

Principais hábitos para reduzir ou mesmo evitar o risco de demência

Foto: Banco de Imagem



Pág. 03

Cada vez mais, a ciência entende que muitos dos fatores por trás do declínio cognitivo podem ser evitados a partir de hábitos saudáveis e um cérebro estimulado e ativo

Controlar certos fatores de risco pode reduzir a possibilidade de desenvolver demência quase pela metade. É o que aponta uma atualiza-

ção do Lancet Commission on Dementia, publicada no último dia 10 de agosto no periódico The Lancet.

Cultura

Pág. 23

Us
6 de outubro de 2024

Miguel Venerabile
O sucesso do cinema, que divide a tela com Eriberto Leão e Leticia Spiller, exclusivo para a **PiraCult**

Comportamento
Outubro Rosa: como lidar com o diagnóstico de câncer de mama

Filhos
Como identificar e prevenir o abuso sexual infantil

Pet
Raiva: entenda a importância da vacinação

Moda
Desfile Alto Verão 2025 BOBO

Cidade

Pág. 09

Dia Nacional do Rosário: Dom Devair consagrará o Brasil a Nossa Senhora aos pés do Cristo Redentor, no RJ

Cidade

Pág. 16

Ações do CECAN no Outubro Rosa chegam a empresas e escolas

Cultura

Pág. 19

Salão Cinquentão Livrou-Se

Educação

Pág. 21

Educação ambiental pode contribuir para a preservação dos oceanos



NOSSO ALUGUEL É GARANTIDO ATÉ A ENTREGA DAS CHAVES.

FRIASNETO
CONSULTORIA DE IMÓVEIS

friasneto.com.br

Cidade

Pág. 05

Cuidado com calor excessivo é essencial

Foto: Banco de Imagem



Dr. Humberto Magno Passos

O calor excessivo e com baixas umidades, como o que temos passado nos últimos dias, afeta a saúde das pessoas, em especial quando se trata do sistema cardiovascular. Os impactos desse clima são mais significativos para crianças e idosos, por exemplo.

Cidade

Pág. 06

Novo avanço no tratamento da endometriose

Foto: Banco de Imagem



Revisão de literatura realizada pelo Hospital das Clínicas da USP destaca a presença de bactérias nocivas em pacientes com endometriose, sugerindo seu papel na progressão da doença

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

FOLHA DE PIRACICABA
O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE



@Folhadepiracicaba

TERÇA
08/10

9 hs da manhã





Artigo

A transformação da sua cidade está ao alcance da mão

O povo brasileiro vai às urnas hoje, 6 de outubro, domingo, para escolher os(as) prefeitos(as) e vereadores(as) dos 5.570 municípios brasileiros. Esta eleição se realiza num momento específico da história brasileira, na qual vivemos uma contradição que se expressa na existência de um governo federal liderado pelo presidente Lula, que está levando o Brasil a um novo patamar do ponto de vista econômico e social, ao mesmo tempo em que em grande parte dos estados e na maior parte dos municípios, governadores(as), deputados(as), prefeitos(as) e vereadores(as) realizam gestões e mandatos que trabalham no sentido contrário, pregando muitas vezes abertamente um boicote aos avanços que vem sendo conquistados pelo nosso país.

Os recentes indicadores socioeconômicos trazem expectativas muito promissoras para o Brasil. Somos o país com o segundo maior crescimento do Produto Interno Bruto (PIB) no segundo trimestre de 2024, com uma alta de 1,4%, atrás apenas do Peru e dividindo a segunda posição com Arábia Saudita e Noruega, de acordo com levantamento da agência Austin Rating. Em comparação com o segundo trimestre de 2023, o PIB brasileiro acumula alta de 3,8%. O melhor é que este crescimento é bastante sólido, puxado pela indústria, que cresceu 1,8% no período.

De acordo com o Banco Mundial, o Brasil já ocupa a 6ª posição entre as maiores economias do Mundo. O nosso maior problema - que ocorre também na maioria dos países - é a desigual distribuição de renda, que o governo do presidente Lula vem enfrentando com programas sociais (como o Bolsa Família), políticas voltadas à melhoria da qualidade de vida da população (como Minha Casa, Minha Vida e desoneração de produtos da cesta básica), reforma tributária - para reduzir impostos para quem ganha menos e tributar de forma justa as camadas privilegiadas da população - e outras medidas.

O desemprego caiu para 6,6% em agosto, menor nível da história para o mês. A inflação está controlada, dentro da meta estabelecida, com flutuações naturais, considerando as dificuldades naturais de uma retomada de crescimento após o governo desastroso de Jair Bolsonaro.

Resultados como este levaram a agência Moody's, uma das mais importantes agências internacionais de classificação de risco, a elevar a nota do Brasil, da Ba2 para Ba1, o que significa que nosso país está apenas um nível abaixo do chamado "grau de investimento", ou seja, recomendação total para que todas as empresas e instituições financeiras invistam no Brasil. Lem-

bro que nos governos anteriores do presidente Lula e no governo da presidenta Dilma, o Brasil havia alcançado esse patamar. Nunca foi sorte, sempre foi trabalho duro e políticas corretas.

Tudo isso se reflete na qualidade de vida da população e nas possibilidades de cada família para projetar planos para o futuro. Entretanto, o Brasil é uma república federativa, que não avançou ainda como deveria na configuração de um regime de colaboração em diversas áreas, sobretudo na Educação. Isto significa que as políticas realizadas pelo Governo Federal nem sempre têm correspondência no âmbito dos governos estaduais e municipais. A eleição é um momento ímpar para que a população possa mudar isso.

No Estado de São Paulo, por exemplo, assim como na Capital e também na minha cidade de Piracicaba, como poderia citar muitos outros municípios, não existe por parte dos governantes preocupação em melhorar as condições de vida da população mais pobre. Não existem programas de moradia para quem não tem casa. Ao contrário, o que se vê são reintegrações de posse, muitas vezes violentas, retirando famílias de terrenos urbanos sem qualquer utilização, sem que lhes sejam oferecidas quaisquer perspectivas de moradia digna. Isso também ocorre com a população em situação de rua.

Na Saúde, na Educação, no Transporte, em diversas outras áreas o que se vê em grande parte dos estados e municípios é a omissão do poder público, relegando estudantes e professores ao descaso, deixando sem atendimento as necessidades das mães trabalhadoras, pois não existem creches com horário estendido, enquanto nos postos de saúde se formam

grandes filas de esperar por consultas, exames e procedimentos que demoram meses para ocorrer.

É necessário e possível romper essa situação, colocando nossas prefeituras na mesma sintonia de trabalho que o governo do presidente Lula. Essa possibilidade está, literalmente, ao alcance da mão de cada eleitor e eleitora. Seu toque na urna eletrônica pode contribuir para a preservação do meio ambiente e para o desenvolvimento sustentável, para mais Educação, Saúde, Habitação, Transportes, Cultura, Esportes e Lazer em nossas cidades.

Vote consciente no dia 6 de outubro. Sua cidade, o estado e o país agradecem.

Professora Bebel é deputada estadual pelo PT, segunda presidenta - licenciada - da APEOESP e candidata a Prefeita de Piracicaba

Artigo

Agronegócio - as consequências severas para o agro da reforma tributária

A regulamentação da reforma tributária em tramitação no Congresso Nacional tem sido alvo de intensos debates, especialmente no que tange aos reflexos para o agronegócio, um setor vital para a economia brasileira. É crucial analisar as possíveis mudanças e seus impactos à luz dos textos propostos, também com foco nas alíquotas e na estrutura tributária. Embora a reforma tenha como objetivo simplificar o sistema de impostos sobre consumo, as consequências para o agronegócio podem ser severas.

Atualmente, o agronegócio desfruta de uma situação diferenciada no sistema tributário brasileiro. Muitos dos tributos que incidem sobre o setor, como IPI, PIS, COFINS, ICMS e ISS, têm alíquotas reduzidas ou até mesmo zeradas. Além disso, o setor ainda conta com a possibilidade de recuperar créditos tributários em espécie ou compensá-los com outros tributos. No entanto, com a substituição desses impostos pelos novos tributos IBS (Imposto sobre Bens e Serviços) e CBS (Contribuição sobre Bens e Serviços), além do imposto seletivo, as alíquotas tendem a aumentar significativamente.

O ponto central da preocupação reside no fato de que a alíquota média paga pelo agronegócio hoje gira em torno de 3% a 4%, mas com a nova estrutura proposta, essa alíquota pode saltar para mais de 11%, representando um aumento de praticamente três vezes. E isso pode ser ainda mais elevado. O pedido do Ministro da Fazenda, Fernando Haddad, para aumentar a alíquota em mais 1,47%, que pode levar o percentual total para 28%, coloca o Brasil no patamar das maiores alíquotas de IVA (Imposto sobre Valor Agregado) do mundo, comparável à Hungria.

Por outro lado, a dita simplificação tributária está cada vez mais distante, com uma série de regras específicas, e a concomitância de 2 sistemas distintos, encarecendo ainda mais o staff do empresário que já usa muitas horas para apuração de seus tributos.

Esse aumento pode impactar negativamente a competitividade do agronegócio brasileiro. O setor já enfrenta desafios significativos, como altos custos logísticos e trabalhistas, que são alguns dos mais elevados globalmente. A carga tributária majorada poderá inviabilizar a capacidade do agro em competir no mercado internacional, especialmente em um cenário onde outros países, como Estados Unidos, França e Suíça, oferecem subsídios substanciais para seus produtores.

Outro ponto que merece atenção é o impacto sobre os pequenos produtores. A reforma prevê que produtores que faturam até R\$ 3,6 milhões anuais precisarão se tornar pessoas jurídicas para ter acesso ao crédito presumido, essencial para manter a competitividade. Isso pode criar barreiras adicionais, dificultando a sobrevivência desses pequenos produtores no mercado e, por consequência, prejudicando toda a cadeia produtiva do agro.

Além disso, a dívida tributária já existente no Brasil, que ultrapassa R\$ 12,5 trilhões, evidencia um sistema falido. O aumento da carga tributária pode agravar ainda mais essa situação, tornando o cumprimento das obrigações fiscais ainda mais difícil para os empresários honestos que já lutam para se manter em dia com o fisco.

A velocidade com que a reforma está sendo aprovada também é motivo de preocupação. A Câmara dos Deputados aprovou o texto em tempo recorde, sem a devida discussão e análise aprofundada das centenas de emendas apresentadas. Agora, cabe ao Senado examinar com mais calma e atenção, evitando que decisões precipitadas prejudiquem ainda mais o setor agropecuário.

A Frente Parlamentar, as entidades representativas do Agronegócio, os agricultores precisam se mobilizar intensamente para que sejam apresentadas soluções ao texto com objetivo de mitigar os impactos negativos da reforma. Embora o pior cenário já esteja delineado, ainda há espaço para ajustes que possam preservar a competitividade do agro e, por extensão, a estabilidade econômica do país.

Em suma, a reforma tributária em discussão tem potencial para trazer mudanças profundas para o Brasil, mas é preciso cautela para evitar que o agronegócio, responsável por uma fatia significativa do PIB e do saldo positivo da balança comercial brasileira, sofra prejuízos irreparáveis.

A sociedade deve estar ciente de que as decisões tomadas agora poderão afetar o país por décadas, e é necessário um esforço conjunto para garantir que o novo sistema tributário seja justo e eficiente, sem sacrificar um dos setores mais importantes da nossa economia.

Eduardo Berbigier é advogado tributarista, especialista em Agronegócio e CEO do Berbigier Sociedade de Advogados.

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.

Saiba quais hábitos adotar (e evitar) para reduzir o risco de demência

Cada vez mais, a ciência entende que muitos dos fatores por trás do declínio cognitivo podem ser evitados a partir de hábitos saudáveis e um cérebro estimulado e ativo

Gabriela Cupani

Controlar certos fatores de risco pode reduzir a possibilidade de desenvolver demência quase pela metade. É o que aponta uma atualização do Lancet Commission on Dementia, publicada no último dia 10 de agosto no periódico The Lancet.

O documento reúne as últimas evidências sobre o tema e lista os 14 fatores mais importantes para um envelhecimento saudável. Também acrescenta duas novas condições envolvidas na perda cognitiva: o comprometimento da visão e altas taxas de LDL (conhecido como

colesterol ruim), que não eram citadas no artigo anterior, publicado em 2020.

As recomendações vão ao encontro do que a ciência já conhece. "Sabemos que 45% dos fatores de risco para demência podem ser prevenidos", diz a geriatra Thais Ioshimoto, do Hospital Israelita Albert Einstein. São hábitos e cuidados que devem ser implementados desde a infância e que, ao longo da vida, ajudam a formar a chamada reserva física e cognitiva capaz de reduzir danos vasculares e neurológicos.

Segundo o artigo, a prevenção da perda cognitiva come-



Foto: Banco de Imagens

Estudos mostram que pessoas com maiores níveis educacionais têm menor risco de demência

ça ainda na infância, com acesso à educação. Uma das explicações é que esse estímulo está associado a maior eficiência ou menor declínio no funcionamento das redes neurais. Mas é possível manter o cérebro estimulado a vida toda.

REPRESA

SANTA MARIA DA SERRA/SP

**CONDOMÍNIO
ONDAS GRANDES 2**



TERRENOS A PARTIR DE
1.000 M²

**ENTRADA
+ 24 VEZES
SEM JUROS**

**ESCRITURA
NO ATO**

**PLANTÃO DE VENDAS NO LOCAL
SÁBADO E DOMINGO**



WHATSAPP DE PLANTÃO

19-97401.2299



19 2105.0555

2 RAMPAS



AVENIDA PRINCIPAL



REGISTRO DE INCORPORAÇÃO R-3/20.961, EM 11/12/2020 - MATRÍCULA 20.961

“Também é importantíssimo ter um propósito para a vida, como ver os netos crescerem, ser independente, realizar um sonho etc. Isso mantém o cérebro jovem e ativo.”

“Um bom estímulo cognitivo envolve aprender coisas novas. Não adianta ficar fazendo as mesmas palavras cruzadas, pois o cérebro já se acostumou e não há formação de novas conexões neurais. É preciso aprender algo novo, como uma nova língua, um novo esporte, um novo jogo, tocar um novo instrumento musical”, orienta Ioshimoto. “Também é importantíssimo ter um propósito para a vida, como ver os netos crescerem, ser independente, realizar um sonho etc. Isso mantém o cérebro jovem e ativo.”

Também é preciso adotar bons hábitos, incluindo uma dieta saudável, fazer atividade física, não fumar e reduzir o consumo de álcool. “Fatores conhecidos para prevenção de doenças cardiovasculares também servem para a preservação da memória”, avisa a médica. Sabe-se que condições que aumentam o risco cardiovascular, incluindo doenças crônicas como diabetes, colesterol alto, hipertensão e obesidade, estão associadas a danos nas artérias do cérebro e derrames.

Por fim, é preciso cuidar também da saúde dos olhos e dos ouvidos. A perda auditiva foi associada a um aumento do risco de demência pois, além de privar de estímulos cognitivos, pode acabar levando ao isolamento social e à depressão, dois conhecidos fatores de risco para demência.

Já a perda visual pode ser decorrente de doenças como o diabetes. Daí a necessidade de cuidados ao longo da vida para prevenir esses comprometimentos, como check-ups periódicos, procurar afastar as causas desses problemas e fazer o tratamento adequado, inclusive com uso de dispositivos auditivos, se for o caso. Nos mais velhos, é essencial evitar o isolamento social, incentivando atividades em comunidade, por exemplo.

Os estudos mostram que todos esses fatores têm efeito protetor mesmo em portadores de genes associados à maior incidência de Alzheimer e em quem já tem alguma perda de memória. “Claro que quanto mais cedo começarmos, maior será o benefício”,

diz a geriatra. “Mas nunca é tarde para começar.”

O novo documento também lembra o impacto a longo prazo dos traumas na cabeça e enfatiza o uso de capacetes e equipamentos de proteção ao pedalar ou praticar esportes de contato. As últimas pesquisas sobre o prejuízo da exposição à poluição também ganharam destaque, com recomendações sobre a importância de maior contato com a natureza.

Demência e o envelhecimento populacional

Estima-se que 57 milhões de pessoas vivam com demência em todo o mundo. Esse número deve chegar a 153 milhões em 2050, em grande parte devido ao envelhecimento populacional. De acordo com os especialistas, há potencial para reduzir esses números, mas isso envolve mudanças tanto do ponto de vista individual quanto de políticas públicas.

“É preciso mudar os hábitos de vida e isso nunca é fácil. As pessoas erram ao querer fazer todas as mudanças ao mesmo tempo e não conseguir susten-

tá-las no longo prazo. Por isso, recomendo começar com uma pequena mudança no seu dia a dia, pois isso vai levar a novas mudanças”, orienta Thais Ioshimoto. “Quando você muda uma pequena coisa e isso traz bem-estar, você se motiva para mudar mais coisas.”

Do ponto de vista de políticas públicas, é preciso investir em boa educação desde a infância. Estudos mostram que pessoas com maiores níveis educacionais têm menor risco de demência, provavelmente pelo maior estímulo cognitivo, e o próprio documento do Lancet cita alguns desses trabalhos.

“Outras ações importantes seriam a conscientização da população sobre esses fatores de risco, criar facilitadores para uma vida saudável como maior acesso a alimentos saudáveis, incentivo à atividade física em todas as idades, centros de convivência para idosos, acesso aos serviços de prevenção de doenças, campanhas para cessação do tabagismo, entre outras”, sugere a médica.

Fonte: Agência Einstein

Equipe especializada com mais de 15 anos de experiência em vistorias.



AUTO CONTROLE
VISTORIA AUTOMOTIVA



(19) 3927-6906 (19) 99100-5335 @autocontrole_vistoria

Avenida Piracicamirim - 2905 - Vila Monteiro - Piracicaba / SP

CUIDADO com calor é ESSENCIAL neste tempo



Humberto Magno Passos Cardiologista Clínico e Intervencionista
Autor do Livro "Conversas do Coração por um Cardiologista"
@hmpassos

O calor excessivo e com baixas umidades, como o que temos passado nos últimos dias, afeta a saúde das pessoas, em especial quando se trata do sistema cardiovascular.

Os impactos desse clima são mais significativos para crianças e idosos, por exemplo.

Com a previsão da chegada de uma onda de calor é importante que toda a população esteja atenta para isto, pois em populações mais específicas, como idosos e crianças, isto pode ser fator de risco importante para saúde.

Idosos com doenças crônicas, como diabetes, hipertensão, insuficiência cardíaca, eventos prévios como infarto agudo do Miocárdio, arritmias, são mais suscetíveis a complicações decorrentes deste "stress térmico" portanto, devem estar atentos a sintomas.

Tanto nos idosos, como em crianças especialmente as mais novas o limiar de sede está mais "alentecido", ou seja, quando tem sede, já estão em boa parte desidratados.

Portanto, se atentar em relação aos cuidados é fundamental tanto da parte da hidratação, quanto da parte respiratória em função da baixa umidade do ar, podendo exacerbar doenças respiratórias

Estabelecer uma linha de cuidados e atenção para a saúde é de extrema importância!

Algumas recomendações são essenciais em especial para população adulta e também para os idosos..

- Tomar líquidos com frequência e observar o volume e cor da urina, devendo ser a princípio claro para transparente, isto é sinal de que o volume ingerido está dentro do

necessário.

- Não fazer atividade física e ou sair ao ar livre no período entre 10 e 16hs.

- Ingestão de uma dieta mais leve rica em frutas, verduras, legumes e suco de fruta natural, de preferência sem açúcar para hidratação.

- Cuidado ainda maior nos portadores de doenças crônicas, diabetes, hipertensos e insuficiência cardíaca onde a ingestão de líquido deve ser mais controlada. Não parar medicamentos sem orientação médica Caso note alguma mudança de peso, tontura, fraqueza devem fazer contato com seu médico.

- Nas crianças procurar oferecer líquidos com frequência, sucos e atividade em ambientes climatizados, frescos ou na sombra.

- Para ambos evitar roupas sintéticas e preferir roupas de algodão, abertas e mais ventiladas.

Muitas pessoas a despeito do clima mantém sua atividade física regular o que é de extrema importância, mas também é necessário alguns cuidados especiais como por exemplo:

- Nunca fazer atividade física no horário entre 10 e 16hs

- Preferencialmente fazer em lugar climatizado e ou ambientes frescos e ventilados.

- Também evitar atividade exaustiva com grande perda de líquido para os atletas de maior condicionamento.

- Lembrar que quando temos uma sudorese intensa fruto da atividade, perdemos sódio e potássio que são importantes eletrólitos na manutenção do equilíbrio corpóreo.

- Logo repor sempre...especialmente com ingestão de água antes, durante e depois

do treino.

- Chamo a atenção para não exagerar na ingestão de líquidos tipo "gatorades" e similares, pois muitas vezes tem excesso de sódio entre outros componentes.

Por fim, no caso de uma pessoa passar mal por causa do calor excessivo, o que deve ser feito?

- Para crianças recém nascidas e idosos com sinais de adinamia, letargia, fraqueza,

sonolência, prostração, hipotensão (idosos), procurar assistência médica para serem avaliados e hidratados de maneira mais vigorosa.

- Caso estejam em uma condição de boa consciência, acordados, contactando, tomar banho fresco, para "resfriar" o organismo, iniciar hidratação com água, podendo também usar água de cocorepouso em ambiente fresco e alimentação leve.

- Observar volume urinário

e coloração que deve ser clara.

Manter cuidado diário e diminuir ritmo das atividades que habitualmente faz pode ser necessário.

- A recomendação é que mantenha sua atividade física regular pois ela é essencial na construção de saúde e longevidade, mas se atente que talvez precise na sua rotina já estabelecida incorporar algumas mudanças para que seja feita com segurança.

CONSÓRCIO

Que tal adquirir um: **CONSÓRCIO**

Ou melhor ainda, um: **CONSÓRCIO CONTEMPLADO**

Trabalhamos com as principais operadoras do mercado!

FIQUEI INTERESSADO E QUERO SABER MAIS

(19) 3447-2000

Grupo **Planalseg** Corretora de Seguros

O SEGURO SEGURO!

Av. 31 de Março, 144 Paulicéia - Piracicaba /SP

planalsegcorretora.com.br

Um novo avanço no tratamento da endometriose

Revisão de literatura realizada pelo Hospital das Clínicas da USP destaca a presença de bactérias nocivas em pacientes com endometriose, sugerindo seu papel na progressão da doença

Foto: Banco de imagem

Pesquisadores do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo conduziram uma revisão de literatura para analisar a disbiose do trato genital feminino em relação à endometriose.

A revisão revelou uma conexão promissora entre o microbioma vaginal e a endometriose, trazendo novas perspectivas para o tratamento dessa doença que afeta 190 milhões de mulheres em idade reprodutiva em todo o mundo.



Estudo revela ligação entre disbiose do microbioma genital e endometriose

[/gianna.combustiveis](#)
[@giannapiracicaba](#)
Av. Armando Césare Dedini, 330

GIANNA MIX

GIANNA COMBUSTIVEIS

VENHA VISITAR O NOSSO ESPAÇO

Pão, filão quentinho todos os dias!
Agora, fresquinho e perto de você diariamente

ESPAÇO GIANNA
Chico's L'Bele
GIANNA MIX
BR

“Essas pesquisas apresentam resultados promissores no uso de antibióticos e probióticos para restaurar o equilíbrio microbiano em pacientes com endometriose, o que pode ajudar a aliviar os sintomas de dor e reduzir os marcadores inflamatórios associados à doença”

A análise incluiu 12 estudos caso-controle, destacando a presença elevada de bactérias como *Enterococcus* e *Pseudomonas* em amostras de pacientes com endometriose profunda. Essas bactérias foram encontradas tanto no microbioma vaginal quanto nas lesões da doença, em comparação com os microbiomas de participantes sem endometriose.

Microbioma vaginal e disbiose

O microbioma vaginal é um ecossistema complexo composto por diversos microrganismos, como bactérias, vírus e fungos, que desempenham um papel essencial na saúde íntima feminina. Esse ambiente é predominantemente ocupado por lactobacilos, que ajudam a

manter o pH vaginal entre 3,8 e 4,5. Esse nível de acidez cria um ambiente desfavorável ao crescimento de bactérias patogênicas, funcionando como uma barreira natural contra infecções.

Como explica Marcos Tcherniakovsky, Ginecologista e Diretor de Comunicação da Sociedade Brasileira de Endometriose (SBE), quando ocorre a diminuição da predominância de *Lactobacillus* e o aumento de bactérias oportunistas, instala-se a disbiose.

“É justamente esse desequilíbrio que tem sido associado ao agravamento dos processos inflamatórios na endometriose, pois altera a resposta imunológica do corpo, facilitando a proliferação de lesões endometriais e

influenciando no metabolismo do estrogênio, hormônio que tem um papel central no agravamento dos sintomas da endometriose”, afirma o especialista.

Perspectivas

A endometriose não tem cura, mas importantes avanços vêm sendo alcançados no tratamento da doença, permitindo que as mulheres que sofrem com os sintomas possam ter uma qualidade de vida melhor. “Essas pesquisas apresentam resultados promissores no uso de antibióticos e probióticos para restaurar o equilíbrio microbiano em pacientes com endometriose, o que pode ajudar a aliviar os sintomas de dor e reduzir os marcadores inflamatórios associados à doença”, explica Tcherniakovsky.

Atendimento especializado

A endometriose é uma doença complexa e multifatorial com componentes genéticos, imunológicos e ambientais. Por isso, o diagnóstico requer uma investigação clínica por um profissional especializado. Além do exame ginecológico clínico, o médico pode ainda solicitar exames laboratoriais e de imagem como o ultrassom endovaginal e ressonância magnética da pelve, ambos com preparo intestinal.

Artigo: *Frontiers | Endometriosis and dysbiosis: State of art (frontiersin.org)*

Pesquisa: *The Endobiota Study: Comparison of Vaginal, Cervical and Gut Microbiota Between Women with Stage 3/4 Endometriosis and Healthy Controls - PubMed (nih.gov)*

VENDAS - LOCAÇÃO - LANÇAMENTOS

CRECI 34.0257-J

**PORTO**
GESTÃO DE IMÓVEIS

 (19) **3052.9595**

www.portogi.com.br





ZYONE

FOR ALL



NOVO VISUAL, COM A QUALIDADE QUE VOCÊ CONFIA!

A ZYONE COSMÉTICOS, EMPRESA PIRACICABANA COM MAIS DE QUATRO ANOS DE ATUAÇÃO NO MERCADO BRASILEIRO, TEM UMA TRAJETÓRIA QUE CONTABILIZA MAIS DE 250 PRODUTOS E CERCA DE 70 MIL REVENDEDORES EM TODO O BRASIL. A MARCA, QUE ACABA DE LANÇAR UMA NOVA IDENTIDADE VISUAL, REFORÇA AINDA MAIS O SEU COMPROMISSO COM A QUALIDADE QUE A CONSOLIDOU NO SEGMENTO. ALÉM DE OFERECER PRODUTOS INSPIRADOS EM FRAGRÂNCIAS NOBRES DE ALTO PADRÃO, A ZYONE SE DESTACA TAMBÉM POR PROPORCIONAR OPORTUNIDADES DE GERAÇÃO DE RENDA, PERMITINDO QUE MILHARES DE FAMÍLIAS DESENVOLVAM SUA INDEPENDÊNCIA FINANCEIRA E PROFISSIONAL.

CONHEÇA MAIS SOBRE ESSA PIRACICABANA: WWW.ZYONE.COM.BR



Dia Nacional do Rosário: Dom Devair consagrará o Brasil a Nossa Senhora aos pés do Cristo Redentor, no RJ

Embora o evento não seja aberto ao público, as celebrações serão transmitidas, ao vivo, pelo canal de YouTube e demais redes sociais do Instituto Hesus

Foto: Paulo Gomes

Amanhã (07), a Igreja Católica no Brasil celebrará o 1º Dia Nacional do Rosário da Virgem Maria, instituído pela lei federal 14.745/2023, e a Diocese de Piracicaba terá participação importante nas comemorações da data, que será marcada por celebrações aos pés do Cristo Redentor, no Rio de Janeiro. O bispo de Piracicaba, Dom Devair Araújo da Fonseca, fará a consagração de todo Brasil a Nossa Senhora Aparecida e, ao lado do cardeal e arcebispo

do Rio, Dom Orani Tempes- ta, participará de todos os atos religiosos no local.

Embora o evento não seja aberto ao público, as celebrações serão transmitidas, ao vivo, pelo canal de YouTube e demais redes sociais do Instituto Hesus, que agora também tem casas instaladas no território diocesano, em Piracicaba e Rio Claro. Diversas paróquias de toda a Diocese também estão organizando suas próprias programações para celebrar o 1º Dia Nacional do Rosário.



O bispo de Piracicaba, Dom Devair Araújo da Fonseca

Garanta seu lote com condições exclusivas,

EM UM DOS BAIRROS MAIS NOBRES DE PIRACICABA.

Lotes a partir de 300m²
O menor preço do m² da região

Em até **48x sem juros*** ou **em até 144x** Direto com a loteadora

Liberado para construir

No bairro Campestre

Área de lazer completa

PAEZ DE LIMA CONSTRUÇÕES | EMPREENDIMENTOS

CARRETA DE SERVIÇOS

eggs

(19) 99798-8088

@belmontepiracicaba

belmontepiracicaba.com.br

*Plano de pagamento com entrada de 35% e mais 47 parcelas sem juros com correção mensal pela variação do IPCA desde a data-base do contrato. Consulte condições comerciais no plantão de vendas. Loteamento aprovado pela Prefeitura do Município de Piracicaba sob protocolo nº 338.157, de 15/05/2023, com Alvará Municipal de Licença nº 0002/2023 e Registro de Loteamento R-12/86846 do 2º Oficial de Registro de Imóveis de Piracicaba. As obras de infraestrutura encontram-se executadas conforme TVO nº 0005/2022 (processo nº 82.086/2009) datado de 17/02/2022.

“Por isso também será um momento de muita alegria e muita oração pelo povo brasileiro, pelas famílias e por todos aqueles que defendem a vida como dom de Deus”

Dom Devair ressalta que a instituição do Dia Nacional do Rosário da Virgem Maria representa um capítulo importante na história do catolicismo no Brasil, pois reconhece e resguarda por lei a prática de uma devoção mariana muito enraizada nas mais diversas camadas da população. “Por isso também será um momento de muita alegria e muita oração pelo povo brasileiro, pelas famílias e por todos aqueles que defendem a vida como dom de Deus”, afirmou o bispo de Piracicaba.

A Lei 14.745, que instituiu oficialmente no Brasil o Dia Nacional do Rosário da Virgem Maria, teve origem em projeto de autoria da deputada federal Simone Marquette e foi sancionada, em 5 de dezembro de 2023, pelo vice-presidente Geraldo Alckmin no exercício

do cargo de presidente da República na ocasião. A publicação ocorreu no Diário Oficial da União em 6 de dezembro de 2023. O dia 7 de outubro foi escolhido por ser a mesma data em que os fiéis católicos celebram a Bem-aventurada Virgem Maria do Rosário.

Em declaração, a deputada Simone Marquette destacou: “Este dia é um marco para a fé e a devoção à Virgem Maria no Brasil. Instituir o Dia Nacional do Rosário reforça a importância da oração coletiva, que une e fortalece milhões de brasileiros. É uma honra testemunhar o poder transformador da fé em nossa sociedade.”

Programação

1º Dia Nacional do Rosário da Virgem Maria Santuário Arquidiocesano Cristo Redentor (RJ)

Dia 7 de outubro de 2024

17h40 Abertura – início da transmissão

17h45 Clarim para entrada de Nossa Senhora

17h48 Hino nacional

17h52 Leitura da lei federal 14.745/2023

17h55 Mensagem do Papa

Francisco

17h58 Iluminação do Cristo Redentor (azul)

18h Entrada do Santíssimo Sacramento

18h05 Início do Santo Rosário

20h05 Santa Missa

21h Fim do evento

RIVANA
PADARIA DELICATESSEN
— Desde 1997 —

1422-0806 | AV INDEPENDÊNCIA 1281
@PADARIA.RIVANA | PADARIA RIVANA

ESTAMOS CONTRATANDO
BALCONISTA COM EXPERIÊNCIA

CONTATO: (19) 97162-6148

MATRÍCULAS ABERTAS

SENAI

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



Parque da Ressurreição: Mais de Meio Século de Tradição e Inovação

Localizado no coração de Piracicaba, o Cemitério Parque da Ressurreição é uma referência quando se trata de proporcionar acolhimento e serenidade em momentos delicados. Com mais de 50 anos de história, o cemitério une tradição e inovação, sempre em busca de melhorar a experiência dos familiares e amigos que atravessam o luto.

Desde sua fundação, o Parque da Ressurreição se destaca por oferecer um conceito de “cemitério jardim”. Ao invés de lápides tradicionais, há amplos gramados verdes, árvores nativas e alamedas arborizadas, criando uma atmosfera tranquila e serena para os visitantes. Essa harmonia com a natureza traz conforto e paz para aqueles que vêm se despedir de seus entes queridos.

O compromisso do cemitério vai além do espaço físico. Oferece um serviço diferenciado de acolhimento, com equipes treinadas para atender com empatia e respeito, compreendendo a sensibilidade de cada momento. “Nosso objetivo é garantir que cada família seja tratada com cuidado, dignidade e o apoio necessário para enfrentar o luto”, explica o administrador do Parque da Ressurreição.

O Parque da Ressurreição oferece atendimento administrativo de segunda a sexta-feira, das 7h30 às 16h, e um plantão aos finais de semana, das 7h30 às 15h, para sepultamentos e vendas de jazigos emergenciais. Além disso, a infraestrutura do cemitério conta com capelas, onde são realizadas cerimônias religiosas e homenagens, proporcionando um local adequado para os momentos de despedida.

Um dos destaques recentes foi a conquista, pelo segundo ano consecutivo, do Prêmio de Qualidade e Excelência da ACEMBRA SINCEP. Este reconhecimento é resultado do traba-

lho contínuo em inovação e atendimento de alta qualidade, reafirmando o compromisso do cemitério em manter um ambiente acolhedor e bem-cuidado. Cada detalhe é pensado para que os familiares sintam-se amparados durante os momentos mais difíceis.

O Parque da Ressurreição também promove iniciativas que ajudam a manter viva a memória dos entes queridos. Em datas comemorativas, como o Dia de Finados, realiza campanhas de homenagem, proporcionando um espaço para que as famílias possam lembrar e celebrar a vida dos que partiram. A campanha “Memórias ao Vento”, por exemplo, convida os visitantes a escreverem cartas ou mensagens para seus entes queridos, que são depois simbolicamente enviadas ao vento, representando a continuidade dos laços afetivos.

Outro diferencial do Parque da Ressurreição é seu comprometimento com a sustentabilidade. O cemitério investe na preservação ambiental, realizando plantio de árvores e adotando práticas sustentáveis na manutenção de seus espaços. As alamedas verdes e o paisagismo são pensados para criar um ambiente que respeite o meio ambiente, ao mesmo tempo que oferece conforto aos visitantes.

“Queremos que o Parque da Ressurreição seja um lugar de paz e tranquilidade, onde as pessoas possam lembrar de seus entes queridos em um ambiente que respeita tanto a memória quanto a natureza”, ressalta a administração. Com esse compromisso, o cemitério segue buscando formas de inovar e continuar sendo um exemplo no setor.

Com uma combinação única de natureza, acolhimento e serviços de qualidade, o Parque da Ressurreição segue sendo um espaço que, acima de tudo, valoriza a vida e a memória da-



Cada detalhe é pensado para que os familiares sintam-se amparados durante os momentos mais difíceis

queles que partiram. Em cada detalhe, está presente o cuidado com as famílias, a busca por um atendimento humanizado e o respeito à memória, transformando o local em um ponto de referência para quem busca serenidade nos momentos mais difíceis.

O Parque da Ressurreição não é apenas um cemitério, mas um espaço de homenagem, de lembrança e de renovação, onde cada vida é celebrada e lembrada com carinho e respeito.

Conheça o Parque na Avenida Comendador Luciano Guidotti, 1754, Piracicaba, SP. Para mais informações, entre em contato pelo telefone (19) 3426-4877.



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

Jazigos para compra e aluguel

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

Atendimento
(19) 3426-4877

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

www.parquedaressurreicao.com.br



Pacote de
bebidas



Seguro
viagem

GRÁTIS

até 18/10

Agência de Viagens
XMTTUR



**REALIZE O SONHO DE FAZER
UM CRUZEIRO COM A XMTtur!**

A partir de

12x

R\$ 497,75

para 2 pessoas

Fale conosco e faça sua reserva.



FIQUEI CURIOSA(O)



Aqui não vendemos viagens. Realizamos sonhos!

Metalúrgicos entregam absorventes para ONG BFHI

Sindicato dos Metalúrgicos de Piracicaba e região tem a prática de realizar ações sociais

Foto: Alexandre Novaes

“*Acreditamos que devemos fazer a nossa parte para um mundo melhor. Por isso, o Sindicato junto com sua diretoria e funcionários, estrutura ações como essa, onde as mulheres que participam de alguns de nossos eventos, tem a entrada solidária*”



O diretor do Sindicato, Denis Mota Alves e a funcionária Ana Paula Santos entregam as doações aos missionários da ONG

Flavia Vieira

Tendo como um dos objetivos pensar no bem de toda a sociedade, o Sindicato dos Metalúrgicos de Piracicaba e Região realizou a entrega de mais de 1.000 pacotes de absorventes femininos a ONG Brazil Food for the Hungry International (BFHI).

A doação foi possível pela arrecadação feita nos eventos, Sind Flash e Sind Forró realizados no Clube Recreativos dos Metalúrgicos que pertence a entidade sindical dos trabalhadores metalúrgicos.

A entrega foi feita nesta semana, pelo diretor do Sindicato, Denis Mota Alves e pela funcionária do Sindicato, Ana Paula Santos, aos missionários representantes da

ONG, Ester e Woo.

Para o presidente do Sindicato, Wagner da Silveira (Juca), o papel da entidade sindical também deve ser social, “Acreditamos que devemos fazer a nossa parte para um mundo melhor. Por isso, o Sindicato junto com sua diretoria e funcio-

nários, estrutura ações como essa, onde as mulheres que participam de alguns de nossos eventos, tem a entrada solidária”.

A ONG atende em Piracicaba, por meio do projeto Bom Futuro, oferecendo gratuitamente cursos entre eles de informática, karatê

e idiomas, para crianças, adolescentes e famílias, em situação de vulnerabilidade social na região dos bairros Matão e Mario Dedini. O item será destinado as famílias assistidas pelo projeto e também para a Clínica de Recuperação Feminina de Itapeva.

Apresentadores: @armandinho_thomazello @mariohenrico @fariocox @pulzer e produção: @paulozubi

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

LIVE SEGUNDAS-FEIRAS AS 19H

@PODXVPIRA

ACESSO NAS REDES

1º FESTIVAL DE COMÉDIA
RISOTERAPIA
DE PIRACICABA

11 OUTUBRO
Sexta-feira
A PARTIR DAS 20h30

Classificação 16 anos | Clube Recreativo | Venda de Ingressos: espacovivazpiracicaba.com.br

Com 18%, Alex aponta em 2º lugar e deve enfrentar Barjas no segundo turno

Candidato do PL se consolida para enfrentar adversário tucano na disputa pela Prefeitura de Piracicaba

Foto: Aldo Guimarães

A campanha eleitoral para Prefeito de Piracicaba deve apontar Barjas (PSDB) e Alex (PL) na disputa do segundo turno. Este é o indicativo que mostra a pesquisa ViaVox. De acordo com o Instituto, Barjas tem 32% e é seguido por Alex, com 18,29%. Logo atrás está o atual prefeito Luciano Almeida (PP) com 14,29%, seguido por Helinho Zanatta (PSD) com 9,57%, Professora Bebel (PT) 5,57%, Paulo Campos (Podemos) 2,29%, Brito (Avante) e Vinicius Bena empatados com 0,86%. Eleitores que responderam que sabem somam são 9%, e voto em branco/nulo/nenhum 7,29%.

quando os nomes não são citados o eleitor é questionado sobre em qual candidato votará no domingo, Barjas tem 30,14%, Alex 17,14%, Luciano 13%, Helinho 10,14%, Professora Bebel 3,71%, Paulo Campos 2,43%. Outros candidatos não atingiram 1%. Os eleitores que ainda indicam não saber em quem votar somam 16% e Branco ou Nulo 5,86%.

A pesquisa ouviu 600 eleitores de Piracicaba e tem margem de erro de 3,7%, com nível de confiança de 95%. Os dados foram coletados no dia 28 de setembro de 2024 e registrada no Tribunal Superior Eleitoral (TSE) sob o número 07272/2024.



Alex em campanha pela cidade



VENHA PARA O COLÉGIO POLIBRASIL:

Matrículas ABERTAS

PARA ENSINO FUNDAMENTAL E ENSINO MÉDIO!

No Colégio PoliBrasil as crianças são preparadas não apenas para sua jornada acadêmica, mas também para a vida: Aliamos o desenvolvimento cognitivo ao desenvolvimento socioemocional com atividades que promovem a colaboração, a empatia e a resolução de problemas!

O resultado dessa união são cidadãos completos, preparados para enfrentar o futuro com muita confiança e empatia!

VAGAS LIMITADAS!

CONTATE-NOS E AGENDE UMA VISITA:

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

Nova pesquisa da Índice Pesquisas consolida 2º turno com Barjas e Bebel

Esta é a 4ª pesquisa do Instituto. Nela o ex-prefeito aparece com 34,5% e a Professora Bebel com 17% de intenções de votos nas eleições de domingo

Imagens: Divulgação

A quarta pesquisa realizada pelo Instituto Índice Pesquisas, divulgada nesta quinta-feira, 03 de outubro, consolida a tese de que haverá segundo turno nas eleições municipais de Piracicaba, tendo na disputa o ex-prefeito Barjas Negri (PSDB) e a deputada estadual Professora Bebel (PT), da Federação Brasil da Esperança. Encomendada pelo jornal A Tribuna Piracicabana, os resultados desta pesquisa espontânea mostram Barjas Negri (PSDB) com 34,5%, seguido da Professora Bebel com 17%. Em relação à terceira pesquisa, Bebel teve um crescimento de quase um ponto em relação à pesquisa do início do mês passado, que a colocava com 16,18%, mesma situação de Barjas Negri que aparecia com 33,82% das intenções de votos.

Esta quarta pesquisa realizada pelo Instituto Índice Pesquisas, registrada no TRE sob número SP-05167, foi realizada entre 28 de setembro e primeiro de outubro, e entrevistou 440 eleitores, tendo como margem de erro de 4%, confiabilidade de 95%, e consolida o que já havia mostrado nas anteriores, de que haverá segundo turno nas eleições municipais deste ano. O resultado mostra que Piracicaba tem um eleitorado progressista em que boa parte estará depositando voto na candidata Professora Bebel, que tem apoio do governo federal, que nas eleições de 2022 seus candidatos conquistaram mais de 32% dos votos na cidade.

A primeira foi realizada em março último, enquanto que a segunda em agosto, enquanto que a terceira em setembro, e essa agora, nesta semana, e coloca além de Barjas Negri com 34,5%, Professora Bebel com 17%, Helinho Zanatta (PSD) com 16%; Alex Madureira (PL) com 12%; Luciano Almeida (PP) com 10%; Paulo Campos (Podemos) com 7,5%; Edvaldo Brito (Avante) com 2% e Vinícius Bena (PCB) com 0,5%. Já 0,5% dos entrevistados responderam que não sabe ou em nenhum dos candidatos.

Na pesquisa espontânea, Barjas Negri aparece com 36% de intenções de votos, em primeiro lugar, seguido pela Professora Bebel com 14%; Helinho Zanatta com 12%; Alex Madureira com 8%; Luciano Almeida com 7%; Paulo Campos com 5% e Edvaldo Brito com 0,5%, enquanto que Vinícius Bena não é citado. Já 16,5% dos entrevistados declararam que não sabem em quem votar.

A pesquisa mostra que a maior rejeição é de Luciano Almeida, com 43%, seguido por Barjas Negri com 18%; Professora Bebel com 15%; Vinícius Bena com 9%; Alex Madureira com 5%; Edvaldo Brito com 4%; Paulo Campos com 3%; Helinho Zanatta com 1,5%, enquanto que 1,5% não souberam dizer.

Com relação a atual gestão do prefeito Luciano Almeida, 44% consideram péssima, enquanto que 23,5% ruim e 22% boa. Já 4% classificaram com ótima e 6,5% não souberam dizer.



Professora Bebel

Barjas Negri	34,5%
Professora Bebel	17%
Helinho Zanatta	16%
Alex Madureira	12%
Luciano Almeida	10%
Paulo Campos	7,5%
Edvaldo Brito	2%
Vinícius Bena	0,5%

0,5% dos entrevistados responderam que não sabem ou não vão votar em nenhum dos candidatos

Pesquisa realizada pelo Instituto Índice, registrada no TRE sob número SP-05167, resultado estimulado

A Professora Bebel aparece em segundo lugar na pesquisa, com 16,8% de intenções de votos



**OUÇA A MELHOR
PROGRAMAÇÃO
NO SEU CELULAR**

**Sintonize
99,5 Mhz**



**Baixe agora mesmo o APP da
JOVEM PAN NEWS PIRACICABA**



Ações do CECAN no Outubro Rosa chegam a empresas e escolas

Além das 16 atividades direcionadas a pacientes, familiares e acompanhantes ao longo do mês, programação contará com palestras gratuitas em empresas e escolas. Inscrições estão abertas

Foto: Divulgação



Os oncologistas Fernando Medina, Mary da Silva Thereza e André Moraes

“Também iremos a empresas e escolas, com apoio de médicos oncologistas do CECAN que, de forma voluntária, falarão (presencialmente ou via online) sobre prevenção do câncer a funcionários de empresas e organizações e também a crianças em escolas, estimulando o conceito preventivo da doença, que ainda é altamente letal”

Outubro Rosa se tornou um movimento global de conscientização sobre o câncer de mama e a real necessidade e importância da detecção precoce da doença, a mais recorrente entre as mulheres no Brasil.

Por isso, ao longo deste mês, a exemplo do que ocorre nos quatro cantos do planeta, o CECAN- Centro do Câncer da Santa Casa de Piracicaba, por meio de sua Comissão de Eventos, organizou programação especial, com solenidade de abertura na noite da última sexta-feira, 04, apresentação de coral, caminhada Outubro Rosa, palestras diversas sobre o câncer de mama, lançamento de livro, micropigmentação de aréolas de seios e sobrancelhas, quick massage, musicoterapia e dança, massagem facial, reflexologia nos pés e depoimentos de quem venceu o câncer.

“Também iremos a empresas e escolas, com apoio de médicos oncologistas do CECAN que, de forma voluntária, falarão (presencialmente ou via online) sobre prevenção do câncer a funcionários de empresas e organizações e também a crianças em escolas, estimulando o conceito preventivo da doença, que ainda é altamente letal”, consideraram os oncologistas André Moraes, Fernando Medina e Mary da Silva Thereza, diretores do CECAN. Eles lembram que os interessados devem preencher o formulário pelo link <https://forms.gle/AZgYZxSeNWBvfvpc9> até o dia 13 de outubro.

Anfitriões do encontro de logo mais, às 19h30, quando receberão médicos, funcionários, amigos e autoridades para abertura da Campanha Outubro Rosa, eles concederão

as boas-vindas aos convidados, recepcionando-os ao som dos músicos Michel de Paula e Mariela Micheletti, Eliane Vidal e Banda, apresentação de paródia musical com o grupo Amigas da Onça e corte do bolo da prevenção.

Ao justificar a iniciativa, eles lembram que o câncer de mama é uma das principais causas de morte entre mulheres, mas a detecção precoce pode aumentar significativamente as chances de tratamento bem-sucedido. “Especialistas recomendam que mulheres a partir dos 40 anos realizem mamografias anuais e que as mais jovens façam autoexames regulares”, alertam.

Programação - A programação prossegue no dia 08, às 10h, com palestra da oncologista Kátia Loureiro para falar sobre o que toda mulher precisa sobre o câncer de mama; no dia 09, às 10h, lançamento de livro de autoria de Damaris Fernandes; no dia 16, às 9h e às 13h, massagem facial com a esteticista Isabela Scarazatti; Também no dia 16, micropigmentação com equipe Ana Savoy; no dia 19 tem caminhada Outubro Rosa, na área de lazer da Santa Casa, com a presença de Raul Dance, educadora física e quick massage; dia 18, às 9h, tem palestra com a fisioterapeuta Lais Catto; dia 21, às 9h, palestra com a ONG Viva a Vida; dia 23, às 10h, palestra com o oncologista Daniel Modolo sobre o enfrentamento do câncer de mama, do diagnóstico ao tratamento; 24, às 10h, palestra com a oncologista Camila Zeriak, para falar sobre opções e possibilidades de reconstruções mamárias; dia 25, às 10h, tem sessão de relaxamento com a professora de dança Gabriela Ferrari; 28, às 10h, apresentação do Coral Cocre; dia 30, às 9h e às 12h, massagem terapêutica nos pés, com Mirian Volpato; dia 30, às 11h, relato de mulheres que venceram o câncer de mama; no dia 31, às 11h, quiz multidisciplinar com a nutricionista Pedrita Soave, psicóloga Mariana Carlos, médica oncologista Mariana Eleutério e com a enfermeira Maria Eulália. No encerramento, no dia 31, às 12h, agradecimentos da médica oncologista Mary da Silva Thereza, diretora do CECAN.

Médico do Trabalho: especialista na promoção da saúde do trabalhador

Este profissional atua no sentido de oferecer um ambiente seguro e saudável para os funcionários

Fotos: Divulgação



Andre Gusmão, médico do Trabalho da Santa Casa de Piracicaba

O médico do trabalho é especialista na promoção e proteção da saúde dos trabalhadores, tendo como foco a prevenção de doenças e acidentes relacionados ao ambiente laboral. Ele também avalia as condições de trabalho, identifica riscos à saúde e implementa medidas para mitigá-los. Neste último dia 04 de outubro, comemorou-se o Dia do Médico do Trabalho, um profissional essencial não apenas para atender às exigências legais, mas também para promover um ambiente de trabalho seguro e saudável

O médico do trabalho da Santa Casa de Piracicaba, André Gusmão, explica que a Saúde Ocupacional é um conceito atual, prioritário e transversal, que visa promover e proteger a saúde dos trabalhadores nos locais de trabalho. “Essa abordagem contribui para a qualidade de vida e o bem-estar físico, mental e social dos funcionários, favorecendo não apenas a saúde, mas também a produtividade e o desenvolvimento econômico sustentável”.

Entre as suas atribuições, segundo Gusmão, está a realização de exames admissionais, periódicos e demissionais. “Esses exames garantem que os profissionais estejam aptos a exercer suas funções sem riscos à saúde”, afirma. Ele acrescenta que a identificação de riscos ocupacionais e a implementação de medidas preventivas também fazem parte de suas tarefas diárias. “Neste quesito, também contamos com o serviço de Segurança do Trabalho, que atua em conjunto com a Cipa (Comissão Interna de Prevenção de Acidentes) para a identificação e gestão dos riscos ocupacionais. Juntos, asseguramos que as práticas de segurança sejam seguidas, promovendo um ambiente de trabalho mais seguro”.

“Essa abordagem contribui para a qualidade de vida e o bem-estar físico, mental e social dos funcionários, favorecendo não apenas a saúde, mas também a produtividade e o desenvolvimento econômico sustentável”

De acordo com Gusmão, a medicina do trabalho pode beneficiar as empresas de várias maneiras. “Primeiramente, programas de saúde ocupacional ajudam a prevenir acidentes, identificando e minimizando riscos, o que reduz a ocorrência de incidentes. Além disso, funcionários saudáveis tendem a ser mais produtivos, impactando positivamente a eficiência da empresa. A redução de custos é outro benefício significativo, pois menos acidentes e doenças resultam em menores despesas com indenizações, seguros e faltas ao trabalho” explica.

A promoção da saúde, por meio de iniciativas como campanhas de vacinação e incentivos a hábitos saudáveis para melhorar a qualidade de vida dos trabalhadores também estão entre as ações supervisionadas por Gusmão. “São vários os fatores e as ações que o médico do trabalho supervisiona e que resultam em um ambiente de trabalho mais seguro e produtivo”, conclui.

Diretoria da AFOCAPI e HFC Saúde recebe visita de associadas Mulheres do AGRO

O encontro foi marcado por uma conversa rica e acolhedora, regada a sabores especiais

Fotos: Divulgação



Foi uma manhã muito agradável, e todos adoraram o bolo pamonha, que fez sucesso no quadro 'Tradições à Mesa', promovido pela AFOCAPI e dirigido por Mônica Camolesi. Só tenho a agradecer pela calorosa recepção", comentou a associada Silaine Bortoleto, que trouxe o bolo pamonha.

Lucia Zuin, outra participante, expressou sua satisfação: "Adorei a visita! Sentimo-nos parte da família AFOCAPI, e isso reforça a importância que temos dentro do grupo. O Sr. Coral é muito atencioso e prestativo com os fornecedores de cana."

Leda Berno, também associada, acrescentou: "Foi um prazer conhecer pessoalmente o Sr. Coral. Senti-me honrada em participar de um bate-papo tão leve e descontraído, sendo recebida com muito carinho por toda a equipe."

O Grupo AFOCAPI tem como compromisso valorizar a participação feminina no agronegócio, trazendo as mulheres cada vez mais para o centro das discussões e decisões. "As mulheres têm um enorme potencial, contribuindo diretamente para o desenvolvimento do agronegócio. Precisamos ouvi-las, compreender suas demandas e garantir que elas se sintam parte ativa desse cenário", ressaltou Lucimeire Ravelli Peixoto, diretora da AFOCAPI.

“Estamos de portas abertas para ouvir, acolher e receber as mulheres, que desempenham um papel essencial no agronegócio. Muitas delas auxiliam na administração das propriedades e no trabalho das lavouras”

Essa semana, a diretoria da AFOCAPI e do HFC Saúde recebeu a visita de associadas da Associação dos Fornecedores de Cana de Piracicaba (AFOCAPI), integrantes do Grupo AFO&Elas, que tem como missão valorizar as mulheres do campo. O encontro foi marcado por uma conversa rica e acolhedora, regada a sabores especiais. "Estamos de portas abertas para ouvir, acolher e receber as mulheres, que desempenham um papel essencial no agronegócio. Muitas delas auxiliam na administração das propriedades e no trabalho das lavouras", destacou José Coral, presidente do HFC Saúde.

A ocasião contou com um delicioso café, preparado com quitutes feitos pelas próprias associadas. "Falamos sobre temas importantes, como sucessão familiar e tradições no cam-



HFC Saúde promove 2º Simpósio de Cuidados Paliativos Uma abordagem centrada no amor

Os cuidados paliativos é uma prática consolidada na rotina hospitalar do HFC Saúde

Fotos: Divulgação



Priscila Sciorilli e Rose Seguin

No próximo dia 24 de outubro, às 18h, o HFC Saúde realizará o 2º Simpósio de Cuidados Paliativos. O evento, voltado para profissionais da saúde e também aberto para a população, será um espaço de diálogo sobre temas atuais e relevantes ligados à importância dessa abordagem na assistência aos pacientes.

Os cuidados paliativos é uma prática consolidada na rotina hospitalar do HFC Saúde, oferecendo um atendimento humanizado

“Os cuidados paliativos consistem em uma assistência integrada, promovida por uma equipe especializada, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida tanto dos pacientes quanto de seus familiares...”

para pacientes com doenças crônicas e incuráveis. A equipe multidisciplinar acompanha desde pacientes em estado terminal, que podem falecer em horas ou dias, até aqueles que convivem com a doença por vários anos.

"Na assistência do paciente em cuidados paliativos, é necessário ampliar o olhar, possuir uma escuta ativa de suas necessidades, para além da doença, mantendo sua autonomia, sem esquecer de estender os cuidados a família, durante todo o processo. Seja na internação ou no acompanhamento em ambulatório", diz a enfermeira dos cuidados paliativos do HFC Saúde, Priscila Sciorilli.

"Os cuidados paliativos consistem em uma assistência integrada, promovida por uma equipe especializada, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida tanto dos pacientes quanto de seus familiares. Esse cuidado envolve a identificação precoce, avaliação criteriosa e o tratamento de dores físicas, sociais, emocionais e espirituais. Momentos que são muitas vezes dolorosos podem, assim, ser transformados em experiências de carinho e humanização", explica a psicóloga do HFC Saúde, Rose Seguin.

O Simpósio busca ampliar a discussão sobre o tema, trazendo especialistas com ampla experiência para compartilhar novos conhecimentos e práticas científicas. "Queremos trazer inovações e favorecer uma comunicação clara e eficaz entre todos os envolvidos", destaca o presidente do HFC Saúde, José Coral.

Para participar faça sua inscrição no link do Instagram do HFC Saúde e doe um pacote de fraldas geriátricas que será destinado para pacientes que precisam dos cuidados paliativos.

Deseja comprar um imóvel: Entenda as diferenças entre à vista e financiamento

Frias Neto destaca vantagens de cada método

Morar ou investir? À vista ou financiado? O que vale mais a pena? E quanto à valorização? Essas são perguntas comuns e muito esperadas no momento de compra de um imóvel, e com elas, a partir do momento da decisão também surgem mais dúvidas. Por isso, nossos especialistas da Frias Neto Consultoria de Imóveis explicam as duas modalidades, destacando as vantagens de cada uma.

Vantagens do pagamento à vista:

Sem incidência de juros: Esta é considerada a principal vantagem desta modalidade, sendo possível obter um retorno maior sobre o investimento. Muitas vezes, o valor nominal pago ao longo do tempo acaba sendo até 5 vezes superior à quantia financiada inicialmente.

Menor risco de descontrole financeiro: Um financiamento geralmente consome uma grande parte da renda mensal para a maioria das pessoas. Normalmente, os bancos só aprovam o financiamento se a parcela corresponder a até 30% da renda mensal, o que representa um grande risco de não se precaver financeiramente em casos de urgência, acidentes, entre outros.

Maior poder de negociação: O pagamento à vista possibilita ao comprador melhores condições e preços durante a negociação. Contando com uma imobiliária com respaldo jurídico é possível receber em menor tempo.

Vantagens de financiar a compra de imóvel:

Folga financeira e controle: Embora ter o dinheiro à vista seja vantajoso, o financiamento permite que você aplique o dinheiro em outros investimentos enquanto adquire um imóvel sem "acabar" com a poupança. Por mais que existam os juros, é possível ter outros investimentos e no futuro, quitar as parcelas, além do mais, o dinheiro guardado pode ser usado para imprevistos sem necessariamente comprometer a aquisição do imóvel.

Possibilidade de sacar o

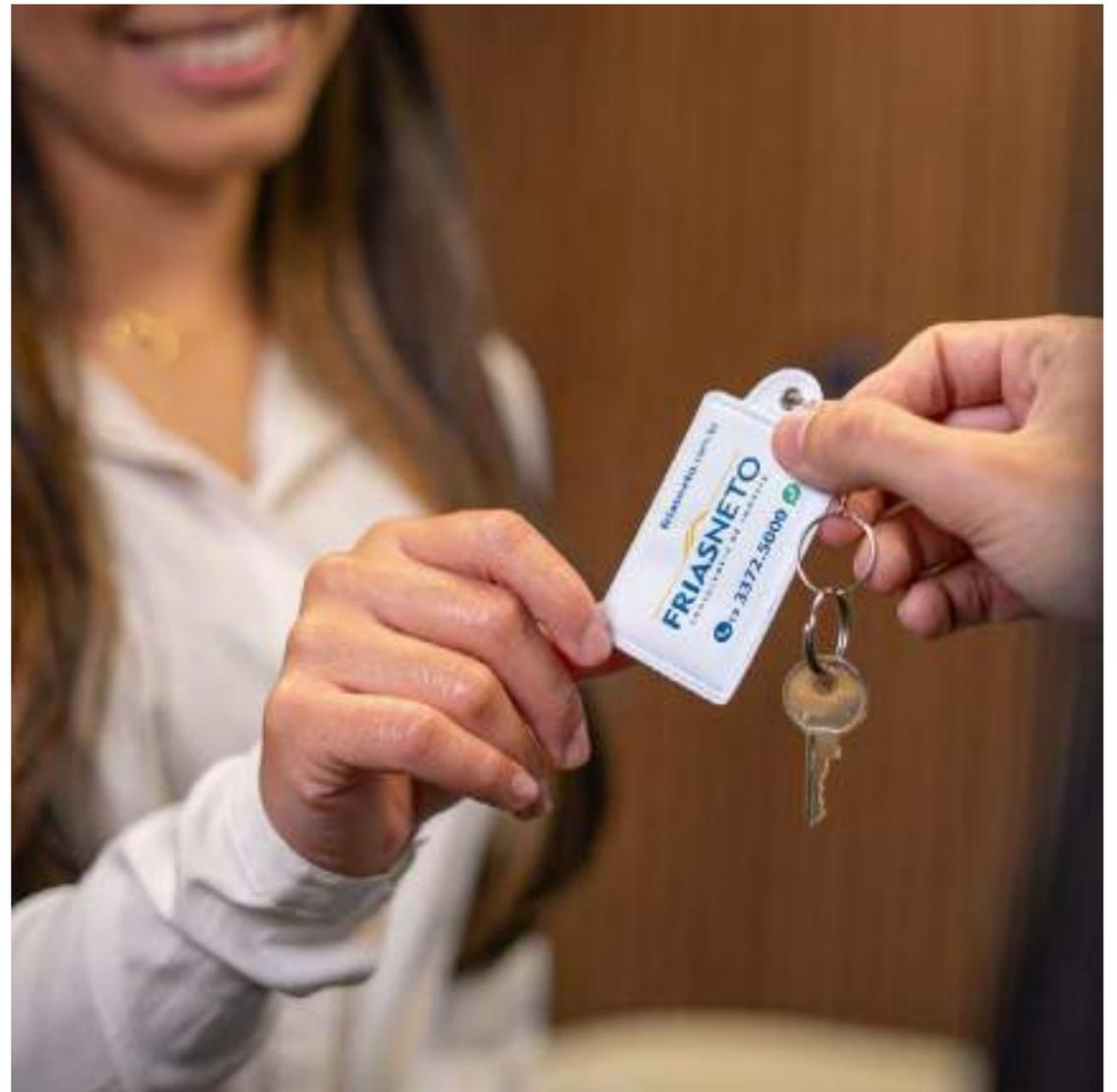
FGTS: Uma das maiores vantagens do financiamento é dar liquidez ao dinheiro preso por conta do Fundo de Garantia por Tempo de Serviço (FGTS), afinal, o FGTS possui regras muito rígidas quanto ao seu resgate e rende apenas 3% ao ano, perdendo de longe para a Taxa Selic.

Diligência do banco: Especialmente para compradores de primeira viagem, a inclusão de uma instituição financeira costuma ser boa por conta da verificação do imóvel e do proprietário, porém, com uma imobiliária responsável e através de um respaldo jurídico, é também possível ter segurança ampla na compra do imóvel.

Sobre a Frias Neto Consultoria de Imóveis:

A Frias Neto oferece a simulação do seu financiamento com simplicidade e transparência, além de oferecer um time de mais de 100 corretores especialistas que ajudam de ponta a ponta no processo de aquisição de um imóvel, seja para investimento ou para morar bem.

Há mais de 35 anos no mercado imobiliário e considerada por 12 anos consecutivos a imobiliária mais lembrada de Piracicaba, segundo a pesquisa do Instituto CW7 e Gazeta de Piracicaba, a Frias Neto também oferece assessoria jurídica na aquisição do imóvel, além de diversas vantagens para quem opta por sua exclusividade. Como



O pagamento à vista possibilita ao comprador melhores condições e preços durante a negociação

verdadeiros agentes de desenvolvimento do mercado, a imobiliária conta hoje com recordes como 1.3 imóveis comercializados por hora e mais de R\$5 bilhões de ativos sob gestão.

Entre em contato com um especialista ou confira o catálogo completo de imóveis exclusivos através do site, [clique aqui](#).

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

ESTÁ PRECISANDO DE
DEDETIZAÇÃO?

LIGUE AGORA!
(19) 99831-7063

multi
APAFLAR

www.fqesoon.com.br

FQ CONTABILIDADE
SERVIÇOS PREVIDENCIÁRIOS

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

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

Salão Cinquentão Livrou-Se

Adolpho Queiroz

As primeiras conversas sobre a criação de um Salão de Humor aconteciam depois do expediente do jornal onde trabalhávamos e podiam acontecer no final da tarde ou no começo da noite, lá no Café do Bule, na praça José Bonifácio. E foi lá mesmo, ao lado dele, na antiga sede de um banco que ocorreu a primeira exposição em agosto de 1974. Com as presenças dos maiores nomes do humor gráfico do país na ocasião (Ziraldo, Millôr Fernandes, Jaguar, Fortuna, Zélio, Ciça) e dos seus primeiros filhotes, que já despontavam, especialmente na cidade de São Paulo, com os meninos da Revista "Balão", da ECA/USP, como Laerte, Luís Gê, Angeli, Paulo e Chico Caruso, Alcy, que se tornariam obrigatórios e lançariam as bases do que se tornou o Salão Internacional de Humor de Piracicaba.

Do cartaz pioneiro do Zélio, hoje capa do livro que abre o livro histórico dos 50 (primeiros, espero!) do Salão do ano passado, recentemente lançado pelo CEDHU/Ação Cultural, em comemoração ao cinquentenário. Que será lembrado eternamente, após o reconhecimento do evento como "Patrimônio Cultural e Imaterial" da cidade de Piracicaba, atestado de maioria de um evento que leva o nome de Piracicaba, para muito além das 'barrancas do Rio Piracicaba', como costume dizer em outros momentos, de outros textos sobre o salão, que também se transformaram em livros. E concorre ao prêmio do HQMix, o nosso "Oscar" do humor gráfico brasileiro, na categoria de "maior evento de humor do país", a ser definido nos próximos dias. Candidatíssimo, a meu juízo!

Recebi o meu exemplar recentemente, num final de semana, quando, passados os primeiros dias da exibição tradicional, consegui finalmente, visitar o Salão, com mais calma. A mesma com que me debrucei, quando cheguei em casa, para ler/ver e sonhar nas suas 224 páginas. A primeira surpresa, o diretor do CEDHU, Junior Kadshi tomou conta, escreveu, pensou, liderou o grande projeto editorial, agora compartilhado com milhares de pessoas em formato impresso e, espera-se, em breve, também



Junior Kadshi a frente do painel em homenagem a Ziraldo, no Salão 14 do Engenho.

em formato digital. Textos em português e inglês, para correrem os milhares de artistas do humor gráfico espalhados por centenas de países que para aqui acorrem, quando no mês de agosto, a cidade de Piracicaba comemora seu aniversário de fundação. E onde o Salão de humor pontifica como "evento maior" de todos, o de maior repercussão local, regional, nacional, mundial.

Na visita ao Salão edição 51, também uma primeira e grata surpresa. As caricaturas dos fundadores, feitas pelo Páffaro, registravam as memórias visuais - exageradas, como a minha, com papo de pomba!!! - a do Alceu com o tradicional chapéu Panamá, falando "amiiiiigggooooo" para toda a tchurma. E sereno, no topo da lista, o ex-prefeito Adilson Maluf, sobre quem recai a responsabilidade e a confiança de fazermos um evento que projetou mundialmente o nome de nossa cidade, entre outros velhos companheiros velhos de guerra, na labuta do jornalismo diário e nas artes em nossa cidade.

A primeira e grata surpresa, com a exposição presencial no nosso centenário Engenho e as paralelas, aqui em nossa cida-

de e em outras tantas, com o registro de 346 mil visitantes em todos os cantos do mundo, ou, como compara o texto que traz essa informação. Quase a população de todo o país chamado de Islândia, que tiveram acesso ao cardápio onde misturam-se linguagens próximas, com suas definições metodológicas do cartum, charge, caricaturas, histórias em quadrinhos, às quais foi incorporada recentemente a categoria das esculturas, de igual sucesso entre as linguagens tradicionais.

Na apresentação do livro, o prefeito Luciano Almeida, destaca, num determinado trecho, o comprometimento da Administração Pública da cidade, com o evento dessa magnitude. Passaram nesses 51 anos de história, prefeitos, coordenadores, secretários, gestores do próprio Salão, de diversos perfis ideológicos, mas sempre comprometidos com a realização cada vez mais pujante dos Salões. Ou, como lembrou o prefeito, igualmente responsável, com seu Secretário de Cultura, Carlos Beltrame, pelo epíteto de "patrimônio cultural e imaterial da cidade", a partir daquele ano. Nas suas palavras, agora transformadas em livro, "a amplitude do 50º Salão

de humor, legítima o evento como um acontecimento local que reverbera de forma mundial, visitado massivamente por piracicabanos e por pessoas de outras nacionalidades. E apesar da fama internacional, o Salão de Humor tem o DNA de Piracicaba, uma realização da qual a cidade, poder público

e seus munícipes se orgulham e esperam que, a edição seguinte, seja ainda mais pujante - e engraçada". Daqui a muitos anos, Luciano Almeida será certamente comparado ao também prefeito Viegas Muniz, quando, em 1826, criou a Festa do Divino no leito do Rio Piracicaba.



Capa do livro dos 50 anos, inspirada no primeiro cartaz de 1974, de Zélio.

Estou por lá também em algumas imagens antigas, preto e branco, nas páginas 22 e 25, ao lado dos amigos de sempre, Carlos Colonese, Fausto Longo, Alceu Righetto, Adilson Maluf, Luís Antonio Fagundes (Fagundinho), entre outros tantos pioneiros.

O Salão deste ano, reverenciou também a memória de outro pioneiro ilustre, Zivaldo Alves Pinto, o pai do “Menino Maluquinho”, com um imenso painel, no barracão 14, construído originalmente no restaurante “Canecão”, no Rio de Janeiro, em meio a muitas madrugadas de trabalho. E cuja foto ilustra essa matéria. Ideia igualmente fantástica do Junior Kadeshi.

Tomo a liberdade de transcrever abaixo o texto eu ele mesmo escreveu para apresentar esse livro magnífico, que por certo, se tornará referência obrigatória aos que quiserem conhecer um pouco as origens e a história do “nosso” Salão. Agora só falta mais um capítulo para que ela se torne completa, a criação do sonhado “Museu do Riso”, para acolher o acervo cinquentenário, realizar mostrar permanentes e ser uma verdadeira escola do humor gráfico mundial.

Apresentação

Este não é simplesmente um livro: é uma celebração de risos, criatividade e coragem! Nele, convidamos você a mergulhar em meio século do humor gráfico capturado e honrado no Salão Internacional de Humor de Piracicaba. Revisitamos momentos icônicos, artistas brilhantes e o impacto cultural deste evento, que se tornou o maior do seu tipo no mundo. Desde sua inauguração em 1974 até sua ascensão como um farol global para talentos do humor gráfico, transformou Piracicaba - uma cidade pacata no interior de São Paulo - em um epicentro vibrante de criatividade, rompendo fronteiras onde artistas de todo o mundo convergem para compartilhar suas visões únicas.

Ano após ano, o Salão se tornou um celeiro de culturas, ideias e estilos, enriquecendo o panorama do humor gráfico internacional, reafirmando o papel vital do humor na sociedade, desde seu poder de confrontar tabus e injustiças



O “meu” vencedor do Salão 50... se estivesse no júri de premiação, do norte-americano Ali Mirae.

até sua capacidade de unir pessoas através do riso, pelos traços de artistas que desafiam o status quo e promovem mudanças sociais com suas canetas afiadas e suas piadas perspicazes. Olhamos para o passado e revemos momentos inesquecíveis, os talentos lendários e as obras-primas atemporais que definiram o Salão ao longo de cinco décadas. De caricaturas memoráveis a charges políticas contundentes, cada página deste livro é um tributo à genialidade e à ousadia dos artistas do humor gráfico. Para o futuro, refletimos sobre o papel contínuo do Salão na promoção do humor como uma forma de expressão poderosa e relevante e temos a certeza que, mesmo após 50 anos, o riso ainda é uma linguagem universal que transcende fronteiras e conecta corações.

Com contribuições de renomados artistas e entusiastas do humor gráfico, este livro é mais do que uma simples homenagem ao Salão Internacional de Humor de Piracicaba; é um testemunho da humanidade, da criatividade e da resiliência que o riso pode inspirar. Venha se juntar a esta festa e celebre conosco meio século de humor, de Piracicaba para o mundo!

Viver os 50 Anos do Salão Internacional de Humor de Piracicaba em apenas um

É com imenso orgulho e gra-

tidão que compartilho algumas palavras sobre a jornada da comemoração dos 50 anos do Salão Internacional de Humor de Piracicaba. O Salão Internacional de Humor de Piracicaba sempre foi muito mais do que uma exposição de desenhos. Ele é um lugar de encontro para a troca de ideias e celebração da diversidade cultural e artística ao redor do mundo.

Ao longo de seus 50 anos, tem sido um farol de criatividade e inovação, inspirando artistas e espectadores de todas as idades e origens. Debruçado em livros, atas, cadernos, álbuns de fotografias e recortes de jornais, testemunhei como se estivesse vivendo de fato, ano a ano, a evolução deste evento desde sua origem até se tornar um dos mais importantes encontros culturais do mundo.

Uma experiência que me proporcionou viver os 50 anos do Salão em apenas um ano. Também tive a honra de contar com a ajuda de pessoas que, antes de mim, fizeram parte importante de tudo, autores dessa história. Ao longo de tantos meses, trabalhei ao lado de uma equipe dedicada e talentosa, cujo compromisso com a excelência e a criatividade foi fundamental para o sucesso desta celebração.

Como diretor no ano da comemoração, senti medo e, ao mesmo tempo, honrado diante de uma grande responsabilidade à minha frente: promo-

ver algo que fizesse jus a tão relevante evento que há 50 anos move pessoas do mundo todo ao redor da cidade de Piracicaba.

Meu objetivo foi honrar o legado do Salão, celebrar seu passado enquanto olhamos para o futuro com entusiasmo e otimismo. Organizar encontros, homenagear seus fundadores, lançar exposições itinerantes e promover o diálogo entre artistas foram apenas algumas das maneiras pelas quais buscamos destacar essa data histórica.

Acima de tudo, uma celebração sobre pessoas: artistas que dedicaram seus talentos ao Salão, espectadores que compartilharam suas risadas e aqueles que trabalharam incansavelmente nos bastido-

res para tornar tudo possível. É graças a essa comunidade apaixonada e comprometida que o Salão Internacional de Humor de Piracicaba continua a brilhar, mesmo após cinco décadas de existência.

Ao olhar para aqueles dias, lembrar de todo o esforço e dedicação, tenho uma imensa sensação de gratidão. Tudo valeu muito a pena e, hoje, sou ainda mais apaixonado por este evento. Expresso minha profunda gratidão a todos que fizeram parte desta jornada.

Que possamos continuar a celebrar o humor e a criatividade, inspirando futuras gerações a encontrar alegria e significado na arte do riso. Que venham mais 50 anos de risadas, inspiração e colaboração!

ESTÁGIO EM ARQUITETURA
tempo 1/2 período

cursando 3 ou 4 ano de arquitetura e urbanismo

com domínio em autocad, sketchup e renderização ser proativo

contato whatsapp 19 996798454

angelis ARQUITETURA

Como a educação ambiental pode contribuir para a preservação dos oceanos

Estima-se que 80% dos plásticos presentes nos mares sejam originários da gestão incorreta do lixo urbano, das indústrias e dos comércios*

O último dia 26 de setembro é dedicado internacionalmente ao Dia do Mar, que tem como principal objetivo alertar a população global sobre a importância dos oceanos e todo o seu ecossistema. Com a data, a Organização das Nações Unidas (ONU), responsável por sua criação, também busca promover a conscientização e mobilização de pessoas e empresas para a proteção dos oceanos dos resíduos gerados pela poluição humana. Isso porque estima-se que 80% dos plásticos presentes nos mares sejam originários da gestão incorreta do lixo urbano, das indústrias e dos comércios.

Deste volume de poluição marinha, grande parte são embalagens que, em sua maioria, são feitas de plástico, como sacolas, canudos e outras embalagens como as de alimentos. Por serem de difícil revalorização e custo de produção muito baixo, principalmente os plásticos flexíveis, esses materiais acabam não tendo destinação adequada e chegam aos oceanos, onde se acumulam ou acabam sendo ingeridos por animais marinhos e, conse-

quentemente, pelo ser humano.

“Em filmes e documentários, vemos imagens assustadoras das chamadas ‘ilhas de lixo’, que são compostas, de maneira geral, por plásticos. Se as embalagens metálicas fossem usadas em maior escala, por exemplo, o volume de resíduos dessas ‘ilhas’ provavelmente seria infinitamente menor, visto que os metais são altamente recicláveis e reciclados de fato. Logo, um maior uso desse material em embalagens de alimentos, por exemplo, pode ser uma das opções para a diminuição das ilhas de lixo e, conseqüentemente, da poluição marítima. Lembrando que 80% de todo o aço produzido no mundo ainda está em uso”, defende Thais Fagury, presidente-executiva da Prolata Reciclagem, associação sem fins lucrativos criada para o cumprimento das políticas de resíduos sólidos.

Por isso, parte da conscientização em relação à poluição marinha deve passar pela diminuição do consumo de materiais envasados em embalagens que não são facilmente recicláveis, como é o caso do plástico, ou que não

são possíveis de serem reutilizadas ou revalorizadas, como é o caso dos flexíveis. “Uma forma de promover isso é por meio da educação ambiental. A partir do conhecimento passado nas escolas e para os jovens sobre a necessidade da reciclagem, de boas práticas e da logística reversa para resíduos, podemos fazer a diferença e começar a transformar o ambiente no qual estamos inseridos”, acrescenta Thais.

O Dia Mundial do Mar é uma data importante para reconhecer e apreciar a contribuição que a vida marinha tem para o ser humano, que vai desde a alimentação, com os peixes e algas, até o transporte e o turismo. Mas, acima disso, é um dia para que todos possamos cuidar melhor dos oceanos e garantir um



Foto: Banco de Imagem

Lembrando que 80% de todo o aço produzido no mundo ainda está em uso

ambiente marinho mais limpo e saudável.

Sobre a Prolata Reciclagem

Criada em 2012, a Prolata Reciclagem é uma associação sem fins lucrativos e uma iniciativa da Abeaço (Associação Brasileira de Embalagem de Aço), com apoio da ABRAFATI (Associação Brasileira dos Fabricantes de Tintas), para o cumprimento da Política Nacional de Resíduos Sólidos (PNRS), Lei no 12.305/10, e demais políticas.

O Programa encontra-se ativo nas cinco regiões do Brasil e possui o objetivo de estimular a reciclagem de latas de aço no país, gerar estatísticas confiáveis a respeito, abrir um canal direto com os consumidores, fomentar centros de reciclagem e parcerias com cooperativas de catadores, assim como valorizar o preço da sucata de aço para embalagens. Além disso, também investe em plataformas de comunicação e na educação da sociedade sobre o tema.

Todos os dias das 16:00 às 02:00

Escuna

Happy Hour

COPÃO EM DOBRO 02 COPÃO 15,99 500ml COPO DESCARTÁVEL	TORRE EM DOBRO 02 TORRES 89,90 2,5L. C/ CREME QUALQUER MARCA
87.3 87.4 87.45 87.15	986.1 986.2 986.3 986.4

Elite Pizzaria

O VERDADEIRO SABOR DA PIZZA

3426.2777

3426.4777

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



Grupo BOM JESUS
Assistência Funeral

Atendimento 24h
(19) 3422-7617

Amparo e profissionalismo, no momento que você mais necessita.

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

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

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

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

www.bomjesuspiracicaba.com.br

JOVEM: LETICIA ANTONELLA MARYON, Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 22 anos de idade e era filha da Sra. Abigailde Fernanda da Silva. Deixa irmãos, sobrinhos, tios, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório do Municipal de Vila Rezende - Sala 03, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MIRIAM APARECIDA VALLADÃO VICINO, Faleceu dia 27pp na cidade de Ribeirão Preto - SP, aos 60 anos de idade e era casada com o Sr. Virgilio Cesar Vicino. Era filha do Sr. Valdir Valladão e da Sra. Antonia Monteiro Valladão, falecida. Deixa os filhos: Camila Valladão Vicino e Gabriel Valladão Vicino. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério Parque da Ressurreição - Sala Standard, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. HERMINIA PICCOLI FERRARI, Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 92 anos de idade e era viúva do Sr. Mario Ferrari. Era filha do Sr. Victorio Piccoli e da Sra. Maria Fornazaro, falecidos. Deixa os filhos: Sueli Maria Ferrari Beccari casada com Jurandir Antonio Beccari, Mario Sergio Ferrari, Jose Waldir Ferrari casado com Semilda Diosti Ferrari. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 17:15 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 04, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. MAURICIO ALBERTO DE CAMARGO, Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 48 anos de idade. Era filho do Sr. Jair Antonio de Camargo e da Sra. Maira Aparecida Fernandes Camargo, falecidos. Deixa os filhos: Julica Dandara Camargo; Mauricio Alberto Camargo Junior, Danilo Felipe de Camargo, Diego Vinícios de Camargo, Cauã César de Camargo. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 15:30 horas, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CONCEIÇÃO FERREIRA DA SILVA, Faleceu dia 29pp

na cidade de Piracicaba, aos 61 anos de idade e era filha do Sr. Expedito Ferreira da Silva e da Sra. Quiteria Pereira, falecidos. Deixa a filha Rosemeire Aparecida dos Santos. Deixa 06 netos, 05 bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 30pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. VALDIR APARECIDO MODENEZ - Faleceu dia 29pp na cidade de Iracemápolis, aos 74 anos de idade e era filho do Sr. Alcides Modenez e da Sra. Ignez Dinardy Modenez, falecidos. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 30pp as 13:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Iracemápolis - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Iracemápolis. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. RENATO ALECI DE ANDRADE, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 41 anos de idade e era filho do Sr. Serafim Teixeira de Andrade e da Sra. Maria Lucia Clemente de Andrade. Deixa o filho: Guilherme Ramos de Andrade. Deixa demais parentes e amigos. O seu corpo foi trasladado em auto fúnebre para a cidade de Rio das Pedras onde o seu sepultamento deu-se dia 01pp as 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Parque da Paz. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. VIRGILIO JOSE BENEDITO SARTORE, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 64 anos de idade e era casado com a Sra. Paulina Belesio Cordeiro Sartore. Era filho do Sr. José Severino Sartore e da Sra. Luiza Leme Sartore, falecidos. Deixa os filhos: Leandro Augusto Sartore casado com Priscila C. D. P. Sartore e Lucas Aparecido Sartore. Deixa 02 netas, demais parentes e amigos. O Velório ocorreu dia 01pp na Sala Safira no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 08:00hs até as 13:00hs, em seguida ocorreu a Cerimônia de homenagens póstumas no Salão Nobre também no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do GRUPO BOM JESUS FUNERAIS.

SRA. HELIDE SPADÃO MAISTRO, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 81 anos

de idade e era casada com o Sr. João Batista Maistro. Era filha do Sr. Antonio Spadão e da Sra. Rosalina Garcia Spadão, falecidos. Deixa os filhos: João Gilberto Maistro casado com Aparecida Leonice Costa Maistro, José Gilmar Maistro casado com Rosa Maria Stevão Maistro, Gilson Antonio Maistro casado com Silvana Araujo Maistro, Dilma Aparecida Maistro Clazer com João Antonio Clazer, Ariovaldo Cesar Maistro casado com Ivone Gomes Maistro. Deixa netos, bisnetos, tataraneta, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp as 10:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. LUZIA PARISOTTO DE OLIVEIRA, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 96 anos de idade e era viúva do Sr. Paulo de Oliveira. Era filha do Sr. Fortunato Parisotto e da Sra. Helena Guarana, falecidos. Deixou os filhos: José Carlos de Oliveira casado com Vera Lucia Pampolini de Oliveira; Margarete de Oliveira Pagotto casada com Antonio Gilberto Pagotto. Deixa ainda netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório do Cemitério Parque da Ressurreição - Sala C, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ODETE FERREIRA DE MELO CAETANO, Faleceu dia 01pp na cidade de Rio das Pedras, aos 76 anos de idade e era viúva do Sr. José Vaz Caetano. Era filha do Sr. João Ferreira da Silva e da Sra. Antonia de Melo Ferreira. Deixa os filhos: Jaime Vaz Caetano casado com Regiane Parolina Vaz, Junior Antônio Vaz casado com Vanessa Tolotti Vaz, Geane Vaz casada com Paulo Sousa, Gelsina Vaz, Joseane Aparecida Silva, Joelma Vaz Caetano. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 02pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Saltinho, seguindo para o Cemitério Municipal de Saltinho. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. PEDRO PAULO MARTINS, Faleceu dia 02pp na cidade de Piracicaba, aos 74 anos de idade e era casado com a Sra. Teresinha Madalena Birollo Martins. Era filho do Sr. Antonio Martins e da Sra. Palmira Azevedo Mar-

tins, falecidos. Deixa os filhos: Paula Graziela Martins Pizzol casada com Marcio Pizzol, Christian Azevedo Martins casado com Tatiana S. Bernarde, Elaine Patricia Martins, Juliana Priscila Martins casada com Marcel Pereira. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 02pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 06, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ALTINA DOMINGOS DE MORAES, Faleceu dia 02pp na cidade de Tupi, aos 83 anos de idade e era viúva do Sr. João Gomes de Moraes. Era filha do Sr. José Domingos Ribeiro e da Sra. Luisa Qualho, falecidos. Deixa os filhos: Marilene Gomes de Moraes casada com Mario Gilberto Garcia e Tereza Ap. Soares casada com Valdeci Ap. Soares. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 02pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. FRANCISCO MALAGOLLI, Faleceu dia 02pp na cidade de Piracicaba, aos 87 anos de idade e era viúvo da Sra. Erotides dos Santos Malagolli. Era filho do Sr. Augusto Malagolli e da Sra. Josepha Perez Rodriguez, falecidos. Deixa os filhos: Marcos Augusto Malagolli casado com Maria Crelia da Costa, Marcio Malagolli casado com Paulina Hiromi Higa Malagolli e Walleria Malagolli casada com Angelita Maria Frassetto. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 03pp as 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala Standard, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. SOLANGE DE FATIMA VICENTE PEREIRA, Faleceu dia 02pp na cidade de Piracicaba, aos 52 anos de idade e era casada com Sr. Osmar Luiz de Campos pereira Junior. Era filha do finado Sr. Sebastião Orlando Vicente e da Sra. Rosa Maria Cardoso Vicente. Deixou os filhos: Luiz Gustavo de Campos Pereira casado com Karina Tais dos Santos Fonseca; Paulo Ricardo de Campos Pereira casado com Ana Carolina Moreti; Rafael de Campos Pereira; Silmara Francine de Campos Pereira. Deixa

ainda netos e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 03pp às 15:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba sala-Safira, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ODILA CLEYDE ZANONI SANTELLI, Faleceu dia 03pp na cidade de Piracicaba, aos 80 anos de idade e era viúva do Sr. Claudio Santelli. Era filha do Sr. Angelo Zanoni e da Sra. Ida Gardinaci, falecidos. Deixa os filhos: Ricardo Zanoni Santelli, falecido, Fabiana Zanoni Santelli, Gustavo Zanoni Santelli casado com Alice Valeria Alves Santelli. Deixa 02 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 04pp e as 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição - Sala B, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. DORACY FRANCO FABRICIO - Faleceu dia 03pp na cidade de São Pedro, aos 98 anos de idade e era viúva do Sr. Benedito Fabricio Filho. Era filha do Sr. Luiz Franco Bueno e da Sra. Izabel da Cunha Caldeira, falecidos. Deixa os filhos: Silvio Cesar Fabricio casado com Marli Benedita, Izidoro Fabricio casado com Ivone Fabricio, Carlos Alberto Fabricio, Silvia Cristina Fabricio Delbaje casada com Antonio Delbaje Gonzalez e Maria Otília Fabricio Serrate (falecida). Deixa netos, bisnetos, tataraneto, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 04pp as 15:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição Sala - A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. LUCIA HELENA ANTONIO ANASTACIO, Faleceu dia 04pp na cidade de Piracicaba, aos 55 anos de idade e era viúva do Sr. Paulo de Jesus Anastacio. Era filha do Sr. Benedito Antonio, falecido e da Sra. Maria da Silva Antonio. Deixa os filhos: Thamis Ap. Alves da Paixão, Luther Antonio Alves da Paixão casado com Katia Victor Alves da Paixão, Josue Antonio Anastacio. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 04pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade - Sala 3, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.



Miguel Venerabile

O sucesso do cinema, que divide a tela com Eriberto Leão e Letícia Spiller, exclusivo para a **PiraCult**

Comportamento

Outubro Rosa: como lidar com o diagnóstico de câncer de mama

Pet

Raiva: entenda a importância da vacinação

Filhos

Como identificar e prevenir o abuso sexual infantil

Moda

Desfile Alto Verão 2025 BO.BÔ

REVISTA Us

“
É maravilhoso
poder fazer coisas
diferentes, ser versátil.
Isso me move.”

Miguel Venerabile

”



Miguel Venerabile

Um jovem ator cuja carreira já desponta com brilho, que transita com naturalidade entre teatro, televisão e cinema. Iniciado no teatro desde a infância, influenciado pelos pais atores, Miguel Venerabile começou na televisão aos 7 anos, na novela "Gênesis", da Record TV. Com passagem pela Globo, recentemente ele estreou dando vida ao enigmático Shacar na série "Neemias" e protagoniza o filme "Inexplicável", que aborda a temática do câncer infantil. Além da atuação, Miguel se dedica à dublagem, emprestando sua voz a personagens queridos de animações como "Winnie the Pooh" e "Monstros S.A.". Sua versatilidade e paixão pela arte cênica são evidentes em cada projeto, refletindo seu compromisso em emocionar e divertir o público. Com esse espírito criativo e cheio de sensibilidade ele conversou com o jornalista Mauricio Ribeiro, em uma entrevista exclusiva para a Revista Us na Folha de Piracicaba.

Mauricio Ribeiro: Miguel, você tem uma carreira impressionante para a sua idade, com papéis em novelas, séries e até mesmo filmes. Como você começou nesse mundo da atuação e o que mais te inspira a continuar nesse caminho?

Miguel Venerabile: Eu comecei no teatro. Meus pais são atores de teatro, hoje em dia trabalham em outras áreas, mas estão sempre fazendo peças, leituras dramatizadas e assistindo a teatro. E eu sempre fui com eles, desde muito pequeno. Quando eu estava na barriga da minha mãe, já estava no palco, e desde bebê eu ia às peças de teatro. Assistia a quase toda semana a uma peça infantil, até que um dia falei que queria não só estar na plateia, mas também no palco. Comecei a fazer teatro, depois fui para uma agência e comecei a fazer testes. Fiz minha primeira novela na Record, "Gênesis", quando tinha 7 anos. O que me inspira a continuar é que eu amo fazer isso. De verdade, eu amo gravar, estar no set com um monte de gente que é legal comigo, colocar em prática tudo que estudei e para o que me preparei. Quero fazer isso para sempre. Adoro conhecer novas pessoas a cada projeto e também gosto de aprender. Cada nova produção me ensina muito — sobre o personagem, sobre pessoas, sobre o contexto, sobre a história. Tudo isso é muito legal. Cada vez é diferente, e eu amo isso!

Mauricio Ribeiro: Esta semana, você estreou como Shacar na série "Neemias", um personagem bastante misterioso e artemista. O que mais te chamou atenção nesse papel e o que



Miguel no palco com seus amigos de atuação



podemos esperar dessa nova produção?

Miguel Venerabile: O que me chamou atenção no meu personagem é justamente o mistério que ele carrega. Diferente de todos os outros personagens que já fiz. Eu amo fazer personagens diferentes. Como uma criança conseguiu colocar um adulto em cima de uma cama? No início, tanto o Hataque quanto o público ficam na dúvida se o Shacar vai fazer mal a ele ou não. Essa dupla com o Gui foi muito legal também. Eu e ele estávamos juntos em todas as cenas, e acabamos nos tornando muito amigos. Ele é muito legal, uma "criança grande". Eu amo isso! Acho que o público vai gostar dessa dupla. O spin-off está lindo, como um todo! Todos os atores ali têm muito amor pelo que fazem. E a direção está impecável, fotografia, produção, tudo.

Maurício Ribeiro: O filme "Inexplicável", que estreia em novembro, marca um momento importante na sua carreira, pois você é o protagonista. Pode contar um pouco sobre o processo de construção do seu personagem e o que ele representa para você, especialmente considerando a temática do câncer infantil?

Miguel Venerabile: Sem dúvidas, esse filme foi um presente para a minha carreira e também para mim como pessoa. Estou muito ansioso para estreiar logo! Rodamos no ano passado e não vejo a hora do filme entrar em cartaz. Durante a preparação, aprendi muito sobre histórias reais, milagres e dramas. Assisti a muitos filmes com essas temáticas, estudei sobre as doenças, li o livro que inspirou o filme, conheci o Gabriel, que inspirou a história, e conversei com o Fabrício (diretor), a Letícia e o Eriberto sobre os personagens. Ao longo das gravações, observei e aprendi muito com as

atuações, principalmente da Letícia e do Eriberto, que interpretaram meus pais. Foi um presente poder aprender com eles, com o André e com todos os atores. O meu personagem, Gabriel, representa para mim uma das maiores histórias de superação que conheço, porque ele passou por muitas coisas ruins quando tinha apenas 8 anos. Foi muito forte e corajoso em lidar com um câncer e outras complicações sendo só uma criança. Nas gravações, eu ficava com dó da Yanna, mãe do Gabriel. Passar por tudo aquilo, ver o filho no hospital entre a vida e a morte, com certeza deve ter sido muito difícil. Eu me emocionei algumas vezes no set. Não só eu, muita gente se emocionou fazendo o filme.

Maurício Ribeiro: Além de atuar, você também se destaca nas dublagens, com papéis em grandes produções como "Winnie the Pooh" e "Monstros S.A.". Como é essa experiência de dar voz a personagens tão icônicos e como você se prepara para essas atuações?

Miguel Venerabile: Eu gosto muito de dublar essas duas séries porque já era fã. Já conhecia os personagens e os filmes. Então, é legal e divertido! Ultimamente, tenho feito bastante dublagens, e eu adoro. Faço muitos desenhos animados, então, ao mesmo tempo que estou dublando, estou me divertindo também. Além disso, a gente acaba fazendo

amizade com os diretores e os técnicos, e é muito legal. Quando sei que vou dublar com tal técnico ou tal diretor, já fico mais feliz de ir. A preparação para dublagem, para mim, tem mais a ver com a voz. A voz tem que estar boa, então não durmo tarde, porque quando durmo pouco fico rouco. Evito gritar. Durmo com umidificador para a voz não ressecar. Se a voz não está muito boa, bebo muita





Maurício Ribeiro

água em temperatura ambiente, tomo mel e faço aquecimento vocal. Quando não conheço o personagem, vou testando com o diretor a melhor voz. Na maioria das vezes é a minha voz normal, mas às vezes é um bebê, um lobo, uma lhama, uma cobra...

Mauricio Ribeiro: Em "Brinquedos Consertados", a peça teatral, você interpreta dois personagens diferentes. Como foi essa experiência de fazer múltiplos papéis em uma mesma peça e o que o público pode esperar dessa montagem que reestrea em outubro?

Miguel Venerabile: Eu adoro essa experiência. Fazer dois personagens totalmente diferentes na mesma peça. Um é bonzinho e amoroso, e o outro é mauzinho e autoritário. Essa peça é muito divertida de fazer. Primeiro, porque estou com meu pai em cena. Segundo, porque sou amigo de todo mundo do elenco. Eu amo! Terceiro, porque esse personagem é muito divertido de fazer! E quarto, porque é um texto do Domingos Oliveira, e tive o privilégio de participar de uma peça escrita por ele, uma das poucas infantis que ele fez. Já, já vamos reestrear e eu estou muito animado!

Mauricio Ribeiro: Em sua carreira, você já fez desde papéis cômicos até dramas intensos. Como você lida com essa versatilidade e qual desses gêneros você considera mais desafiador?

Miguel Venerabile: Eu gosto de fazer coisas diferentes. Personagens e projetos totalmente diferentes. Quanto mais diferente de um para o outro, melhor, porque eu aprendo mais e vejo coisas novas. Eu amo fazer humor, personagens engraçados e espertos, mas talvez, se eu fizesse só isso, com o tempo, eu já não iria curtir tanto. Podia acontecer de eu enjoar. Então, mesmo adorando e me identificando quase cem por cento com esse tipo de personagem, não seria bom para mim fazer só isso, além de que eu ficaria estagnado como ator. Por isso, é maravilhoso poder fazer coisas diferentes, ser versátil. Isso me move. Como sou engraçado com meus amigos, com a minha família, em casa, eu adoro fazer as pessoas rirem e tenho muita facilidade em interpretar personagens assim. O drama, como o do filme, eu preciso buscar mais profundamente, porque não lido com isso na minha vida real. Então, preciso estar mais concentrado, mais calmo, é outra energia, totalmente diferente da que eu tenho no meu dia a dia.

Mauricio Ribeiro: Fora da atuação, você tem muitos outros interesses, como música, esportes e leitura. Como você consegue equilibrar todas essas atividades e qual delas mais te ajuda a

desenvolver sua criatividade como ator?

Miguel Venerabile: Verdade. Tenho muitos interesses. Hoje em dia, descobri um aplicativo que ensina a tocar piano no tablet. Estou adorando. Eu e meus pais achamos importante fazer esportes. Os esportes me ajudam a gastar a energia, que eu tenho de sobra, e são um lazer para mim. Amo fazer jiu-jitsu, jogar futebol e velejar. Esse aplicativo, por exemplo, me ajuda na dublagem, porque faço algumas dublagens de canto, principalmente na Disney, e o piano me ajuda a saber o tom e as melodias. ■





Antônio Guilherme



Debaixo dos caracóis de seus cabelos, o pequeno ator **Antônio Guilherme** já tem muitas histórias pra contar. Além de dividir a cena com **Juliana Paes** e **Rodrigo Simas** em **"Vidas Bandidas"**,

do **Disney+**, ele que tem apenas 8 anos já carrega no currículo a experiência de quem começou a atuar como modelo desde os 4, tendo figurado em

campanhas de grandes marcas. Mas ele quer mais, e por isso está se aprimorando na escola de teatro **"Vamos Fazer Arte"**. Estamos de olho, porque ele promete! ■

Gaia+ é hexa!

Pelo sexto ano, a organização piracicabana Gaia+ é eleita uma das 100 melhores ONGs do Brasil. Segundo nota divulgada nas redes sociais, "receber esse prêmio pela sexta vez é a garantia de que estamos no caminho certo e de que não estamos sozinhos nessa jornada", e complementam: "compartilhar essa notícia com vocês é mais que uma divulgação, é uma comemoração conjunta", finalizam. O Prêmio Melhores ONGs utiliza critérios definidos pela pesquisa FASIL, do IBGE, para verificação das melhores condições de gestão e transparência.

Enzo Ribeiro no Cinema

Agora é oficial. A coluna **PiraCult** soube em primeira mão, guardou a sete chaves, mas já pode divulgar: o ator piracicabano **Enzo Ribeiro**, que integra a **Cia Teatral Kadimah** (sob direção deste colunista), após estreiar na **Record TV** no elenco da série **Reis**; segue agora para sua primeira experiência no cinema. O garoto de talento está no elenco do filme **"O Filho de Mil País"** e divide o set de filmagem com ninguém menos do que o estrelado hollywoodiano **Rodrigo Santoro**. Orgulho de Piracicaba, agora na sétima arte! ■



Luis Fernando Fischer Dutra

Estreia!



Meu primeiro dia neste espaço tão precioso exige uma breve apresentação. Sou o Luis Fernando Dutra, músico, aromaterapeuta e radialista. Todas as minhas atividades requerem algo que é muito especial para mim: estar próximo das pessoas. Olhar para o ser humano e tentar sentir o que ele sente, entender o que ele pensa e o que ele vive. Para mim a música é uma ferramenta de transformação pessoal e social, ela possibilita que entremos em contato com nossos afetos e quando associamos à aromaterapia, temos uma potencialização das emoções. A partir de hoje traremos neste espaço algumas reflexões, que não devem ser entendidas como "verdades" mas sim como um convite à sua própria reflexão. Além disso, teremos uma sugestão de música que pode servir de inspiração ou até

mesmo de motivação para você começar a semana. A música que escolhi para o lançamento deste espaço é **"A Consagração da Casa"**, que **Beethoven** compôs para a inauguração de um Teatro em Viena, que foi no dia 03 de Outubro de 1822. Boa semana até o próximo domingo! ■

Envie seus comentários, perguntas ou sugestões através do Instagram @luisfernandofischerdutra.



ACESSE O VÍDEO PELO QR CODE INTERATIVO



Ignácio de Loyola Brandão: um imortal na Flipira 2024

Em sua quinta edição, a Festa Literária de Piracicaba vem com uma programação tão distinta e variada com a proposta de transformar o Engenho Central em um grande altar de culto à cultura da leitura e escrita. E para sacramentar esta realização, nada mais justo do que trazer a Piracicaba ele que é membro da Academia Brasileira de Letras, e a despeito dos seus 88 anos, continua espalhando suas ideias e ideais com intenso vigor. Estamos falando de Ignácio de Loyola Brandão, o filho de Araraquara que desembarca em Piracicaba no sábado, dia 26 de outubro, com

participação no evento às 14h. A entrada é franca, mas o acesso para estar perto de Loyola promete ser disputado cadeira por cadeira, então convém chegar cedo. A Flipira é uma realização conjunta da Prefeitura de Piracicaba por meio da Semac e Biblioteca Municipal; Academia Piracicabana de Letras, Centro Literário de Piracicaba e Grupo Oficina Literária de Piracicaba; com patrocínio prata de Objetivo Piracicaba, Stenico Transporte de Passageiros, Universidade Cruzeiro do Sul e FEALQ; e patrocínio bronze de ACIPI, In Action, Unimed, De Negri Ultrassonografia, Frigideira Paulista Restaurante e Frias Neto Consultoria de Imóveis. ■

Desfile Alto Verão 2025: BO.BÔ celebra a natureza e o olhar para o feminino

Bordados tridimensionais, tecidos de fibras naturais, pedrarias e uma paleta em tons botânicos marcaram a abertura da temporada de verão

Corrido no FLO Atelier Botânico, um espaço localizado no bairro boêmio em plena efervescência cultural do Baixo Pinheiros, o desfile da BO.BÔ de Alto Verão 2025 reuniu moda e natureza em uma apresentação que encantou tanto o público presente quanto os telespectadores que assistiam à

transmissão do evento ao vivo. O cenário escolhido, com seu clima de oásis urbano, reforçou a conexão entre moda e botânica como um respiro à exaustão em tempos tão transformadores.

O desfile encantou ao deixar transparecer o olhar para o feminino, trazendo autenticidade e delicadeza em cada detalhe.

Os convidados puderam apreciar essa sensibilidade através de uma experiência imersiva que foi transmitida ao vivo.

A coleção apresentada trouxe bordados tridimensionais que acrescentaram profundidade às peças, valorizando o uso de fibras naturais, como algodão e linho. Detalhes como franjas com pedrarias

e transparências delicadas em off-white trouxeram leveza e movimento às criações que desfilaram em tons de verdes botânicos, beiges amadeirados e brancos. Essa paleta deu o tom do verão que está por vir, marcando a abertura da temporada com elegância.

Além das coleções de Alto Verão e Réveillon, a BO.BÔ aproveitou

o momento para lançar a linha Denim Affair, dedicada exclusivamente ao jeans. "Esse projeto foi fruto de anos de pesquisa e dedicação. O Denim Affair representa nossa paixão pelo jeans e a vontade de trazer uma matéria-prima icônica que se conecta com o passado e o futuro", comentou a diretora criativa Fátima Stryjer.



ORGULHOSAMENTE APRESENTAM



COMÉDIA A LA CARTE COM MAURICIO RIBEIRO

SÁBADO E DOMINGO
26 E 27 DE OUTUBRO, 13H
ENGENHO CENTRAL



MAIS UM EVENTO OFICIAL DA



PROGRAMAÇÃO COMPLETA EM



Realização:



Patrocínio Prata:



Patrocínio Bronze:



Exossomos: uma nova era no rejuvenescimento facial

Médico explica mais sobre essa revolução na área da saúde

Foto: Divulgação



Na cirurgia plástica, os exossomos são utilizados para estimular a regeneração da pele e cabelos

“Na estética facial, um dos principais benefícios dos exossomos está na sua capacidade de promover a produção de colágeno e elastina, proteínas essenciais para a firmeza e elasticidade da pele...”

A cirurgia plástica sempre foi marcada pela busca constante por novas alternativas para a obtenção de resultados mais eficazes, naturais e seguros. Nesse sentido, uma novidade vem se destacando em todo o mundo: o uso de exossomos no rejuvenescimento facial.

Os principais congressos médicos internacionais de 2024 têm ressaltado a importância dos exossomos para tratamentos estéticos. Em fevereiro, no Congresso da ABAM, em South Lake City, e no IMCAS, em Paris; em março, no Annual Meeting da American Academy of Dermatology, na Califórnia; e mais recentemente, em junho, no Congresso Mundial de Cirurgia Plástica da ISAPS, em Cartagena, Colômbia, os exossomos têm se tornado um foco de grande interesse, de pesquisas e de conversas e estudos entre os médicos do mundo todo.

“O futuro da Cirurgia Plástica Facial passará pelo desenvolvimento de novas abordagens, que atuem não somente na melhora da qualidade da pele, mas também na prevenção do envelhecimento celular. E isso é revolucionário! E é exatamente nesse ponto que os exossomos posicionam-se como uma nova fronteira para nossa Especialidade. Ele possibilita que abordemos a célula antes que ela envelheça; muito diferente do que fazemos atualmente, onde só a tratamos depois que isso acontece”, explica Daniel Nunes, cirurgião plástico de Campo Grande e palestrante no Congresso Mundial de Cirurgia Plástica da ISAPS.

Os exossomos são vesículas extracelulares liberadas por diversas células, que desempenham um papel crucial na comunicação celular, transportando proteínas, lipídios e material genético de uma célula para outra. Essa função de mensageiro permite que os exossomos influenciem positivamente na regeneração e na reparação celular,

promovendo a saúde e o rejuvenescimento dos tecidos.

“Na estética facial, um dos principais benefícios dos exossomos está na sua capacidade de promover a produção de colágeno e elastina, proteínas essenciais para a firmeza e elasticidade da pele. Estudos têm mostrado que os tratamentos com exossomos podem melhorar significativamente a textura da pele, reduzir linhas finas e rugas, além de

uniformizar o tom da pele e minimizar suas manchas”, conta Daniel Nunes.

Segundo Daniel Nunes, formado pelo Professor Ivo Pitanguy e com mais de 20 anos de experiência, “os exossomos também possuem propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes, ajudando a reduzir a inflamação e o estresse oxidativo, fatores que contribuem para o envelhecimento cutâneo. Isso faz com que o tratamento não só melhore a aparência, mas também promova a saúde geral da pele”.

Na cirurgia plástica, os exossomos são utilizados para estimular a regeneração da pele e cabelos, oferecendo uma alternativa aos métodos tradicionais de rejuvenescimento. Diferente dos preenchimentos com ácido hialurônico, dos bioestimuladores de colágeno e da toxina botulínica, que melhoram a estética facial por meio de uma volumização tecidual ou pelo relaxamento muscular, os exossomos atuam em nível celular, promovendo uma revitalização mais importante e global das áreas tratadas.

“Temos diversas formas de aplicação dos Exossomos para fins estéticos. Uma das mais utilizadas por Dermatologistas e Cirurgiões Plásticos é o chamado Drug Delivery, onde primeiro realizamos um procedimento cutâneo para permear a pele, como o Laser de CO2, o Laser

de Erbium ou o Microagulhamento, e em seguida aplicamos os Exossomos diretamente na pele abordada. Isso determina a entrada do produto na derme e seu rápido início de ação. Alternativas injetáveis, ainda em desenvolvimento pela indústria, são a próxima fronteira do tratamento”, resume o cirurgião plástico.

Daniel Nunes reforça que o uso estético ampliado dos exossomos ainda carece de mais estudos clínicos, mas que os resultados apresentados nos últimos congressos internacionais já deixaram os especialistas muito esperançosos quanto ao futuro dos tratamentos de rejuvenescimento facial. Dr. Daniel Nunes também destaca a importância fundamental de buscar um médico cirurgia plástica de confiança para realizar os procedimentos.

O uso dos exossomos representa um passo inovador no campo do rejuvenescimento facial, oferecendo uma abordagem celular mais avançada - muito à frente das alternativas atuais - focada na prevenção do envelhecimento e na regeneração tecidual.

Daniel finaliza dizendo: “A cirurgia plástica está entrando em uma nova era a partir da introdução dos exossomos na prática clínica, prometendo transformar o rejuvenescimento facial de maneira revolucionária”.

Pastelaria ABE

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	P	M	G
2 Sabores	24,50	30,50	42,50
3 Sabores	27,50	35,50	46,50

PASTÉIS DOCES	P	M	G
Banana	15,00		
Belinho	15,00		
Chocolate	15,00		
Doce de Leite	15,00		
Romeu e Julieta	15,00		

PORÇÃO DE PASTÉIS (12 unidades)	P	M	G
Pastéis Simples	39		
Pastéis Especiais	45		
Pastéis Doces	39		
Misto (15 unidades)	49		

MEIA PORÇÃO	P	M	G
Misto (9 unid.)	34		
Doce (6 unid.)	19		

Horário de Funcionamento
QUA. A DOM.
18:30 - 22:00

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

19 98223.8812

Eco-friendly na CASACOR Brasília

A Teto Vinílico, referência em revestimentos sustentáveis, leva para a 32ª CASACOR Brasília, a estética e versatilidade de aplicação de suas linhas para diferentes propostas de projetos de arquitetura e design de interiores.

Em sua terceira participação na mostra, a marca celebra o patrocínio da edição com novidades e linhas de destaque Teto Vinílico e Vini Ripado em acabamentos amadeirados, cores e grafismos nos espaços assinados por Glauter Suassuna, Larissa Dias, Lisi Sandri, Marina

Chaves e Victor Grimaldi, Renata Ciccarini, Studio Gontijo e Três Arquitetura.

Curvaturas em ângulos leves e acentuados, designs que favorecem propostas fluídas, acolhedoras e outras marcadas pela contemporaneidade são potencializadas pela ampla variedade

de referências. A marca engloba mais de 60 padrões de acabamentos, que aliados a sustentabilidade - uma vez que o produto é 100% reciclável-, a praticidade e rapidez na instalação, reúne atributos essenciais para projetos residenciais e espaços corporativos. Com durabilidade superior a

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

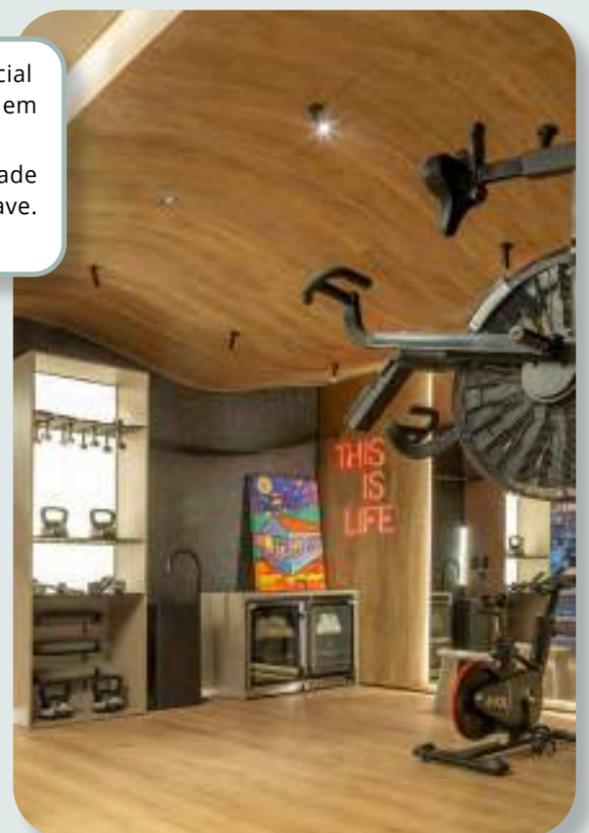
20 anos, sem necessidade de manutenção, pode ainda ser reinstalado em outros espaços, sem comprometer a estética original. As soluções Teto Vinílico contam ainda com EPD - declaração am-

biental de produto - recentemente publicada, que assegura que os produtos atendem a requisitos de pontuação de obras LEED, uma condição fundamental para projetos sustentáveis.

Fotos: Edgard César

Na Academia, assinada pela designer de interiores Lisi Sandri, a proposta idealizada para uso residencial combina elementos essenciais para promover o bem-estar. Funcionalidade, tecnologia e arte se apresentam em equipamentos e soluções pensadas para uma estética voltada aos estímulos sensoriais.

Destaque para o design sinuoso de divisórias do ambiente que também é reproduzido no teto. A flexibilidade das placas de Teto Vinílico Origens Tauari permite uma aplicação que remete a uma ondulação contínua e suave. O mesmo acabamento reveste a parede que contorna o espelho da sala de ginástica.



Desenvolvido por Glauter Suassuna Diniz, o ambiente da Espectro Oftalmologia traz em um apartamento de 106m², uma proposta para Isadora, jovem que perdeu a visão aos 8 anos e hoje estuda Direito para se tornar juíza federal. Com o uso de materiais que estimulam uma experiência multissensorial para as rotinas diárias, o espaço reforça a importância da acessibilidade. Seguindo este conceito, Teto Vinílico integra o projeto como revestimento no padrão Agar Castanho. Em recortes curvos no teto, as régulas que reproduzem diferentes tons de madeira na sala de jantar e quarto, também revestem parte da parede da sala de TV.



Marina Chaves e Victor Grimaldi reúnem no Espaço Feito à Mão, os referenciais do Cerrado para exposição e comercialização de obras assinadas por artistas e designers locais. Tons inspirados na vegetação e solo ampliam a experiência de elegância e conforto aos visitantes. Dentre os destaques do projeto, a sustentabilidade se faz presente em tecnologias e reaproveitamento de materiais na confecção de mobiliários. Com base nesta proposta, Teto+ Origens Okan reveste da área de exposição, com instalação que abraça teto e parede de forma contínua. As juntas imperceptíveis e a precisão da curvatura nas laterais colaboram na criação de uma estética fluída no projeto. O material, 100% reciclável, pode ser reinstalado em outros espaços sem comprometer a estética original.



Já no espaço Tempo Sagrado, de Larissa Dias, o Vini Ripado no acabamento preto reveste a fachada e paredes da área externa e *interna* do projeto. O material, resistente a intempéries, mantém a mesma estrutura e tonalidade sem necessidade de manutenção, sendo uma solução prática e ecológica para projetos residenciais e corporativos. A área interna também traz a harmonia entre elementos naturais e a sofisticação do design contemporâneo, criando um percurso com pórticos de madeira que conduz e envolve os visitantes.



O Studio Gontijo, de Gabriela Gontijo, Mariana Hummel e Jade Ávila, apresenta o Loft Tom & Elis, que homenageia os 50 anos do álbum que inspira o nome e é resultado da parceria do maestro Antônio Carlos Jobim com a cantora Elis Regina. O espaço também celebra os filhos das arquitetas, que têm os mesmos nomes. No projeto, as tonalidades escuras ganham destaque em mobiliários e revestimentos. A escolha de Teto Vinílico Origens Angelim se deu tanto pelo padrão estético que reproduz a madeira com perfeição, como pelo atributo sustentável.



O espaço Com Viver, de Renata Ciccarini para Coca-Cola e Estrella Galicia, foi pensado para estimular a convivência. Nele, arte, design e diferentes acabamentos celebram o legado a ser deixado para as futuras gerações. Para isso, o projeto traz o uso do vinílico, produto que pode ser reutilizado em diferentes opções de aplicação e é reciclável. O acabamento Origens Tauari se apresenta na versão plana para uso no teto, com Teto Vinílico, e em Vini Ripado para aplicação na parede.



Ao dialogar com a arquitetura da Arena BRB Mané Garrincha, que sedia esta edição da mostra, o Pavilhão Arco, do escritório Três Arquitetura - Luciano Pena e Vinícius Alano -, trouxe uma linguagem contemporânea em uma edificação ampla construída do zero. Com uso de técnica construtiva light steel frame, que demanda revestimentos externos e internos, traz no forro régulas de Vini Ripado Origens Mogno, que faz composição com as tonalidades que vão do bronze e terracota ao verde presente também em parte de superfícies, mobiliário e na vegetação.



Abajur estilo Tiffany

CASAMARELA
ANTIGUIDADES

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

Mancha branca: vitiligo, hanseníase ou pitiríase versicolor? Saiba a diferença!

A mancha branca é um sinal comum entre as doenças, por isso, a avaliação médica é essencial para diagnóstico e tratamento adequados

Foto: Banco de Imagens



Apesar do sinal em comum, os problemas são completamente diferentes

O surgimento de mancha branca na pele pode gerar confusão naqueles que observam a alteração. O imbróglio ocorre normalmente com as doenças: vitiligo, hanseníase (em fase inicial) e pitiríase versicolor, que é conhecida popularmente como pano branco. Apesar do sinal em comum, os problemas são completamente diferentes, pois têm outros sintomas, causas e tratamento.

O vitiligo é uma doença autoimune, sem causa conhecida, que pode ter relação genética. Aproximadamente 1% dos casos algum familiar foi diagnosticado com o problema. É conhecida pelo surgimento de manchas brancas com extremidades bem demarcadas, que se tornam mais intensas com o tempo. Atinge geralmente pessoas entre os 20 anos.

O diagnóstico de vitiligo é feito por avaliação médica e, em alguns casos, por biópsia. Para tratar a doença, são combinadas medicações tópicas - que devem ser passadas na pele - e orais. Também ajuda no retorno da pigmentação a fototerapia, pois impede que a doença evolua.

Já a hanseníase, essa é uma doença infecciosa causada pela bactéria *Mycobacterium leprae*. A transmissão ocorre por gotículas eliminadas pelas vias aéreas superiores durante fala, espirro e tosse. Porém, para que uma pessoa seja contaminada, ela precisa manter contato prolongado

com quem está infectado sem realizar o tratamento adequado.

Importante! A doença não é transmitida por abraços, apertos de mão, uso de talheres e/ou roupas.

O principal sintoma da hanseníase é a falta de sensibilidade ao calor, ao frio e ao toque na área atingida. Também pode causar dor e diminuir suor e pelos na região afetada. Em seus primeiros estágios, surge uma mancha esbranquiçada, que também pode ser vermelha ou marrom. Caso não seja tratada, a doença leva à perda de movimentos, feridas e até a amputação de membros.

O diagnóstico é feito por exame clínico, que investiga a presença do microorganismo nas lesões ou biópsia da região que apresenta alterações. O tratamento é feito com antimicrobianos, que devem ser ingeridos durante seis por 12 meses.

A pitiríase versicolor, também conhecida como pano branco, é uma micose causada por fungos do gênero *Malassezia*. São sintomas: manchas ovais esbranquiçadas, que também podem ser vermelhas, geralmente no pescoço, braços e troncos. Causa coceira e descamação, diferente do vitiligo e da hanseníase.

Podem favorecer o surgimento do pano branco: verminosas, desnutrição e sudorese em excesso, pois fungos se proliferam em ambientes úmidos e quentes. O diagnóstico é feito por análise da pele. Para

O plano Odontológico
Uniodonto
É PARA
VOCÊ

Que procura aliar a **melhor cobertura** para seu sorriso e uma **mensalidade que cabe no seu bolso** com a qualidade e garantia Uniodonto.

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

uniodontopiracicaba @ f x in d

ANS - nº 34.600-4

uniodonto

O nosso sorriso é **único**.

tratar o problema, são utilizados antifúngicos orais ou tópicos. Atenção! É comum contraindicada a aplicação de cremes e outras medicações com corticoides, pois piora os sintomas.

Ajuda a prevenir o problema, usar roupas que permitam a pele "respirar", diminuindo a transpiração em excesso. Também colabora, evitar uso de produtos oleosos.

A dermatologista Maria Fernanda Camargo, acrescenta que o diagnóstico e o tratamento devem ser feitos por especialista para evitar a piora do quadro e consequentemente da saúde e da autoestima do paciente. "Os problemas podem gerar confusão a depender da fase que surgem, por isso, a consulta com médico é essencial", finaliza.

Telemedicina
SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA
0800-000-3009

ATENDIMENTO MÉDICO
24 horas

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

SANTA CASA SAÚDE PIRACICABA

O Plano que tem Saúde Inteligente!

CIRÚRGICA independência
PRODUTOS CIRÚRGICOS E HOSPITALARES

Rumo aos 30 anos!

Av. Independência, 870 (em frente a Santa Casa)
19 99426.5399 • PABX 3428.0670
hospitales@uol.com.br

www.cicurgicaindependencia.com.br

Fisioterapia e Ergonomia

Equoterapia



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

Definição:

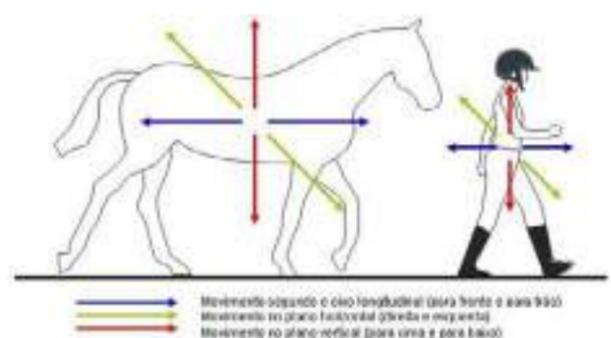
A equoterapia, também conhecida como hipoterapia, é um método terapêutico que utiliza o cavalo para promover o desenvolvimento biopsicossocial de pessoas com deficiência ou necessidades especiais. A equoterapia é uma abordagem interdisciplinar que envolve as áreas de saúde, educação e equitação.



O Trote que trata:

O que acontece no corpo e no cérebro quando a pessoa monta?

Os movimentos que o cavalo realiza ao caminhar assemelham-se muito aos movimentos que nós realizamos ao caminhar, e a estes movimentos damos o nome de movimento tridimensional.



Quando caminhamos nos deslocamos para frente e para trás, para cima e para baixo, e para um lado e para o outro. Como ao caminhar o cavalo também realiza estes movimentos, quando estamos montados nosso corpo irá se mexer como se estivéssemos caminhando, os músculos, articulações, ossos, ligamentos, tendões e terminações nervosas receberão este estímulo.

Essas terminações nervosas levam o estímulo recebido até o cérebro, passando pela medula espinhal. Uma vez que o estímulo chega ao cérebro, será processado e devolvido para as terminações nervosas, mais uma vez através da medula espinhal. Quando esses estímulos chegam às terminações nervosas do músculo, ocorre uma resposta motora.

Sessões:

A equoterapia é feita com o acompanhamento

do fisioterapeuta especializado nesse tipo de terapia, psicomotricista ou fonoaudiólogo. É realizada em um ambiente adequado e especializado, pois o cavalo deve ser manso, dócil e bem treinado para que o desenvolvimento da pessoa seja estimulado e o tratamento não seja comprometido.

As sessões de equoterapia duram aproximadamente 30 minutos, sendo normalmente iniciadas com baixos níveis de interação com o cavalo, como fazer carinho ou alimentar o cavalo. Com o tempo é possível montar no cavalo e até conduzi-lo, sempre com a supervisão e acompanhamento do terapeuta.

Indicações:

- ✓ Síndrome de Down;
- ✓ Transtorno do espectro autista;
- ✓ Síndrome de Asperger;
- ✓ Paralisia cerebral;
- ✓ Distrofia muscular;
- ✓ Derrame cerebral (AVC);
- ✓ Artrite;
- ✓ Esclerose múltipla;
- ✓ Lesão na medula espinhal;
- ✓ Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH);
- ✓ Estresse pós-traumático;
- ✓ Transtorno bipolar, depressão e ansiedade.



Benefícios:

- ✓ Desenvolvimento do afeto, devido ao contato da pessoa com o cavalo;
- ✓ Mobilização pélvica, coluna lombar e articulações do quadril;
- ✓ Estimulação da sensibilidade tátil, visual e auditiva;
- ✓ Melhora da postura e do equilíbrio;
- ✓ Aumento da autoestima e a autoconfiança, promovendo a sensação de bem-estar;
- ✓ Melhora do tônus muscular;
- ✓ Melhora da postura;
- ✓ Permite o desenvolvimento da coordenação motora e percepção dos movimentos;



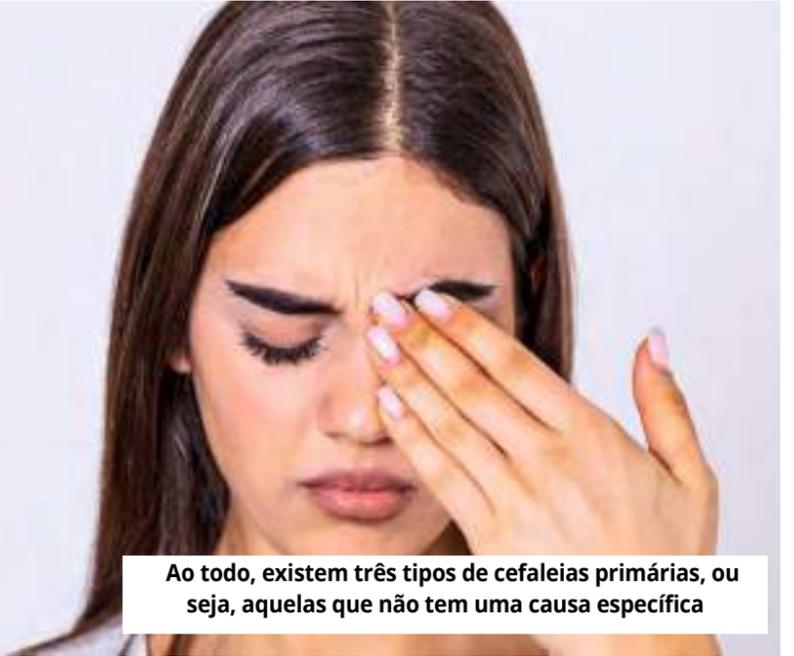
A equoterapia faz com que a pessoa se torne mais sociável, facilitando o processo de integração nos grupos, o que é muito importante.



**A prevenção é o melhor caminho!
Cuide-se, seu corpo agradece!**

Enxaqueca: confira quais são os tipos, sintomas, causas e principais tratamentos

Neurologista esclarece dúvidas sobre a doença



Ao todo, existem três tipos de cefaleias primárias, ou seja, aquelas que não tem uma causa específica

“A gente sabe que alguns fatores como o histórico familiar aumenta o risco de um paciente ter enxaqueca, além da existência de transtornos de humor, ansiedade e depressão...”

As enxaquecas são muito comuns na população e podem até mesmo fazer parte da rotina de muita gente. Segundo a Sociedade Brasileira de Cefaleia, cerca de 140 milhões de pessoas no Brasil sofrem com a doença. Um estudo da Universidade Norueguesa de Ciência e Tecnologia apontou que cerca de 52% da população mundial também são acometidas por esse mal. Mas afinal, o que causa a enxaqueca e como é possível evitar esses sintomas que podem ser tão incômodos? Como fazer para evitar as enxaquecas? O neurologista Tiago Sowmy, responde a essas e outras dúvidas abaixo.

Tipos e sintomas de enxaqueca

Ao todo, existem três tipos de cefaleias primárias, ou seja, aquelas que não tem uma causa específica. A enxaqueca propriamente dita oferece como sintomas principais uma dor forte, pulsátil e intensa que ocupa metade da cabeça. O paciente pode ter mais sensibilidade à luz, ao barulho ou ao som e turvação visual podendo chegar a ter náuseas, vômitos, formigamentos e até dificuldade de comunicação e de memória. Pode haver ainda uma sensação de cansaço, de fadiga e até mesmo tontura, mal-estar ou vertigem. Muitas vezes a realização de atividades físicas ou até de atividades cotidianas pode se tornar desconfortável. Geralmente pode durar de 4 a 72 horas sem qualquer tipo de medicação.

A cefaleia tensional é uma dor mais leve e moderada, com característica de um aperto ou de pressão na cabeça, geralmente localizada na parte frontal da cabeça. Não há características de sensibilidade como na enxaqueca. Sua duração pode ser muito variável, indo de 30 minutos até alguns dias, mas não há uma regra clara. Já a cefaleia em salvas é mais incomum e representa a dor mais intensa de todas, com sensação de pontadas e até de ardor. Pode acometer só um lado da cabeça e apresenta sintomas como lacrimejamento, vermelhidão no olho e corrimento nasal. Cada episódio

pode durar entre 15 minutos e três horas e pode ocorrer várias vezes ao dia. Os pacientes com essa cefaleia ficam agitados e não conseguem ficar em repouso, ao contrário da enxaqueca.

“Um jeito de diferenciar é verificar a intensidade da dor, onde ela está localizada, se é latejante, se há um aperto e se há outros sintomas associados como a náusea, vômitos e congestão nasal. Outra questão importante para se analisar é a duração da dor e a frequência em que ela acomete o paciente. E a partir disso o médico vai direcionar a conversa e classificar o tipo de dor”, explica ele.

Para todos os casos, porém, é importante observar alguns sintomas-chave. Segundo o neurologista, alguns desses fatores são a dor de cabeça súbita e intensa, a mudança de padrão no tipo de dor de cabeça, os sintomas que se perpetuam ou duram muito tempo e a existência de febre ou de algum trauma na cabeça, como uma batida após um acidente. Pessoas que tenham condições como problemas cardíacos ou vasculares, que utilizem medicações imunossupressoras para doenças autoimunes ou que apresentem dores crônicas também geram um alerta. “Para todos os casos acima o paciente deve procurar atendimento médico com urgência para evitar quadros piores”, alerta.

Causas da enxaqueca

O médico Tiago Sowmy destaca que não há uma causa específica para a enxaqueca e explica que são vários os fatores que intera-

gem para a sua ocorrência. “A gente sabe que alguns fatores como o histórico familiar aumenta o risco de um paciente ter enxaqueca, além da existência de transtornos de humor, ansiedade e depressão. Fatores de estilo e hábitos de vida e fatores hormonais, como uma gravidez, a menopausa ou o período pré-menstrual, além do uso de anticoncepcional, também podem estar envolvidos”, ressalta.

Entre os fatores ligados ao estilo de vida podem estar a falta de uma alimentação adequada, desidratação, jejum prolongado ou alimentos específicos como álcool, doces, cafeína, temperos e comidas condimentadas. Entre outros fatores possíveis podem estar a exposição a muitas telas ou a ambientes muito barulhentos ou a exposição a momentos de muito estresse ou carga emocional. Segundo o médico, há pacientes que relatam enxaquecas após atividades físicas muito intensas ou após a privação ou excesso de sono, por exemplo.

“Entre esses vários fatores a gente pede para o paciente fazer um diário da vida dele, apontando se há o caso de uma enxaqueca após um episódio como comer um determinado alimento, por exemplo, além das durações e quantidades de episódios de enxaquecas. A dificuldade diagnóstica se encontra mais em conseguir elaborar um histórico detalhado do paciente e extrair os sintomas mais importantes do que propriamente se basear em um exame. Se a gente consegue unir os sintomas e o histórico

aos exames teremos um quadro muito mais completo”, reitera. Ele detalha ainda que os exames laboratoriais e os exames de imagem ajudam a excluir outras causas e outras patologias que possam estar simulando a enxaqueca.

Quais são os tratamentos da enxaqueca

O especialista destaca que para tratar das dores causadas pelas enxaquecas tanto os analgésicos mais comuns como a aspirina, dipirona e paracetamol quanto as medicações mais específicas como os triptanos são recomendadas. Também podem ser utilizados os antieméticos para ajudar com as náuseas e vômitos.

Já para a profilaxia, ou seja, para a prevenção, o especialista indica os beta-bloqueadores, mas a depender da característica do indivíduo, podem ser usados antidepressivos ou antiepiléticos. Além de algumas medicações injetáveis, até mesmo a utilização de toxinas botulínicas, conhecidos popularmente como botox, podem ser utilizados. Ainda pode haver a indicação de fitoterápicos e de suplementos alimentares.

“A depender do tipo de paciente a orientação médica pode pedir que o paciente lide melhor com o estresse, apresente uma alimentação mais balanceada, melhor hidratação, melhore a qualidade do sono e faça atividades físicas. Os bons hábitos podem ajudar. E no caso de qualquer medicação é sempre importante procurar ajuda médica”, finaliza.

Dr. Daniel Ricardo Medeiros CRM 11890
Dr. Carlos Alberto Mantovani C. CRM 7291
Dr. Luis Fernando Gomes CRM 80192
Dr. Paulo Humberto Remondi CRM 15020
Dr. Luis Carlos Varella CRM 35963
Dr. Ricardo José Peruzzo G. CRM 80194
Dr. Michael Siqueira CRM 15246
Dr. Juliano Padovani CRM 10060

Clinica Orthos
Ortopedia e Traumatologia

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

Responsável Médico: Dr. Ricardo José Peruzzo G. - CRM 80194

Tem criança em casa? Psicólogo explica como identificar e prevenir o abuso sexual infantil

Identificar o abuso sexual nem sempre é simples

Foto: Banco de Imagens



Sempre que perceberem algo suspeito, os pais devem agir de forma acolhedora

“Alguns sinais de alerta incluem mudanças bruscas de atitudes, isolamento, medo excessivo, regressão em comportamentos infantis, como voltar a fazer xixi na cama, ou até mudanças repentinas na escola, como queda no rendimento”

O abuso sexual na infância é uma das mais graves formas de violência contra crianças, com consequências devastadoras para o desenvolvimento emocional e psicológico das vítimas. Um boletim epidemiológico divulgado pelo Ministério da Saúde aponta que 202.948 casos de violência sexual contra crianças e adolescentes foram notificados em sete anos, de 2015 a 2021, no Brasil. São quase 80 casos por dia no período.

Esses números, porém, podem representar apenas uma fração da realidade, já que muitos casos continuam ocultos, seja por medo ou pela falta de compreensão sobre o que constitui abuso.

Filipe Colombini, psicólogo e CEO da Equipe AT, explica que a prevenção é o primeiro passo para combater essa violência. “A educação sexual, tanto em casa como na escola, é essencial para que as crianças compreendam seus próprios limites e saibam identificar situações abusivas. Quanto mais informação elas tiverem, menor a chance de se tornarem vítimas”, diz o especialista. Segundo o psicólogo, uma boa maneira de promover essa educação de forma lúdica é por meio de livros com linguagem infantil que abordam o tema, como “Não me Toca, seu Boboca”, de Andrea Taubman (ed. Aletria) e “Pipo e Fifi”, de Caroline Arcari (ed. Caqui).

Identificar o abuso sexual nem sempre é simples, já que muitas vítimas permanecem em silêncio por medo ou vergonha, especialmente quando o agressor é alguém próximo, como um parente ou amigo da família. Há ainda o fato de que os agressores ameaçam as vítimas. Por isso, é fundamental que os pais e responsáveis fiquem atentos a sinais que podem indicar que algo está errado.

Quando ocorre o abuso sexual, os pais normalmente percebem mudanças no comportamento

dos pequenos, por isso é importante manter uma rotina de acolhimento e diálogo. “Alguns sinais de alerta incluem mudanças bruscas de atitudes, isolamento, medo excessivo, regressão em comportamentos infantis, como voltar a fazer xixi na cama, ou até mudanças repentinas na escola, como queda no rendimento”, diz Colombini. Além disso, há os sinais físicos, como marcas no corpo da criança, lesões nas regiões íntimas, entre outros. “Essas alterações precisam ser investigadas com cautela e sensibilidade”, conclui.

A importância de um espaço seguro para diálogo

Muitas crianças e adolescentes não compreendem completamente a natureza do abuso e podem sentir dificuldade em relatar o ocorrido. Portanto, para o psicólogo, criar um espaço de diálogo é essencial. “Os responsáveis precisam ser acessíveis emocionalmente, abrindo canais de comunicação nos quais as crianças se sintam à vontade para falar sobre o que está acontecendo. É importante perguntar e conversar sobre o dia a dia, incentivando o pequeno a compartilhar qualquer situação que tenha causado desconforto ou medo”, diz ele. “Acima de tudo os pais devem criar um ambiente de confiança desde a primeira infância, onde a criança tenha a segurança de que não haverá julgamentos ou punições e perceba que ali existe uma escuta com compaixão e empatia, para tudo aquilo que ela está vivendo”, conclui.

E, sempre que perceberem algo suspeito, os pais devem agir de forma acolhedora. “Nunca devemos minimizar o que a criança relata. Pelo contrário, devemos dar a ela a confiança de que será protegida e que, nós, como responsáveis, vamos garantir sua segurança”, destaca o psicólogo.

Além da prevenção, nos casos em que o abuso sexual é comprovado, o apoio emocional contínuo é crucial para a recuperação das crianças e o acompanhamento psicológico é indispensável para a elaboração e superação dos traumas. “O processo de cura é longo e as cicatrizes emocionais podem durar por toda a vida se não forem tratadas adequadamente. Por isso, terapia e suporte constante são ferramentas fundamentais para restaurar o bem-estar e a confiança das vítimas”, diz Colombini.

5 dicas para proteger a saúde pulmonar das crianças em dias secos

Profissional explica como realizar a lavagem nasal entre outros cuidados

Foto: Banco de Imagens



Notando que há secreção no nariz da criança, o primeiro passo é realizar a lavagem nasal

A umidade relativa do ar tem registrado níveis críticos, as temperaturas estão altas e as queimadas, infelizmente, são inúmeras. O tempo seco chegou com tudo e parece não ter pressa para ir embora, causando preocupação com a saúde de todos, especialmente das crianças. Por isso, a professora da e doutora em Ciências da Saúde Naiara Toledo Dias dá dicas sobre como auxiliar na saúde pulmonar dos pequenos.

1 - Lavagem nasal

Notando que há secreção no nariz da criança, o primeiro passo é realizar a lavagem nasal. A seringa nasal e a quantidade de soro a ser aplicada são diferentes para cada idade. “Se for bebê, é preciso uma seringa bem pequeninha, diferente. Se for criança com seis meses, você pode aplicar 2,5 ml em cada uma das narinas. Se continuar sujo, pode repetir a quantidade mais uma vez. Criança com um ano ou mais, pode aplicar 5 ml de cada vez, depois repetir se necessário. A dose de 10 ml é recomendada para crianças de até 10 anos. Para adultos são 20 ml por vez, podendo repetir algumas vezes até sentir que está limpo”, orienta a professora. A seringa nasal é vendida nas farmácias.

2 - Soro não “arde”

Após colocar a quantidade correta de soro fisiológico na seringa, é preciso inclinar a cabeça da criança um pouquinho para frente. Realiza-se a aplicação em um lado, depois no outro. Não precisa ser muito rápido, numa velocidade nem tão lenta, nem tão rápida. “Porque se for muito rápido, é perigoso dar infecção de ouvido. Também é importante não deixar a cabeça da criança ir para trás para não ter risco dela broncoaspirar o soro”, alerta a professora da Una Itumbiara. Lembrando que o soro fisiológico não arde, quando em contato com as narinas.

3 - Preciso de ajuda médica

É preciso estar atento aos sinais: se deu falta de ar, se a criança está mais cansada e ofegante ou se a frequência respiratória está elevada, procure ajuda médica. Naiara Toledo afirma que “é importante ter um oxímetro em casa para monitorar a saturação. Se ela estiver menor que 93, é um sinal de alerta para ir ao hospital”.

4 - Exercício respiratório previne problemas respiratórios?

“Não existe um exercício específico que vai prevenir a pessoa de ter uma pneumonia, uma bronquite asmática ou outras situações de enfermidade. As evidências científicas de prevenção para algumas iniciativas são baixas. O que pode ser feito é procurar o fisioterapeuta respiratório quando a criança está com muita secreção, porque o tratamento depende da comorbidade e da ausculta pulmonar. É algo muito específico”, explica a fisioterapeuta.

5 - Umidificador ou ar-condicionado, pode?

O umidificador ajuda e é indicado para ter no quarto em tempo seco. “Tem aquela coisa: ‘ah, não pode usar ar-condicionado’. Pode usar, desde que seja um equipamento higienizado e não esteja numa temperatura muito fria para criança”, desmistifica Naiara Toledo.

SOB MEDIDA
FÁBRICA DE BOTAS E CALÇADOS

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

CONsertos

SOB MEDIDA

MALUSA CALÇADOS

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

Malusa
CALÇADOS

CALÇADOS • TÊNIS • CINTOS • MALAS • BOLSAS

Outubro Rosa: Como lidar com o diagnóstico de câncer de mama?

Psicólogo detalha como o diagnóstico de uma doença afeta profundamente nosso sistema nervoso

“O apoio de amigos, familiares e grupos de suporte é um fator crucial na resiliência emocional. A neurociência mostra que o contato social positivo estimula a liberação de ocitocina, um hormônio que promove sentimentos de bem-estar e segurança”

O diagnóstico de câncer de mama é, para muitas mulheres, um dos momentos mais desafiadores emocionalmente. Uma enxurrada de sentimentos como medo, ansiedade e tristeza podem tomar conta, e é natural se sentir emocionalmente abalada. Mas por que essas reações são tão intensas? E como elas podem influenciar no tratamento?

Segundo o psicólogo Richard Avila, que é mestre em Ciências da Saúde e é o fundador do Espaço Terapêutico Nosco, a neurociência nos ensina que, apesar dos desafios emocionais que o câncer de mama traz, o cérebro tem a capacidade de se adaptar e se fortalecer por meio de práticas que promovam a resiliência emocional. “O autocuidado, o apoio social e a atenção às expectativas são aspectos fundamentais no enfrentamento dessa jornada. Ao investir em práticas que promovam a neuroplasticidade e a saúde mental, podemos enfrentar esse desafio com mais equilíbrio e esperança”, destaca ele.

O impacto emocional do diagnóstico de câncer de mama

Um diagnóstico de câncer de mama traz à tona uma série de emoções intensas que variam de pessoa para pessoa. O psicólogo Richard Ávila elencou alguns dos sentimentos mais comuns desse momento:

- **Medo e ansiedade:** O medo do tratamento, do desconhecido e do futuro é uma resposta natural à percepção de ameaça. A neurociência mostra que o medo é fortemente mediado pela amígdala, que interpreta o câncer como um perigo imediato, desencadeando uma reação ansiosa.

- **Negação:** A negação também é uma resposta comum e, de certa forma, uma tentativa do cérebro de proteger o indivíduo de um choque emocional. O córtex pré-frontal pode tentar minimizar ou reprimir a percepção de perigo para aliviar a sobrecarga emocional imediata.

- **Raiva e injustiça:** Sentimentos de raiva ou frustração muitas vezes surgem quando a pessoa se questiona: “Por que isso aconteceu comigo?”. Essa raiva é uma resposta biológica, desencadeada pela ativação do sistema nervoso simpático, que tenta buscar uma explicação ou culpado para a situação.

- **Tristeza e depressão:** A tristeza profunda é outra resposta comum, refletindo a compreensão das possíveis perdas associadas ao câncer, seja a perda de saúde, a mudança de papéis sociais ou até a mortalidade. A neurociência sugere que o desequilíbrio na produção de neurotransmissores, como a serotonina, pode estar associado a esses estados emocionais.

Felizmente, o cérebro não está destinado a ficar preso em padrões de resposta emocional desadaptativos. “A neurociência moderna demonstrou que o cérebro possui uma incrível capacidade de adaptação, conhecida como neuroplasticidade. Isso significa que, com o tempo e com o suporte adequado, é possível treinar o cérebro a lidar melhor com o estresse e com as emoções negativas associadas ao câncer”, explica Avila.

E quais são as melhores estratégias para lidar com o diagnóstico?

Existem pelo menos três estratégias principais que promovem a neuroplasticidade emocional, ou seja, a capacidade do cérebro de lidar melhor com algum diagnóstico difícil. O mindfulness (atenção plena) é o primeiro ponto citado pelo psicólogo: “Pesquisas indicam que a prática regular da atenção plena pode aumentar a conectividade entre o córtex pré-frontal e o sistema límbico, ajudando a regular as respostas emocionais. A meditação mindfulness, em particular, tem mostrado ser eficaz na redução da ansiedade e do estresse, melhorando a resiliência emocional”, detalha.

A prática de exercícios físicos é outro tópico citado pelo profissional, visto que a atividade física regular tem o poder de



As expectativas podem modificar a atividade cerebral, afetando diretamente como o corpo responde ao tratamento

estimular a produção de neurotransmissores como a dopamina e a serotonina, responsáveis pela regulação do humor. O exercício também ajuda a reduzir a resposta do sistema nervoso simpático ao estresse.

Por fim, o psicólogo cita o apoio social como fundamental para lidar com esse momento. “O apoio de amigos, familiares e grupos de suporte é um fator crucial na resiliência emocional. A neurociência mostra que o contato social positivo estimula a liberação de ocitocina, um hormônio que promove sentimentos de bem-estar e segurança”, revela.

Embora os pontos acima foquem nos aspectos neurocientíficos, vale mencionar ainda que o tratamento psicológico, especialmente com abordagens como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), pode ser uma ferramenta valiosa no enfrentamento do câncer de mama. A TCC ajuda as pacientes a identificar e modificar pensamentos negativos, desenvolvendo melhoras na regulação emocional e nas habilidades de enfrentamento.

O emocional das pacientes pode impactar no tratamen-

to da doença?

Outra área da neurociência aplicada ao câncer de mama envolve o papel das expectativas no tratamento. Segundo Richard Ávila, o conceito de “efeito placebo”, em que a expectativa de melhora pode induzir uma resposta positiva no corpo, é bem documentado. Por outro lado, o efeito nocebo, onde as expectativas negativas resultam em piora dos sintomas, também é uma realidade.

Estudos de neuroimagem mostraram que as expectativas podem modificar a atividade cerebral, afetando diretamente como o corpo responde ao tratamento. “Pacientes que acreditam na eficácia do tratamento tendem a experimentar menos dor e menor percepção de estresse, devido à ativação de áreas cerebrais associadas à recompensa e à redução da percepção de ameaça. Isso significa que, ao abordar o câncer de mama, a maneira como pensamos e nossas expectativas em relação ao tratamento podem sim desempenhar um papel importante na nossa resposta emocional e física”, resume o psicólogo.

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

Frutas da primavera: mais sabor e nutrientes

Nutricionista explica os benefícios de consumir alimentos da estação

A primavera chega dia 21 de setembro, e com ela, uma variedade de frutas que têm mais sabor e valor nutricional por serem típicas da época. A nutricionista do Oba Hortifruti, Thamires Lima, explica que entre os nutrientes desses alimentos da estação, estão as vitaminas A, C e E, que atuam como antioxidantes, e as do complexo B, que dão energia para o corpo. "Consumir alimentos em sua safra significa ter frutas mais saborosas, com as propriedades concentradas e mais fáceis de serem encontradas", afirma.

A nutricionista explica os benefícios de algumas frutas da estação.

Kiwi: alta concentração de vitamina C, an-

tioxidantes e fibras. Auxilia na função intestinal. A versão gold, que tem a polpa amarela, é mais adocicada do que o kiwi da polpa verde e possui mais vitamina C.

Mamão: rico em fibras, vitaminas do complexo B, ferro, cálcio e fósforo. Tem importante função no equilíbrio do sistema intestinal. Além disso, é rico em betacaroteno, nutriente que pode ajudar a estimular e manter o bronzeado natural ao mesmo tempo que protege a pele dos danos causados pela exposição solar.

Abacaxi: fonte de vitaminas A, C e do complexo B, manganês, magnésio e potássio, ajuda o bom funcionamento do sistema digestivo por ter uma enzima chamada bro-

melina, que auxilia na quebra de proteínas.

Melancia: fonte de vitaminas A, C e complexo B, além de minerais como cálcio, fósforo e ferro, é rica em água, auxilia na hidratação e combate o inchaço, por ter ação diurética. Além disso, a fruta possui um nutriente chamado citrulina, presente em sua parte branca, que atua como um vasodilatador e ajuda, inclusive, na função sexual. Como essa parte não é doce, o ideal é consumir em forma de suco junto com a polpa vermelha.

Amora: rica em vitaminas K e E, potente antioxidante, e cálcio. Versátil, pode ser consumida in natura, em chás, utilizando a folha, sucos, geleias ou em preparações como panquecas.

Melão: uma das frutas mais refrescantes, é rico em água, potássio, magnésio, cálcio e vitamina K. Também possui uma fibra chamada pectina que auxilia no processo digestivo.

Por causa do calor da estação, é indicado armazenar as frutas na geladeira para garantir um tempo maior de duração e preservação dos nutrientes. "Guarde-as higienizadas, mas sem descascar ou picar, e só corte no momento do consumo, pois alguns nutrientes são voláteis, como a vitamina C, que em contato com o oxigênio do ar, tem uma perda", explica Thamires.

A especialista ensina 6 receitas refrescantes com as frutas da estação.



Creme de papaia proteico

Ingredientes

- 1 mamão papaia picado congelado
- 150ml de leite desnatado
- 1 medida de whey sabor baunilha

Modo de Preparo

Bata o mamão congelado com o leite em um mixer ou liquidificador. Sirva em taças com a geleia de frutas por cima.



Doce de casca de melancia

Ingredientes

- 2 xícaras de chá de casca de melancia
- 1 e 1/2 xícara de chá de açúcar
- 1/4 de xícara de chá de água
- 6 unidades de cravo-da-Índia

Modo de Preparo

Retire a casca verde da melancia para utilizar apenas a polpa branca. Corte em cubos e reserve. Faça uma calda com o açúcar, a água e os cravos. Acrescente a casca da melancia e deixe cozinhar até apurar. Dica: Com a polpa vermelha da melancia, faça um suco refrescante!



Frozen de amora

Ingredientes

- 200g de amoras congeladas
- 1 copo de iogurte grego desnatado sem açúcar de 150g
- 1 colher de sopa de mel

Modo de Preparo

Leve o iogurte ao freezer por alguns minutos para ficar mais consistente e depois bata todos os ingredientes no processador.



RIVANA
PADARIA DELICATESSEN
— Desde 1997 —
mês das **Crianças**
Aqui é lugar de **criança feliz!**

☎ 3422-0806 | 📍 AV INDEPENDENCIA 1281
📷 @PADARIA RIVANA | 📺 PADARIA RIVANA

VALORES MARMITEX
MINI R\$20,00
MÉDIA R\$23,00
GRANDE R\$28,00
EXTRA GRANDE R\$33,00
SEPARADINHA R\$33,00

SELF SERVICE A VONTADE
SEGUNDA A SEXTA R\$29,90
SÁBADO R\$34,90

O melhor lugar para sua REFEIÇÃO!
Estamos abertos de segunda a sábado com um cardápio variado e muito delicioso.

CACAROLA Paulista RESTAURANTE
☎ (19)99804-6443
Rua Dona Lica, 119 - Pulcêia
@cacarolapaulista_

Pudim de chia e kiwi



Ingredientes

- 1 vidro de leite de coco de 200 ml
- 2 colheres de sopa de mel
- 3 colheres de sopa de chia
- 2 kiwis
- 2 colheres de sopa de aveia

Modo de Preparo

Em um recipiente, coloque o leite de coco, o mel, a chia e a aveia. Misture bem e leve à geladeira por 24 horas. Passado o tempo, intercale camadas de pudim com rodela de kiwi. Depois, é só servir.

Bolo de abacaxi sem farinha



Ingredientes

- 3 ovos
- 1 abacaxi
- 160g de farelo de aveia
- 40ml de óleo de coco
- 6 colheres de sopa de açúcar demerara
- 50ml de água
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo

orte o abacaxi em rodela o suficiente para forrar o fundo de uma assadeira. Reserve o restante. Coloque três colheres de açúcar em uma panela para caramelizar e, quando estiver derretido, junte a água, adicione as rodela de abacaxi e deixe cozinhar. Bata bem os ovos e duas rodela de abacaxi no liquidificador e, em seguida, junte o restante dos ingredientes e bata até formar uma massa homogênea. Pique uma rodela da fruta em pedaços pequenos, jogue na massa, acrescente o fermento e mexa com uma colher. Unte a assadeira com um pouco de óleo de coco, polvilhe açúcar cobrindo o fundo todo da assadeira e, em seguida, espalhe a mistura do caramelo com o abacaxi. Despeje a massa e leve ao forno preaquecido até dourar. Retire do forno, aguarde três minutos e, com a ajuda de um prato ou outro objeto do tamanho da sua forma, retire a mistura da forma de maneira que o bolo fique com a cobertura toda para cima. E é só servir.

Salada de parma e melão



Ingredientes

Para a salada

- Iface cresa a gosto
- Alface americana a gosto
- Rúcula a gosto
- Melão a gosto
- Tomate a gosto
- Presunto de Parma a gosto

- Ricota a gosto

Para o molho

- colheres de sopa de suco de laranja
- 2 colheres de sopa de vinagre balsâmico
- 1 colher de sopa de mel
- 1 colher de sopa de mostarda

Modo de Preparo

Monte a salada do jeito que preferir e finalize com o molho.

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 Distribuidora.

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

2AC ALIMENTOS

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

Raiva: entenda a importância da vacinação

Médica-veterinária alerta sobre a prevenção à doença

Foto: Banco de Imagem

“A raiva é extremamente grave e, uma vez que os sintomas aparecem, a letalidade é quase certa. A vacinação é nossa principal ferramenta de prevenção contra a infecção”



É de grande importância manter a carteirinha de vacinação do pet em dia e de revacinar animais que foram atacados por outros pet

No Dia Mundial contra a Raiva, celebrado anualmente no último dia 28 de setembro, é fundamental destacar a importância da vacinação e da prevenção desta doença que pode ser letal. Conhecida há mais de quatro mil anos, a raiva ainda representa uma ameaça significativa à saúde pública. Causada pelo vírus da família Rhabdoviridae e do gênero Lyssavirus, a patologia é transmitida principalmente por mordeduras de animais infectados.

Em relação a esta data, a médica-veterinária Kelly Maiara Lopes Carreiro, ressalta a importância da vacinação na prevenção da doença. “A raiva é extremamente grave e, uma vez que os sintomas aparecem, a letalidade é qua-

se certa. A vacinação é nossa principal ferramenta de prevenção contra a infecção”, afirma.

O vírus da raiva pode afetar diversos mamíferos, incluindo humanos, e é frequentemente mantido por hospedeiros como cães, gatos, carnívoros selvagens e morcegos. “A transmissão ocorre através do contato com a saliva de um animal infectado, geralmente por mordidas ou arranhões. A situação é crítica porque, após a infecção, o vírus atinge rapidamente o sistema nervoso central, provocando sintomas neurológicos graves antes da morte do animal ou da pessoa afetada”, explica Kelly.

Os sinais de infecção em cães e gatos incluem mudan-

ças comportamentais, agressividade, descoordenação motora, salivação excessiva e sensibilidade à luz (fotofobia), entre outros. No entanto, a médica-veterinária alerta que nem toda agressividade ou salivação excessiva indicam raiva. “É essencial consultar um veterinário ao notar qualquer comportamento atípico em seu pet, pois outros problemas de saúde podem apresentar sintomas semelhantes”, destaca a especialista.

Desde a criação do Programa Nacional de Profilaxia da Raiva (PNPR) em 1973, a vacinação em massa de cães e gatos tem sido fundamental para reduzir os casos da doença. A vacina antirrábica está disponível gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde

(SUS) e também pode ser encontrada em clínicas veterinárias e pet shops.

Por isso, é de grande importância manter a carteirinha de vacinação do pet em dia e de revacinar animais que foram atacados por outros pets. Além disso, os tutores devem informar imediatamente a vigilância epidemiológica se um animal de estimação for mordido por um animal suspeito. Para aqueles atacados por um infectado, é recomendado lavar o ferimento com água e sabão imediatamente e buscar atendimento médico o quanto antes.

Para mais informações sobre vacinação e cuidados, consulte seu médico-veterinário e participe das campanhas de vacinação em sua área.

ALUGUE UMA IMPRESSORA

PREÇO FIXO MENSAL

ASSISTÊNCIA TÉCNICA INCLUSA

SUPRIMENTOS INCLUSOS

ECONOMIA DE TEMPO, VAMOS ATÉ VOCÊ

PLANEJAMENTO DE GASTOS

SUBSTITUIÇÃO DE EQUIPAMENTO EM CASO DE NÃO FUNCIONAMENTO

TC TONER COPY

(19) 3433-0600
(19) 3433-0777

www.tonercopy.com.br tonercopy@terra.com.br



@fantaziajuliano



Negócios de Mulher

O grupo Negócio de Mulher, criado e gerido por Nicole Nicoletti convida você para um evento imperdível de exposição e vendas, no Clube de Campo de Piracicaba (salão de vidro), das 9h às 21h. Com entrada gratuita, será uma oportunidade incrível para conhecer e apoiar negócios liderados por mulheres. Contamos com a sua presença para este momento inspirador! Nos encontramos lá!

Foto: Divulgação



Lançamento

O lançamento do livro de trovas "Versejando" com autoria coletiva de diversos escritores de Piracicaba, aconteceu no dia 28 de setembro na Biblioteca Municipal de Piracicaba. Aos presentes foi oferecido um agradável café da tarde. A renda obtida com a

venda dos exemplares será destinada à compra de livros infantis para a FLIPIRA (Festa Literária de Piracicaba), que ocorrerá no Engenho Central nos dias 26 e 27 de outubro. Confira alguns cliques do evento.

Fotos: Divulgação



Cássio e Ivana Negri



Autores participantes da obra e Melysse Martim - diretora da biblioteca



Carmen Pilotto e Leda Coletti



Marcelo e Bianca Rosenthal



Folha de Piracicaba completa 6 anos

Como parte das comemorações, um site novinho em Folha, mais moderno e repleto conteúdos e funcionalidades



WWW.FOLHADEPIRACICABA.BOM.BR



Fotos: Luciano Dias

Sol Grand Premium: Costa do Sauípe inaugura em janeiro hotel renovado

Hotel subirá para a categoria Grand Premium como parte do investimento de R\$ 420 milhões que a Aviva está fazendo no destino até 2028.



Fachada

A Aviva, plataforma de entretenimento detentora do Hot Park, 8º parque aquático mais visitado do mundo, e dos dois maiores resorts do Brasil, Costa do Sauípe (BA) e Rio Quente Resorts (GO), promete novidades em seu destino no litoral norte baiano para o próximo verão. Um de seus hotéis mais icônicos, antes conhecido como Premium Sol, será elevado de categoria e inaugurado como Sol Grand Premium, tendo o cantor e compositor Saulo Fernandes como embaixador.

O hotel foi fechado para obras após o Carnaval desse ano como parte do plano de renovar completamente a Costa do Sauípe e já está com as suas vendas abertas para pacotes a partir do dia 20 de janeiro de 2025. Esse sempre foi o objetivo da Aviva desde que adquiriu o destino, em 2018 e, neste ciclo atual, até 2028, serão investidos R\$ 770 milhões na Costa do Sauípe, sendo R\$ 420 milhões no complexo e R\$ 350 no futuro parque aquático Hot Park Baía das Tartarugas, a ser inaugurado em 2027.

A partir do próximo ano, portanto, hóspedes terão duas opções de hotel Grand Premium, o Sol e o Brisa, estabelecendo o que será a Sauípe de um futuro que já começou, além de outros dois hotéis, Ala Mar e Ala Terra, na categoria Sauípe Resorts, que serão os próximos a serem completamente renovados.

Essas atualizações estão alinhadas à estratégia da Aviva de manter uma diversidade de hotéis entre Upper Midscale e Midscale na Costa do Sauípe, promovendo um all-inclusive variado que atende à crescente demanda de clientes por experiências cada vez mais premium.

Saulo Fernandes e Sol Grand Premium

A cara desse “segundo Sol” chegando também é a cara da Bahia. O cantor e compositor Saulo Fernandes será embaixador do hotel Sol Grand Premium. Além disso, a canção “Isso de ser baia-

no”, interpretada pelo cantor, é a trilha sonora da campanha “Tome um Banho de Bahia” que reposiciona o destino.

“Sempre digo que sou filho da música, da Bahia e de Dona Estela. A baianidade é latente em tudo que eu faço e promovo, então estou muito animado de trazer este banho de Bahia, especialmente com o novo Sol Grand Premium chegando em breve”, comemora Saulo. Edson Cândido, diretor de Marketing e Vendas da Aviva, completa: “Saulo é Bahia pura e se conecta naturalmente com o público de todo país, destacando a baianidade tão presente na Costa do Sauípe, destino 100% brasileiro no litoral norte e que também tem a baianidade em sua essência, fazendo parte da história do nosso Estado”.

Saulo é também a estrela dos filmes “O Nascer de um Novo Sol” e do terceiro a ser lançado que promovem o Sol Grand Premium, além disso participará de um show especial e exclusivo para os hóspedes e convidados que acontecerá em janeiro para celebrar a inauguração. Até lá, os detalhes da obra também estão sendo divulgados no YouTube e no Instagram da Costa do Sauípe, na série “Quando o Segundo Sol Chegar”, apresentadas pelo criador de conteúdo Matheus Araponga.

Experiência Grand Premium

A elevação do hotel para uma categoria de alto padrão tem base em estudos de mercado, pesquisas próprias da Aviva e na alta demanda que o Brisa Grand Premium tem depois da sua renovação. “Elevar a categoria de um hotel vai além de um novo nome, contemplando uma mudança profunda, passando por infraestrutura, gastronomia, serviços e entretenimento. O Sol Grand Premium chega cheio de baianidade e novidades para toda a família, com serviços de piscina e vista para o mar, hospitalidade e gastronomia de alto padrão”, diz Paulo Schneider, diretor de Operações da Aviva.



Piscina



Piscina



Entrada



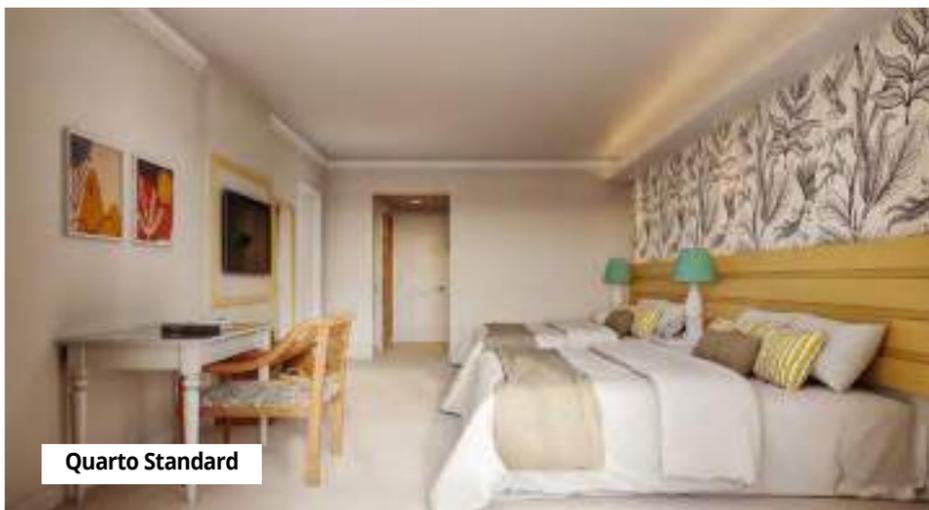
Banheiro Presidencial



Banheiro Standard



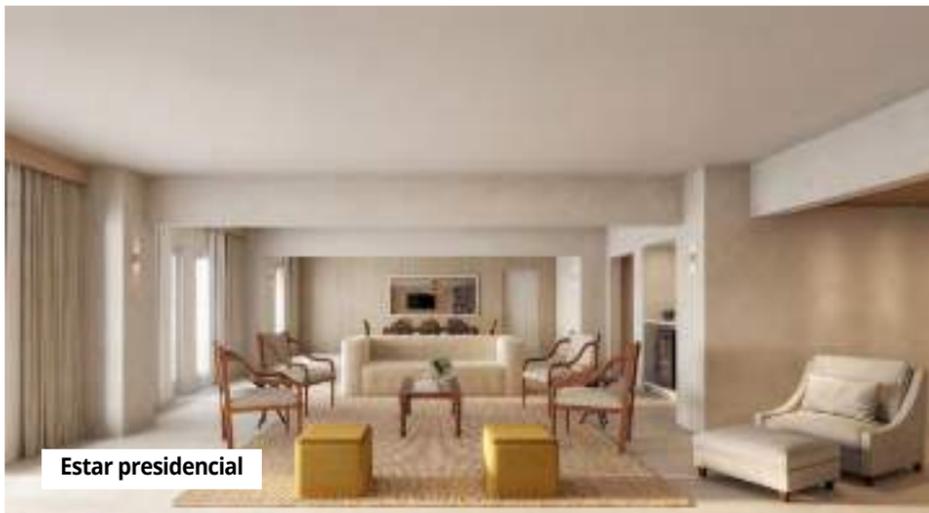
Estar JR



Quarto Standard



Quarto Standard



Estar presidencial

A edificação remete ao estilo clássico, com inspiração provençal e italiana. Logo no acesso ao hotel já é possível visualizar um jardim onde há bancos que convidam à contemplação. No interior, o lobby é amplo e combina ambientação mais clássica e uso de madeira e pedras nobres, com peças marcantes contemporâneas e decoração elegante usando predominantemente as cores branco, amarelo e cinza. Para proporcionar uma viagem sensorial, músicas brasileiras em versão acústica completam o som ambiente durante o dia e o estilo lounge e chill out durante a noite, com um aroma seguindo a linha provençal, com toques de lavanda, criando uma atmosfera aconchegante.

As 256 suítes estão sendo renovadas com arquitetura contemporânea, sendo compostas por uma cama Queen e uma cama Twin. O branco contrastando com os tons de amarelo e texturas harmoniosas proporcionam um refúgio de tranquilidade e bem-estar, emoldurando o cenário natural da Bahia. Serão 4 tipos: Superior, Júnior, Presidencial e adaptadas para pessoas com deficiência.

Depois de renovado, o hotel contará com quatro piscinas, sendo duas adultas, uma infantil e uma dentro de um espaço privativo de bangalôs para clientes fidelizados do Aviva Vacation Club; uma sala de jogos com mesa multifuncional, mesa de pebolim, sinuca, mesa de poker, carreado e ambiente para pinturas, entre outros; oito salas de evento com capacidade total para até 960 pessoas em auditório.

Para as crianças pequenas, haverá brinquedoteca, duas copas do bebê e dois fraldários, todos tematizados com a Turminha da Zoeira, grupo de personagens animados que ensinam e educam hóspedes e visitantes e que ganhará uma série animada própria ainda em

2024. No próximo ano, também será inaugurado um corredor temático com suítes da Turminha da Zoeira.

All-inclusive Grand Premium

A gastronomia da Costa do Sauípe é um dos pontos altos do serviço nos hotéis e elevar a categoria também significa trazer novidades nessa área. O Sol Grand Premium terá isso materializado em uma gastronomia de experiência ainda mais premium, baiana e renovada, promovendo uma grande viagem pela história da Bahia e do mundo com uma culinária de alto padrão acompanhando todos os momentos do dia.

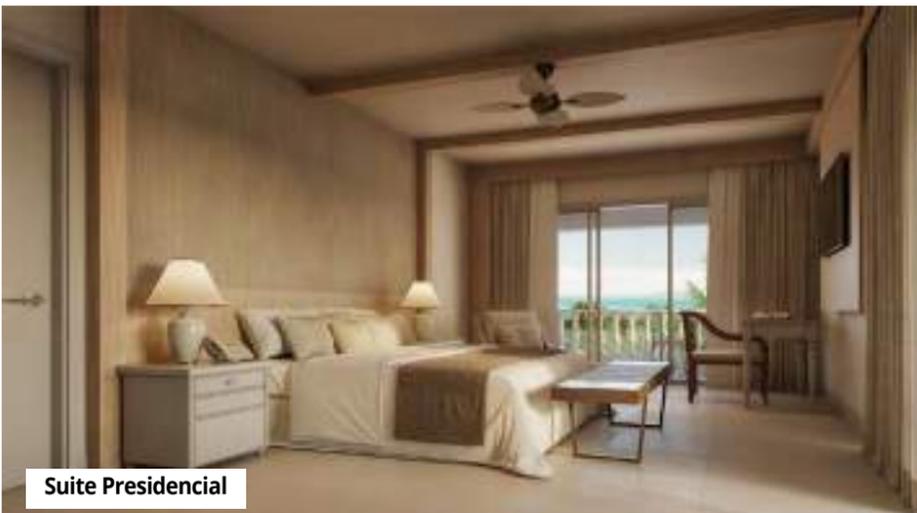
O restaurante Tempero, o principal do hotel, oferecerá buffet para café da manhã, almoço, jantar e ceia, além de experiências de Cozinha Show e ilhas temáticas. Itens como tapiocas, omeletes e panquecas, pães de queijo e croissants, além de grelhados, massas e pizzas estão no cardápio e são preparados na hora. Panquecas e waffles são entregues de forma volante nas mesas.

Já no restaurante Tabuleiro, da piscina, tudo vira estação de serviço, com a oferta de petiscos e iguarias, hambúrgueres feitos na hora, saladas e pokes, além de acarajé, pizza, palitinhos saudáveis, salada de frutas e frutas inteiras. Há ainda a opção de churrasco ou grelhado, com cortes diferentes todos os dias.

O Lobby Bar servirá 10 rótulos de cerveja, Whisky 12 anos, drinks variados, incluindo Gin importado, cafés especiais, água de coco e água aromatizada, petiscos prontos, como frutas secas, castanhas e amendoins, azeitonas, pipoca, entre outros. Lá, também acontecerá o Happy Hour às quintas e sábados, com petiscos volante e música ao vivo. Além disso, o hotel conta com um novo ambiente gastronômico, uma cafeteria que terá cardápio diversificado.



Suite Presidencial



Suite Presidencial

@FolhadePiracicaba

Podcasts



@FolhadePiracicaba

FOLHA DE PIRACICABA

O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

NO AR



Nesta Próxima

TERÇA
08/10

9 hs da manhã

ENTREVISTADOS
Dr. João Orlando Pavão e Marcos Andrade



Tema: 170 anos da Santa Casa de Piracicaba

JUL 17 O que é?

Toda terça-feira, às 9h, o Podcast Folha de Piracicaba, em parceria com a XMT Digital, traz discussões aprofundadas e entrevistas com personalidades relevantes da cidade e região. Sob o comando de Carlos Henrique, o modelo se consolidou como uma das principais plataformas para o debate de temas que impactam diretamente a comunidade piracicabana.

Uma produção de conteúdo audiovisual, utilizando tecnologia de ponta e estrutura de estúdio de última geração. Juntos, o programa é um espaço dinâmico e informativo, onde autoridades, especialistas e líderes locais compartilham suas visões sobre política, economia, cultura, meio ambiente entre outros assuntos que agregam para Piracicaba.

JUL 17 QUANDO?

TODAS AS TERÇAS-FEIRAS, ÀS 9H.

ONDE ASSISTIR?

ACOMPANHE NO NOSSO CANAL DO YOUTUBE E NA WEB RÁDIO FOLHA DE PIRACICABA.

NÃO PERCA A OPORTUNIDADE DE SE MANTER INFORMADO SOBRE OS PRINCIPAIS ASSUNTOS DE PIRACICABA E REGIÃO!



Apresentação
Carlos Henrique

Realização:

XMT Agência | Produtora
DIGITAL