional. Aqui, a vida contemporânea encontra sua expressão, e a beleza se funde com a praticidade.

Do chocolate aos cosméticos: conheça os perigos para os pets

Alimentos, plantas e produtos utilizados no dia a dia podem ser tóxicos para os animais



Foto: AdobeStock

O cacau contém teobromina, substância que não é metabolizada por cães e gatos e que coloca a saúde deles em risco

“Os pets também devem fazer uso de repelente e protetor solar, porém, isso não significa que eles podem usar os mesmos itens que nós usamos”

Com a chegada da Páscoa, é o momento de alertar sobre os riscos da ingestão de chocolate por cães e gatos. Porém, a atenção deve ser ampliada também a outros alimentos e temperos típicos das refeições da celebração, alguns, inclusive, tão perigosos quanto o chocolate.

O cacau, presente no chocolate, contém teobromina, substância que não é metabolizada por cães e gatos e pode desencadear uma série de problemas de saúde, que vão desde sintomas leves até complicações graves e potencialmente fatais. Os sinais clínicos incluem vômito, diarreia, distensão abdominal, aumento da frequência cardíaca, respiração acelerada, tremores e ataque cardíaco, podendo levar o animal à óbito.

“Os chocolates mais escuros e aqueles utilizados para fazer bolos e ovos de Páscoa caseiros são o que possuem maior quantidade de teobromina e, por isso, são os mais prejudiciais. Porém, até mesmo o chocolate branco, que contém pouco cacau, mas que é rico em açúcar e gordura, deve ser evitado”, alerta a médica-veterinária e consultora da rede de farmácias de manipulação veterinária DrogaVET, Farah de Andrade. O porte e a idade do animal também influenciam no grau de risco: filhotes, cães idosos ou de pequeno porte, diabéticos ou com doenças gastrointestinais crônicas são, no geral, mais sensíveis.

Uma alternativa para que os animais não fiquem de fora das

comemorações é oferecer petiscos específicos para os pets, inclusive aqueles que têm sabor e odor parecido com o de chocolate. A quantidade, claro, deve ser moderada, pois o excesso pode gerar problemas digestivos e refletir na balança.

Cardápio das celebrações

Os alimentos das refeições também não devem ser compartilhados com os pets. Cebolas e alho contêm dissulfetos e tiossulfatos, que podem causar danos aos glóbulos vermelhos dos animais, levando a uma anemia hemolítica. Uva e uvas-passas estão associadas a casos de insuficiência renal aguda em cães. O abacate contém persina, que pode ser tóxica para cães e gatos se ingerida em grandes quantidades. Além disso, o caroço do abacate pode representar um risco de obstrução intestinal, assim como espinhas de peixes, outro alimento bastante comum nas comemorações.

“A dica sempre é consultar o médico-veterinário. Se o pet já faz uso de alimentação natural, o tutor já sabe como preparar as refeições e pode variar os ingredientes conforme as orientações do veterinário. Se o pet se alimenta de ração, é preciso verificar como fazer o *_mix feeding_* (combinação de alimentos secos com úmidos) sem afetar a quantidade de calorias a serem ingeridas, sempre considerando as demais condições de saúde do animal: se não possui alergias, gastrite, diabetes ou outras doenças que requeiram ainda maior cuidado”, aler-

ta Farah.

Perigos além da mesa

Não são só os alimentos que oferecem perigo aos animais de estimação. Por isso, é preciso estar atento aos detalhes em casa e fora de casa, caso o pet acompanhe os tutores em viagens e visitas a parentes ou amigos.

Produtos de limpeza contêm substâncias químicas tóxicas, como cloro, amônia, ácidos e solventes, que podem ser prejudiciais se ingeridos ou inalados pelos animais de estimação. Mesmo a exposição cutânea a esses produtos pode causar irritação ou queimaduras na pele.

Algumas plantas domésticas são tóxicas para cães e gatos, como lírios, azaleias, filodendros, espada-de-são-jorge, comigo-ninguém-pode, mamonas, sagu-de-jardim, hera inglesa e ciclames. Além disso, fertilizantes, pesticidas e outros produtos de jardinagem podem oferecer riscos. É importante mantê-los armazenados e evitar que os pets ingiram qualquer tipo de planta.

Outro cuidado essencial é manter medicamentos fora do alcance dos pets, preferencialmente armazenados em armários de difícil acesso. “É comum deixarmos os remédios à vista para lembrarmos de tomá-los ou para uma emergência, mas os pets são curiosos e podem

ingeri-los acidentalmente. Gatos, por exemplo, costumam pular em prateleiras, entrar em armários e abrir gavetas.”, comenta a veterinária.

A aplicação de sprays, medicamentos e cosméticos de uso tópico também deve ser cuidadosa. “Os pets podem aspirar ou lamber medicamentos ou produtos de beleza que aplicamos em nossa pele ou cabelos e determinadas substâncias podem ser extremamente tóxicas ou irritantes para eles, como repelentes, tinturas para cabelo, ácido para a pele, entre outros”, alerta Farah, lembrando que ao aplicarmos estes produtos devemos manter os pets afastados até que a pele absorva tudo ou, até mesmo, evitar o contato direto com a região durante o período de tratamento.

O alerta vale ainda para o compartilhamento de produtos. “Os pets também devem fazer uso de repelente e protetor solar, porém, isso não significa que eles podem usar os mesmos itens que nós usamos”. Cosméticos, como shampoos e lenços umedecidos, e produtos para prevenção, como repelentes e filtros, devem ser próprios para animais. “Na manipulação veterinária é possível escolher entre diversas opções de ativos específicos para pets e combiná-los em um mesmo produto conforme orientação do médico-veterinário”, finaliza.



Março Lilás Unimed

Encerrando as comemorações do mês da mulher, a Unimed Piracicaba promoveu um encontro dedicado ao movimento Março Lilás, que conscientiza para a prevenção do câncer de colo de útero. Comandaram o ciclo de palestras, profissionais da Cooperativa: a médica ginecologista Fernanda Valvano, a nutricionista Scarletti Movio, a psicóloga Rosângela Oliveira, o educador físico Gustavo Trevisan e a jornalista Mara Ferraz. Espia só quem vestiu, literalmente, a camisa e apoia o cuidado à saúde feminina.



Fernanda Valvano, Rosângela Oliveira, Luciane Theodoro, Scarletti Movio, Gustavo Trevisan e Mara Ferraz



Andréia Camargo, Juliana Frutuoso e Valéria Spers



Rosi Novais, Michelly Peixoto, Daise Feitosa, Érica Murbach e Silvia Marques



Letícia Rizato, Bianca Rodrigues e Ane Castro



Tatiane Paes, Rayssa Assis, Marluce Silva, Débora Sacconi, Simone Pompermayer e Suzane Meira



Cristina Castro e Ana Maria Valvano



Maria do Carmo Mantuan, Zulmira Froner, Dorotéia Spadotte, Tânia César e Conceição Pinheiro



Bianca Campos, Kellen Dargone e Bianca Calamonaci



Luciane Theodoro e José Rogério Nicola, diretor de Promoção à Saúde da Unimed Piracicaba



Vanessa Calçada, Lia Formaggio, Evana Ortega e Michele Teixeira

Experiências em Pernambuco que provam que luxo é poder descansar depois da maratona das férias e do carnaval

Março está chegando ao fim, e para alguns, finalmente chegou também o tempo disponível para descansar – das férias dos outros. Filhos de volta à escola, burocracias de início de ano resolvidas, aeroportos mais tranquilos, ou seja, ventos favoráveis para quem quer tirar alguns dias para calma e contemplação. Localizado em Ipojuca, PE, o NANNAI Muro Alto, foi escolhido em 2023 como o melhor hotel de praia do Brasil, é especialista em tranquilidade. As dicas abaixo são apenas algumas das sugestões do que fazer por lá, seja para quem tem apenas três ou até dez dias para dar essa escapada!

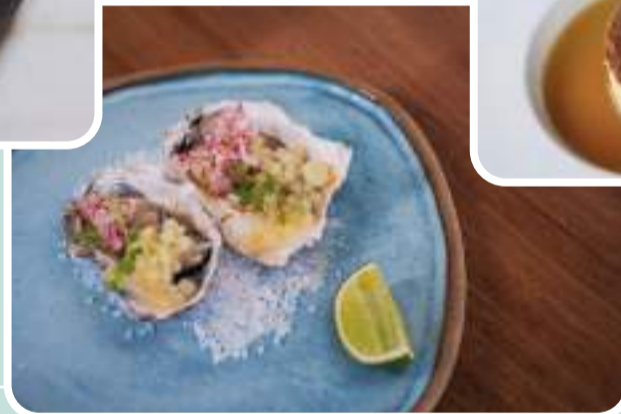
Drinks e tapas de frente para o mar

Mesmo já consagrado pelo público como o melhor hotel de praia do Brasil, o NANNAI Muro Alto não descansa em trazer novidades. Batizado de Salero, o recentemente inaugurado bar de praia do hotel é uma ode às coisas maravilhosas que envolvem algo tão simples como o sal. Evocando a praia e o mar, e também a arte da gastronomia, o Salero é uma junção de origens mediterrâneas com raízes brasileiras. Assim, quem busca ritmo de contemplação, pode curtir no beach club do NANNAI as tradicionais Tapas espanholas com o toque do time gastronômico do hotel. O Sargentinho, drink autoral do bar, que leva suco de limão, hortelã, vinho de Jerez e água com gás, é a pedida para começar.



Jantar com gosto - e carinho - de comida de tia

Com um cardápio que une o sofisticado e o rústico ao grande valor do hotel pelas matrizes da culinária local, o restaurante TiaTê é uma homenagem à Dona Tereza de Jesus Meira Lins, a matriarca do NANNAI. Seja em um almoço ou jantar, é possível provar as Ostras com pickles de caju, cebola roxa e coentro, uma das deliciosas entradas. O peixe assado com legumes na brasa e macaxeira gratinada é boa pedida de prato principal, e a seção do Livro de Receitas da Tia tem opções como o Arroz de lagosta com coco, Carr e de Sol com Mousseline de Macaxeira, saladinha de feijão verde e azeite de pimenta de cheiro. Se for se jogar na sobremesa, o Beijo Caboclo, doce típico da região, é escolha certa.



Ritual relaxante premiado

Duas marcas especialistas em bem-estar se unem para oferecer uma massagem exclusiva e personalizada. É o Ritual NANNAI, no NANNAI Spa by L'Occitane. Assim como o hotel, a L'Occitane em Provence também foi escolhida a melhor em sua atuação em 2023. Eleita a melhor marca de spa do mundo por profissionais do turismo, viajantes e imprensa, a L'Occitane assina o protocolo personalizado para os clientes NANNAI, uma massagem revigorante, tonificante e refrescante que associa técnicas de alongamento, thai massagem e shiatsu, aliviando tensões musculares. Com duração de 80 minutos, pode ser feita em casal, ou de forma individual.



Sobre o NANNAI

Com destaque para o luxo como valor de quem busca o propósito de viver a cultura local somada ao que há de melhor na experiência do turismo internacional, o NANNAI nasceu em Muro Alto, praia do município de Ipojuca, Pernambuco. Depois de 21 anos proporcionando hospedagem com afeto, o NANNAI chegou a Fernando de Noronha com esse mesmo sonho – agora em forma de pousada boutique. Reconhecido pelo público como o melhor hotel de praia do Brasil pela plataforma Prazeres da Mesa e no Trip Advisor entre os melhores hotéis do Brasil há 11 anos consecutivos, o NANNAI é um organismo vivo que escreve memórias especiais no coração e na mente das pessoas.