

Peeling de Fenol: projeto de lei obriga comunicação de complicações após procedimento



Foto: Banco de Imagens

Pág. 03

Proposta já foi aprovada na Câmara dos Deputados e segue para apreciação do Senado; morte de homem após fazer peeling de fenol acende alerta sobre riscos

Um projeto de lei (PL 9602/2018) que torna obrigatória a comunicação das complicações em procedimentos estéticos está aguardando apreciação pelo Senado após ser aprovado na Câmara dos Deputados, em dezembro do ano passado. Segundo o texto, o objetivo é melho-

rar a qualidade da informação, facilitando o acesso aos dados para prevenir esses casos. A morte de um empresário de 27 anos em São Paulo, no último dia 3 de junho, após fazer um peeling de fenol, levantou um alerta sobre os riscos dessa técnica.

Cultura

Pág. 24



Cidade

Pág. 11

Estudo do NEEPE-ESALQ avalia crescimento de produtividade dos municípios do Estado de São Paulo

Cidade

Pág. 12

Sustentabilidade e Impacto Social: Sorriso Cidadão é premiado em evento em São Paulo

Estética

w

Pág. 29

Olheiras e marcas de expressão podem ser sinais de desgaste dos dentes



Locatários escolhem um imóvel, locadores escolhem uma imobiliária.

Ambos escolhem a Frias Neto!

FRIASNETO
for business

R\$5 bilhões em ativos sob gestão.

Cidade

Pág. 04

DIU de progesterona pode reduzir risco de AVC isquêmico em 22%



Foto: Banco de Imagem

Nova pesquisa feita com cerca de 1,7 milhões de mulheres aponta que a chance de ocorrer um AVC pode diminuir dependendo do tipo de DIU usado

Cidade

Pág. 05

Insônia pode ser sintoma de depressão

Foto: Banco de Imagem



Estudo inédito do Instituto do Sono mostra que risco genético pode determinar a insônia e depressão no indivíduo

Cultura

Pág. 20

Vai começar a 198ª Festa do Divino

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

FOLHA DE PIRACICABA O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE



@Folhadepiracicaba

TERÇA 18/06

9 hs da manhã





É preciso muito cuidado com a criação da “Arrozbrás”

O governo brasileiro está importando arroz por causa da quebra de safra no Rio Grande do Sul. O que impressiona é que o governo quer fornecer o arroz tabelado e abaixo do preço de mercado.

De certa forma, essa intervenção no mercado vai representar um desestímulo à plantação de arroz no Brasil, porque os agricultores terão prejuízos. Ao fazer esse tabelamento, que desestimula o plantio, possivelmente ficaremos dependentes da importação de arroz, quando somos autossuficientes e exportadores. Isso representa uma intervenção semelhante àquela que vimos Nicolás Maduro fazer na Venezuela, quando resolveu vender a gasolina tão barata e muito abaixo do preço de mercado. Apesar de o país ter a maior reserva de petróleo do mundo, a medida desestruturou toda a indústria petrolífera do país.

Sempre que se inter-
vém no mercado, desestimula-se a produção. Intervenções geram a sensação de que os preços se tornam estáveis, mas há naturalmente desemprego decorrente daqueles que não continuarão a trabalhar no ramo onde ocorreu, destacadamente no caso do controle de preços.

Os congelamentos de preços no Brasil (planos Cruzado, Bresser e Collor) sempre foram um fracasso. Mesmo na Argentina houve congelamento de preços (Plano Primavera). Todos fracassaram. Aliás, há 4 mil anos o congelamento de preços fracassa, pois está no Código de Hamurabi, o primeiro registro de congelamento na história, que não deu certo. Tivemos, ainda, em 300 d.C. um congelamento praticado por Diocleciano em Roma, que também fracassou.

Congelar o preço, desestimulando a produção nacional e tendo que se comprar, eventualmente, mais caro para se vender mais barato, é intervenção no mercado que nunca deu certo.

Além disso, no caso brasileiro, está se importando uma fantástica quantidade, com queima de divisas, quando asseguraram muitos especialistas do setor que a

produção nacional ainda pode garantir o consumo interno.

Isso preocupa os produtores brasileiros, pois se eles deixarem de produzir, em vez de termos o arroz como gerador de divisas, o teremos como um consumidor de divisas.

A melhor forma de baixar preços é produzir e produzir muito, de tal forma que a quantidade permita a redução de preço. Se adotarmos no Brasil a “Arrozbrás”, intervenção típica de regimes esquerdistas e que nunca deu certo, corremos o risco de ver mais um fracasso da nossa economia.

Precisamos que todos aqueles que conhecem o assunto pressionem o Congresso Nacional para que tenhamos liberdade no setor, até porque o artigo 174 da Constituição Federal declara que

o planejamento econômico é indicativo para o setor privado, mas não pode ser obrigatório.

No momento, entretanto, em que se congela o preço do arroz, se torna obrigatório. Aqueles que não praticarem o mesmo preço não poderão vender sua mercadoria, e se esses preços tabelados não compensarem, desestimular-se-á a continuidade da produção de arroz no Brasil.

Ives Gandra da Silva Martins é professor emérito das universidades Mackenzie, Unip, Unifieo, UniFMU, do Ciee/O Estado de São Paulo, das Escolas de Comando e Estado-Maior do Exército (Eceme), Superior de Guerra (ESG) e da Magistratura do Tribunal Regional Federal - 1ª Região, professor honorário das Universidades Austral (Argentina), San Martin de Porres (Peru) e Vasili Goldis (Romênia), doutor honoris causa das Universidades de Craiova (Romênia) e das PUCs PR e RS, catedrático da Universidade do Minho (Portugal), presidente do Conselho Superior de Direito da Fecomercio -SP, ex-presidente da Academia Paulista de Letras (APL) e do Instituto dos Advogados de São Paulo (Iasp).

Artigo

Privatização aqui não, senhor Tarcísio!

No dia 5 de junho afastei-me de minhas funções como segunda presidenta da APEOESP, como determina a lei eleitoral, devido à minha condição de pré-candidata a prefeita de Piracicaba, colocando meu nome à disposição do Partido dos Trabalhadores, ao qual sou filiada, demais partidos que compõem a “Federação Brasil da Esperança” e partidos que possam vir a se aliar conosco.

Dedicar-me à pré-campanha em Piracicaba não significa que me afasto das lutas em defesa da Educação, dos serviços públicos e demais direitos e interesses do povo paulista. Ao contrário, como deputada estadual, continuo trabalhando ativamente em todas as questões que afetam a população paulista, sobretudo as camadas mais pobres, que vêm sendo duramente atacadas pelo governo Tarcísio.

Por ser assim, não posso deixar de registrar minha indignação com a pretensão do governador, concretizada na edição do decreto 68.597, de privatizar escolas públicas no estado de São Paulo. Esta indignação levou-me a protocolar o Projeto de Decreto Legislativo (PDL) nº 27/2024, para tornar sem efeito esse decreto do governador.

É inadmissível que o governador Tarcísio de Freitas e seu secretário da Educação, Renato Feder, tratem a educação pública como espaço para negócios, para introduzir empresas e grupos privados em nossas escolas para lucrarem com a gestão escolar. A escola tem que ser pública, gerida democraticamente pelos Conselhos de Escola, com participação de professores, estudantes, funcionários, pais, que devem elaborar e zelar pela implementação de seu projeto político-pedagógico.

Não adianta o governador e seu secretário dizerem que as empresas irão gerir a parte “não pedagógica” das escolas. Não, a escola pública não pode ser dividida em áreas estanques. A gestão democrática, como preveem a Constituição Federal e a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, alcança todos os assuntos relativos à escola pública.

Temos experiência de vida suficiente para saber que a privatização pode se dar de múltiplas formas. Ela pode se iniciar com a terceirização de serviços, com concessões com a privatização de parte das atribuições dentro da unidade escolar. Porém, sabemos bem, o objetivo é a privatização total da educação no estado de São Paulo, projeto esse que sucessivos governos tentaram implementar, mas tiveram que enfrentar a resistência ativa da comunidade escolar e dos segmentos da população comprometidos com a defesa da educação pública.

Novamente, enfrentaremos esse projeto de privatização nas escolas, nas ruas, no parlamento, no judiciário, nas mídias e em todos os espaços possíveis. O governador não encontrará em meu mandato, não encontrará nas organizações estudantis, nos sindicatos e entidades da área da educação, nos movimentos sociais, nenhuma passividade diante desse ataque.

Da mesma forma, não encontra passividade de nossa parte quando lutamos e resistimos contra a tentativa de confisco de R\$ 10 bilhões, em valores atuais, das verbas da educação. Esse é o propósito da PEC 9/2023, que o governo tenta aprovar na Comissão de Constituição, Justiça e Redação da ALESP. Semanalmente estão lá os professores, os estudantes, os movimentos sociais para dizer não a esse projeto criminoso.

Resistiremos também à implantação das escolas-quartel. O Ministério Público Federal já deu seu parecer: a lei aprovada debaixo de violência policial na ALESP é inconstitucional. Tenho dito e repito: cada escola será uma trincheira de luta contra a militarização da educação. Escola é lugar de liberdade, de pluralidade, de ensinar e aprender, não de disciplina militar.

Quero ser prefeita de Piracicaba para cuidar de nossa cidade em todos os seus aspectos, inclusive em relação à educação. E não perco meu vínculo e meu compromisso com a luta por educação pública, gratuita, inclusiva, de qualidade, para todos e todas. Contem sempre comigo.

Professora Bebel é Deputada Estadual pelo PT, segunda presidenta licenciada da APEOESP e pré-candidata à prefeita de Piracicaba

Diretor Comercial: Marcelo Germano; **Editora Revista Us:** Rosana Di Hipolito; **Diagramação:** Flavio Salgueiro; **Arte Final e Tratamento de Imagem:** Daniel Kusunoki; **Revisão:** Ana Lucia Valente
E-mail: contato@folhadepiracicaba.com.br.
Site: www.folhadepiracicaba.com.br.

Projeto de lei obriga comunicação de complicações em procedimentos como peeling de fenol

Proposta já foi aprovada na Câmara dos Deputados e segue para apreciação do Senado; morte de homem após fazer peeling de fenol acende alerta sobre riscos



Foto: Banco de Imagens

Os peelings são procedimentos que promovem uma descamação da pele e podem ser superficiais, médios ou profundos

“Infelizmente, as pessoas escolhem o profissional pelo número de seguidores, pelas fotos ‘antes e depois’ cujos resultados nem sempre representam a realidade. Da mesma forma que a internet trouxe acesso à informação, ela também faz tudo parecer muito fácil.”

Gabriela Cupani

Um projeto de lei (PL 9602/2018) que torna obrigatória a comunicação das complicações em procedimentos estéticos está aguardando apreciação pelo Senado após ser aprovado na Câmara dos Deputados, em dezembro do ano passado. Segundo o texto, o objetivo é melhorar a qualidade da informação, facilitando o acesso aos dados para prevenir esses casos. A morte de um empresário de 27 anos em São Paulo, no último dia 3 de junho, após fazer um peeling de fenol, levantou um alerta sobre os riscos dessa técnica.

Um artigo publicado nos Anais Brasileiros de Dermatologia destaca que faltam publicações mostrando a real dimensão desses eventos adversos, que muitas vezes ficam restritos ao sigilo médico ou deixam de ser expostos por vergonha.

Isso inclui desde problemas em procedimentos complexos, como cirurgias plásticas, mas também aqueles decorrentes de preenchimentos, alisamentos e até tatuagens e piercings, que podem ser desde intoxicações e infecções até casos de cegueira, por exemplo. Segundo os autores, é preciso saber o que está por trás dessas ocorrências, que afetam muitas vezes pessoas jovens e saudáveis, bem como produtos e intervenções de má qualidade que podem colocar a saúde da população em risco.

De acordo com as investigações acerca da morte do empresário Henrique Silva Chagas, ele faleceu cerca de duas horas após realizar o procedimento conhecido como peeling de fenol (saiba mais abaixo), na clínica de uma esteticista. Chagas teve ferimentos graves no rosto e na garganta, e a suspeita é de que ele sofreu uma reação alérgica, que teria desencadeado um choque anafilático. Segundo informações preliminares, ele não havia sido submetido a exames prévios.

Após o caso, a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) divulgou uma nota técnica esclarecendo que o peeling de fenol existe há muitos anos e, por ser um procedimento agressivo e invasivo, é essencial ser conduzido por médicos habilitados, preferencialmente em ambiente hospitalar.

Conforme a SBD, o profissional deve ser treinado e especializado, capaz de fazer uma avaliação médica completa do paciente, levando em conta seus fatores de risco e possíveis efeitos adversos. “Como em muitos procedimentos, vemos uma banalização e toda vez que isso ocorre se subestimam os riscos e aparecem casos de complicações”, observa a dermatologista Barbara Miguel, do Hospital Israelita Albert Einstein. “Infelizmente, as pessoas escolhem o profissional pelo número de seguidores, pelas fotos ‘antes e depois’ cujos resultados nem sempre representam a realidade. Da mesma forma que a internet trouxe acesso à informação, ela também faz tudo parecer muito fácil.”

Por isso, antes de qualquer intervenção clínica ou cosmética, a SBD recomenda sempre procurar a orientação de um dermatologista, que pode avaliar adequadamente as condições e indicar a melhor abordagem. Procure também se certificar se o profissional é devidamente qualificado, se tem as credenciais necessárias e se está registrado em órgãos reguladores, se possui CRM e RQE (Registro de Qualificação de Especialista) para atuação na área.

“Procedimentos médicos sempre apresentam riscos e complicações potenciais, algumas vezes irreversíveis, que podem ser agravados quan-

do não há uma avaliação completa da saúde e das expectativas do paciente”, frisa a dermatologista.

O que é o peeling de fenol?

Os peelings são procedimentos que promovem uma descamação da pele e podem ser superficiais, médios ou profundos. Eles são usados no tratamento de problemas como fotoenvelhecimento, rugas e cicatrizes. No caso do fenol, é um peeling profundo, extremamente agressivo, que remove totalmente a epiderme, a camada mais superficial, atingindo a derme. O objetivo é promover uma completa regeneração do tecido, eliminando rugas e marcas, e - quando bem indicado e conduzido - pode apresentar ótimos resultados.

Quais os riscos e cuidados na aplicação?

O fenol é um composto absorvido pela pele e cai na corrente sanguínea, de modo que pode ter efeito tóxico sobre o coração, os rins e o fígado. Também pode levar a arritmias graves e até parada cardíaca. Por isso, o procedimento é contraindicado em pacientes com problemas nesses órgãos. Além disso, ele não pode ser feito por quem tem pele morena e deve ser evitado em tabagistas. Antes de indicá-lo, é essencial fazer exames para uma avaliação completa do paciente e suas comorbidades.

O uso de fenol para tratar cicatrizes

foi desenvolvido na Primeira Guerra Mundial (1914-1918). Mas, nos anos 1960, os peelings começaram a ser aperfeiçoados e se tornaram mais populares. Hoje, com modificações na fórmula, ele já não é mais um procedimento restrito ao ambiente hospitalar, e é possível realizá-lo em consultório. No entanto, deve haver monitoramento cardíaco, e a equipe médica deve estar preparada para lidar com complicações. “Não é um procedimento que qualquer um pode fazer”, frisa a especialista do Einstein. Para a SBD, o peeling de fenol deve ser feito “preferencialmente em ambiente hospitalar, com o paciente devidamente anestesiado e sob monitoramento cardíaco.”

Como é a recuperação e quais as possíveis complicações?

Normalmente, após o procedimento há dor, inchaço e formação de crostas espessas. A recuperação completa pode demorar até três meses. Ainda assim, há riscos de hiperpigmentação ou hipopigmentação, formação de cicatrizes, eritema persistente (vermelhidão) e reações alérgicas, além de infecções e até problemas cardíacos imprevisíveis. Segundo a SBD, há riscos independentemente da concentração, do método de aplicação e da profundidade atingida na pele.

Fonte: Agência Einstein



DIU de progesterona reduz risco de AVC isquêmico em 22%, sugere estudo dinamarquês

Nova pesquisa feita com cerca de 1,7 milhões de mulheres aponta que a chance de ocorrer um AVC pode diminuir dependendo do tipo de DIU usado

“Esta descoberta levanta a questão de saber se o levonorgestrel, além de suas propriedades contraceptivas, pode ter o potencial de prevenir acidentes vasculares cerebrais isquêmicos”

Um novo estudo dinamarquês, publicado neste ano na revista *Stroke*, descobriu que mulheres que usaram dispositivos intrauterinos (DIUs) liberadores de levonorgestrel (DIU-LNG) apresentaram um risco 22% menor de sofrer um acidente vascular cerebral isquêmico (AVC) do que aquelas que não usaram contracepção hormonal.

O estudo, que acompanhou 1,7 milhões de mulheres, também não encontrou aumento no risco de hemorragia intracerebral entre as usuárias do DIU-LNG.

“Esta descoberta levanta a questão de saber se o levonorgestrel, além de suas propriedades contraceptivas, pode ter o potencial de prevenir acidentes vasculares cerebrais isquêmicos”, afirma a médica Alexandra Ongaratto, especializada em ginecologia endócrina e climatério e Diretora Técnica do primeiro Centro Clínico Ginecológico do Brasil, o Instituto GRIS.

Detalhes da pesquisa

O estudo incluiu mulheres entre 18 e 49 anos que viveram na Dinamarca entre 2004 e 2021. As participantes foram divididas em dois grupos: usuárias do DIU-LNG e não usuárias de contracepção hormonal.

Durante o período de acompanhamento, 2.916 mulheres sofreram AVC isquêmico e 367 tiveram hemorragia intracerebral.

Entre as usuárias do DIU-LNG, a taxa de incidência de AVC isquêmico foi de 19,2 por 100.000 pessoas-ano, enquanto para as mulheres que não usavam contracepção hormonal, a taxa foi de 25,2.

O primeiro de diversos passos

Os resultados da pesquisa sugerem que o DIU-LNG pode ser uma opção contraceptiva segura e eficaz para mulheres que desejam reduzir o risco de AVC isquêmico.

“Embora os resultados sejam promissores, é importante res-



O estudo não encontrou diferença significativa no risco de AVC isquêmico entre as diferentes faixas etárias das participantes

saltar que este estudo é observacional e não pode provar definitivamente que o uso do DIU causa uma redução no risco de AVC. Muitas outras coisas, como hábitos de vida, histórico médico e genes, também podem afetar o risco de AVC”, disse Alexandra. “Mais pesquisas são necessárias para confirmar esta descoberta.”

O que mais influencia os resultados?

O estudo não encontrou diferença significativa no risco de AVC isquêmico entre as diferentes faixas etárias das participantes.

As mulheres que se mudaram para a Dinamarca de países não ocidentais apresentaram um risco significativamente menor de

AVC isquêmico do que as dinamarquesas nativas.

O estudo não teve acesso a informações sobre todos os fatores de risco de AVC das participantes, como tabagismo, consumo de álcool e índice de massa corporal.

Recomendações

As mulheres que estão considerando o DIU-LNG como método contraceptivo devem conversar com seu médico sobre os riscos e benefícios.

“O DIU-LNG pode ser uma boa opção para algumas mulheres, mas não é para todas”, ressalta a médica. “É importante discutir suas opções com seu médico para encontrar o método contraceptivo certo para você”, finaliza.

CONDOMÍNIO ONDAS GRANDES 2

AS MARGENS DA REPRESA SANTA MARIA DA SERRA/SP

· LOTES DE 1.000 M²

À PARTIR DE: ★ ★ ★ ★ ★

R\$ **180** MIL

ENTRADA DE **50%**

+ **24 x SEM JUROS**

· ESCRITURA NA HORA

WHATSAPP DE PLANTÃO

19.99775.3973



CRECI 28097J



A PAULO FECHA COM VOCÊ!

PLANTÃO DE VENDAS NO LOCAL
SÁBADO E DOMINGO

E MUITO MAIS...

- ✓ VISTA PRIVILEGIADA
- ✓ CONDOMÍNIO ALTO PADRÃO
- ✓ PESCA E NAVEGAÇÃO
- ✓ 2 RAMPAS PARA BARCOS
- ✓ PORTARIA 24 HORAS
- ✓ QUIOSQUES E QUADRAS

Pesquisadores estudam a insônia como sintoma principal de quem tem depressão

Estudo inédito do Instituto do Sono mostra que risco genético pode determinar a insônia e depressão no indivíduo

“Quanto maior o risco genético para queixas de sono, aumentava o risco genético para sintomas depressivos. Os genes que contribuíram para os escores poligênicos se sobrepujaram, indicando uma correlação genética forte entre essas condições”

A insônia não é apenas um sintoma secundário da depressão, mas sim, parte integrante da doença mental. Esse é o resultado da pesquisa descoberto por um grupo de pesquisadores do Instituto do Sono, empresa da Associação Fundo de Incentivo à Pesquisa (AFIP) em um estudo inédito que foi apresentado nos EUA, no SLEEP 2024, durante a 38ª Reunião Anual das Sociedades Profissionais Associadas de Sono (de 1º a 5 de junho).

Para chegar a essa conclu-



Problemas de sono não podem ser tratados como algo secundário em pessoas com depressão, eles são parte central da doença

são, a equipe de pesquisadores examinou a relação entre o risco genético para problemas de sono e sintomas de depressão em uma amostra epidemiológica da cidade de São Paulo chamada EPISONO (Estudo Epidemiológico do Sono de São Paulo). Os participantes selecionados tinham faixas etárias entre 20 e 80

anos e foram submetidos à avaliação clínica, polissonografia noturna completa e responderam a um conjunto completo de questionários sobre sono. Houve também coleta de amostras de sangue para extração de DNA e genotipagem dos voluntários. Esses dados serviram para calcular o risco genético

dessas pessoas a problemas de sono e a sintomas depressivos.

A pesquisadora Mariana Moyses Oliveira é uma das responsáveis pelo estudo e conta que a privação de sono de forma pontual não potencializa o desenvolvimento da depressão, mas a insônia, como um problema de sono crônico, sim.

UPA LIVRE
TRATAMENTO DA DENGUE E SÍNDROMES RESPIRATÓRIAS

Uma nova unidade exclusiva para pacientes com síndromes respiratórias e suspeita de dengue.

Atendimento rápido com triagem, exames, hidratação e medicação

Três consultórios médicos e áreas de espera confortáveis

Atendimento:
Segunda a domingo | 7h às 18h
Quadra poliesportiva do Tiro de Guerra | Bairro Morumbi

PREFEITURA DE Piracicaba

“Já foi descrito que em pessoas com sintomas depressivos graves, o fato de ter insônia estava relacionado com a falta de resposta aos tratamentos para depressão. Também já foi provado que pessoas com insônia têm maior risco de ter depressão no futuro”, conta. Ela explica que os achados desta nova pesquisa são inéditos e que a insônia e os sintomas depressivos partem de origens genéticas muito parecidas. A conclusão é de que os problemas de sono não podem ser tratados como algo secundário em pessoas com depressão, eles são parte central da doença.

Risco genético para problemas do sono

Por meio de um modelo estatístico avançado chamado “escore poligênico”(que permite prever o risco para doenças complexas ao considerar milhares de variantes genéticas), a pesquisa mostrou a interrelação entre o risco genético para esses problemas de saúde.

É a primeira vez que mo-

delos de predição de risco genético são usados para identificar risco aumentado de problemas de sono em uma amostra brasileira e o exame em questão se chama varredura genômica, ou SNP-array.

Moisés conta que a análise foi baseada em estudos de associação do genoma completo para depressão e insônia. Os resultados indicam que os escores poligênicos foram eficazes em alocar os indivíduos em grupos de alto e baixo risco para problemas de sono e depressão. Pessoas com má qualidade de sono tendiam a apresentar sintomas depressivos mais graves. “Quanto maior o risco genético para queixas de sono, aumentava o risco genético para sintomas depressivos. Os genes que contribuíram para os escores poligênicos se sobrepuseram, indicando uma correlação genética forte entre essas condições”, explica.

A pesquisadora acredita que os resultados podem ter implicações significativas

para a saúde pública, pois políticas que promovam a identificação precoce e o tratamento integrado podem ser mais eficazes na redução da carga dessas condições na sociedade. “Acredito que as pesquisas podem levar a novos protocolos clínicos que abordem de forma integrada a saúde mental e a qualidade de sono, abrindo caminhos para a pesquisa científica e permitindo uma compreensão mais profunda das causas desses problemas de saúde. Além disso, usar dados genéticos para prever a predisposição permite identificar pessoas em risco antes mesmo que os sintomas se manifestem”, ressalta.

Fatores genéticos

A manifestação de doenças comuns geralmente é determinada por fatores genéticos e ambientais. Os fatores genéticos não mudam desde a concepção e as pessoas são expostas aos fatores ambientais, como raios ultravioleta, alimentação, uso de substâncias, ao longo da



vida.

Os pesquisadores da AFIP conseguiram usar modelos matemáticos para calcular o risco genético, como uma forma de prever se uma pessoa tem um risco aumentado ou diminuído para uma determinada doença. “Para doenças comuns, não conseguimos atribuir um único gene. Não existe o gene da depressão, da insônia ou do câncer. O risco genético é determinado por diversas (muitas vezes milhares de) variações genéticas. Apenas

quando avaliamos o conjunto dessas variações genéticas podemos calcular o risco genético”, afirma.

Ainda segundo ela, com uma amostra epidemiológica, o estudo fornece uma base sólida para identificar variações genéticas que podem ser usados como biomarcadores de risco. Compreender essas conexões genéticas permite desenvolver tratamentos que atacam as causas das doenças, não apenas os sintomas, reduzindo a chance de recaídas.



MATRÍCULAS ABERTAS

SENAI Mário Dedini
Rua Dom Pedro II, 1474
Centro

☎ 19 3437-4840



SENAI Mário Henrique Simonsen
Av. Marechal Castelo Branco, 1000
Jardim Primavera

☎ 19 3412-3500





ZYONE

FOR ALL

A Zyone Cosméticos, é uma empresa legítima Piracicabana, responsável pelos perfumes do XVzão



**USE PERFUMES DO XVZÃO
VERSÃO FEMININA E MASCULINA**

UMA PARCERIA FORTE DE TRADIÇÃO E QUALIDADE

Produto disponível para compra nas LOJAS DO XV

www.xvmania.com.br

A novidade dos Smart Contracts

Nos dias de hoje, as novidades no meio jurídico não chegam mais aos poucos. Aparecem e são impostas numa velocidade absurda, e aquilo que parece ser utópico vira realidade num curto espaço de tempo.

Começamos há pouco tempo ouvir falar dos chamados Smart Contracts ou Contratos Inteligentes. Hoje precisamos compreender e saber trabalhar com esse tipo de contrato, pois está embrionariamente começando a ser utilizado, mas certamente num futuro breve fará parte do cotidiano das pessoas.

Trata-se de acordos com força de contrato, que estabelece normalmente em suas cláusulas regras e condições, mas que são executados por um código de computador, criados e armazenados por blockchains, sendo, por isso, seguros e sem possibilidades de alterações ou fraudes.

As blockchains foram criadas com as criptomoedas e para

sua segurança. São bancos de dados compartilhados capazes de registrar, em blocos digitais e altamente tecnológicos, as transações. Não são controladas por autoridades e não têm, portanto, controle externo. Mas hoje em dia são utilizadas também para outras finalidades, como a criação dos Smart Contracts.

Para celebrar um Smart Contract, as partes devem negociar as regras da sua relação, as quais devem ater-se à legislação vigente. Na sequência, redigem suas cláusulas e remetem para que seja registrado em blockchain, fazendo a assinatura digital com chave criptográfica. E, isso feito, as condições do acordo passam a ser eletronicamente monitoradas, com consequente ações para cada condição que for observada.

A título de exemplo, se as partes estabelecem que um documento será entregue somente após o pagamento de um preço combinado, o valor será auto-

maticamente transferido quando a entrega ocorrer na ação monitorada.

Parece que estamos falando em linguagem superficial e divagando, mas já é uma realidade.

No mundo inteiro há uma crescente utilização dos Smart Contracts, por conta da segurança que a blockchain lhe propicia. Já se vê seu uso nas áreas da saúde, no mercado financeiro, nos ramos jurídico e imobiliário, no comércio eletrônico, entre várias outras.

Existem plataformas para criação e uso desses contratos na forma acima. Os interessados na elaboração desse tipo de contrato devem acessá-las para sequenciar os passos necessários. Alguns exemplos de plataformas conhecidas são a Ethereum,, EOS, Tron e Cosmos.

Nos termos mencionados, ao dispensar os intermediários (por exemplo, cartórios) para a sua execução, o Smart Con-

Marcelo Rosenthal é advogado, administrador do escritório MRAA



tract dá uma maior autonomia aos contratantes, além de oferecer outras vantagens, principalmente no que diz respeito à segurança e impossibilidade de alteração ou fraude, já que a blockchain não pode ser deletada ou modificada.

Por outro lado, os especialistas ainda enxergam problemas para a sua utilização. Em contraponto à segurança e imutabilidade que a blockchain propicia, vem o engessamento, por exemplo. Ainda, sua utilização exige conhecimentos técnicos finos na área da informática, para que seja possível sua criação, manuseio e compreensão.

No Brasil, o maior problema é quanto sua aceitação com validade jurídica. Não há como registrar, por ora e exemplificando, um Smart Contract de

compra e venda de imóvel. Mas certamente o tema, já em voga, será abordado amplamente nos próximos anos, provocando alterações nas leis, discussões doutrinárias e novas interpretações jurisprudenciais.

Assim sendo, embora seja possível, ainda não é recomendável o uso do Smart Contract no Brasil, mas os olhos devem estar abertos para os próximos passos, já que a situação pode mudar de maneira rápida.

Ademais, para qualquer espécie de contrato, elaborado no formato físico, eletrônico ou inteligente, é imprescindível que as partes estejam amparadas por profissionais capacitados da área jurídica, já que a boa redação e observância das formalidades das cláusulas pode evitar enormes prejuízos futuros.

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



Escola de Educação Infantil “A Cigarrinha” “Quem Ensina com amor, ensina melhor”

Os meses de junho e julho são repletos de festas características dessa época do ano: as Festas Juninas. E mais uma vez, os alunos da Escola de Educação Infantil “A Cigarrinha” brilharam no palco do Clube de Campo de Piracicaba, em apresentações que encantaram pais, familiares e amigos que estiveram prestigiando o evento.

Mas, mais do que fazer parte do calendário cultural da escola, a festa junina é um elemento pedagógico importante para a formação das crianças. A época junina transforma a escola em um espaço educativo lúdico, onde crianças e jovens têm a oportunidade de aprender sobre história, geografia, gastronomia e folclore brasileiro de uma maneira divertida e

interativa.

“Nossa escola tem um papel importante na valorização das tradições. As vivências ao longo dessas festividades têm como foco a construção de ricas experiências de aprendizagem para os pequenos”, diz Maria Inês Faleiros Pinheiro, diretora-proprietária da Escola A Cigarrinha.

Além de enriquecer o conhecimento das crianças sobre costumes e tradições típicas, a festa junina da Escola de Educação Infantil “A Cigarrinha” teve por objetivo integrar as famílias, oportunizando momentos de lazer e diversão com pais, avós, tios e filhos, de uma forma divertida de expressar emoções e experimentar coisas novas.

Atenção! Matrículas abertas para segundo semestre.

Períodos: manhã, tarde e integral.

Escola de Educação Infantil “A Cigarrinha”

Endereço: Av. São João, 635 - São Judas, Piracicaba

Contato: (19) 3433-1104 - (19) 981868084

Fotos: Marcelo Germano



Um Compromisso com a Excelência e Inovação

Nos dias 06 e 07 de junho, a equipe do Cemitério Parque da Ressurreição participou do XVIII Fórum de Gestão e Administração de Cemitérios e Crematórios - ACEMBRA | SINCEP, realizado em São Paulo. Este evento, repleto de troca de conhecimento, networking e inovação, foi uma oportunidade essencial para aprimorar os serviços oferecidos pelo nosso cemitério, refletindo diretamente no bem-estar dos nossos clientes e na excelência da nossa administração.

Destaques do Fórum

A palestra "Da Estratégia à Execução" destacou a importância de um planejamento estratégico bem executado, fundamental para a administração do Cemitério Parque da Ressurreição.

O Painel do Comitê do Meio Ambiente enfatizou a adoção de práticas sustentáveis e o cumprimento da legislação ambiental. Isso reflete nosso compromisso com a criação de um espaço que honra a memória dos entes que-

ridos e preserva a natureza para as futuras gerações.

Palestras e painéis sobre liderança e empatia reforçaram a importância de liderar com paixão e compreensão, princípios que aplicamos diariamente em nosso atendimento.

Discussões sobre as interações do setor com esferas políticas e os impactos da reforma tributária são essenciais para nos mantermos alinhados com as mudanças legislativas e garantir a melhor gestão possível.

A palestra sobre atendimento destacou a importância de lidar com clientes em momentos de vulnerabilidade emocional com sensibilidade e eficácia.

Encerrando o evento, uma sessão reflexiva convidou à contemplação sobre a essência do trabalho no setor funerário e seu impacto profundo nas pessoas.

A participação no Fórum reforça nosso compromisso com a excelência e a inovação. Estamos sempre buscando maneiras de melhorar e inovar, garantin-



Fotos: Divulgação

A equipe do Cemitério Parque da Ressurreição durante o XVIII Fórum de Gestão e Administração de Cemitérios e Crematórios - ACEMBRA | SINCEP

do que cada detalhe seja tratado com o maior cuidado e respeito.

A importância do planejamento antecipado da compra de um jazigo não pode ser subestimada. Oferecemos diversas opções de jazigos, com formas de pagamento facilitadas, adaptadas às necessidades e possibilidades de cada família. Planejar antecipadamente proporciona paz de espírito e alivia o peso das decisões difíceis em momentos de luto.

O Cemitério Parque da Ressurreição é um lugar voltado para a vida, onde a memória dos entes queridos é preservada com dignidade. Oferecemos um ambien-

te acolhedor e sereno, com belos jardins, caminhos arborizados, floricultura e o charmoso Brandt Coffee. Cada visita é uma oportunidade de reflexão e lembrança, proporcionando conforto tanto para as famílias que visitam quanto para aquelas que decidem se planejar para o futuro.

Convidamos você a visitar o Cemitério Parque da Ressurreição e descobrir por si mesmo o ambiente sereno e acolhedor que oferecemos. Estamos localizados na Avenida Comendador Luciano Guidotti, 1754, Piracicaba, SP. Para mais informações, entre em contato pelo telefone (19) 3426-4877.



XVIII Fórum de Gestão e Administração de Cemitérios e Crematórios - ACEMBRA | SINCEP, realizado em São Paulo



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.parquedaresurreicao.com.br



Estudo do NEEPE-ESALQ avalia crescimento de produtividade dos municípios do Estado de São Paulo

A taxa de crescimento em Piracicaba foi o dobro da média dos municípios analisados

“Essa evolução mostra que na média, os municípios paulistas, e mais especificamente a região metropolitana de Piracicaba, estão conseguindo promover crescimento econômico sustentado em ganhos de produtividade”

Trabalho realizado pelo Núcleo de Estudos e Estratégias em Produtividade e Eficiência da ESALQ (NEEPE-ESALQ) apontou que a região metropolitana de Piracicaba obteve uma taxa de crescimento de produtividade acima da média dos municípios paulistas. Coordenado pelos pesquisadores Humberto Francisco Silva Spolador, professor da Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz” (ESALQ/USP) e André Felipe Danelon, o trabalho gerou um indicador da Produtividade Total dos Fatores (PTF) para analisar o desempenho de 645 cidades entre os períodos de 2015 a 2019. A PTF é um indicador que mede o quão produtiva a economia de uma cidade é ao utilizar todos os seus recursos para produzir bens e serviços. Os dados utilizados para construir o indicador foram obtidos da Fundação Estadual de Análise de Dados (Seade) e da Relação Anual de Informações Sociais (RAIS).

O estudo mostrou que, apesar do índice PTF da região metropolitana de Piracicaba estar próximo da média paulista, a taxa de crescimento de Piracicaba ficou em 6,64%, mais do que o dobro da média estadual, que foi de 3,03%. Isso significa que Piracicaba está melhorando sua produtividade ao longo dos anos de maneira mais rápida. De acordo com o professor Humberto “Essa evolução mostra que na média, os municípios paulistas, e mais especificamente a região metropolitana de Piracicaba, estão conseguindo promover crescimento econômico sustentado em ganhos de produtividade”, explica Spolador.

Importância da Mensuração da Produtividade

De acordo com o professor Humberto, muitos países como Austrália, Nova Zelândia e Reino Unido criaram comissões independentes para monitorar a produtividade e analisar questões regulatórias relacionadas ao desempenho econômico e bem-estar social. O estudo da produtividade pode auxiliar em diversas ações, tais como:

- **Formulação e Acompanhamento de Políticas Públicas:** A análise da produtividade pode auxiliar na criação de políticas voltadas para o desenvolvimento social e no acompanhamento das ações implementadas. “Os resultados deste trabalho podem subsidiar políticas públicas voltadas

REGIÃO METROPOLITANA	TAXA DE CRESCIMENTO ANUAL MÉDIA PTF (%)
Baixada Santista (RMBS)	2,24%
Campinas (RMC)	4,23%
Jundiaí (RMJ)	4,52%
Piracicaba (RMP)	6,64%
Ribeirão Preto (RMRP)	8,95%
Sorocaba (RMS)	3,16%
São José do Rio Preto (RMSJRP)	0,89%
São Paulo (RMSP)	2,48%
Vale do Paraíba e Litoral Norte (RMVPLN)	3,13%
Demais Municípios (DM)	2,55%
TOTAL (MÉDIA)	3,03%

para incentivar o desenvolvimento regional, identificando os determinantes da produtividade ao nível municipal e permitindo uma avaliação das regiões mais dinâmicas para a geração de renda”, afirma o professor Humberto.

- **Atração de Investimentos:** O aumento da produtividade sinaliza um ambiente econômico favorável, atraindo investidores que buscam regiões com maior eficiência e potencial de crescimento.

- **Otimização de Recursos:** A mensuração da produtividade permite identificar áreas em que os recursos podem ser melhor utilizados, aumentando a eficiência e reduzindo desperdícios.

- **Planejamento Estratégico:** Dados precisos sobre produtividade ajudam governos e empresas a tomar decisões informadas, planejar investimentos e alocar recursos de maneira mais eficiente.

- **Desenvolvimento Sustentável:** Melhorias na produtividade podem promover um crescimento econômico que não dependa exclusivamente do aumento do uso de recursos naturais, contribuindo para a sustentabilidade ambiental e social.

O pesquisador André Danelon explica que o estudo contribui com a literatura especializada ao desagregar as medidas da PTF para níveis

municipais e dividindo a PTF em seus componentes determinantes. Por exemplo, embora a PTF dos municípios paulistas tenha crescido em média 3% ao ano no período analisado, isso se deu mais por oscilações de mercado do que por ganhos de escala ou progresso tecnológico. “Essa análise é fundamental para entender que, apesar dos resultados positivos, há espaço para movimentos estruturais nas economias dos municípios paulistas que sustentem esses ganhos. Essa percepção é possível apenas através da decomposição da PTF em seus componentes – principal contribuição do estudo”, destaca Danelon. Em Piracicaba, os ganhos com o aumento da escolaridade da força de trabalho foram superiores à média – indicando a contribuição das instituições de ensino para elevar a capacitação de profissionais na região.

Os pesquisadores enfatizam a necessidade de monitoramento contínuo da produtividade. “Os modelos utilizados para avaliar a produtividade continuarão a ser desenvolvidos no NEEPE-ESALQ para avaliar impactos específicos de políticas, refinar a mensuração dos componentes e seus impactos sobre crescimento econômico não apenas de Piracicaba e região, mas também por setores econômicos específicos e outras regiões do país”, destacam os pesquisadores.



Os pesquisadores André Danelon e Humberto Spolador falam sobre a importância

Sustentabilidade e Impacto Social: Sorriso Cidadão é premiado em evento em São Paulo

Projeto dos metalúrgicos atende gratuitamente crianças das escolas municipais

O projeto Sorriso Cidadão, iniciativa do Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de Piracicaba e Região, foi premiado pelo SindiMais, na categoria Sustentabilidade e Impacto Social. A entrega do prêmio aconteceu na noite da última quinta-feira ontem, (13), na Casa Bisuti, em São Paulo.

Foram o total de 75 projetos inscritos contemplando ações realizadas em todo o Brasil por Sindicatos e Federações, além da categoria Sustentabilidade e Impacto Social, tiveram premiações nas categorias, Excelência em Gestão, Processos e Pessoas, Soluções e Benefícios para Associados, Inovação e Transformação Digital e Estratégia de Marketing e Comunicação.

O presidente do Sindicato, Wagner da Silveira (Juca), disse que a entidade decidiu inscrever o projeto Sorriso Cidadão, pela transformação que a iniciativa em parceria com a Hyundai, empresas do Parque Automotivo, apoio das

prefeituras de Piracicaba e região e Albus Dente, causa em toda a sociedade, "Nossa função é pensar no bem comum, e oferecer algo a mais para a sociedade. Esse não é apenas um projeto, ele realmente faz a diferença na vida de muitas famílias. E ser premiado diante de projetos incríveis, é um reconhecimento e motiva a seguir fazendo ainda mais. E é preciso agradecer imensamente, os parceiros, apoiadores do projeto, a diretoria e todos os funcionários do Sindicato e o José Luiz Ribeiro, que quando presidente do Sindicato foi o idealizador deste brilhante projeto".

O projeto Sorriso Cidadão, que tem como objetivo prevenir e promover a saúde bucal, integrando a saúde e educação, completou neste mês, 10 anos de história. O trailer funciona como um consultório completo, e leva serviços odontológicos às crianças em idade escolar, que estão matriculadas nas escolas municipais das cidades

de Piracicaba, São Pedro, Águas de São e Rio das Pedras.

O Sindicato dos Metalúrgicos fará um evento para comemorar os 10 anos, onde os parceiros, representantes de escolas e autoridades serão convidados, e na oportunidade será apresentado o balanço dos atendimentos.

Segundo o presidente da entidade, o Juca, no ano passado os dados oficiais apresentados revelaram que foram realizados em 9 anos, 67.672 atendimentos odontológicos gratuitos. O trabalho envolve atividades lúdicas e educativas, depois os alunos/pacientes, passam pelo agendamento e planejamento do tratamento. E quando há necessidade de prolongamento no tratamento, o paciente é encaminhado para os consultórios instalados na Sede do Sindicato "O tratamento segue de maneira totalmente gratuita. Só

Fotos: Alexandre Novaes



Wagner da Silveira (Juca), presidente do Sindicato dos Metalúrgicos

na Sede temos 11 consultórios, além dos consultórios na sub-sede de Rio das Pedras e agora também, na sub-sede no bairro

Santa Terezinha. O atendimento é humanizado e nossos profissionais capacitados e especializados para cada necessidade".

Conheça o que o Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de Piracicaba e Região oferece ao associado!



Confira todos os benefícios pelo site do Sindicato

www.metalpiracicaba.com.br



Veja os espaços de lazer do nosso Clube Recreativo



Acesse o QR Code e usufrua



Unimed Piracicaba Revalida Selo de Qualidade da FESP

Reconhecimento posiciona a Instituição entre os destaques no País

Foto: Divulgação



Dr. Eduardo Chinaglia, presidente da Fesp, e Dr. Carlos Joussef

“Este reconhecimento demonstra que nossas equipes continuam aperfeiçoando os serviços assistenciais da APS da Instituição e observamos que a cada ano a procura pelo cuidado aumenta entre os nossos colaboradores...”

Juliano Fantazia

Pelo quinto ano consecutivo, o Health Life — Viver Bem, ambulatório de Atenção Primária à Saúde (APS), da Unimed Piracicaba, recebeu o selo especial de qualidade do Programa Qualificare, concedido pela Fesp (Federação das Unimeds do Estado de São Paulo). Mais do que uma conquista, o título atesta que o serviço oferecido pela Cooperativa é referência no Estado, além de modelo para outras Unimeds do País.

“Este reconhecimento demonstra que nossas equipes continuam aperfeiçoando os serviços assistenciais da APS da Instituição e observamos que a cada ano a procura pelo cuidado aumenta entre os nossos colaboradores, que contam, hoje, com uma unidade exclusiva de atendimento”, comemorou Carlos Joussef, presidente da Instituição.

O dirigente conta que o ambulatório se destacou nos três eixos da avaliação. O conceito da unidade, á adotado mundialmente, personaliza a necessidade do paciente na prevenção de doenças, além de diagnosticar com maior precisão e adotar tratamentos e reabilitações

eficazes.

“Sempre acreditamos neste modelo de cuidado. E pudemos constatar a efetividade depois de intercâmbios em países desenvolvidos. É uma realidade que funciona integralmente e, com certeza, perpetuará em todo o mundo”, revelou.

Localizado em um amplo espaço na avenida Carlos Botelho, a área de cuidado à saúde de colaboradores da operadora de planos coloca à disposição equipe multidisciplinar especializada, formada por médicos da família e generalista, enfermeiras e técnicas de enfermagem.

A equipe APS é responsável por cuidar de pacientes como um todo, incluindo atividades de prevenção, educação em saúde e reabilitação, entre outras. A ideia é que cada pessoa e seus familiares sejam atendidos sempre pelo mesmo profissional, desenvolvendo vínculos que permitam um melhor cuidado.

“Atualmente, a atenção primária ganhou muito em assistência e gestão digital. E nossa Diretoria não tem dúvidas de que avançará ainda mais nos próximos anos”, finalizou.

Sobre o programa

Para estimular a excelência no atendimento, a Unimed Fesp promove o Programa Qualificare, que realiza a avaliação e certificação dos recursos e serviços próprios das Unimeds paulistas. O projeto tem o intuito de ajudar na qualificação e estruturação dos serviços de atenção primária, apoiando cada Unimed a desenvolver ações de melhoria contínua e a buscar a certificação de boas práticas, de acordo com a ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar).



Fé e Resiliência



Juliana Previtali
é médica cardiologista e criadora do projeto antitabagismo @paradasprosucesso

Sentada numa cadeira simples de madeira de espaldar baixo, com os olhos fechados e as mãos estendidas sobre o colo, ouvia o murmúrio quase inaudível da reza. Mal compreendia as palavras. A mulher segurava-lhe as mãos e, com a outra, sobre sua cabeça, benzia-lhe. Às vezes, usava raminhos de arruda, de vassourinha ou a água benta. Em poucos minutos, finalizava a prece com um sinal da cruz e, com um sorriso amigável, anunciava o término da sessão de benzimento.

As pernas estavam inchadas, avermelhadas e quentes havia muitos dias. Ana, temendo algo mais grave, resolvera buscar o auxílio da benzedeira Teresinha, em Ártimis. Saía de casa, todos os dias, pedalando sua bicicleta Monark Barra Forte. Deveria retornar, diariamente, até obter a cura.

Ana Rosilei Rodrigues Araújo, a Anona, fora retratada nestas crônicas, outrora. Quis trazê-la, de novo, para mostrar sua simplicidade e sua resistência às adversidades e a realidade na abstinência ao tabagismo.

O benzedor, o curador ou o rezador exerce atividade destinada a curar uma pessoa doente. Aplicam-se, sobre ela, gestos acompanhados por alguma erva ao mesmo tempo em que se reza uma prece. Constitui importante elemento da cultura popular brasileira e tem suas origens no sincretismo religioso. Ao contrário dos curandeiros, dos charlatães e dos aproveitadores, a benzedeira é alguém da própria comunidade, que recebeu seus ensinamentos dos antigos, de forma oral e não cobra por sua atividade.

Ana, imbuída de fé e acostumada a resistir às intempéries da vida, recorreu à benzedeira Teresinha para cura-lhe as pernas inchadas. Noutra vez, provou-se forte diante do escândalo que envolveu membros da sua família. O filho Chiquinho, em julho de 2023, descobrira, da pior maneira, a traição de sua esposa: a outra mulher, cujo marido engraçara-se com a sua, chegou alardeando para quem quisesse ouvir. Houveram brigas, discussões e entreveros. Ana ficara extremamente entristecida e, mais ainda, preocupada com o neto Miguel, filho do casal separado. Naquele dia fatídico, não aguentou tamanha emoção, pediu ao filho um cigarro, acendeu-o e o fumou. Fazia mais de um ano desde que havia largado o



tabagismo. Sentiu vergonha e medo de pôr tudo a perder.

Ana teve um lapso, um deslize, que não resultou em recaída. Esta seria o retorno ao consumo regular de cigarros, mesmo que em quantidades menores que a anterior à cessação. Segundo dados de uma metanálise publicada no JAMA — Journal of the American Medical Association —,

aos 6 meses de tratamento, 70% das pessoas encontrar-se-ão em situação de recaída. O médico e o paciente devem trabalhar na prevenção. Há fatores pessoais e interpessoais envolvidos. Exemplos de fatores pessoais: estado emocional negativo e sentimentos de depressão, de tristeza, de tédio ou de luto. Como fatores interpessoais, citam-se: a influência de outras pessoas e situações conflituosas no casamento, na amizade ou no emprego; a pressão social indireta quando se frequenta um local com alguém ou um grupo que está fumando e, por fim, quando existem relações conturbadas no ambiente doméstico ou no trabalho. Nesse trabalho de prevenção, torna-se fundamental ensinar os pacientes a reestruturar seus pensamentos negativos sobre os lapsos para não os encarar como fracasso ou como falta de força de vontade.

Quando a vi em meu consultório e ouvi seus relatos, fiz um pequeno ajuste na medicação anti-hipertensiva — um dos remédios que tomava pode provocar edemas em até 10% dos pacientes. Troquei-o, mas a dei-xei pensar que fora a fé que lhe trouxera a cura.

No Hemonúcleo Piracicaba, 'Quem Doa Sangue é Medalhista de Ouro'

Campanha quer incentivar doações de sangue durante o mês de junho, reconhecendo a importância dos doadores para a saúde pública



Foto: Divulgação

Equipe do Hemonúcleo trabalha para garantir o fornecimento contínuo de sangue e hemocomponentes

“A adesão à campanha ‘Quem Doa Sangue é Medalhista de Ouro’ busca aumentar o número de doações, especialmente durante os meses de Inverno, quando há uma queda significativa nas doações devido às baixas temperaturas e às férias escolares”

O sangue, essencial para a vida, é uma fonte de hemácias, plaquetas, plasma e outros componentes vitais. Cada doação é um ato de solidariedade que passa por diversos processos antes de chegar ao paciente necessitado. Neste mês de junho, dedicado ao doador de sangue, cuja data é mundialmente celebrada no dia 14, o Hemonúcleo da Unicamp, localizado na Santa Casa de Piracicaba, realiza a campanha “Quem Doa Sangue é Medalhista de Ouro”.

“A iniciativa quer incentivar a doação de sangue, destacando a importância deste ato altruísta para salvar vidas. Durante o mês de junho, os doadores serão homenageados e reconhecidos como ‘medalhistas de ouro’, metáfora utilizada neste ano de Jogos Olímpicos em Paris, na França, para reforçar o valor e a importância da contribuição de cada doador”, disse a assistente social do Hemonúcleo, Luciana Sacheto Bueno.

De acordo com ela, o Hemonúcleo atende à demanda de hospitais e clínicas de Piracicaba e região, sendo fundamental para garantir o fornecimento contínuo de sangue e hemocomponentes. “A adesão à campanha ‘Quem Doa

Sangue é Medalhista de Ouro’ busca aumentar o número de doações, especialmente durante os meses de Inverno, quando há uma queda significativa nas doações devido às baixas temperaturas e às férias escolares”, ressalta.

Para que o Hemonúcleo possa atender os municípios que integram o DRS-10 (Departamento Regional de Saúde) de Piracicaba, Luciana revela que são necessárias 80 bolsas de sangue por dia para a realização de cirurgias, em casos de acidentes e de determinadas patologias. “O sangue é um recurso humano imprescindível à manutenção da vida e as instituições de saúde precisam ter bolsas em seus estoques para que a assistência seja segura e efetiva”, salienta.

Os interessados em participar da campanha podem se dirigir ao Hemonúcleo na Santa Casa de Piracicaba, de segunda a sexta-feira, das 7h30 às 13h, quando serão recebidos por uma equipe ca-

pacitada para realizar a coleta de sangue de forma segura e eficiente. O Hemonúcleo também funciona um sábado por mês, e o próximo será no dia 08/06, mediante prévio agendamento.

É importante lembrar que, para doar sangue, é necessário atender a alguns requisitos básicos, como estar em boas condições de saúde, pesar no mínimo 50 kg, ter entre 16 e 69 anos e apresentar um documento de identidade com foto.

Para mais informações sobre como doar sangue e participar da campanha, os interessados podem entrar em contato com o Hemonúcleo pelo telefone (19) 3422-2019 ou acessar o site oficial da Unicamp: <https://www.hemocentro.unicamp.br/>.

“Doar sangue é uma ação altruísta que promove bem-estar tanto para o receptor quanto para o doador, criando uma corrente de solidariedade que salva vidas”, finaliza Luciana.

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

CARDÁPIO

PASTÉIS SALGADOS	P	M	G
Carne	15,00	21,00	34,00
Palmito	15,00	21,00	32,00
Queijo	15,00	21,00	32,00
Milho	15,00	21,00	34,00
Calupify	16,00	23,00	38,00
Calabresa	15,00	21,00	34,00
Brócolis	15,00	21,00	34,00
Pizza	16,00	23,00	38,00
Frango	15,00	21,00	34,00

PASTÉIS ESPECIAIS	2 Sabores	3 Sabores
	26,50	30,50
	27,50	35,50

PASTÉIS DOCES	Preço
Banana	15,00
Beijinho	15,00
Chocolate	15,00
Doce de Leite	15,00
Romeu e Julieta	15,00

PORÇÃO DE PASTÉIS (12 unidades)	Preço
Pastéis Simples	39
Pastéis Especiais	45
Pastéis Doces	39
Mista (15 unidades)	49
Isopine/queijo/colmita	

MEIA PORÇÃO	Preço
Mista (9 unidades)	34
Doce (6 unidades)	19

Horário de Funcionamento
SEG A DOM 18:30 - 22:00

DELIVERY EM CASA
QUEREMOS LEVAR O SABOR ATÉ A SUA PORTA!

19 98223.8812
Retirada: Rua Ipiranga 933

Bebel articula com Ministério da Saúde para que ambulâncias do SAMU sejam liberadas

Primeiro lote de entrega poderá ocorrer ainda neste mês de junho



A deputada Professora Bebel conseguiu junto ao Ministério da Saúde sete novas ambulâncias para o SAMU de Piracicaba

dirigido à ministra da Saúde, Nísia Trindade, ainda no ano passado, atendendo pedido da coordenadora administrativa do SAMU em Piracicaba, Cristina Conolesi, que apontou para a necessidade de novos veículos para compor a frota municipal.

De acordo com informações prestadas pela coordenadora administrativa do SAMU em Piracicaba, a última troca dos veículos foi realizada em 2017. A deputada conta que diante dos relatos que recebeu, ficou sensibilizada com o pedido feito, uma vez que o bom funcionamento do SAMU é essencial para ajudar salvar vidas. "Fui informada de que ambulâncias do SAMU de Piracicaba contam com uma alta quilometragem, em função de rodarem 24 horas por dia. Diante disso, encaminhei ofício e fiz gestões com o governo federal do presidente Lula que entendeu a necessidade de substituição das ambulâncias", conta orgulhosa a deputada Professora Bebel.

A previsão, de acordo com a deputada Professora Bebel, é de que cinco das sete ambulâncias poderão estar incluídas nesta primeira fase de entrega do Ministério da Saúde. "Estou fazendo



Fotos: Divulgação

A deputada Professora Bebel, principal articuladora da região junto ao governo Lula, fez o pedido das ambulâncias ainda o ano passado e agora trabalha para que as entregas sejam agilizadas

“Estamos fazendo as articulações para acelerar a entrega, mas o importante é que os veículos já estão assegurados para o SAMU de Piracicaba e certamente em breve estarão sendo entregues para compor a frota deste importante serviço público”

Vanderlei Zampaulo

A deputada estadual piracicabana Professora Bebel (PT) está articulando junto ao Ministério da Saúde para que as ambulâncias destinadas ao SAMU de Piracicaba sejam liberadas no primeiro lote, que está previsto para ocorrer entre o final deste mês e o início de julho. Ao todo, de acordo com a Professora Bebel, o SAMU de Piracicaba foi contemplado com sete novas ambulâncias, visando a renovação da frota do município. "Estamos fazendo as articulações para acelerar a entrega, mas o importante é que os veículos já estão assegurados para o SAMU de Piracicaba e certamente em breve estarão sendo entregues para compor a frota deste importante serviço público", destaca Bebel.

A destinação das novas ambulâncias ao SAMU de Piracicaba foi garantida no início deste ano e atende a pedido foi feito pela deputada Professora em ofício

gestões junto ao Ministério da Saúde para que as ambulâncias sejam liberadas nesta primeira fase. Os veículos são entregues e, posteriormente, equipados para entrar na frota do SAMU", conta.

A parlamentar piracicabana, principal liderança do Partido dos Trabalhadores na região, destaca que o SAMU é um serviço, inclusive, que foi criado na primeira gestão do presidente Lula e que sempre foi prestado com muita eficiência.

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

RIVANA
PADARIA DELICATESSEN
— Desde 1997 —

☎ 3422-0806 | 📍 AV INDEPENDÊNCIA 1283
@PADARIA.RIVANA | 📍 PADARIA RIVANA

ESTAMOS CONTRATANDO
BALCONISTA

CONTATO: (19) 97162-6148

ELITE
Pizzaria

O VERDADEIRO SABOR DA PIZZA

3426.2777
3426.4777

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

Na Alesp, Alex Madureira aprova abono salarial e mínimo paulista para o funcionalismo público

Lei segue para sanção do governador Tarcísio de Freitas e terá efeitos retroativos a 1/6

Foto: Aldo Guimarães

“Recentemente, esta Casa deu um passo importante, aprovando o aumento do salário mínimo paulista. A ação de ontem foi mais uma iniciativa fundamental, porque garante que nenhum funcionário público receba remuneração menor do que essa”



Alex Madureira no plenário

Alex Madureira trabalhou em favor da aprovação do projeto que aumenta o valor do abono a algumas categorias de servidores para que seus vencimentos sejam equivalentes ao salário mínimo estadual, de R\$ 1.640, durante sessão na Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo (Alesp), realizada na noite da última quarta-feira (12).

“A votação dizia respeito ao Projeto de Lei Complementar, enviado pelo Governo do Estado, que garante o aumento no abono pago a categorias de servidores públicos estaduais para que suas remunerações sejam equiparadas ao novo salário mínimo paulista, reajustado em maio. Estão incluídos funcionários de secretarias e autarquias, além da Procuradoria e Controladoria Geral do Estado”, informou Alex Madureira.

O texto prevê que os servidores ativos, inativos e pensionistas do Estado que recebem menos do que o mínimo estadual tenham suas remunerações equiparadas a R\$ 1.640 para o cumprimento de jornada completa de trabalho (40 horas); R\$ 1.230 para jornada comum (30 horas); e R\$ 820 para jornada parcial (20 horas).

“Recentemente, esta Casa deu um passo importante, aprovando o aumento do salário mínimo paulista. A ação de ontem foi mais uma iniciativa fundamental, porque garante que nenhum funcionário público receba remuneração menor do que essa”, celebrou o deputado Alex Madureira.

A lei complementar entrará em vigor após sanção do governador Tarcísio de Freitas, com efeitos retroativos a 1º de junho de 2024.

Tecnologias Limpas e Renováveis Impulsionando a Economia Local de Piracicaba de Forma Sustentável

Rafael Jacob é Engenheiro Mecânico pela Universidade de São Paulo com Especialização na Universidade do Porto - Portugal



No cenário atual, onde a preocupação com o meio ambiente e a busca por soluções sustentáveis se tornaram imperativos, as indústrias locais têm um papel crucial a desempenhar na adoção de tecnologias limpas e renováveis. Em Piracicaba, cidade conhecida por sua rica história industrial e seu compromisso com a inovação, esse movimento ganha ainda mais relevância.

A implementação de tecnologias limpas não apenas reduz o impacto ambiental das operações industriais, mas também oferece oportunidades tangíveis de crescimento econômico sustentável. Ao adotar fontes de energia renovável e processos mais eficientes, as empresas podem reduzir custos operacionais a longo prazo e aumentar sua competitividade no mercado global.

Um exemplo notável de sucesso na implementação de tecnologias limpas pode ser encontrado em Freiburg, na Alemanha. Esta cidade tornou-se um modelo de sustentabilidade, adotando uma série de iniciativas, incluindo a produção de energia solar descentralizada e a promoção de transporte público elétrico. Essas medidas não apenas reduziram as emissões de carbono, mas também revitalizaram a economia local, criando empregos e atraindo investimentos.

Em Piracicaba, há várias oportunidades para a adoção de tecnologias limpas e renováveis. Por exemplo, as indústrias agrícolas podem implementar sistemas de energia solar para alimentar suas operações, aproveitando a abundância de luz solar na região. Além disso, a modernização dos processos de produção, com a introdução de equipamentos mais eficientes em termos energéticos, pode resultar em economias significativas de recursos e custos.

Outro exemplo inspirador vem de Copenhague, na Dinamarca, onde a cidade estabeleceu a meta ambiciosa de se tornar neutra em carbono até 2025. Para alcançar esse objetivo, Copenhague investiu em infraestrutura de energia renovável, como parques eólicos offshore, e incentivou a adoção de práticas sustentáveis por parte das empresas locais. Como resultado, a cidade não apenas reduziu suas emissões de carbono, mas também criou um ambiente propício para o crescimento de negócios verdes e inovadores.

Em Piracicaba, a transição para um modelo de negócios mais sustentável pode ser facilitada por meio de parcerias entre o setor público e privado, bem como pelo apoio de instituições de pesquisa e universidades locais. Ao investir em pesquisa e desenvolvimento de tecnologias limpas, a cidade pode posicionar-se como um centro de excelência em inovação sustentável, atraindo investimentos e talentos.

Em resumo, o uso de tecnologias limpas e renováveis pode impulsionar a economia local de Piracicaba de forma sustentável, criando empregos, reduzindo custos operacionais e promovendo o crescimento empresarial. Seguindo o exemplo de cidades como Freiburg e Copenhague, Piracicaba pode se tornar um líder em sustentabilidade, colhendo os benefícios de um futuro mais verde e próspero.

Presença em MG

O presidente da Unimed Piracicaba, Carlos Joussef, prestigiou, em Belo Horizonte, a inauguração da biblioteca da Faculdade Unimed, que leva o nome do saudoso Eudes de Freitas Aquino, médico, ex-presidente da Cooperativa e personalidade importante para o Sistema Unimed. O encontro contou, ainda, com a Reunião das Casas Nacionais, que discutiu, entre vários assuntos, como a inteligência artificial potencializa os resultados na saúde. Na foto, Marta Queiroz Aquino entre Carlos Joussef e Adriana Viotti.



Foto: Divulgação

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

Nova Boyes: unir para preservar e reconstruir

Durante a apresentação Sindicato dos Bancários destacou os pontos positivos do projeto

“um símbolo da memória afetiva dos piracicabanos, valorizando a ressignificação das instalações e do entorno, harmonizando o antigo e o novo em perfeita sinergia”



Fotos: Divulgação

Angela Savian e José Antonio Fernandes Paiva estiveram na apresentação da Nova Boyes

Com o slogan “Unir para preservar e reconstruir”, representado por uma letra U estilizada, na terça-feira (11), foi apresentado, o projeto Boulevard Boyes, os técnicos detalharam o projeto para segmentos estratégicos da cidade, empresários, sindicatos, instituições da sociedade civil e cidadãos em geral.

Os técnicos falaram sobre o valor da Boyes para a cidade, um marco de preservação histórica, revitalização urbana e desenvolvimento sustentável. Edgard Vianna, arquiteto e um dos responsáveis pelo projeto, reconhece a fábrica Boyes como, “um símbolo da memória afetiva dos piracicabanos, valorizando a ressignificação das instalações e do entorno, harmonizando o antigo e o novo em perfeita sinergia”, esclarece o técnico.

O projeto deve revitalizar e valorizar prédios históricos, sustentabilidade e foco na comunidade, espaços de acesso público, criação de um novo centro de cultura, lazer e turismo, incluindo museu e outros espaços de memórias. Além de dinamizar a economia com a geração de 1.500 a 2.000 empregos diretos e indiretos permanentes.

A sustentabilidade também ganhou destaque, com ênfase na energia limpa e preservação ambiental. Edgar Vianna ressaltou que, “as torres residenciais serão construídas em conformidade com critérios sustentáveis



Angela Savian assina manifesto em nome do SindBan

e padrões arquitetônicos históricos, combinando modernidade e preservação do patrimônio antigo em Piracicaba”, explica o arquiteto.

Angela Savian, presidente em exercício do SindBan, explicou por que tem um apreço pelo projeto, “meus pais se conheceram na Boyes, que é um elemento forte em nossas vidas, e acredito que Piracicaba merece um espaço como o proposto”, conclui Savian.

MANIFESTO – Após a apresentação, os dirigentes das instituições presentes assinaram um manifesto em prol do Boulevard Boyes. O documento resalta a importância da união e da preservação de um local que terá como devolutiva para a população 60% do terreno atual, além da criação de um novo centro de cultura e lazer para a população.

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

Cirúrgica Independência marca presença na Feira Hospitalar 2024

Empresários da rede hospitalar se reúnem para ver para conhecer as inovações do setor



Fotos: Divulgação

Equipe de excelência da Cirúrgica Independência

Como a completar 30 anos, a Cirúrgica Independência reforça seu compromisso com a excelência dos produtos e serviços oferecidos e participou, por mais um ano, da Feira Hospitalar 2024, principal evento de negócios do setor da saúde na América Latina realizada em São Paulo, no Expo Center. A feira, que acontece anualmente, reúne todos os empresários da área hospitalar e proporciona oportunidades únicas de negócios, networking e intercâmbio de conhecimento.



Eliana Pitton, CEO e proprietária da Cirúrgica Independência, junto ao Paulo Queiroz e representantes

GBN MULTIMARCAS

VENDA
TROCA
COMPRA
CONSIGNAÇÃO
FINANCIAMENTO

19 98382-0454 ANDRÉ
19 99856-0344 ALEXANDRE
19 99737-2863 ADRIANES

AV. INDEPENDÊNCIA, 1813, PIRACICABA - SP

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

MEGA PNEUS

19 981659369

FAÇA UM ORÇAMENTO • CONTATO ARY

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

Fotos: Divulgação

Contagem Regressiva

18º Congresso da Acipi concentrará tendências em vendas, inovação e conexões empresariais

Conectar para vender. Esta mensagem estará intensamente presente na programação do 18º Congresso Empresarial da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba), marcado para a próxima terça-feira (18), no Engenho Central, a partir das 14 horas. O evento, consolidado como um dos mais importantes encontros empresariais da região, proporcionará um dia inteiro de experiências e conteúdo de qualidade, num ambiente propício para contatos, aprendizado e compartilhamento de ideias

Os ingressos agora estão à venda somente na modalidade Talks, que oferece acesso a todas as experiências do evento, incluindo ativações das marcas, palestras e a transmissão ao vivo da palestra de João Branco, que poderá ser acompanhada da área externa do Teatro do Engenho. Para obter informações e adquirir os convites, basta acessar congresso.acipi.com.br.

Com o tema “Conexão que vende”, o Congresso Empresarial da Acipi atinge sua maioria mais maduro e com novas perspectivas. Este ano, o evento conta com a palestra “Desmarketize-se” de João Branco, ex-VP de Marketing do McDonald’s, que compartilhará suas vivências e insights sobre como inovar e transformar estratégias de marketing para alcançar resultados excepcionais.

Toda a organização do evento foi definida com olhar de construção, de transformação, de conexões para auxiliar quem deseja ampliar as vendas – nos negócios e na atuação profissional de um modo geral. Com estacionamento gratuito, na recepção, os participantes receberão uma ecobag Acipi de boas-vindas. Haverá também uma área de alimentação com food trucks que será gerenciada pela Associação Educando pelo Esporte e terá a renda revertida para os projetos socioeducativos da entidade. Ao longo da tarde, nos intervalos dos Talks, música ao vivo de qualidade com Pedro Gandolfi, DJ Ueno e a banda Bloody Mery e Os Dry Martinis. No Happy Night, chopp free da Leuven e muitas outras atrações.

Talks Experience - A partir das 15h, o evento contará com uma série de Talks de 30 minutos que abordarão o tema do Congresso: Conexão que vende. A primeira apresentação será de Ricardo Villaça, diretor de Inteligência Artificial na DLR-IA e especialista pelo MIT, que abrirá a programação às 15h com “Como orientar projetos personalizados de IA para alcançar resultados claros”.

Às 15h30, Caio Gazin, fundador da Gazin Semijoias, falará sobre “Realizar? Sim é Possível”, compartilhando suas estratégias de sucesso em uma rede com mais de 50 mil revendedoras. Núria Piai Nava, head de field sales na Red Bull, apresentará “Como fortalecer sua marca e acelerar suas vendas conectando marketing e vendas” às 16h, trazendo sua experiência em grandes empresas como P&G e Nivea. João Marcelo Furlan, fundador da Enora Leaders e Rocket Mentoring School, discutirá “Como usar a IA para acelerar a formação de seus vendedores?” às 16h30.

Marcelo Veras, CEO do Ecossistema Inova e professor na Inova Business School, falará sobre “Network que vende: A conta corrente dos relacionamentos” às 17h. Cláudia Rosa, às 17h30, uma das maiores investidoras anjos do Brasil, abordará “Lideranças que agregam - Como impulsionar seus negócios com Inovação e Startups”. Moisés Marques, sócio da Corall Consultoria, discutirá “Líderes Conscientes que transformam e inspiram suas organizações”

às 18h, enquanto, simultaneamente no palco do Teatro do Engenho, Gerson Silva de Souza, diretor executivo comercial da farmacêutica Cimed, falará sobre Insights estratégicos para Alta Performance do time comercial. Encerrando o evento, às 18h30, César Vendrame, sócio fundador da Indicação Consultoria em RH e CEO do Go Winners, apresentará “A Arte de Criar Conexões Genuínas”.

Serviço:

18º Congresso Empresarial da Acipi – “Conexão que vende”

Quando: 18/06/2024

Horário: a partir das 14h

Local: Engenho Central

Patrocínio Diamante: Sthorm, Pecege e Cimed

Patrocínio Institucional: Sicoob Cocre e Unimed Piracicaba

Apoios: Leuven, Huma Ecossistema Criativo, Bossa Invest, Mixtou Experience e Débora Delantonia Paisagismo.

Informações: <https://congresso.acipi.com.br/>



Caio Gazin



Cláudia Rosa



Gerson Silva de Souza



João Marcelo Furlan



Cesar Vendrame



Moises Marques



Núria Nava



Ricardo Villaça



Marcelo Veras

ESTÁ PRECISANDO DE DEDETIZAÇÃO?

LIGUE AGORA! (19) 99831-7063

PARCERIA multi APAFLAR

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

Parque dos Laranjais: 2ª fase do loteamento é sucesso de vendas!

Frias Neto Consultoria de Imóveis coordena venda do lançamento

Fotos: Divulgação



O plantão de vendas do Parque dos Laranjais está localizado na Avenida Laranjal Paulista, nº 100

“Quando o projeto e as pessoas envolvidas para o tornarem realidade trabalham em sintonia e pelo mesmo propósito, fica muito mais fácil auxiliar quem deseja encontrar a melhor negociação imobiliária...”

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 chegou a Piracicaba com o loteamento Parque dos Laranjais, que, lançado em março, já foi sucesso de vendas na primeira fase e agora, lança sua segunda fase. A coordenação de comercialização é da 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 diversos itens de lazer!

“Quando o projeto e as pessoas envolvidas para o tornarem realidade trabalham em sintonia e pelo mesmo propósito, fica muito mais fácil auxiliar quem deseja encontrar a melhor negociação imobiliária. O Parque dos Laranjais é essencial para que nossa cidade continue crescendo de ma-

neira 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 desta segunda fase 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. Agora, as condições para venda estão mais atrativas e foram colocados à venda lotes com ainda melhores localizações que os anteriores.

O plantão de vendas do Parque dos Laranjais está localizado na Avenida Laranjal Paulista, nº 100 e as condições de lançamento estão imperdíveis, com parcelas acessíveis e diversas possibilidades de negociação.

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.**



Frias Neto realiza Operação Chave na Mão

“Feirão” traz as melhores negociações em imóveis de Lançamentos

Na intenção de trazer as condições mais exclusivas em Lançamentos, voltados para aqueles que desejam o primeiro imóvel ou investir, principalmente daqueles que fazem parte do programa Minha Casa, Minha Vida, a Frias Neto Consultoria de Imóveis irá realizar, no próximo sábado, 22 de junho, a Operação Chaves Na Mão, um feirão com diferenciais para a negociação de lançamentos.

Algumas condições exclusivas das construtoras patrocinadoras do evento serão válidas apenas para o dia 22: apartamentos com mais de 70 mil em descontos, entrada parcelada em até 96 vezes, lotes parcelados em até 240 vezes junto à loteadora, apartamentos prontos para morar com 70 m² a partir de R\$264 mil e documentação gratuita!

Entre os lançamentos serão encontrados produtos da Barbo Empreendimentos, Bild Desenvolvimento Imobiliário, Cataguá Construtora, Cunha Gonsalves Empreendimentos Imobiliários, Embraplan e Vitta Residencial.

O evento acontecerá na Frias Neto, das 9h às 15h e contará com a equipe especialista em Lançamentos para realizar as tratativas.

Não perca a oportunidade de conquistar o imóvel ideal ou investir com condições especiais:

Dia 22/06 (sábado), das 9h às 15h, na Frias Neto - Avenida dos Operários, 587, Cidade Jardim.

Para conhecer as opções disponíveis em Lançamentos, acesse o site friasneto.com.br/lançamentos.



Operação Chaves Na Mão, um feirão com diferenciais para a negociação de lançamentos

Vai começar a 198ª Festa do Divino

Adolpho Queiroz

Os 198 anos da Festa do Divino deste ano começam a ser comemorados no dia 7 de julho, às 9 horas, com a celebração da Missa da Derrubada dos Barcos, na sede da Irmandade do Divino e tem o seu auge no dia 13 de julho com o Encontro das Bandeiras no Rio Piracicaba. Toda programação poderá ser acompanhada no anúncio da Festa que está nesta página. Bem como a programação musical no período.

Recuperei nos meus guardados um depoimento que consegui em julho de 1976, com o festeiro de 1928, Plínio Correa de Lara, para um suplemento que produzimos no Jornal de Piracicaba, em 18 de julho de 1976, que na época estava com 93 anos e me recebeu na casa dele, não sem antes ter feito a barba, para ser fotografa-

do. Era então o mais velho dos festeiros vivo e fez questão de escrever do próprio punho o depoimento que apresentamos integralmente.

Plínio Correa de Lara, Festeiro de 1928

Ao tempo em que os festeiros eram nomeados pela igreja para cuidarem dos preparativos da Festa, época em que a rua Moraes Barros era um monte disforme de pedregulhos espalhados, Plínio Correa de Lara foi festeiro do Divino. Atualmente é o mais velho dos festeiros vivo e fez questão de escrever do próprio punho o depoimento que apresentamos integralmente.

"Festa do Divino Espírito Santo, realizada, creio que no ano de 1928. Festeiros profa. Maria Guilhermina Lopes Fagundes e Plínio

Correa Lara, residente a rua Moraes Barros, esquina do Rosário.

Sexta feira, na rua do Porto, com grande quantidade de prendas, leitões, frangos assados, cuscuz de peixe, tudo preparado pelo bondoso companheiro e afamado Sebastião Negrinho, sendo renda revertida em benefício da Festa. Com grande quantidade de fogos que foi apresentada à noite.

Sábado à tarde, da igreja matriz, o Padre Monsenhor Rosa, acompanhado por grande quantidade de fiéis, foi para a Rua do Porto, a fim de tomar a grande barca que desceu rio abaixo para encontrar outra que vinha conduzindo os respectivos marinheiros, assim como a Bandeira do Divino.

Na ocasião do Encontro foram queimados muitos ro-

jões e solta uma quantidade de pombos. Logo que chegaram ao porto, foi organizada a procissão com milhares de pessoas, muitas cumprindo promessas carregando pedras na cabeça.

O portador da Bandeira do Divino até a igreja foi meu filho Arlindo. Naquela ocasião foi realizada uma Missa Cantada.

No domingo à tarde grande procissão e distribuição de doces em cartuchos aos anjos e a um grupo de meninas muito bem vestidas com lindas fantasias que foram apreciadas pelo grande acompanhamento. Logo em seguida foi conduzida aos novos festeiros a bandeira para as festas do ano seguinte. Para terminar foi servido aos marinheiros e a todos os presentes boa quantidade de doces e bebidas, na casa

do festeiro.

Na igreja foi distribuído muito pão e nos açougues distribuímos muita carne, produto de 12 bois grandes que nos foram oferecidos com o maior prazer e satisfação por diversos criadores. O auxílio angariado na cidade foi confiado ao Sr. Antonio Franco de Oliveira, que muito fez em benefício da festa. O sermão da igreja foi conferido ao Cônego Uchoa, a pedido da festeira, a quem muito ficamos devendo pelo que fez pelo brilhantismo da festa que foi assistida por milhares de fiéis que tomaram toda a extensão da Rua do Porto até o fim, assim como o lado direito do rio, até ao alto, isto com consentimento da gerencia do Engenho Central, o restante da quantidade angariada foi entregue na igreja matriz pelos muitos serviços prestados.

198ª FESTA DO DIVINO ESPÍRITO SANTO DE PIRACICABA

De 07 à 14/07

07/07 às 12h
BUSTECADA
Do Forno da Irmandade
R\$ 60,00

07/07 às 9h
Missa da Derrubada dos Barcos
Pe Henrique

08/07 às 20h
Tríduo Solene

09/07 às 20h
Tríduo Solene

10/07 às 20h
Tríduo Solene

11/07 às 19h
Orquestra Piracabana de Viola Caipira
(lellão e show pirotécnico)

12/07 às 19h
Congada de São Benedito
Congada do Divino Espírito Santo
Procissão (Passagem da Mortalha)
Encontro das Bandeiras
Missa do Encontro das Bandeiras
Pe Henrique

13/07 às 18:30h
Jantar e Show Musical

14/07
SHOW DO ENCERRAMENTO
ÀS 13h

14/07
Missa do encerramento na Catedral com Dom Devair
Após a Missa Procissão rumo a Capela de N. S. Aparecida saindo da Catedral e finalizando no Largo e passagem da bandeira aos festeiros de 2025 Em seguida apresentação da Congada do Divino Espírito Santo

Às 12h Almoço e Show Musical

Às 16h - Encerramento

REALIZAÇÃO: IDESP

APOIO CULTURAL: Piracicaba CEMAC, Piracicaba SEMBETUL, Piracicaba SEMOTUL

A parte dos festejos realizados na igreja matriz foi organizado e dirigido pela festeira professora Mimi Lopes, como era mais conhecida, a qual no domingo em sua residência apresentou um ótimo almoço que foi oferecido ao grande orador, Cônego Uchoa e muitos convidados. Os donativos em dinheiro foram de aproximadamente 10 contos de réis (naquela época era uma fortuna) que deu para pagar todas as despesas e ainda sobrou para auxiliar os trabalhos da igreja. Todos os festejos foram abrilhantados com o comparecimento da Banda de música "Stip" ou "União Operária", não posso recordar-me.

Por onde a Bandeira Do Divino Mãe passou no período 2022/23

No período em que estivemos como guardiões da Bandeira do Divino Espírito Santo, nos anos de 2022/23, passamos por diversos lo-

cais. Foram pelo menos três igrejas, na Catedral de Santo Antonio e Matriz de Vila Rezende (onde aportamos a bandeira por ocasião do falecimento de um dos mais importantes capelães da nossa festa, Monsenhor Jorge Simão Miguel), estivemos também na Igreja do Divino Espírito Santo de Rio Claro, por ocasião da posse do padre José Maria, na Capela do Divino e em missas realizadas na sede da Irmandade do Divino de Piracicaba.

Além desses espaços também estivemos em diversos bairros da cidade, nas residências dos amigos que abriram suas portas para sermos recebidos, a saber:

Centro de Piracicaba Luís e Zilda Sotto, Luciana Rainha, Iraídes Beccari, Nelson e Bernadete Spada, Márcia Isaías, Cristóvão Sotto, Eli e Edna Bortolin, Luzia do Amaral, Neusa Maria de Souza e na Escola Estadual "Moraes Barros", a convite

da diretora Cristina Negro, José Coral, José Grandini e família, Luís Guilherme Schnoor (Sal e Grill Churrascaria), Edirley Rodrigues e Rosa Maria Mucelli Rodrigues Condomínios Reserva do Engenho e Terras II Lia Queiroz, Mauro/Rose Rontani, Lucia Ricobelo, Paulista e Pauliceia José Francisco de Oliveira, vereador Acácio Godoy e José Carlos Oliveira/Maria Cristina da Silva, Nova Piracicaba Ama-deu Provenzano Filho e Ana Scagnolato, São Dimas Ciro e Celia Piazza Vila Monteiro Milton e Silvia Pelais, Jardim Primavera Luciane Herança Coa, Vila Independência, Elaine Salvador e Maria Rosely Pizzinato Coa Parque Orlanda Maria Elisa da Rosa Mandro Bairro Alto Marcelo Germano, diretor da Folha de Piracicaba, Higienópolis Palmiro e Vera Romani, Silvestre Dilio e Roseli Vila Rezende Madalena, Sheila, Marina Tricânico e Ana Migliatti. Jardim Brasília José

Fernando (Gatãozinho) e Magali Naval, Teresinha e Cristina Naval Areião Maria Diomar e Claudio Laerte Bortoleto, Coplacana Nova América Elisabete Bortolin e Adolpho Queiroz.

Total preliminar 76 pessoas atingidas, mais as que visitaram a bandeira em ambientes públicos como

o gabinete do prefeito Luciano Almeida, Coplacana, Churrascaria Sal e Grill, Amigas da Onça/Cecan e as igrejas por onde passamos, que não conseguimos dimensionar. Além disso foram 39 famílias/residências visitadas nesse período em que a bandeira ficava pelo menos três dias em cada local.

CAFÉ CO DORFO E BETE
GALERIA DE ARTE
SOCIEDADE ESPANHOLA
20/06/2024
18 HRS
Portal Nova 15
www.nova15piracicaba.com.br
Adolpho Queiroz, Elisabete Bortolin, Nelson Martinez, Mel Possi

Make Music 2024

Piracicaba participa da ação mundial pelo sétimo ano

No próximo dia 21 de junho, sexta-feira, Piracicaba se unirá mais uma vez à celebração mundial do Make Music Day, um evento que transforma ruas, parques, praças e casas em palcos de música e celebração. Desde 2018, a cidade participa ativamente desse movimento global, que visa a promover 24 horas ininterruptas de apresentações musicais ao redor do mundo. A edição deste ano promete ser especial, com uma programação diversificada e a inclusão tanto de apresentações presenciais quanto virtuais.

O Make Music Day teve início em 1982 na França, como Fête de la Musique, uma iniciativa do então Ministro da Cultura francês, Jack Lang, e do compositor Maurice Fleuret. A ideia era simples e revolucionária: oferecer um dia em que músicos de todas as idades e estilos pudessem tocar em público, promovendo a música de forma gratuita e aberta a todos. Desde então, o evento se espalhou pelo mundo, com mais de 1.000 cidades em 120 países participando da celebração anual. Em 2024, Piracicaba será novamente parte desta vasta rede musical, que acontece sempre no dia 21 de junho, quando a estação muda nos dois hemisférios do globo: no norte, chega o verão; e no sul, o inverno. A data é, assim, emol-

durada por um gigantesco movimento musical.

A cidade de Piracicaba tem uma programação já confirmada, que inclui uma série de apresentações em diferentes locais. Dentre os eventos já confirmados, às 14h30, Patrícia Ribeiro apresentará um show de voz e violão no Lar Betel, uma casa de acolhimento para idosos. Às 17h30, o maestro Luis Fernando Fischer Dutra fará uma performance de violino no Terminal Rodoviário Intermunicipal. Mais tarde, às 18h03, a Secretaria Municipal de Cultura (SEMAC) promoverá o evento "Uma Noite no Mirante", com as atrações Rodrigo Belloni e Soul Mood. Encerrando o dia, às 20h, o grupo "O Canto MPB" realizará uma apre-

sentação com o projeto de intercâmbio musical envolvendo os jovens da Escola Estadual Professora Márcia Regina Modesto de Paula Rocha, no Jardim Manacás. A agenda completa da cidade está disponível no Instagram @primorimprensa.

Em Piracicaba, a coordenação do evento está nas mãos do jornalista Mauricio Ribeiro, do maestro Luis Fernando Fischer Dutra e da professora Samira Maroun, que juntos garantem uma programação rica e variada para todos os gostos.

Se você é músico, cantor ou simplesmente um amante da música, não perca a chance de participar do Make Music Day em Piracicaba. Contribua para esta grande



O Canto MPB

feita global, que celebra a música como um elemento vital da nossa sociedade e uma poderosa ferramenta de expressão e união.

As inscrições para participar do evento estão abertas até o dia 20 de junho. Os interessados podem entrar em contato com o jornalista

Mauricio Ribeiro, que coordena a ação local desde 2018, pelo WhatsApp (19) 98243-8817. Esta é uma chance única para músicos locais mostrarem seu talento e se conectarem com um público mais amplo, contribuindo para a riqueza cultural da cidade.



Patrícia Ribeiro



Luis Fernando Dutra

A escola é parte essencial da Economia Criativa

Giba Barroso e Vitor Azambuja são especialistas em educação e sócios-fundadores do De Criança Para Criança

Foto: Banco de Imagem



Com a ajuda dos professores, os projetos devem possibilitar autonomia, diálogo e debate de ideias

“Na Economia Criativa, as escolas e universidades são instituições cada vez mais importantes e precisam estar preparadas para formar jovens com mentalidade inovadora e crítica”

Já sabemos que o futuro da economia e do trabalho está na criatividade. É por isso que precisamos investir desde já na formação de jovens com mentalidade autônoma e inovadora, para que eles estejam mais bem preparados para essa nova realidade.

Estamos falando de formação para a Economia Criativa, o conjunto de atividades empresariais que usam como matéria-prima o conhecimento, a tecnologia e a vontade de melhorar a qualidade de vida das pessoas, e que gera mais riqueza do que os segmentos tradicionais. As atividades criativas são basicamente divididas em novos modelos de negócio em Consumo, Cultura, Mídias e Tecnologia.

Como revela o Observatório Itaú Cultural, a economia da cultura e das indústrias criativas (ECIC) movimentou R\$ 230,14 bilhões em 2020. Para compararmos, esse resultado contribuiu com 3,11% do PIB brasileiro e foi maior do que os 2,1% de riqueza gerada pela indústria automobilística no mesmo período.

Do ponto de vista econômico, é dentro das atividades criativas que haverá mais emprego e renda, como mostra o Observatório Nacional da Indústria - da Confederação Nacional da Indústria (CNI). Até 2030, serão criados um milhão de novos empregos, o que aumentaria esse ecossistema econômico em 8,4 milhões de trabalhadores.

O que é interessante destacar é que a Economia Criativa traz uma nova abordagem baseada em cultura e criatividade, valores que crescem quanto maior for o seu uso. O modelo é colaborativo, inclusivo e usa recursos que não acabam (pensamento inovador), ao contrário de terras e ouro, por exemplo.

Se o futuro está na Economia

Criativa, é legítimo investir desde já na formação básica com essa mentalidade. Nessa fase crítica de formação, é importante trabalhar a criatividade e a inovação de forma teórica, porém com abordagens práticas para que os alunos se envolvam e descubram sozinhos novas formas de assimilar conteúdo. Com a ajuda dos professores, os projetos devem possibilitar autonomia, diálogo e debate de ideias. Tudo isso desperta a vontade de pensar e contribui para o desenvolvimento socioemocional dos alunos.

O projeto De Criança Para Criança (DCPC) é uma das iniciativas que estimula o aprendizado autônomo e a criatividade das crianças do Ensino Fundamental com base nos conceitos da Economia Circular. A metodologia começa dentro da sala de aula, com os professores atuando como facilitadores e sugerindo temas para que os alunos criem histórias.

As crianças, que já são nativas digitais, desenvolvem o enredo, fazem os desenhos e a narração. Esse conteúdo é enviado para a plataforma digital Stúdio DCPC, onde são trabalhados por animadores autônomos, que estão logados na plataforma, para essa finalidade. A animação das histórias é feita por estudantes universitários e profissionais autônomos da área, que estão em busca de renda extra e oportunidades de começar no ramo. Quando prontas, as animações são publicadas na plataforma do DCPC e nas redes sociais das escolas e dos alunos.

Nesse ciclo econômico, os municípios que contratam o DCPC são parte importante do financiamento dessa cadeia. O projeto é pensado de forma colaborativa e permanente, porque acreditamos que a escola não é apenas o ponto de partida dessa jornada criativa, mas um elo da cadeia em que todos podem gerar renda a partir dela.

Na Economia Criativa, as escolas e universidades são instituições cada vez mais importantes e precisam estar preparadas para formar jovens com mentalidade inovadora e crítica. E pensar de forma criativa é uma forma de fazer diferente usando as mesmas ferramentas.

Os conceitos de inovação podem ser aplicados perfeitamente na educação básica e, com isso, trazem novas possibilidades de desenvolvimento no longo prazo não só para os alunos, mas para toda a economia e sociedade.

Como passar em medicina? Dicas para maximizar a retenção e manter o foco



Rafael Duarte, CEO da RD Medicine

No caminho para a excelência médica, enfrentamos desafios que testam não apenas nossos conhecimentos, mas também nossa capacidade de manter o foco e otimizar o tempo de estudo. Como alguém que trilhou essa jornada por meio de residências médicas no Brasil e nos EUA, frente a inúmeras provas exigentes, aprendi a importância de abordagens eficazes. Por isso, compartilho estratégias testadas e comprovadas para tornar o processo de aprendizagem mais produtivo e menos exaustivo.

Mantenha uma rotina dinâmica

O estudo não deve ser uma maratona de leitura de apostilas ou uma longa sessão de vídeos. Essas técnicas passivas rapidamente se tornam monótonas e cansativas. Em vez disso, introduza métodos ativos no dia a dia. Flashcards, por exemplo, são excelentes para memorização e revisão rápida de conceitos. Além de testar o conhecimento, resolver questões também prepara o indivíduo para o formato e a complexidade de exames como o USMLE. Alternar entre métodos passivos e ativos mantém a mente engajada e torna o estudo mais eficiente.

Organize o ambiente e cronograma

Defina um cronograma específico, incluindo horários fixos, se possível, e objetivos claros para cada sessão. Além disso, um ambiente organizado reflete diretamente na eficácia do aprendizado. Um espaço limpo e ordenado minimiza distrações e melhora a concentração.

Selecione materiais cuidadosamente

Menos é mais quando se trata de materiais de estudo. A tentação de coletar inúmeros livros e recursos on-line pode ser grande, mas isso mais atrapalha do que ajuda. Escolha até duas fontes principais de estudos teóricos, complementadas por um banco de questões e um programa de flashcards. Essa abordagem simplificada evita a sobrecarga de informações e permite um estudo mais focado e profundo.

Incorpore pausas e lazer

Estudar para exames desafiadores como o USMLE requer dedicação intensa, mas é crucial evitar o esgotamento. Integre pausas regulares na rotina de estudo usando técnicas como o método Pomodoro, que propõe períodos focados e intercalados com breves intervalos. Além disso, reserve um tempo para o lazer e para estar entre amigos e família. Esses momentos de descontração são essenciais para a recuperação mental e emocional.

Todos os dias das 16:00 às 02:00

Escuna

Happy Hour

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

87.3 87.4 87.4E 87.15
87.2 87.1 87.40 87.50
986.1 986.2 986.3 986.4

A close-up portrait of a young woman with dark hair pulled back, smiling gently at the camera. She is wearing a red and black patterned top. The background is a plain, light-colored wall.

REVISTA
Us

16 de junho de 2024

Ruy Duarte

Beatriz Linhales

Às vésperas de estreiar na Netflix,
com exclusividade para a PiraCult

Comportamento

O poder do fracasso

Decor

As plantas invadiram a casa

Filhos

*Os perigos da superproteção
na infância*

Vida Saudável

*Suplementos indispensáveis
para uma vida saudável
na menopausa*

Quero viajar para trabalhar e viver experiências em dobro, ou seja, atuar e conhecer novos lugares, novas pessoas. Espero que um dia isso aconteça!



Beatriz Linhales



Ruy Duarte

Us

Jovem, talentosa, promissora e às vésperas de estreiar em uma produção da Netflix. Beatriz Linhales bateu um papo com Nathália Felipe para a PiraCult, e mostra que é bem mais do que um rosto bonito emergente no mundo das artes.

PiraCult: Quais foram as maiores dificuldades que você enfrentou no início de sua carreira? É um meio muito fechado, furar a bolha é muito difícil. Mas acho que a maior dificuldade para mim é, e sempre foi, lidar com essa ideia de sorte que acontece muito na área. Você pode passar a vida toda estudando e se dedicando e perder algumas oportunidades para pessoas que não necessariamente se dedicaram para conquistá-las. Eu ainda tive a sorte de estudar em lugares diferentes, alguns de acesso mais difícil, e que me deram visibilidade, mas tenho amigos que se dedicam como loucos, amam a profissão, são artistas incríveis e nunca tiveram a possibilidade de fazer nenhum trabalho profissional, por mais que estejam doando sua energia para furar a bolha.

PiraCult: O que te inspirou a seguir a carreira de atriz? Engraçado pensar nisso. Acho que foram várias coisas juntas. Atuar é uma magia muito grande. Quando se tem a oportunidade de atuar ainda criança, isso toma uma força imensa, criança gosta disso de teatro, de contar história. Eu, pelo menos, sempre fui assim. Estudei numa escola que me impulsionava muito no meio artístico, o Colégio de Aplicação da UERJ. Foi lá que comecei a fazer teatro e nunca mais parei. Depois de perceber o quanto meu coração estava naquilo, comecei a querer me profissionalizar, e sempre gostei de estudar. Então, uni essas coisas, as mais importantes para mim, e virou meu caminho nesse mundo. Depois de começar a consumir atuação sem parar, novas inspirações surgiram. Pessoas que já estavam na caminhada há tempos e construíram uma carreira linda, com uma devolução de cultura para o mundo que me fez querer fazer igual, grandes pensadores e pensadoras da área que dedicaram suas cabeças brilhantes para destrinchar a arte do ator, me fez querer também pensar e produzir em cima disso. Enfim, as referências vão sempre se somando.

PiraCult: Qual foi a reação da sua família quando você decidiu seguir a carreira artística? Tenho o maior orgulho do mundo em dizer que sou filha de professores de artes. Minha mãe é professora de música e meu pai, de teatro, além de também ser ator. Então, foi um ponto fora da curva, meus pais me apóiam e muito! Não teria como ser diferente. Ter esse apoio ajuda demais, fortalece a casca para seguir em frente. Foi muita sorte.

PiraCult: Como está sendo estreiar no streaming de tanta potência quanto a Netflix; na série "Pedaco de Mim"? Estou ansiosa para que as pessoas vejam! Uma parte muito legal da profissão é dividir com o público, apresentar, ouvir as opiniões sobre a sua personagem, e uma plataforma grande como essa só amplia esse momento de entrega do trabalho, sabe? Estou ansiosa para o que vão achar da série como um todo, da minha personagem, do núcleo jovem do qual faço parte. Muito ansiosa para ver a reação de pessoas de outros países, as dublagens da minha voz em outros idiomas! Muita coisa gostosa que a profissão pode proporcionar através de uma plataforma grande como a Netflix.

PiraCult: Como foi conhecer atores de grande peso como Renata Sorrah, Lázaro Ramos e agora Juliana Paes? Na verdade, não cheguei a contracenar com eles, apesar de ter sido parceira de trabalho. O que fica é a honra de poder ter visto pessoas tão experientes trabalhando, e o barato que é assistir a uma produção onde estão todos esses monstros e eu também! Para o aprendiz é sempre bom consumir referências tão maduras.

PiraCult: Você tem interesse em trabalhar em produções internacionais? Muito! Um grande sonho é atuar em espanhol, língua que aprendi na escola e amo de paixão. Viajar para trabalhar e viver experiências em dobro, ou seja, atuar e conhecer novos lugares, novas pessoas. Espero que um dia isso aconteça!

PiraCult: Você tem algum projeto pessoal ou iniciativa relacionada à arte e cultura? Tenho esse grande sonho de abrir um teatro, mas ainda está longe. Por hora, acho que faço pela cultura através do meu trabalho e da minha ocupação como estudante. Recentemente, estive em cartaz na universidade com a peça "Valsa N°6" da qual fui diretora ao lado de uma grande amiga, Luisa Rumchinsky. Ficamos muito felizes em poder devolver, para a comunidade interna e externa, um trabalho que foi fruto do investimento da educação de teatro. Isso para mim é muito importante. ■



Divulgação



Thame em Livro ^{Us}

Um dos mais ilustres piracicabanos de todos os tempos tem agora, além de sua obra de vida e a lembrança de amigos, familiares e farta documentação de imprensa, uma publicação oficial em honra de sua memória. Mendes Thame, político, estadista, “pai” do MEI (Micro Empreendedor Individual) e um dos signatários da Carta Magna de 1988 tem sua história contada no livro que leva

seu nome e integra a coleção Perfil Parlamentar, mais precisamente o volume de número 77 das Edições Câmara, com organização de Flávia Paschoal e Marisa Massiarelli Setto. A obra foi oficialmente lançada em evento em Brasília, que contou com a presença de Nancy e Sofia Thame, respectivamente esposa e filha do homenageado; e não por acaso na última quinta, 13 de junho, data

do aniversário do saudoso homem público que muito fez por Piracicaba e pelo Brasil. O livro terá um lançamento aqui na terrinhha, programado para o sábado, dia 29 de junho, às 17 horas, na Pinacoteca Municipal, no Engenho Central. Este colunista tem um especial carinho pelo biografado, e não vê a hora de ter o seu exemplar em mãos. Leitura obrigatória para quem quer um mundo mais justo. ■

Bárbara!

Marisa Orth aterrissa em Piracicaba nos dias 22 e 23 de junho, próximo sábado e domingo, às 21h e 19h respectivamente, para apresentar “Bárbara”, um texto

delicioso baseado no livro “A Saideira”, de Barbara Gancia. No Teatro do Engenho, com patrocínio da Previlab e produção local da Ferreira Eventos

Culturais. O espetáculo tem a realização de Palco 7 e Solo Entretenimento. Últimos ingressos disponíveis no site Mega Bilheteria. É a chance de ver de perto o talento e carisma dessa diva da dramaturgia. ■



We Are The Dark Faces



Divulgação

O amor de Jang Kwak pela música vai muito além do que capitanear a casa de karaokê mais badalada da região. Além de estar a frente do Spazio Music, ele tem se mostrado há tempos com um grande talento para lançar hits musicais, como o seu mais recente sucesso, “We Are The Dark Faces”, que chegou às principais plataformas na última sexta, dia 14. Uma produção com o selo da Gaveta Produções disponível no Spotify, Deezer, Apple Music e Amazon Music. ■

Os 4 Amigos!

Quem pelo menos uma vez na vida já se divertiu vendo os vídeos da Fila de Piadas com essas quatro figuraças que são Afonso Padilha, Dihh Lopes, Márcio Donato e Thiago Ventura tem agora a oportunidade de dar boas risadas ao vivo. O show acontece na sexta, dia 28 de junho, a partir das 20h no Clube Cristóvão Colombo. A classificação indicativa é de 14 anos e os convites podem ser comprados pelo site Ingresso Digital. ■



Cachecol é detalhe que faz toda a diferença para compor um look de estilo no Inverno

Consultora de moda e criadora da Escola de Moda Cá Cavalcante, Camila Cavalcante, oferece quatro truques de estilo com cachecol para deixar qualquer mulher empoderada e elegante

Para driblar o frio do Inverno que se aproxima, costumamos abusar de vestimentas mais grossas e pesadas como blusas de lã e casacos. Se as temperaturas forem baixas como as dos últimos dias, usar acessórios como gorros e cachecóis nunca será considerado um exagero.

Muitos acreditam, com alguma dose de razão, que é mais difícil ficar elegante na estação mais fria do ano, afinal a tendência é que camadas e mais camadas de roupa se acumulem sobre o corpo, o que, raramente, resulta em um estilo harmonioso. Consultora de moda e criadora da Escola de Moda Cá Cavalcante, Camila Cavalcante, ressalta que é possível sim ficar estilosa no frio, sendo preciso, contudo, prestar atenção nos detalhes, pois é lá que mora o estilo.

De acordo com Camila, por exemplo, um detalhe que faz toda a diferença e que ainda deixa qualquer um bemquentinho é o cachecol. Mas é preciso saber usá-lo, para que ele faça diferença. Abaixo, a criadora da Escola de Moda Cá Cavalcante oferece quatro truques de estilo com o cachecol:



1 - Usar o cachecol como ponto de cor em looks neutros - Uma pessoa que escolhe como peça de roupa uma calça jeans clara e um casaco azul petróleo, irá fazer seu look brilhar (e se tornar um pouco mais leve) com um simples cachecol vermelho envolto ao pescoço.



3 - Usar cachecol como ponto de estampa ou fazendo mix de estampas - Em um look com trajés lisos, um cachecol estampado em volta do pescoço e sobre os ombros pode trazer o diferencial de estilo que a pessoa necessita para se sentir mais bonita e confiante. Se a camisa é estampada (listrada, por exemplo), um cachecol com cores e estampas distintas fornece o destaque que o visual precisa, sem se tornar uma "salada" visual.

4 - Usar o cachecol com diferentes tipos de amarrações utilizando cintos e faixas - Além das cores e estampas que encorpam qualquer visual, os cachecóis permitem, por meio de suas amarrações, a composição de looks refinados. E essas amarrações, sendo bem combinadas com cintos e faixas, dão à pessoa uma sensação de empoderamento e elegância. Também por essa versatilidade, cachecóis são considerados acessórios de grande valia na moda.



Fotos: Banco de Imagem

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.

Olheiras e marcas de expressão podem ser sinais de desgaste dos dentes

Especialista explica que assimetria facial e marcas de expressão podem vir de problemas como perda óssea na região da boca, diminuição no tamanho dos dentes e mal posicionamento dentário.

Foto: Banco de Imagem



Assimetria facial e marcas de expressão podem não ser apenas uma questão de desarmonia e, sim, sinais de problemas como perda óssea na região da boca

“...É crucial verificar se há uma questão ortodôntica a ser corrigida antes da intervenção externa. O dentista pode fazer essa avaliação pelo domínio da anatomia da cabeça e pescoço, e das variações anatômicas da face, sejam artérias, veias, musculatura e discrepância esquelética (bases ósseas)”

Queixo retraído, rugas no canto da boca ('sorriso invertido'), ao redor dos lábios ('código de barra') ou o sorriso que sobe mais de um lado que de outro. Essas são algumas queixas de pessoas que procuram por harmonização facial/orofacial e demais procedimentos estéticos.

No entanto, assimetria facial e marcas de expressão podem não ser apenas uma questão de desarmonia e, sim, sinais de problemas como perda óssea na região da boca, diminuição no tamanho dos dentes, disfunção na mordida e mal posicionamento dentário.

Marcelo Kyrillos, cirurgião-dentista do Ateliê Oral, explica que a correção de um problema odontológico antes da harmonização facial pode ser um fator decisivo para a realização de intervenções ou menor escala delas. “Quando corrigimos o tamanho dos dentes ou a mordida, o rosto já ganha uma nova estrutura, e os pacientes já percebem uma mudança. Após recuperar o que esse paciente perdeu, aí sim, pode haver o refinamento estético”, explica.

“O que vemos por aí são muitos resultados com uma certa deformação, fora da naturali-

dade. O exagero acontece muito pelo fato desses casos não terem sido tratados de dentro para fora da boca. É crucial verificar se há uma questão ortodôntica a ser corrigida antes da intervenção externa. O dentista pode fazer essa avaliação pelo domínio da anatomia da cabeça e pescoço, e das variações anatômicas da face, sejam artérias, veias, musculatura e discrepância esquelética (bases ósseas)”, alerta.

O especialista fala com base no reconhecimento em 2019, pelo Conselho Federal de Odontologia (CFO), da harmonização orofacial como uma especialidade da odontologia responsável por buscar o equilíbrio entre a relação estética e funcional do rosto e do sorriso para corrigir assimetrias e algumas proporções faciais.

Olheiras podem ser sinais de desgaste dos dentes

Com o avanço da idade aparecem as rugas no canto da boca, passando aquela imagem de 'sorriso invertido'. Também acontecem a retração dos lábios superior e inferior, dando origem às rugas periorais, conhecidas como 'código de barra'. Segundo o especialista, o desgaste dos dentes e a perda óssea naturais do cor-

po podem desencadear esses problemas. “Com o passar dos anos, não recebemos o mesmo suporte labial de osso e de dente. É como se houvesse um derretimento da face”, detalha.

O que pouca gente sabe é que as olheiras também estão relacionadas à perda desse suporte. Isso acontece devido à força feita na hora de morder para selar os lábios. O cirurgião-dentista explica que a recuperação da altura da mordida fornece o suporte para esses tecidos.

“A harmonização facial pode suavizar as marcas, porém, a parte dentária já é uma solução na maioria dos casos”, frisa.

O especialista também traz um alerta para a necessidade de cirurgia em situações mais complexas, como nos casos de retração de queixo. Ao invés de tratar esteticamente com preenchimento de queixo até uma proporção considerada ideal, ele recomenda avaliar a possibilidade de uma intervenção cirúrgica (a cirurgia ortognática). “O queixo para dentro, por exemplo, é um caso de crescimento inadequado dos ossos.

Então, é preciso consertar. Imagine uma armação de circo: armando a lona, assume-se uma nova forma. Isso é abso-

lutamente natural, porque é o rosto da pessoa. Antes de qualquer procedimento estético, é preciso ter a estrutura óssea e a funcionalidade dos sistemas que compõem o nosso corpo como ponto de partida. A saúde e a função precisam vir sempre em primeiro lugar. A estética precisa ser enxergada como uma aliada”, enfatiza.

Kyrillos explica ainda a importância dessas intervenções serem realizadas com o acompanhamento de diferentes profissionais. “Nessas regiões há tecidos duros e moles, que são do domínio do cirurgião-dentista, do dermatologista e do cirurgião-plástico, por exemplo, em suas diferentes áreas de conhecimento.

Isso porque há um risco grande em manipular materiais injetáveis e perfurantes nesses tecidos. Não são poucos os casos de pacientes que voltam para a casa após o procedimento e, dias depois, sentem dores e outros sintomas.

Quando se dão conta, o edema, por não ter sido tratado corretamente, se tornou uma necrose. Se não houver um acompanhamento integrado, o risco para o paciente é alto”, completa.

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

STYLE IMAGE

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

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

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

@biacolorfurlan (19) 98377-0078
Av. Independência, 724 - Est. Liberty Vila das Flores

As plantas invadiram a casa

Cinco ambientes que vão te inspirar a colocar a natureza dentro de casa

A presença das plantas dentro de casa não é apenas um adorno decorativo, mas uma medida que promove a saúde e o bem-estar - Da redução do estresse à melhora da função cognitiva. Estudos como o realizado no Japão sobre Shinrin-yoku, ou "banho na floresta", demons-

tram que passar tempo na natureza reduz os níveis de stress e promove uma sensação de relaxamento.

É por isso que as plantas estão invadindo as casas, apartamentos e escritórios, já que as pessoas passam a maior parte do tempo nestes lugares. Interagir com as espécies durante a poda e no

regar, tocá-las e cheirá-las, pode proporcionar efeitos relaxantes semelhantes aos de estar em um ambiente natural.

Engana-se quem pensa que elas podem fazer mal em ambientes fechados, uma vez que exalam o CO2 durante a noite. O estudo de purificação do ar da Agência Es-

pecial Americana (NASA) nos Estados Unidos destaca que as plantas têm capacidade de remover 87% das toxinas do ar, incluindo compostos orgânicos voláteis encontrados (VOCs) em materiais comuns do dia a dia.

"Embora haja preocupações sobre a quantidade de gás carbônico (CO2) liberada pelas plantas, é importante ressaltar que ele é liberado em baixa quantidade, o que não prejudica a qualidade da respiração humana", esclarece o biólogo e paisagista

Ney Laignier.

Ele esclarece que as plantas mais apropriadas para se colocar dentro de casa são aquelas que prosperam na sombra, entre elas destacam-se as espécies de plantas como a Espada-de-São-Jorge (Sansevieria trifasciata), a Jibóia (Epipremnum pinnatum), a Suculentas (Echeveria, Crassula, Sedum...), Violeta (Saintpaulia ionantha). "São espécies que requerem cuidados relativamente simples", pontua o paisagista,

Fotos: Geysa Machado/Gm Fottus

Suite Master

Inspirada pelo Parque Nacional das Emas em Goiás, a suite master incorpora elementos naturais do parque, e inclui a integração de plantas no quarto, seguindo um conceito Urban Jungle, que é a tendência de utilizar plantas na decoração para purificar o ar, aumentar a imunidade e promover bem-estar.

Introdução de plantas no banheiro para tornar o ambiente mais vivo e conectado à natureza



Banheiro PcD

As plantas não precisam se restringir a jardins e áreas sociais. A sugestão de Marília Lilia, responsável pelo projeto banheiro para pessoas com deficiência fugiu do padrão tradicional, onde todos os banheiros são sempre de cores neutras. Ela introduziu plantas para tornar o ambiente mais vivo e conectado à natureza.

As plantas contribuem para uma boa noite de sono



Cristaleira Francesa

CASAMARELA
ANTIGUIDADES

(19) 98132-2765
R. Floriano Peixoto, 743 - Centro

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

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

Fotos: Geysa Machado/Gm Fottus

Restaurante

Quem não gosta de almoçar ou jantar debaixo da copa de uma árvore? Ou de um piquenique no parque? Pensando nessas sensações, para alguns nostálgicas, o arquiteto Gabriel Delane capturou essa essência no projeto do restaurante Tem no Tacho. Quando o visitante entra, sua primeira imagem é uma jabuticabeira ao centro de uma mesa de concreto. O paisagismo vivo se mistura com os sabores e leva vitalidade e conforto ao espaço.



Já imaginou almoçar debaixo de uma jabuticabeira

Cozinha

Considerada o coração da casa, a cozinha também tem espaço para o verde, que pode ser uma pequena horta ou uma parede verde. No projeto assinado pelo arquiteto Tiago Mecenas, uma parede verde traz vida ao sofisticado ambiente, tornando o espaço mais convidativo.



A presença do verde transforma a cozinha em um ambiente mais convidativo

Presença de plantas no ambiente de trabalho pode aumentar a produtividade ambiente mais convidativo



Sala de negócios

Uma pesquisa da Universidade de Queensland, na Austrália, revelou que a presença de plantas em ambientes de trabalho pode aumentar a produtividade dos funcionários em até 15%. O arquiteto Edson Mesquita integrou elementos de biofilia no ambiente, que cria conexão entre pessoas, natureza e outros seres vivos. O ambiente inclui amplo paisagismo com plantas, vasos cerâmicos, seixos no piso e outros elementos naturais.

Aulas de Teatro? Nós temos vagas!

TEATRO ADULTO E INFANTIL*

30 ANOS DE EXPERIÊNCIA

METODOLOGIA TESTADA E APROVADA

COM EXCLUSIVIDADE EM PIRACICABA, **NO ESPAÇO VENTRE VIDA**
RUA FERNANDO FEBELIANO DA COSTA, 1426 - ALEMÃES

Kadimah!
CIA TEATRAL
BY MAURICIO RIBEIRO

Agende uma aula
experimental **gratuita**

 (19) 98243.8817

*PARA CRIANÇAS ALFABETIZADAS A PARTIR DE 7 ANOS.
IMAGEM MERAMENTE ILUSTRATIVA.

Pampa: cerca de 60% dos linfomas são diagnosticados em estágio avançado

Detecção precoce é essencial no combate à doença; Oncohematologista esclarece principais dúvidas e sintomas que devem ser investigados

Foto: Banco de Imagens



Cerca de 58% dos pacientes descobrem a doença em estágio avançado e 60% dos homens e 57% das mulheres têm um diagnóstico tardio

Considerado um dos maiores ídolos do vôlei brasileiro, André Felipe Falbo Ferreira, conhecido como Pampa, faleceu aos 59 anos, na última sexta-feira (07), vítima de Linfoma de Hodgkin, tipo de câncer que afeta o sistema linfático. O campeão olímpico nos Jogos de Barcelona 1992 estava em tratamento desde janeiro deste ano e, após complicações pulmonares decorrentes de uma reação aos medicamentos quimioterápicos, precisou ser transferido de um hospital no Rio de Janeiro para um outro centro de saúde, na cidade de São Paulo, onde precisou ser entubado e permaneceu hospitalizado na UTI, em estado grave.

O caso do ex-atleta chama a atenção para a necessidade de ampliação de informações sobre o Linfoma, um termo que nos últimos anos vem surgindo com cada vez mais frequência nas manchetes. E não é à toa que ouvir falar sobre esse tipo de câncer está mais comum: no Brasil, o Instituto Nacional de Câncer (INCA) estima que para cada ano do triênio 2023-2025 sejam diagnosticados 3.080 casos de linfoma de Hodgking e 12.040 de linfoma não Hodgking. E, segundo a entidade, por motivos ainda desconhecidos, o número duplicou nos últimos 25 anos, principalmente entre pessoas com mais de 60 anos.

De acordo com uma pesquisa feita pelo Observatório de Oncologia, entre 2008 e 2017, foi mostrado que o linfoma costuma ser diagnosticado tardiamente no Brasil. Cerca de 58% dos pacientes descobrem a doença em estágio avançado e 60% dos homens e 57% das mulheres têm um diagnóstico tardio.

Mas, do que se trata esse tipo de tumor?

De forma simplificada, os linfomas podem ser classificados como Hodgkin, mais raro e que afeta em especial jovens entre 15 e 25 anos e, em menor escala, adultos na faixa etária de 50 a 60 anos, ou não-Hodgkin, cujo grupo de risco é composto por

pessoas na terceira idade (mais de 60 anos). Para Mariana Oliveira, onco-hematologista da Oncoclínicas, apesar de não haver prevenção por desconhecimento do que leva ao surgimento da neoplasia, a chave para deter a evolução progressiva do tumor é o conhecimento. "A boa notícia é o fato de os linfomas terem alto potencial curativo. O diagnóstico precoce é fundamental para alcançar o êxito no processo terapêutico, por isso o esclarecimento à população é essencial", afirma.

Sintomas e Tratamento

Os sintomas em geral são aumento dos gânglios linfáticos (linfonodos ou ínguas, em linguagem popular) nas axilas, na virilha e/ou no pescoço, dor abdominal, perda de peso, fadiga, coceira no corpo, febre e, eventualmente, pode acometer órgãos como baço, fígado, medula óssea, estômago, intestino, pele e cérebro.

"As duas categorias - Hodgkin e não-Hodgkin -, contudo, apresentam outros subtipos específicos, com características clínicas diferentes entre si e prognósticos variáveis. Por isso, o tratamento não segue um padrão, mas usualmente consiste em quimioterapia, radioterapia ou a combinação de ambas as modalidades", explica Mariana Oliveira

Em certos casos, terapias alvo-moleculares, que tem como meta de ataque uma molécula da superfície do linfócito doente, podem ser indicadas. "Estas proteínas feitas em laboratório atuam como se fosse um 'míssil teleguiado' - que reconhece e destrói a célula cancerosa do organismo", ressalta o médico. Ainda, dependendo da extensão dos tumores e eficácia das medicações, pode haver a indicação de transplante de medula óssea.

Diante dos desafios impostos pela crescente incidência da doença, novas alternativas terapêuticas vêm surgindo para combater os linfomas, especialmente para os que não respondem aos tratamentos convencionalmente indicados. "A

Há 42 anos levando saúde e sorrisos

A Uniodonto Piracicaba completa 42 anos transformando vidas através do sorriso, levando saúde e bem estar para mais de 82 mil beneficiários. Queremos agradecer a confiança de todos nossos parceiros, empresas contratantes e clientes.

uniodonto Piracicaba

O nosso sorriso é único.

Dr. Nic. Cássio Zanardo - CRO-SP 12.797 - CRO-SP 2.111
ANS nº 34.600-4

uniodontopiracicaba @ f X in d

medicina tem avançado nos últimos anos principalmente através da terapia celular", afirma a especialista

Ela conta que o autotransplante, tratamento no qual é realizada uma quimioterapia mais intensa seguida pela infusão da medula do próprio paciente, é uma delas. A terapia com imunoterapia é outra. Com bons resultados apontados por estudos e pesquisas de referência global, o tratamento estimula o organismo do paciente a reconhecer e combater as células tumorais. "De forma bastante simplificada, podemos dizer que os imunoterápicos desativam os receptores dos linfócitos e, assim, permite que as células doentes sejam reconhecidas. Isso faz com que o organismo volte a combater o tumor - e sem causar efeitos colaterais comuns a outras medicações habitualmente adotadas nos processos terapêuticos", finaliza Mariana Oliveira.

Telemedicina
SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA
0800-000-3009

ATENDIMENTO MÉDICO
24 horas

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

SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA

O Plano que tem Saúde Inteligente!

CIRÚRGICA independência
PRODUTOS CIRÚRGICOS E HOSPITALARES

CIRÚRGICA independência

Rumo aos 30 anos!

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

www.cicurgicaindependencia.com.br

Vai um chá aí? Conheça mitos e verdades da bebida milenar

Além de proporcionar a hidratação do corpo, o chá também pode auxiliar em questões de saúde, podendo até mesmo ser utilizado em processos de emagrecimento

Foto: Banco de Imagem



É importante consumir o líquido em paralelo a uma alimentação já equilibrada

Versátil e agradável, o chá é uma bebida milenar capaz de chamar a atenção de qualquer paladar. Originário da China, a sua história ainda é um mistério, mas existem relatos que indicam que o produto surgiu há cerca de 5 mil anos atrás, quando um imperador estava fervendo água ao ar livre e algumas folhas de uma planta próxima caíram na panela. Já outros registros históricos revelam que a descoberta aconteceu durante a dinastia Zhou (1046-265 a.C) onde o item era usado como prática medicinal. De qualquer maneira, muito mais do que um momento de relaxamento, o produto vem se mostrando ao longo do tempo uma figura estratégica para uma rotina focada no bem-estar.

De acordo com Sylvia Ramuth, diretora técnica do Emagrecimento, além de proporcionar a hidratação do corpo, a depender do tipo e do preparo, o item também pode auxiliar em questões de saúde como pressão e digestão, podendo até mesmo ser utilizado em processos de emagrecimento, como por exemplo, para combater aquela sensação de inchaço.

“Existem certos chás que podem ajudar a desinchar por conta de suas propriedades diuréticas, anti-inflamatórias e digestivas. Entre os principais, é possível citar o de dente-de-leão, hibisco, gengibre, cavalinha e chá verde”, indica Sylvia. Diante desse contexto, a especialista ainda faz o alerta de que é importante consumir o líquido em paralelo a uma alimentação já equilibrada.

“Algumas pessoas podem acreditar que beber chá é sinônimo de compensação para uma dieta pouco saudável ou hábitos de vida sedentários. A verdade é que nenhuma bebida pode compensar uma alimentação rica em alimentos processados, açúcares adicionados

e gorduras trans e nem substituir a importância da atividade física regular. Aqui, é válido ressaltar que há quem acredite erroneamente que substituir refeições por chá ajudará na perda de peso. Na prática, isso pode levar a deficiências, além de não ser uma estratégia sustentável para o emagrecimento a longo prazo”, explica Sylvia.

Para desmistificar as ideias sobre redução de inchaço que rodeiam a bebida milenar, Sylvia listou os principais mitos e verdades sobre o tema. Confira abaixo:

1. Somente o consumo do chá ajuda na perda de peso significativa

Mito. “A bebida não é uma solução mágica para um rápido emagrecimento. Na realidade, a perda de peso saudável geralmente requer uma combinação de uma alimentação equilibrada, exercícios físicos e hábitos de vida saudáveis”, diz Sylvia.

2. O chá tem propriedades de quebra de gordura

Mito. “É importante esclarecer que embora alguns chás possam ter propriedades que ajudam na digestão, aceleram o metabolismo ou reduzem o apetite, não existe evidência científica sólida de que o líquido queima gordura”, revela a especialista.

3. Cada tipo de chá para desinchar exige um período de consumo diferente

Verdade. Idealmente todos os chás podem ser consumidos ao longo do dia até às 16h, mas nos casos dos com propriedades diuréticas e digestivas, é necessário se atentar aos horários de consumo. “É recomendável tomar uma xícara do chá de dente-de-leão antes das refeições para ajudar na digestão e uma xícara antes de dormir para aproveitar suas propriedades diuréticas. O mesmo vale para o chá de hibis-

co, que quando ingerido antes das refeições principais, pode ajudar a controlar o apetite e a reduzir a ingestão alimentar. Já o chá de gengibre deve ser evitado à noite porque interfere no sono de algumas pessoas. Por sua vez, o de cavalinha e o verde são frequentemente usados pela manhã para obter um impulso de energia suave, visto que contém cafeína, e para ajudar a estimular a eliminação de líquidos e reduzir o inchaço ao longo do dia” pontua Sylvia.

4. Não há contra indicação para os chás que driblam o inchaço

Mito. Embora muitos chás possam ser consumidos com segurança pela maioria das pessoas, é importante notar que alguns indivíduos podem ter condições médicas específicas, alergias ou sensibilidades que os tornam mais propensos a experimentar efeitos colaterais ou complicações ao consumir certos tipos da bebida. “Para quem toma medicamentos regularmente ou apresenta condições médicas específicas, como pressão arterial baixa ou alta descontrolada, problemas renais, distúrbios gastrointestinais, está gestante ou amamentando, é fundamental consultar um profissional de saúde antes de iniciar o consumo”, orienta a diretora.

Suplementos indispensáveis para uma vida saudável na menopausa

Conheça os suplementos que ajudam a prevenir doenças e devolvem a qualidade de vida da mulher no climatério e menopausa

Foto: Banco de Imagem



A partir dos 40 o corpo humano já não é o mesmo, e, apenas uma boa alimentação não é capaz de suprir as necessidades de cada indivíduo

Para o bom funcionamento, o organismo necessita de vitaminas, aminoácidos, minerais e outros nutrientes que são produzidos naturalmente pelo corpo, ou encontrados em uma alimentação balanceada e saudável. Mas, a partir dos 40, o corpo humano já não é o mesmo, e, apenas uma boa alimentação não é capaz de suprir as necessidades de cada indivíduo.

Durante o climatério e menopausa, a mulher começa a observar um metabolismo mais lento, perda de elasticidade e memória, falta de disposição, ganho de peso, insônia e inúmeros outros sintomas que surgem com a idade. A decisão de suplementar ajuda a evitar carências nutricionais devolvendo a qualidade de vida da mulher madura.

A médica Ginecologista Beatriz Tupinambá, que listou 5 suplementos que não podem faltar na rotina da mulher 40+:

Creatina

A Creatina ajuda a célula muscular a otimizar suas funções durante a prática de exercícios físicos, além de auxiliar no aumento da eficiência da síntese proteica;

Ômega 3

O Ômega 3 evita inflamações nos vasos sanguíneos, ajuda a prevenir a aterosclerose, contra a pressão arterial e auxilia no controle do colesterol e triglicerídeos. Além disso, possui propriedades anti-inflamatórias;

Vitamina D

A vitamina D fortalece o sistema imunológico, auxilia na resistência de ossos, dentes, nervos e músculo, e melhora a produção de insulina;

Metilfolato

O Metilfolato, também conhecido como vitamina B9, é indispensável para o funcionamento do organismo e pela formação de hemoglobina. Além disso, ajuda na recuperação de doenças como a depressão;

Magnésio

O Magnésio otimiza o desempenho nas práticas de exercícios, melhora a imunidade, ajuda no controle de diabetes, controla a pressão arterial, diminui o risco de doenças cardíacas e auxilia nas funções nervosas e musculares.

Dr. Daniel Ricardo Medeiros CRM 11910
Dr. Carlos Alberto Mantovani C. CRM 7751
Dr. Luis Fernando Gomes CRM 80102
Dr. Paulo Humberto Remondi CRM 15020
Dr. Luis Carlos Varela CRM 39563
Dr. Ricardo José Peruzzo G. CRM 80104
Dr. Michael Siqueira CRM 15748
Dr. Juliano Padovani CRM 10060

Clínica Orthos
Ortopedia e Traumatologia

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

Responsável Técnico: Dr. Ricardo José Peruzzo G. - CRM 80104

Fisioterapia e Ergonomia

Entorse de Tornozelo



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

Definição

A torção ou entorse do tornozelo é uma lesão muito frequente, na qual os ligamentos são alongados até se romperem. Ela pode ocorrer quando pisamos em falso num buraco ou degrau, fazendo com que o pé gire para dentro devido ao peso do corpo, comprometendo os ligamentos do lado de fora em geral, os mais acometidos.

Os ligamentos são estruturas pouco elásticas que funcionam como estabilizadores das articulações. Quando a força exercida sobre eles é muito grande, como não têm elasticidade, eles rompem. Por vezes, quando o osso é mais frágil, pode haver uma fratura (o osso parte) em vez de haver a rotura do ligamento.

O entorse de tornozelo seguido ou não de uma lesão ligamentar são ocorrências comuns e, muitas vezes, negligenciadas, causando determinadas sequelas.



Causas

✓ **Falta de aquecimento e alongamento:** Quando os músculos e ligamentos do tornozelo não são devidamente aquecidos e alongados antes da atividade física, a probabilidade de uma lesão é maior.

✓ **Superfícies irregulares:** Andar ou correr em superfícies irregulares, como terrenos acidentados ou com pedras soltas, pode aumentar o risco de entorse no tornozelo;

✓ **Calçados inadequados:** Calçados que não fornecem suporte adequado ao tornozelo ou que são muito largos ou apertados podem aumentar o risco de entorse;

✓ **Fadiga muscular:** Quando os músculos e ligamentos do tornozelo estão cansados e fatigados, eles podem ser mais suscetíveis a lesões;

✓ **Instabilidade articular:** Algumas pessoas têm uma tendência natural a ter tornozelos mais fracos e menos estáveis, o que pode aumentar o risco de entorse;

✓ **Desalinhamento biomecânico:** Desalinhamentos biomecânicos como joelhos valgus (quando os joelhos se curvam para dentro) ou pés chatos, podem colocar mais pressão sobre o tornozelo e aumentar o risco de lesão.



Tipos de entorse



Graus de entorse



Classificação

Uma entorse de tornozelo pode variar de ligeira a grave, dependendo de quão danificado está o ligamento e de quantos ligamentos foram afetados. Em uma entorse ligeira ocorre dor e edema (inchaço), no entanto, geralmente sente-se estável, e pode-se caminhar com pouca dor. Uma entorse um pouco mais grave pode incluir contusões e sensibilidade ao redor do tornozelo, sendo doloroso ao caminhar.

Após o exame, o seu médico irá determinar o grau da sua entorse que lhe permitirá traçar um plano de tratamento. A classificação da entorse do tornozelo é feita de acordo com a gravidade dos danos nos ligamentos.

Sintomas

- Inchaço que se agrava com o passar do tempo;
- Hematoma;
- Dor à palpação;
- Acúmulo de líquido nos dedos;
- Sensação de formigamento no pé;
- Perda da flexo-extensão;
- Incapacidade para se locomover.



Na maioria das entorses, sente-se imediatamente dor no pé, que pode ser de leve a muito intensa, no local do entorse. Frequentemente, o tornozelo começa a "inchar" (edema) imediatamente e pode surgir equimose local (tornozelo negro) e algum derrame articular (líquido no tornozelo). A área do tornozelo, geralmente, é sensível ao toque e a dor aumenta com os movimentos.

Em entorses mais severas, pode ouvir e/ou sentir algo "a rasgar" junto com um estalido. A dor é imediata e forte após o entorse, não conseguirá caminhar ou até exercer força no pé (pôr o pé no chão ou "pisar"). Assim, quanto maior a dor e o edema (inchaço), mais grave será a lesão e consequentemente mais demorada será a fase de reabilitação.

A extensão do edema (inchaço) e a intensidade da dor no pé variam proporcionalmente à gravidade da entorse. Na maioria das entorses de menor gravidade (grau I), as queixas possuem uma duração entre 2 a 3 dias, até cerca de duas semanas; nas entorses de maior gravidade (grau II e grau III). O tempo de recuperação para cura pode durar de semanas a meses e depende da gravidade da lesão e do tratamento instituído.

É sempre importante procurar um médico para avaliação e tratamento adequados. Em casos mais graves, pode ser necessário o uso de uma tala ou gesso ou mesmo uma cirurgia para reparar a lesão.



Tratamento

Conservador:

Repouso, gelo, compressão e elevação do tornozelo (conhecido como protocolo RICE), além de medicamentos analgésicos e anti-inflamatórios prescritos pelo médico. O uso de uma tala ou bota de imobilização pode ser necessário para proteger o tornozelo e permitir que os tecidos lesionados se recuperem.

Fisioterapia:

A frequência das sessões poderá ser diária em uma fase inicial, dependendo da gravidade da lesão. Com a melhoria do quadro e reavaliação, as sessões podem ser mais espaçadas gradualmente. A fisioterapia acelera o processo de recuperação com a diminuição da dor, edema e melhoria da amplitude de movimento da articulação. O tratamento é adaptado a cada caso, e a cada paciente.

A terapia manual realizada por um fisioterapeuta qualificado pode incluir: massagem terapêutica, drenagem linfática, mobilização articular, promove a reabsorção do edema, melhora a amplitude articular e a dor.

O fisioterapeuta irá indicar exercícios terapêuticos e de fortalecimento para reabilitação do tornozelo e prevenção de recidiva. Esses exercícios são realizados na clínica e alguns podem ser feitos em casa.

A hidroterapia é indicada para esse tipo de lesão. O meio aquático não só auxilia na drenagem do edema como tem o benefício de reduzir o peso corporal e assim o paciente pode apoiar e transferir mais peso para o pé.

O treino de marcha é um dos componentes do plano de tratamento para voltar a caminhar com uma postura adequada.

O treino de equilíbrio e propriocepção (consciência do corpo no espaço)

A prevenção é o melhor caminho!

Cuide-se, seu corpo agradece!

Foto: Banco de imagem

Conheça os perigos da superproteção na infância

Quando se tornam adultas, estas crianças têm que enfrentar os desafios da vida, mas não possuem as competências necessárias para enfrentá-los



A orientação e o treinamento parental são excelentes para se evitar a superproteção infantil

Qualquer coisa em excesso pode ter efeitos adversos e essa lógica vale para a superproteção dos filhos. Em geral, pais superprotetores querem garantir que suas crianças não serão feridas física ou emocionalmente. Eles buscam protegê-las do mal, da infelicidade, das experiências negativas, da rejeição, do fracasso e das decepções. “É por isso que, muitas vezes, estes pais constroem uma espécie de redoma para seus filhos por meio de restrições constantes e atitudes controladoras, só que, mais tarde na idade adulta, estes podem relutar em abrir as suas próprias asas e voar”, diz Filipe Colombini, psicólogo parental.

Segundo o especialista, quando se tornam adultas, estas crianças têm que enfrentar os desafios da vida, mas não possuem as competências necessárias para enfrentá-los, porque foram “mantidas na redoma” o tempo todo.

Colombini esclarece que a tendência dos pais de superproteger seus filhos pode estar ligada a dificuldades que estes têm com habilidades parentais, ou, ainda, com a ausência de modelos de parentalidade (quando não tiveram, por exemplo, o suporte adequado dos avós).

Ainda que seja difícil se reconhecer como um pai ou mãe superprotetor, existem alguns sinais que podem demonstrar esses comportamentos. Um deles é quando ocorre uma “fusão” entre o que a criança está pensando ou sentindo com os pensamentos e sentimentos dos pais. Nestas situações, segundo o psicólogo, os pais se sentem impelidos a defender e a fazer tudo pelo filho para que este não sofra.

“Além disso, percebemos que muitos pais acabam tendo um hiperfoco em seu filhos, pois também possuem dificuldades ou limitações em suas vidas pessoais, porque têm uma rede de suporte pequena, problemas conjugais ou ainda são portadores de transtornos mentais”, diz Filipe.

“Em geral, pais que têm dificuldades em regular as suas próprias emoções tendem a agir de maneira impulsiva em prol da proteção do seu filho, mesmo que este não precise ser protegido”, conclui.

As consequências da superproteção para o desenvolvimento infantil

Ser excessivamente dedicado a proteger as crianças de qualquer potencial perigo faz com que muitos pais enxerguem ameaças onde elas não existem. Como resultado, ficam constantemente alarmados e com medo.

De fato, as crianças podem ficar indefesas em algumas situações, por isso precisam de muitos cuidados e atenção. Mas, por outro lado, é muito importante que elas aprendam a resolver as coisas sozinhas, desenvolvendo habilidades que serão essenciais na vida adulta.

A mensagem subliminar que a superproteção transfere para as crianças é que elas não são realmente capazes, competentes ou boas o suficiente para administrarem a vida por si mesmas. Os perigos da superproteção infantil são muitos, confira os principais, segundo Colombini:

1) Diminuição de oportunidades para que as crianças possam aprender com suas próprias experiências.

2) Limitação para o desenvolvimento de habilidades sociais, emocionais e necessárias para lidar com os acontecimentos rotineiros.

3) Dependência de adultos nas mais variadas situações, evitando se expor, se arriscar, resolver problemas, tomar decisões, se organizar, entender ou regular seus sentimentos.

4) Dificuldades para lidar com

raiva, frustração, tristeza e em “saber esperar”.

5) Necessidade constante de aprovação e atenção do outro.

6) Pouca autonomia e independência, o que pode ocasionar baixa autoestima, afetando de forma negativa também a resiliência, a capacidade criativa e o autocontrole.

7) Aumento da ansiedade, já que existe o receio de experimentar e conhecer situações novas e desconhecidas. Existe também um risco maior de transtorno de ansiedade e depressão na vida adulta.

Como evitar a superproteção infantil?

A orientação e o treinamento

parental são excelentes para se evitar a superproteção infantil. Mas também para melhorar as atitudes, caso o comportamento seja identificado.

Existem, ainda, algumas dicas que funcionam muito bem para se evitar o problema, como: não fazer pela criança o que ela pode fazer sozinha (como calçar um tênis, pegar um copo, se alimentar); deixar o pequeno errar e auxiliar no passo a passo (explorando possibilidades, testando e tendo a chance de aprender com seus erros) e dar liberdade para a criança brincar (ao ar livre, explorando o ambiente e as coisas a seu redor, com supervisão, porém, sem exageros, prezando pela sua autonomia).

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

CONCERTOS

SOB MEDIDA

MALUSA CALÇADOS

Instagram icon

Malusa
CALÇADOS

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

CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS

Não espere o inverno chegar!

Temos disponível vacina contra a gripe



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

(19) 9999.5.3322



Desvendando o Poder do Fracasso

Como transformar obstáculos em oportunidades de crescimento

“Em momentos de fracasso, é fácil se perder em sentimentos de desânimo e desesperança. No entanto, os verdadeiros vencedores são aqueles que conseguem manter o foco em seus objetivos, mesmo diante das adversidades.”

Na jornada em busca de nossos objetivos, o fracasso muitas vezes se ergue como uma barreira assustadora. Contudo, ao invés de vê-lo como o fim da linha, é crucial encará-lo como uma oportunidade de crescimento e aprendizado. Cada revés, por mais doloroso que seja, carrega consigo lições valiosas que nos capacitam para os desafios vindouros.

Aprendendo com a Adversidade

O medo do fracasso é uma emoção poderosa que pode paralisar até mesmo os mais determinados. Porém, Madalena Feliciano, especialista em Gestão de Pessoas, sugere uma abordagem diferente. Em suas palavras, “o fracasso não é o oposto do sucesso; é parte do caminho para o sucesso”. Essa mudança de perspectiva é fundamental. Em vez de temer o fracasso, devemos vê-lo como uma oportunidade de aprendizado e crescimento pessoal e profissional.

A Importância da Resiliência

Um dos maiores benefícios de enfrentar o fracasso é o desenvolvimento da resiliência. A resiliência é a capacidade de se recuperar rapidamente após enfrentar adversidades. Ao lidar com o fracasso, aprendemos a nos adaptar, a superar obstáculos e a seguir em frente com determinação renovada. Essa habilidade é essencial não apenas para alcançar o sucesso, mas também para mantê-lo a longo prazo.

Mantendo o Foco no Objetivo

Em momentos de fracasso, é fácil se perder em sentimentos de desânimo e desesperança. No entanto, os verdadeiros vencedores são aqueles que conseguem manter o foco em seus objetivos, mesmo diante das adversidades. Madalena Feliciano destaca a importância de persistir, mesmo quando as coisas parecem difíceis. É crucial lembrar que cada obstáculo superado nos aproxima um passo mais perto de nossos sonhos e metas.



O medo do fracasso é uma emoção poderosa que pode paralisar até mesmo os mais determinados

Transformando Fracassos em Oportunidades

O fracasso não é o fim da linha; é uma curva na estrada que nos direciona para um novo caminho. Cada fracasso nos ensina algo valioso sobre nós mesmos e sobre o mundo ao nosso redor. É uma oportunidade de avaliar nossas estratégias, aprender com nossos erros e nos tornar mais fortes e resilientes no processo. Em vez de nos determos diante do fracasso, devemos usá-lo como uma fonte de inspiração e motivação para alcançar o sucesso.

A Contribuição da Programação Neurolinguística (PNL)

Além das reflexões de Ma-

dalena Feliciano, é importante destacar a contribuição da Programação Neurolinguística (PNL) nesse processo de transformação. A PNL é uma abordagem poderosa que nos permite reprogramar nossa mente para o sucesso. Ao aprendermos a linguagem da nossa mente, podemos superar crenças limitantes, desenvolver novas habilidades e maximizar nosso potencial. Com a orientação certa, a PNL pode ser uma ferramenta eficaz para transformar os fracassos em degraus sólidos rumo ao sucesso.

Conclusão

Enfrentar o fracasso não é fácil, mas é uma parte in-

evitável do caminho para o sucesso. Em vez de temê-lo, devemos abraçá-lo como uma oportunidade de crescimento e aprendizado. Cada obstáculo superado nos torna mais fortes, mais resilientes e mais determinados a alcançar nossos objetivos. Com a mentalidade certa e as ferramentas adequadas, podemos transformar os fracassos em escadões sólidos rumo ao sucesso. Então, da próxima vez que enfrentar um revés, lembre-se das palavras sábias de Madalena Feliciano: “O fracasso não é o fim; é apenas o começo de algo novo e melhor”, finaliza Madalena Feliciano.

VOCÊ QUE TEM UMA GRANDE OU PEQUENA EMPRESA E PRECISA COMPRAR CAFÉ E INSUMOS? TEMOS A SOLUÇÃO!

Não perca tempo e dinheiro comprando em diversos lugares, compre tudo na 2AC Alimentos.

Fone: (19) 3428-9455
Cel: (19) 98767-7004
contato@2acdistribuidora.com.br
Av. Luiz Pereira Leite, 259
Jardim Asturias I - Piracicaba/SP

2AC ALIMENTOS

Receitas juninas saudáveis e nutritivas para comer sem culpa

Nutricionista dá dicas de opções mais leves para quem quer aproveitar a festa temática sem sair da dieta

Junho é sinônimo de festa junina e comidas típicas, período também desafiador para quem deseja manter a dieta saudável. No entanto, algumas substituições de ingredientes e a inclusão de suplementos nutricionais pode deixar os pratos saborosos e ao mesmo tempo leves, promovendo saúde e bem-estar. Que tal inovar e transformar a mesa junina com receitas nutritivas, sem abrir mão do sabor?

A nutricionista da Vitafor, Lucila Santinon, ensina o passo a passo de três receitas nutritivas e saborosas para a Festa Junina: Canjica Proteica Cremosa, Mini Cookie de Paçoca e Pipoca Crocante. Ela ressalta que os suplementos nutricionais adicionados às receitas,

agregam valor nutricional, através de proteínas, vitaminas e minerais promovendo o bem-estar, além de mantê-las muito saborosas. "Temos o Isofort Plant sabor paçoca, por exemplo, que é suplemento alimentar composto por blend de proteínas vegetais, como proteína isolada de ervilha e proteína de arroz. Para adoçar, usamos o Xilitol Family, que é um adoçante natural, de origem vegetal e pode substituir o açúcar em receitas ou até mesmo minimizar seu uso no dia a dia. Possui baixo índice glicêmico e proporciona sabor doce com pouco valor calórico", explica.

Confira as receitas:



Pipoca Crocante

Ingredientes

- 1 colher (sopa) de Whey Fort 3W® sabor chocolate ou outro sabor de sua preferência

- 1/2 xícara (chá) de milho para pipoca
- 1 colher (sopa) de MCT Vitafor ou 2 de água
- Água para diluir Whey Fort 3W®

Modo de Preparo

Aqueça uma panela média com o MCT Vitafor e coloque o milho de pipoca. Tampe e deixe em fogo médio. Assim que os começarem a estourar, mexa bem a panela até que todos estourem. Durante este processo, prepare a calda de Whey Fort 3W®. Dentro de um recipiente, adicione o Whey Fort 3W® sabor chocolate e aos poucos coloque água, misturando até obter a calda. Após a pipoca ficar pronta, junte à calda, tampe a panela e chacoalhe bem para envolver toda receita.



Mini Cookie de Paçoca

Ingredientes

- xícara de WHEY FORT® 3W sabor Paçoca;
- ½ xícara de pasta de amendoim;
- 1 Colher de chá de amido de milho;

- 1 Colher de chá de Xilitol Family;
- 1 Colher de chá de bicarbonato de sódio;
- ½ xícara de gotas de chocolate meio amargo.

Modo de Preparo

Em uma tigela, misture os ingredientes até formar uma massa. Com o auxílio das mãos, trabalhe a massa até formar uma bola. Molde bolinhas de aproximadamente 20g e disponha sobre uma assadeira forrada com papel manteiga. Achate as bolinhas formando um disquinho e leve para assar em forno pré-aquecido a 180° por aproximadamente 15 minutos, ou até que os cookies estejam assados. Espere esfriar e sirva!



Canjica Proteica Cremosa

Ingredientes

- colheres de Isofort Plant sabor Paçoca
- 200ml de leite de coco (ou outro de sua preferência)
- 200g de milho para canjica

já cozido

- 4 cravos-da-índia
- 2 colheres de sopa de Xilitol Family
- 1 canela em pau

Modo de Preparo

Com exceção do Isofort Plant sabor Paçoca, coloque todos os ingredientes em uma panela e acenda em fogo médio, sempre mexendo para não grudar. Assim que o creme pegar consistência, acrescente o Isofort Plant sabor Paçoca, desligue o fogo e mexa por mais um minuto. Está pronta a canjica proteica. Se preferir, pode complementar com canela em pó, se quiser

Temporada de Sopas & Caldos

DE SEGUNDA A SÁBADO DAS 11H ÀS 20H

RIVANA

PADARIA DELICATESSEN
— Desde 1997 —

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

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

Como evitar doenças gastrointestinais em pets

Cuidados simples no dia a dia podem evitar o surgimento ou o agravamento de enfermidades



Foto: Banco de Imagens

A prevenção é essencial para evitar doenças gastrointestinais ou piora nos quadros clínicos

“A alimentação de qualidade é o ponto mais importante para a saúde gastrointestinal do animal e deve considerar alergias, doenças e particularidades de cada paciente”

Falta de apetite, vômitos, diarreia, perda de peso e mudanças de hábitos são os principais sinais clínicos de distúrbios e doenças no sistema digestório de cães e gatos, que variam de breves indisposições a infecções e inflamações graves.

A prevenção é essencial para evitar doenças gastrointestinais ou piora nos quadros clínicos. Por isso, a médica-veterinária Farah de Andrade, lista dicas importantes.

Conhecer bem o comportamento e os hábitos do pet

A ingestão de alimentos não recomendados, plantas, objetos ou comida em excesso podem causar mal-estar, irritações e até obstruções. Por isso, assim que o tutor perceber mudanças no comportamento, redução de atividade física e apetite, sinais de dor, vômitos e diarreia, deve procurar atendimento veterinário. É importante verificar a possibilidade de algum objeto ou elemento tóxico ter sido ingerido e relatar os detalhes das mudanças e o histórico do animal para o veterinário, facilitando assim o diagnóstico.

Oferecer alimentação de qualidade

O médico-veterinário tem papel fundamental na orientação sobre a alimentação dos pets, indicando desde as opções de rações industrializadas ou alimentação natural até a quantidade ideal, considerando a idade, o porte e as condições clínicas. “A alimentação de qualidade é o ponto mais importante para a saúde gastrointestinal do animal e deve considerar alergias, doenças e particularidades de cada paciente”, comenta Farah.

Higiene

Outro fator importante é a ingestão de água limpa e fresca. O ideal é oferecer água filtrada e não deixar o animal beber água de poças e lagos.

A limpeza do ambiente, jardim, tapetes higiênicos e caixa

de areia evitam a proliferação de verminoses e a coprofagia. Evitar que o gato tenha acesso à rua e higienizar os cães no retorno dos passeios evita o contato e a ingestão de sujeiras, vermes e microrganismos.

Prevenção de ectoparasitas

Além de desconforto e alergias, pulgas também transmitem vermes, portanto, o controle de ectoparasitas colabora com o desenvolvimento de verminoses.

Atenção ao ambiente

Cães e gatos são curiosos e não perdem a oportunidade de experimentar algo que os atrai. Por isso, é essencial evitar acesso ao lixo, a alimentos gordurosos, a plantas tóxicas, a produtos de

limpeza e a brinquedos e objetos que possam ser ingeridos.

Principais doenças gastrointestinais em cães e gatos

As verminoses são causadas por vermes e protozoários que se alojam no organismo do pet, principalmente no intestino, mas também podem se abrigar no fígado, nos pulmões e no cérebro, tornando-se letais. São facilmente transmitidas por meio de água, fezes e alimentos contaminados; contato com a pele do pet; picadas de insetos; transmitidas da mãe ao filhote, durante a gestação e o aleitamento; e pela ingestão de pulgas contaminadas ou de animais como lagartixas, pássaros e roedores.

A gastroenterite é uma inflamação de todo o sistema digestório e tem causas diversas. Já a gastrite (inflamação da mucosa do estômago), geralmente é causada por infecções bacterianas ou por parasitas; doenças renais, hepáticas, virais ou hormonais; alergias ou intolerância alimentar; estresse; ingestão de produtos tóxicos ou objetos e, até mesmo, tratamentos medicamentosos. Distúrbios do fígado, ducto biliar ou pâncreas podem provocar colestase, ou seja, a redução ou a interrupção da bile (líquido digestivo produzido pelo fígado).

A pancreatite é uma inflamação grave no pâncreas, órgão que produz as substâncias responsáveis pela digestão e pode ser aguda, com desenvolvimento rápido e que pode causar necrose tecidual e levar a óbito, se não tratada a tempo; e crônica, que é uma

inflamação contínua e progressiva, que causa danos permanentes e perda de função do órgão.

A doença inflamatória intestinal é uma inflamação nas mucosas do intestino e do estômago com causa desconhecida, mas estudos sugerem que seja consequência de uma alteração na resposta inflamatória e imune do animal, que interfere na absorção de nutrientes e na motilidade intestinal. A disbiose intestinal é uma condição na qual ocorre um desequilíbrio da microbiota do pet e uma hiper população de microrganismos ruins, que pode predispor a translocação bacteriana para outros órgãos do animal, gerando infecções. E a colite canina é uma inflamação no cólon, parte principal do intestino grosso.

Tratamento

O diagnóstico precoce evita agravamentos, mas a adesão ao recurso terapêutico indicado é outro fator crucial no sucesso do tratamento. Medicamentos veterinários manipulados, flavorizados e em formas farmacêuticas diferenciadas facilitam a administração de remédios, especialmente em animais que estão com desconforto e nauseados. “Vermífugos, probióticos, prebióticos e ativos como o omeprazol, a bromoprida, o ácido ursodesoxicólico, a silimarina e o SAME, por exemplo, podem ser manipulados em forma de biscoito, calda, pasta oral ou molho com sabores como queijo, carne, frango, leite condensado e banana”, comenta a veterinária.

LOCAÇÃO DE IMPRESSORAS
ALUGUE JÁ!



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

FALTOU TONER?

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



(19) 3433-0600

Enoturismo: Não deixe de conhecer os Vales de Apalta e Maipo, no Chile

Ventisquero oferece experiências únicas para quem quer mergulhar no fascinante universo vinícola, com visitas guiadas e degustação

Você já ouviu falar da Ventisquero? Uma vinícola do Chile que produz vinhos de alta qualidade desde 1998, prezando sempre por sustentabilidade e inovação. Nasceu no tradicional Valle del Maipo, mas, com o passar dos anos, expandiu para regiões como Leyda, Casablanca, Colchagua e Huasco, totalizando atualmente cerca de mil hectares de vinhedos. A vinícola foi a primeira do Chile a obter a certificação Wines of Chile pelo trabalho sustentável desenvolvido desde as vinhas até sua estrutura física e responsabilidade social.

Os vinhos chilenos estão entre os mais importados pelo Brasil e a marca Ventisquero pode ser encontrada em supermercados, adegas e restaurantes brasileiros, através da importação e distribuição da Cantu Grupo Wine, a casa das grandes marcas. O Grey Syrah, Queulat Gran Reserva Carménère, Ventisquero Reserva Pinot Noir e os vinhos premium Vértice e Pangea são alguns dos preferidos pelos brasileiros.

Se você é um apaixonado ou apaixonada por vinho e busca mergulhar no fascinante universo vinícola para aprender cada vez mais, a Ventisquero pode ser o destino das suas próximas férias. A vinícola oferece visitas guiadas com degustação que proporcionam uma experiência única de enoturismo.

“O consumidor brasileiro é um fã dos vinhos chilenos e por isso convidamos vocês a conhecerem os Vales de Col-

chagua e Maipo, onde poderão explorar nossa rica história, percorrer os vinhedos e apreciar vinhos premiados. Será um prazer recebê-los aqui. Temos diversas opções de tour para você escolher a que combina melhor com seu estilo e tempo de viagem”, diz María Jesús Astraín, Gerente de Hotelaria e Turismo na Ventisquero.

O Vinhedo La Roblería fica localizado na região no Valle de Apalta - um pequeno vale na parte interior e mais fria de Colchagua, em formato de ferradura de frente para o Sul. Este terroir chileno tem solos argilosos na superfície e boa presença de granito e alto teor de quartzo nas camadas mais profundas, fazendo dele ideal para variedades do mediterrâneo.

Vinhedo La Roblería

O seu roteiro de viagem pode começar pelo Vinhedo La Roblería, o coração do vinhedo, onde está localizado um lindo miradouro e onde você poderá ouvir um pouco da história e dos fundamentos que deram origem aos melhores vinhos Ventisquero. Em seguida, nos vinhedos, o time da vinícola compartilha os aspectos-chave que tornam o Vale de Apalta um terroir singular, destacando, entre as videiras, a viticultura de precisão e profundo conhecimento do ambiente que possuem. Ao final do tour você pode escolher por uma das opções de degustação guiada:

- Tour Grey em que poderá escolher entre quatro vinhos da linha premium Grey;

- Tour Premium em que co-

nhecerá 3 vinhos premium da linha Grey e 1 da linha Ramirana;

- Tour Alta Gama que oferece para você degustar os vinhos Vértice, Herú, Obliqua e Pangea.

- Sunset Ventisquero. Uma experiência singular, em que você e sua família poderão contemplar o pôr do sol mais deslumbrante do Vale do Apalta, no Miradouro La Roblería. É a fusão perfeita entre o vinho, o espetáculo do pôr do sol e a magia do vinhedo. Permita-se desfrutar essa atmosfera enquanto aprecia uma degustação guiada de cinco vinhos de Alta Gama, acompanhada por uma seleção de queijos e embutidos deliciosos.

Vinhedo Trinidad

Nesta outra opção de passeio, no Valle del Maipo Costa, você começa conhecendo as origens da Vinícola Ventisquero e nos vinhedos poderá explorar as variedades que a vinícola oferece, com 35 castas diferentes cultivadas em todo o Chile para criar extraordinários vinhos. Em seguida, visitará a adega, acompanhando o trajeto que as uvas percorrem durante a vindima: desde a chegada e seleção, passando pela fermentação em tanques de aço inoxidável, o envelhecimento em barricas, foudres e ovos de concreto, até o processo final de engarrafamento e rotulagem.



Turismo-Apalta



Sunset



Terraza Aplata (Cierre)



Tour

Tour Grey



Sunset Bodega



Tour Sunset