



Quase metade dos professores universitários no Brasil mudou de emprego em menos de 20 anos
Levantamento aponta diferenças de mobilidade por gênero, região e tipo de instituição de ensino

EDUCAÇÃO & CARREIRA
Quase metade dos professores universitários no Brasil mudou de emprego em menos de 20 anos
Pág. 07

SAÚDE MENTAL
Psicólogo ou psiquiatra: quando procurar cada um deles
Pág. 10

RECEITA
Bolo de fubá com goiabada simples para degustar no café da tarde
Pág. 13



Parlamentares jovens mostram como Câmara pode transformar demandas de Sumaré em soluções

Página 03

ACESSÓRIOS



DIVULGAÇÃO

3 acessórios que vão elevar seu look de verão

Página 11

CORES & TEXTURAS

A versatilidade do terracota nos porcelanatos e insertos decorativos

Página 12



ALERTA

Suicídio em homens: por que morrem mais e como reconhecer os sinais de alerta

Página 14



POLITICANDO

Está chegando

Mais da metade da campanha se passou e já podemos ver a cidade afogada em santinhos, banners e adesivos de candidatos. Neles, todos sorriem, vêm com uma frase de impacto e figuram ao lado de alguém mais famoso, importante e relevante do que eles mesmos. Alguns são os arautos de Bolsonaro, outros a alma-gêmea de Tarcísio e tem aqueles que são amigos do Lula. Tem também aqueles que posam ao lado de seus cônjuges e demais parentes, como se fossem um a extensão do outro. O número, todos já sabem. O partido, alguns até tentam esconder, mas os dois primeiros dígitos entregam. Alguns slogans curtos ficam na cabeça, mas será que alguém sabe quais são seus projetos caso eleitos? O que eles defendem além da "família"? Como pretendem ajudar a educação? Como resolverão os problemas com a segurança? E a saúde, será que alguém tem projeto para a saúde? A realidade é que numa eleição como essa não dá para arriscar votando em quem não se conhece, votando apenas por frase de efeito, votando apenas porque o candidato recebeu um apoio importante. É importante votar em quem já se conhece o trabalho, ou ao menos que já se conhece as propostas de governo.

Ônibus

Depois que o vereador de Campinas foi visto saindo da sede de uma empresa de ônibus com pacotes suspeitos, ficou muito mais claro porque os ônibus atrasam, porque as linhas são poucas e porque a passagem é tão cara. Além dos veículos, funcionários, estrutura, combustível e manutenção, as empresas de ônibus têm outros "gastos". Esses pacotes não são uma novidade e nem uma exceção, eles são a regra nas licitações e afins. Enquanto a justiça avalia se os pacotes levados pelo vereador foram "suspeitos" ou não, é bom se lembrar de que não apenas em Campinas a empresa atua, mas também em Sumaré. Sem acusar de nada, é sempre bom dar uma verificada. **pág 2**

SUMARÉ

Sumaré transfere atendimento do CTEA do Centro para a Casa do Autista
Mudança amplia estrutura para atendimento especializado de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista
A Prefeitura de Sumaré, por meio da Secretaria Municipal de Saúde, transferiu para a Casa do Autista o acompanhamento das crianças e adolescentes atendidos pelo CTEA (Centro de Transtorno do Espectro do Autismo) do Centro. A mudança amplia a estrutura destinada ao atendimento especializado de pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e seus familiares... **pág 3**

NOVA ODESSA

Chuvas cancelam eventos e mostram que cidades precisam se adaptar a uma nova realidade climática
A retomada das Feiras Noturnas de Nova Odessa nesta quarta-feira (16), depois de dias de cancelamentos provocados pelas chuvas, parece à primeira vista uma questão pontual. O episódio, porém, ajuda a revelar um desafio que tende a ocupar espaço cada vez maior no planejamento das cidades: se eventos meteorológicos extremos e períodos de instabilidade se tornam mais frequentes, adaptar os municípios não significa apenas combater enchentes e alagamentos. Será necessário repensar também como equipamentos públicos, áreas de lazer e espaços destinados a eventos são projetados e utilizados... **pág 3**

REGIÃO

Terceira via ganha espaço no tabuleiro político da região para 2028
Ainda faltam dois anos para as eleições municipais de 2028, mas os movimentos de sucessão já começaram a aparecer nas principais cidades da região. Em Monte Mor, Nova Odessa, Hortolândia e Sumaré, grupos políticos tradicionais começam a posicionar seus nomes, enquanto possíveis candidaturas alternativas tentam encontrar espaço entre forças que já governaram ou atualmente controlam as prefeituras. **pág 5**

PAULÍNIA

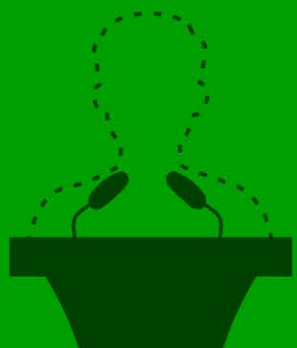
PREFEITURA ENTREGA PRIMEIRA FASE DA REVITALIZAÇÃO DO PIER DO MINI-PANTANAL
A Prefeitura de Paulínia entregou nesta quinta-feira, 17, a primeira fase da revitalização do Pier do Mini-Pantanal, localizado no Parque da Represa. O espaço recebeu novo guarda-corpo e novas lixeiras, além de poda corretiva das árvores, manutenção do playground e melhorias na acessibilidade. A estrutura também foi adaptada para funcionar como sala de aula e receber alunos da rede municipal de ensino que participarão do Programa Barco-Escola. **pág 6**

MARKETING POLÍTICO

GRUPO SPASSO CIDADES
19 97407-9091

NUNCA É CEDO DEMAIS PARA COMEÇAR A INVESTIR EM MARKETING POLÍTICO

- Redes sociais
- Planejamento
- Identidade visual
- Assessoria de imprensa



ESTÁ VENDENDO ESTE ANÚNCIO?

19 9.7407-9091



O SEU CLIENTE TAMBÉM ESTÁ

ANUNCIE AQUI E SEJA VISTO

PARA REFLETIR



PARA RIR



CONEXÃO COM O LEITOR

20 anos sem se calar



Elaine Amaral

Vinte anos. Quando olho para trás e penso na trajetória do Jornal Spasso Cidades, é difícil resumir tudo o que vivemos em duas décadas. Foram governos que começaram cercados de esperança e terminaram desgastados. Foram prefeitos, vereadores, deputados, secretários e lideranças que chegaram e partiram. Vimos dinastias políticas ruírem e, algum tempo depois, se reconstruírem. Vimos políticos que pareciam intocáveis perderem espaço, enquanto pessoas humildes, muitas vezes desacreditadas no início de suas trajetórias, conquistaram respeito e se consolidaram na vida pública.

A política mudou. As cidades mudaram. A maneira como as pessoas consomem informação mudou completamente. O Spasso Cidades também mudou. Mas existe algo que atravessou todos esses anos sem mudar: a nossa convicção de que uma imprensa livre, independente e disposta a fiscalizar o poder é indispensável para a democracia.

Ao longo desses 20 anos, fomos criticados, pressionados, boicotados e perseguidos. Houve momentos em que publicar uma informação significava desagradar pessoas poderosas. Houve quem confundisse reportagem crítica com oposição política e quem acreditasse que questionar uma administração significava trabalhar para seus adversários. Governos passam. Nosso compromisso é

com o leitor.

Talvez nenhum episódio tenha representado tão claramente essa luta quanto aquilo que enfrentamos durante as últimas eleições, quando edições do nosso jornal foram recolhidas. Para quem observa de fora, recolher exemplares pode parecer apenas retirar algumas folhas de papel de circulação. Para quem trabalha com jornalismo, o significado é muito maior. Quando se impede que uma publicação chegue ao leitor, o que está em jogo é o direito da sociedade de ter acesso à informação.

Vivemos aquilo com preocupação, indignação e, evidentemente, receio. Seria mentira dizer que durante 20 anos nunca sentimos medo. Sentimos. Quem enfrenta interesses poderosos, quem faz perguntas incômodas e quem publica aquilo que determinadas pessoas prefeririam manter escondido conhece os riscos dessa profissão. Coragem não é ausência de medo. É decidir que existem coisas mais importantes do que ele.

Continuamos porque a democracia não existe apenas no dia em que o eleitor entra na cabine e aperta o botão da urna. Democracia também existe nos quatro anos seguintes, quando alguém precisa acompanhar o que aqueles escolhidos pelo voto estão fazendo com o poder que receberam.

Alguém precisa perguntar onde o dinheiro público foi gasto. Alguém precisa acompanhar licitações e contratos. Alguém precisa ouvir o morador que espera meses por uma consulta, o trabalhador que passa horas esperando o ônibus, o servidor que denuncia problemas, a família que pede socorro e também o administrador público que tem resultados positivos para apresentar. A imprensa precisa estar lá para contar todas essas histórias.

Fiscalizar não é perseguir. Criticar não é torcer contra. Denunciar não significa condenar antecipadamente. O jornalismo responsável precisa ouvir, investigar, confrontar versões, apresentar documentos e permitir que o cidadão forme a própria opinião. É jus-

tamente por isso que a liberdade de imprensa incomoda tanto aqueles que gostariam de controlar a narrativa.

Em 20 anos, aprendemos que praticamente todo governante gosta da imprensa quando ela publica aquilo que lhe interessa. O verdadeiro compromisso com a liberdade de imprensa aparece quando a reportagem é desagradável, quando a manchete incomoda e quando as perguntas exigem explicações.

Talvez por isso eu considere que uma das maiores conquistas do Spasso Cidades nestas duas décadas não esteja em uma reportagem específica, em uma edição histórica ou em qualquer reconhecimento que tenhamos recebido. Está simplesmente no fato de termos permanecido. Enquanto governos entraram e saíram, nós permanecemos.

O Spasso Cidades não pertence a um governo, a um partido ou a um grupo político. Governantes precisam saber que poderão encontrar nestas páginas tanto o reconhecimento por aquilo que fizeram corretamente quanto perguntas difíceis sobre aquilo que precisa ser explicado. Essa independência não nos tornou imunes a pressões. Ao contrário: muitas vezes fez com que elas aumentassem. Mas nunca alterou aquilo que entendemos como nossa obrigação.

Chegamos aos 20 anos com cicatrizes, histórias e uma memória privilegiada da transformação política e social de nossa região. Assistimos a personagens que pareciam eternos deixarem o poder. Vimos outros que haviam sido derrotados retornarem. Vimos arrogância terminar em queda e simplicidade transformar desconhecidos em lideranças respeitadas. E aprendemos uma lição que duas décadas observando a política tornam impossível esquecer: o poder é sempre passageiro.

Por isso, este aniversário também pertence aos nossos leitores. Aos que pegavam o jornal impresso há 20 anos e continuam conosco. Aos que chegaram depois. Aos

que hoje acompanham nossas reportagens pelo celular. Aos que concordam conosco e, principalmente, aos que discordam, mas reconhecem a importância de existir uma imprensa disposta a fazer perguntas. A cada um deles, o meu muito obrigada.

Se conseguimos chegar até aqui, foi porque vocês continuaram lendo, compartilhando, cobrando, criticando, denunciando e confiando em nosso trabalho. Essa relação é a razão pela qual um jornal regional consegue atravessar duas décadas em um período no qual tantas coisas mudaram dentro e fora do jornalismo.

Nos próximos anos, continuaremos fazendo aquilo que fizemos até aqui: buscando os fatos, cobrando respostas, dando espaço ao contraditório e levando para a luz aquilo que alguns prefeririam manter oculto.

Não sabemos quais governos veremos nascer nos próximos 20 anos. Não sabemos quais grupos políticos desaparecerão, quais retornarão e quais novas lideranças surgirão. Certamente veremos novas disputas, novas crises, novas conquistas e novas transformações nas nossas cidades.

Os primeiros 20 anos exigiram muita luta. Houveram riscos, dificuldades e momentos em que teria sido mais confortável simplesmente permanecer em silêncio. Não permanecemos.

Que estes 20 anos sejam apenas o começo. Que os próximos 20 encontrem um Spasso Cidades ainda mais forte, mais moderno e mais próximo de seus leitores, mas com a mesma convicção que nos trouxe até aqui: governos passam, políticos passam e o poder muda de mãos.

Agradeço a você leitor, empresário/cliente que acreditou neste jornal há 20 anos atrás, a toda equipe/colaboradores que acreditou e continua acreditando neste jornal e sonhando junto o mesmo sonho meu.

Elaine Amaral - Empresária e fundadora do jornal Spasso Cidades

Politicand! POLITICA LOCAL SEM CENSURA

Está chegando

Mais da metade da campanha se passou e já podemos ver a cidade afogada em santinhos, banners e adesivos de candidatos. Neles, todos sorriem, vêm com uma frase de impacto e figuram ao lado de alguém mais famoso, importante e relevante do que eles mesmos. Alguns são os arautos de Bolsonaro, outros a alma-gêmea de Tarcísio e tem aqueles que são amigos do Lula. Tem também aqueles que posam ao lado de seus cônjuges e demais parentes, como se fossem um a extensão do outro. O número, todos já sabem. O partido, alguns até tentam esconder, mas os dois primeiros dígitos entregam. Alguns slogans curtos ficam na cabeça, mas será que alguém sabe quais são seus projetos caso eleitos? O que eles defendem além da “família”? Como pretendem ajudar a educação? Como resolverão os problemas com a segurança? E a saúde, será que alguém tem projeto para a saúde? A realidade é que numa eleição como essa não dá para arriscar votando em quem não se conhece, votando apenas por frase de efeito, votando apenas porque o candidato recebeu um apoio importante. É importante votar em quem já se conhece o trabalho, ou ao menos que já se conhece as propostas de governo.

Pleito disputado

Na região, são vários candidatos disputando as vagas na Alesp. Pela cidade é possível ver campanha de candidatos de toda a RMC, e até mesmo de fora dela. Pessoas que sequer conhecem quais são as regiões de Sumaré. Eles vêm até a cidade fazer um evento, posam ao lado de figuras menores da política local, e pedem o seu voto para defender qualquer jargão que eles inventam na hora. A realidade é que uma cidade como Sumaré tem plena capacidade de eleger os seus próprios representantes, pessoas que conhecem e que defendem os interesses da cidade. Os forasteiros daqui querem apenas os votos, depois de eleitos se esquecem de tudo. É importante enxergar Sumaré como ela é: uma das mais importantes cidades do interior paulista. Não dá para ser representado por alguém da capital ou que veio lá de Ribeirão Preto. É preciso de um nome que conheça a cidade. Sumaré merece isso.

Vexame Público

A cena que se desenrolou no STF é um vexame sem precedentes no Brasil. Uma vergonha nacional. Um banqueiro corrupto que trazia em seu bolso uma miríade de políticos de diversos espectros políticos, que estava envolvido com pelo menos 4 ministros do STF. No STF, foi um show de horrores, e ficou claro que muitos envolvidos querem jogar uns aos outros embaixo do ônibus. A realidade é que os envolvidos precisam ser punidos. Na vida política, na vida pública, não existe agrado, favor, acordo. O que existe é corrupção, má conduta e crime cometido. Político honesto não voa em avião de banqueiro. Político honesto não recebe patrocínio de banqueiro. Juiz honesto não avalia contrato de banqueiro. Juiz honesto não sai para comprar terno com assessor de banqueiro. A vida pública é séria. Não é para quem quer, é para quem pode.

Ônibus

Depois que o vereador de Campinas foi visto saindo da sede de uma empresa de ônibus com pacotes suspeitos, ficou muito mais claro porque os ônibus atrasam, porque as linhas são poucas e porque a passagem é tão cara. Além dos veículos, funcionários, estrutura, combustível e manutenção, as empresas de ônibus têm outros “gastos”. Esses pacotes não são uma novidade e nem uma exceção, eles são a regra nas licitações e afins. Enquanto a justiça avalia se os pacotes levados pelo vereador foram “suspeitos” ou não, é bom se lembrar de que não apenas em Campinas a empresa atua, mas também em Sumaré. Sem acusar de nada, é sempre bom dar uma verificada. Obviamente a Câmara de Sumaré não fará nada para averiguar, e vai esperar o assunto esfriar. A única pergunta que pode ser respondida agora é: e o seu ônibus, chegou no horário hoje?

SPASSO REFLEXÃO

Só entenda...

O dia que você entender isso... sua vida muda. Nem toda porta fechada

é perda. Nem toda espera é atraso. Nem toda dor é castigo.

Algumas coisas é Deus nos protegendo. Outras é Deus nos prepa-

rando. E no final, você vai perceber que Deus sempre esteve no controle.

PALAVRAS DE VIDA - Princípios da família abençoada

As famílias não quebram porque brigam. Gente, brigas tem sempre, discussão tem sempre. O que mata uma família não é a briga. O que mata uma família é quando param de falar a verdade, ninguém separa porque brigou com o marido. Nem um filho sai de casa por-

que brigou com o pai, o que mata uma família é a mentira. E sabe o que é a mentira? É quando o marido fala para a esposa tá tudo bem, mas não está. A esposa pergunta: como foi o seu dia? Foi um inferno, mas ele não tem vontade de contar o que foi. Ahhh tá tudo bem.

Mentira é quando a esposa olha para o marido e ela diz: não aconteceu nada e aconteceu. E todos começam a virar personagens dentro da família, todos começam a se transformar em artistas, porque ninguém consegue falar a verdade para ninguém. Ninguém consegue se abrir,

ninguém consegue ser vulnerável, não consegue falar para o outro o que está acontecendo. A casa está cheia de relacionamentos vazios, um trombande no outro, um encontrando com o outro no corredor, vendo tv juntos, e relacionamentos vazios. Porque a mentira aproxima corpos, mas afasta corações.

SAÚDE E INCLUSÃO

Sumaré transfere atendimento do CTEA do Centro para a Casa do Autista

A Prefeitura de Sumaré, por meio da Secretaria Municipal de Saúde, transferiu para a Casa do Autista o acompanhamento das crianças e adolescentes atendidos pelo CTEA (Centro de Transtorno do Espectro do Autismo) do Centro. A mudança amplia a estrutura destinada ao atendimento especializado de pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e seus familiares.

Segundo a Secretaria de Saúde, a transferência tem como objetivo oferecer um espaço mais adequado às necessidades dos usuários, com atenção à inclusão, ao acolhimento, ao cuidado e à continuidade da assistência.

A nova unidade substitui o espaço utilizado anteriormente nos fundos do Ambulatório de Especialidades, que apresentava limitações de estrutura diante do crescimento da demanda e da complexidade dos serviços. Os pacientes em acompanhamento passam a receber atendimento na Casa do Autista, junto da equipe multiprofissional do CTEA. A mudança mantém a continuidade dos tratamentos e o vínculo entre profissionais, pacientes e familiares.

“Estamos falando de cuidar de pessoas e de famílias inteiras. Não poderíamos aceitar que um atendimento tão importante continuasse limitado por falta de espaço. A Casa do Autista foi preparada para oferecer mais estrutura, acolhimento e dignidade. E nosso compromisso é avançar para atender também aqueles que ainda esperam por esse cuidado”, destacou o prefeito Henrique do Paraíso.

O vice-prefeito e secretário de Governo, Andre da Farmácia, reforçou que a nova unidade re-

presenta um avanço nas políticas públicas de inclusão e cuidado em Sumaré. “Essa é uma conquista importante para as famílias do município. A Casa do Autista oferece um espaço mais adequado para atender crianças, adolescentes e suas famílias. Nosso trabalho é fortalecer os serviços públicos, ampliar o acesso e garantir que o atendimento aconteça com respeito, acolhimento e dignidade”, afirmou.

Nova estrutura

A Casa do Autista conta com ambientes mais amplos e planejados para as necessidades específicas do atendimento às pessoas com TEA, além de equipamentos adequados e maior capacidade operacional.

A nova estrutura também amplia a capacidade do município para enfrentar a demanda reprimida. Mais de 400 pessoas aguardavam atendimento especializado. Com a ampliação da capacidade, a Prefeitura pretende aumentar de forma gradual a oferta de serviços, com a meta de reduzir e zerar a fila de espera.

“A Casa do Autista foi planejada para oferecer uma assistência mais qualificada, com estrutura adequada e equipe multiprofissional. A mudança do CTEA garante a continuidade dos atendimentos já existentes e cria condições para ampliar o acesso de novas famílias ao serviço especializado”, destacou o secretário municipal de Saúde, Frederico Almeida.

De acordo com o secretário, os fluxos e protocolos de atendimento da unidade também passam por organização para qualificar a assistência e fortalecer a articulação entre os serviços públicos e as instituições que atuam no atendimento especializado no município.

Transporte facilita acesso das famílias

Para facilitar o acesso dos usuários e familiares à Casa do Autista, a Prefeitura alterou a rota dos ônibus que atendem a região e incluiu um novo ponto de parada próximo à unidade. A medida busca facilitar o deslocamento das famílias e garantir mais comodidade no acesso ao atendimento especializado.

A alteração amplia as opções de transporte para os usuários que precisam comparecer à Casa do Autista e contribui para evitar que dificuldades de deslocamento se tornem uma barreira à continuidade do acompanhamento.

A transferência do CTEA do Centro para a Casa da Autista marca uma nova etapa da assistência municipal às pessoas com TEA. A unidade reúne estrutura adequada, equipe multiprofissional, equipamentos e maior capacidade operacional para atender os pacientes que já integram a rede e ampliar o acesso de novas famílias ao atendimento especializado.

“Sumaré precisa ser uma cidade que acolhe e cuida das pessoas. Estamos ampliando a estrutura para chegar a quem já é atendido e também a quem ainda está esperando. O nosso compromisso é cuidar das pessoas e não deixar ninguém para trás”, concluiu o prefeito Henrique do Paraíso.

Serviço:

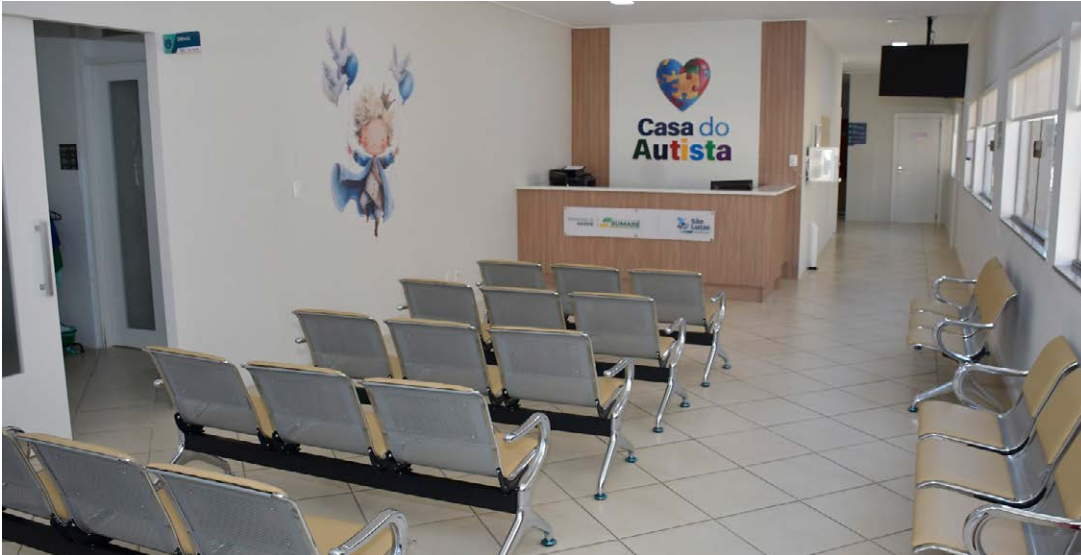
A Casa do Autista funciona de segunda a sexta-feira, das 7h às 17h, na Estrada Municipal Teodor Condiev, nº 1.211, Jardim Marchissoli.

Em caso de dúvidas, os responsáveis podem entrar em contato pelos telefones (19) 3399-5211 e (19) 3399-5212.

SECOM



FOTOS: DIVULGAÇÃO



A mudança amplia a estrutura destinada ao atendimento especializado de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista (TEA), reunindo serviços e proporcionando um espaço mais adequado para o acompanhamento dos pacientes

DEFESA CIVIL

Prefeitura de Sumaré cria Comissão Gestora do Fundo Municipal da Defesa Civil

A Prefeitura de Sumaré criou e nomeou a Comissão Gestora do Fundo Municipal da Defesa Civil (FUMDEC), instrumento destinado ao fortalecimento da estrutura municipal de Defesa Civil. A medida está prevista no Decreto Municipal nº 12.908, de 9 de dezembro de 2025.

O FUMDEC está vinculado à Diretoria Municipal de Defesa Civil, atualmente integrada ao Gabinete do prefeito Henrique do Paraíso, e terá sua gestão acompanhada pela comissão constituída conforme estabelece o artigo 3º do

decreto municipal.

A criação da Comissão Gestora estabelece uma estrutura específica para a administração do fundo, contribuindo para a organização dos procedimentos relacionados aos recursos destinados às ações de Defesa Civil no município.

A medida integra o processo de fortalecimento da atuação da Prefeitura em prevenção, preparação, resposta e enfrentamento de situações de emergência e desastres, áreas que exigem planejamento e atuação coordenada do

poder público.

A Comissão Gestora do FUMDEC será composta pelos membros nomeados no ato oficial, ficando a presidência sob responsabilidade do primeiro integrante relacionado na composição.

Relevância

Conforme estabelecido no ato de nomeação, os serviços prestados pelos integrantes da Comissão Gestora do FUMDEC serão gratuitos e considerados relevantes para o município.

SECOM



DIVULGAÇÃO

A medida estabelece uma estrutura específica para a gestão do fundo e busca fortalecer o planejamento e a organização de ações de prevenção, preparação e resposta a situações de emergência no município

CIDADES

PARLAMENTO JOVEM

Parlamentares jovens dão exemplo e mostram como Câmara pode buscar soluções para problemas reais de Sumaré

Enquanto passageiros de Sumaré acumulam reclamações sobre atrasos, ônibus que não aparecem, superlotação e longos períodos de espera, uma proposta apresentada dentro da própria Câmara Municipal chama a atenção pela simplicidade com que tenta atacar parte do problema. A diferença é que, desta vez, a ideia não partiu de nenhum dos vereadores eleitos da cidade. Veio do Parlamento Jovem.

A estudante Julia Vogas apresentou o Projeto de Lei nº 5/2026, aprovado pelos parlamentares jovens na sessão realizada no último sábado (12), propondo a implantação gradual de pontos de ônibus inteligentes em Sumaré. A proposta prevê estruturas equipadas com tecnologia para fornecer informações em tempo real, painéis digitais com itinerários, iluminação noturna, câmeras de monitoramento, cobertura, assentos e recursos de acessibilidade, inclusive informações em braile. O projeto não se transforma automaticamente em lei. As proposições do Parlamento Jovem possuem caráter educativo e podem servir de inspiração para que os vereadores com mandato

apresentem iniciativas semelhantes. Mas talvez seja justamente aí que esteja a parte mais interessante dessa história: ao serem convidados a experimentar por alguns meses o funcionamento do Legislativo, jovens da cidade olharam para um problema cotidiano e procuraram apresentar uma solução concreta.

No início deste mês, uma fiscalização da Agência de Transporte do Estado de São Paulo (Artesp) acompanhou 46 viagens metropolitanas previstas entre 6h e 8h no Terminal Rodoviário de Sumaré. Doze não foram realizadas, o equivalente a aproximadamente 26% das partidas monitoradas naquele período. A fiscalização ocorreu após uma sequência de reclamações sobre atrasos, cancelamentos e superlotação.

Os problemas vinham sendo registrados havia meses. Em julho, passageiros da linha 659, entre Sumaré e Campinas, relataram esperas superiores a 30 minutos, ônibus lotados e dificuldades para chegar ao trabalho e à escola. Em agosto, novas reclamações atingiram linhas metropolitanas que atendem Sumaré, Hortolândia e Campinas, com relatos de viagens canceladas,

falta de veículos, superlotação e passageiros obrigados a recorrer a transporte por aplicativo.

Os próprios registros oficiais da Artesp documentam episódios semelhantes. Na linha 652, por exemplo, foram registrados atrasos de 22 minutos entre maio e junho. Em 30 de abril, houve ainda cancelamento de partidas da mesma linha no Terminal Rodoviário de Sumaré.

Hoje, quando um ônibus não chega, o usuário muitas vezes não sabe se espera cinco minutos, meia hora ou se a viagem foi cancelada. A informação em tempo real prevista no projeto permitiria que o passageiro soubesse o que está acontecendo e pudesse tomar decisões. Em vez de permanecer indefinidamente no ponto, poderia procurar outra linha, reorganizar seu trajeto ou comunicar o atraso ao trabalho, à escola ou à família.

A tecnologia também pode fornecer dados ao próprio poder público. Integrados corretamente aos sistemas das empresas, os painéis poderiam informar previsão de chegada, itinerários, alterações de percurso e interrupções. Mais do que conforto, informação em tempo real cria transparência sobre



o funcionamento do serviço.

E o projeto da jovem parlamentar possui ainda uma possibilidade que merece ser desenvolvida: transformar os pontos de ônibus em parte da infraestrutura de segurança da cidade.

A previsão de iluminação e câmeras de monitoramento abre espaço para que determinados pontos inteligentes sejam integrados à rede de segurança municipal. Com planejamento, conexão e protocolos adequados, poderiam contar futuramente com botão de emergência ou interfone conectado a uma central, permitindo que uma mulher perseguida durante a noite, uma pessoa ameaçada, um idoso desorientado ou qualquer cidadão

estudantes sobre política, cidadania, elaboração de leis e funcionamento do Poder Legislativo. Neste caso, porém, a experiência acabou invertendo parcialmente os papéis. São os representantes adultos, eleitos e remunerados para discutir os problemas da cidade, que podem encontrar na proposta apresentada por uma estudante um exemplo de como o mandato parlamentar também pode ser utilizado: identificar um problema concreto, estudar possibilidades e transformar a reclamação cotidiana da população em proposta.

Julia Vogas e os demais integrantes do Parlamento Jovem ainda estão aprendendo como funciona uma Câmara Municipal. Ao mesmo tempo, ao colocar tecnologia, acessibilidade, informação e segurança dentro de uma mesma proposta para o transporte público, demonstram que a aprendizagem não precisa ocorrer em apenas uma direção.

Às vezes, os vereadores adultos têm tanto a aprender com os parlamentares jovens quanto os jovens têm a aprender com eles.

Da redação

RECONHECIMENTO

Maria Irene transforma dor familiar em 25 anos de acolhimento na Casa Apoio do HES

Uma noite fria, um homem idoso procurando abrigo e uma família atravessando um dos momentos mais difíceis da vida foram o ponto de partida para uma história que já dura 25 anos em Sumaré. Maria Irene Garcia De Nadai, fundadora da Casa Apoio do Hospital Estadual de Sumaré (HES), foi homenageada nesta semana pela trajetória à frente da instituição que nasceu para acolher familiares de pacientes e, ao longo de duas décadas e meia, ampliou sua atuação para uma série de projetos de assistência e solidariedade.

A homenagem ocorreu na Câmara Municipal de Sumaré, durante a sessão de terça-feira (15), quando foi aprovada uma moção de congratulação pelos 25 anos do Grupo de Voluntários Viva Feliz – Instituição Sr. Antônio Garcia, responsável pela Casa Apoio. Mais do que o ato realizado pelo Legislativo, porém, a data chama a atenção para a trajetória de Maria Irene e para uma iniciativa que nasceu de uma experiência pessoal e se transformou em uma rede de acolhimento que já alcançou milhares de pessoas.

Maria Irene nasceu em Presidente Bernardes, no interior paulista, em 1947. Formou-se inicialmente no Curso Normal de Formação de Professores Primários, graduou-se em Letras pela Universidade do Oeste Paulista (Unoeste), fez mestrado em Linguística e posteriormente formou-se em Pedagogia, com habilitação em Ad-

ministração e Supervisão Escolar, pelo Unisal, em Americana. Mudou-se com a família para Sumaré após se casar com José Roberto de Nadai, em 1968, e construiu parte de sua trajetória profissional na educação.

Foi, entretanto, uma experiência vivida dentro do Hospital Estadual de Sumaré que mudou o rumo de sua atuação social.

Em 2001, o pai de Maria Irene, Antônio Garcia, então com 92 anos, foi internado no HES após sofrer uma isquemia cerebral. Durante o período em que acompanhava a internação, ela passou dias e noites no hospital e começou a observar uma realidade que ultrapassava a situação de sua própria família: acompanhantes de pacientes que vinham de outras cidades e não tinham dinheiro ou lugar onde dormir.

Uma cena em particular permaneceu em sua memória. Em uma noite apontada à época como uma das mais frias do ano, Maria Irene viu da janela um homem idoso sair do hospital à procura de algum lugar para passar a noite. Ele havia vindo de Lorena acompanhando a filha doente e terminou procurando abrigo sob a marquise de um estabelecimento. Maria Irene conseguiu um cobertor e café e buscou autorização para que ele pudesse permanecer no hospital naquela noite.

O gesto resolveu o problema imediato daquele homem, mas não o problema que Maria Irene havia



acabado de enxergar.

Seu pai morreu dias depois. Cerca de uma semana após a perda, ela retornou ao hospital para conversar sobre uma forma de ajudar os acompanhantes. Em aproximadamente dez dias, segundo registro histórico publicado pelo próprio HES, um grupo de sete voluntários estava formado. Nascia a Casa de Apoio Viva Feliz – Instituição Antônio Garcia, batizada em homenagem ao pai de Maria Irene.

O projeto começou modestamente. Os primeiros espaços funcionaram em pequenas casas alugadas próximas ao hospital. Uma reportagem histórica do Jornal da Unicamp, publicada ainda em 2002, mostra que a atuação dos voluntários já se estendia além da hospedagem: havia atividades para pacientes e familiares, oficinas, ba-

zares e mobilização para conseguir muletas, cadeiras de rodas, cestas básicas e medicamentos que não estavam disponíveis na rede pública. Naquele momento, o grupo já reunia centenas de voluntários e buscava recursos para construir uma sede própria.

A dimensão alcançada pelo trabalho pode ser medida pelos números. Levantamento publicado em 2025 apontava que a Casa Apoio já havia ultrapassado a marca de 50 mil atendimentos e servido quase 614 mil refeições. A estrutura contava com 24 leitos, inclusive berços, destinados principalmente a familiares de pacientes em situação de vulnerabilidade submetidos a internações e cirurgias prolongadas no HES. O acolhimento chegou a pessoas de diferentes cidades da região, ou-

tros estados e até de países como Haiti e Angola.

O trabalho também cresceu para além da hospedagem. O projeto Nana Nenê já havia distribuído mais de 51,5 mil kits de roupas para recém-nascidos de famílias carentes. O Mamas Com Carinho produz próteses mamárias externas de crochê destinadas a mulheres mastectomizadas, enquanto o Projeto Octos confecciona pequenos polvos de crochê entregues a bebês prematuros da UTI Neonatal. Durante a pandemia de Covid-19, a Casa Apoio também recebeu profissionais do próprio Hospital Estadual que precisavam permanecer afastados de suas famílias durante os períodos de quarentena.

Tudo isso é mantido sem repasses públicos regulares, segundo informações divulgadas pela instituição. A manutenção depende de doações, parcerias, bazares, barracas de alimentos e outras ações beneficentes. A Casa também recebe alimentos, roupas, cobertores, brinquedos, móveis, medicamentos e equipamentos médicos e ortopédicos.

Nesta terça-feira, 25 anos depois, Maria Irene esteve no plenário da Câmara acompanhada dos voluntários Vagner e Neusa Rikato para receber a homenagem destinada à Casa Apoio. Diante dos vereadores, falou sobre a dificuldade de manter uma instituição como aquela funcio-

nando durante um quarto de século e sobre aquilo que considera ser a essência do trabalho desenvolvido desde 2001.

“Chegar a duas décadas e meia de portas abertas é uma tarefa não fácil e não simples. É o resultado diário de amor ao próximo. Ao longo desse quarto de século, nossa instituição acolheu pessoas em momento de grande vulnerabilidade, oferecendo não apenas um teto, um prato de comida, um lugar de descansar, mas principalmente acolhimento, esperança e dignidade. Esse reconhecimento oficial por parte do Poder Legislativo Municipal avalia nossa luta e mostra que nosso trabalho faz diferença na vida de pessoas e da nossa comunidade”, afirmou Maria Irene.

A homenagem aprovada pelo Legislativo reconhece formalmente os 25 anos da instituição. A história que ela celebra, no entanto, começou muito antes de qualquer solenidade: começou quando uma mulher que acompanhava o próprio pai doente percebeu que, do lado de fora do hospital, havia outra família precisando de ajuda. Vinte e cinco anos depois, a Casa Apoio permanece de portas abertas, e a iniciativa de Maria Irene Garcia De Nadai tornou-se parte da própria história de solidariedade construída ao redor do Hospital Estadual de Sumaré.

Da redação

MUDANÇAS CLIMÁTICAS

Chuvas cancelam eventos e mostram que cidades precisam se adaptar a uma nova realidade climática

A retomada das Feiras Noturnas de Nova Odessa nesta quarta-feira (16), depois de dias de cancelamentos provocados pelas chuvas, parece à primeira vista uma questão pontual. O episódio, porém, ajuda a revelar um desafio que tende a ocupar espaço cada vez maior no planejamento das cidades: se eventos meteorológicos extremos e períodos de instabilidade se tornam mais frequentes, adaptar os municípios não significa apenas combater enchentes e alagamentos. Será necessário repensar também como equipamentos públicos, áreas de lazer e espaços destinados a eventos são projetados e utilizados.

Em Nova Odessa, a melhora das condições climáticas permitirá o retorno da programação. Nesta quarta-feira acontece a Quarta Gastronômica do Jardim Marajoara, na Praça Vera Luzia Samartin, a partir das 18h. Na quinta-feira (17), a Feira Noturna volta à área externa da Rodoviária, no Jardim Santa Rosa, enquanto na sexta-feira (18) ocorre a programação do Jardim Santa Rita e Região.

São atividades aparentemente simples, mas que possuem impacto direto sobre pequenos comerciantes. Quando uma feira é cancelada, não desaparece apenas uma opção de lazer. Food trucks, artesãos e outros empreendedores deixam de trabalhar, produtos podem ser perdidos e a renda prevista para aquele dia deixa de entrar.

O problema ganha dimensão maior quando são considerados eventos de grande porte. Festivals, shows, feiras culturais e comemorações públicas exigem contratação de estruturas, fornecedores, equipes, artistas, segurança e logística. Um cancelamento ou adiamento pode significar despesas adicionais, renegociação de contratos e prejuízos tanto para organizadores quanto para trabalhadores e comerciantes que dependem dessas atividades.

A questão deixa de ser excepcional quando observados os dados meteorológicos recentes. Em apenas 14 dias, a cidade de São Paulo registrou 253,8 milímetros de chuva em setem-

bro, três vezes a média climatológica de 83,3 milímetros para o mês e o maior acumulado para setembro desde 1943. Campinas chegou a 257,2 milímetros no período, o maior volume registrado desde 1961.

O cenário de 2026 acrescenta outro componente. O Inmet informou neste mês que as projeções apontam intensificação do El Niño até o final do ano, com elevada probabilidade de um evento muito forte durante a primavera e o verão de 2026/2027. As previsões são atualizadas conforme novas observações são incorporadas e, portanto, não representam certeza sobre o comportamento do tempo em determinada cidade ou determinado dia, mas reforçam a necessidade de planejamento preventivo.

Praças utilizadas regularmente para feiras podem contar com áreas cobertas adequadas. Centros de eventos podem ser concebidos para receber atividades que hoje dependem exclusivamente de espaços descobertos. Estruturas modulares podem permitir

que determinadas programações continuem mesmo sob chuva. Sistemas de drenagem, pisos permeáveis, áreas de abrigo, proteção elétrica, rotas seguras de evacuação e protocolos específicos para ventos fortes, raios e precipitações intensas podem fazer parte do planejamento dos eventos.

A responsabilidade também não deve recair exclusivamente sobre os municípios. Governos estaduais e federal podem desenvolver programas de financiamento, normas técnicas e políticas de adaptação capazes de auxiliar cidades a modernizar seus espaços públicos. O próprio Ministério do Meio Ambiente reconhece que a mudança do clima influencia a frequência e a intensidade de eventos extremos e que as respostas necessárias envolvem não apenas a redução das emissões, mas também medidas de adaptação aos efeitos que já estão ocorrendo.

Para municípios da Região Metropolitana de Campinas, essa discussão possui consequências econômicas importantes. Festas tradicionais,



feiras gastronômicas, eventos esportivos, festivais e programações culturais movimentam restaurantes, ambulantes, hotéis, prestadores de serviços, artistas e pequenos empreendedores. Quanto maior a dependência de estruturas completamente abertas, maior também a vulnerabilidade dessa economia ao clima.

A discussão que fica para Nova Odessa e para as demais cidades da região é como deixar de tratar cada interrupção como uma exceção e

começar a preparar os espaços públicos para uma realidade climática diferente daquela para a qual muitos deles foram projetados.

Adaptar as cidades às mudanças climáticas significa impedir que uma chuva intensa termine em tragédia. Mas também significa garantir, sempre que as condições de segurança permitirem, que a cidade continue funcionando mesmo quando o céu não colaborar.

Da redação

CIDADES

ELEIÇÕES 2028

Terceira via ganha espaço no tabuleiro político da região para 2028

Ainda faltam dois anos para as eleições municipais de 2028, mas os movimentos de sucessão já começaram a aparecer nas principais cidades da região. Em Monte Mor, Nova Odessa, Hortolândia e Sumaré, grupos políticos tradicionais começam a posicionar seus nomes, enquanto possíveis candidaturas alternativas tentam encontrar espaço entre forças que já governaram ou atualmente controlam as prefeituras. O fenômeno não é novo, mas a eleição de Monte Mor em 2024 mostrou de maneira bastante clara como uma disputa inicialmente organizada entre grupos conhecidos pode terminar com o eleitor escolhendo uma alternativa.

Naquela eleição, os montemorenses tiveram três opções. De um lado estava Edivaldo Brischí (PSD), então prefeito e candidato à reeleição. Do outro, Thiago Assis (PSB), ex-prefeito que tentava retornar ao comando da cidade. A terceira candidatura era a de Murilo Rinaldo (PP), que nunca havia ocupado a Prefeitura. O resultado foi uma ruptura com os dois caminhos anteriores: Rinaldo recebeu 14.970 votos, 46,39% dos válidos, contra 9.057 de Brischí, 28,07%, e 8.244 de Thiago, 25,55%.

A eleição de Monte Mor demonstrou uma característica importante de disputas com três forças competitivas. Como o município não possui segundo turno, não é necessário que um candidato alcance mais de 50% dos votos válidos. Rinaldo venceu com menos da metade dos votos, enquanto os dois adversários que representavam administrações anteriores so-

maram, juntos, pouco mais de 53%. Isso não permite concluir quais eram individualmente as motivações de cada eleitor, mas mostra numericamente que uma candidatura fora dos dois grupos que haviam comandado recentemente o município conseguiu construir espaço próprio e vencer.

Quatro anos depois, Monte Mor poderá novamente apresentar um tabuleiro fragmentado. Rinaldo chegou ao governo associado a um discurso de renovação, mas a avaliação de sua administração e a capacidade de manter a coalizão que o levou à Prefeitura ainda serão colocadas à prova até 2028. Ao mesmo tempo, movimentações dentro da Câmara indicam a existência de vereadores buscando ocupar um campo político distinto dos grupos que tradicionalmente disputaram o Executivo. Pelo menos dois parlamentares aparecem nas articulações locais como possíveis protagonistas desse espaço. Como ainda não existem candidaturas formalizadas, os nomes não serão antecipados neste momento.

O caso montemorense interessa particularmente porque algo semelhante começa a ser desenhado em Nova Odessa. Ali, a eleição passada colocou frente a frente dois grupos conhecidos. Cláudio José Schooder, o Leitinho (PSD), venceu a reeleição e atualmente governa ao lado do vice Alessandro Miranda, o Mineirinho (PSD). Leitinho já indicou publicamente Mineirinho como seu nome para a sucessão de 2028, antecipando uma transição dentro do próprio grupo governista.

No campo adversário permanece a influência do ex-prefeito Bill Vieira de Souza. A movimen-



A medição objetiva destas forças ocorrerá antes de 2028: nas urnas de outubro de 2026

tação eleitoral de 2026 dá uma primeira indicação de como esse grupo pretende reorganizar-se: Andréa Souza, esposa do ex-prefeito, disputa uma vaga de deputada estadual, e veículos locais tratam o resultado dela em Nova Odessa como um teste para a força política do grupo liderado por Bill.

Se essas duas estruturas chegarem a 2028 representadas por Mineirinho e por um nome ligado a Bill, Nova Odessa poderá reencontrar, com personagens parcialmente diferentes, a rivalidade entre os dois campos políticos que já se enfrentaram nas urnas. É justamente nesse espaço que uma terceira candidatura pode tentar se apresentar como alternativa aos dois grupos.

Não há, até agora, um nome consolidado que possa ser apontado como representante dessa eventual terceira via. Também seria prematuro medir sua dimensão eleitoral antes mesmo da definição das candidaturas. O que existe é um cenário politicamente aberto: o próprio debate sucessório começou muito antes de 2028, enquanto diferentes setores da oposição buscam posicionamento. Reportagem recente sobre as eleições es-

taduais, por exemplo, apontou que antigos aliados do grupo de Bill estão hoje distribuídos entre diferentes candidaturas, sinal de que a oposição novaodessense não constitui atualmente um bloco único.

Hortolândia apresenta uma situação diferente. A cidade possui uma estrutura política marcada pela continuidade do grupo construído a partir das administrações de Angelo Perugini e posteriormente mantido por Zezé Gomes. Cafu César ocupa atualmente a Vice-Prefeitura e também exerce a função de secretário de Governo, participando diretamente da administração. Ana Perugini, por sua vez, é deputada estadual e permanece presente na política municipal e em agendas do governo.

Nos bastidores, porém, os dois nomes são associados às discussões sobre a sucessão municipal. Caso ambos mantivessem pretensões para 2028, o desafio do grupo será administrar internamente interesses que podem convergir para o mesmo cargo. Uma disputa aberta entre antigas forças aliadas poderia reorganizar as alianças locais e criar espaço político para outros grupos apresentarem

candidatura própria.

Isso não significa que uma ruptura acontecerá ou que uma eventual terceira candidatura se beneficiará automaticamente dela. Até 2028, acordos podem ser construídos, candidaturas podem ser retiradas e alianças hoje improváveis podem surgir. Mas a experiência regional mostra que divisões internas em grupos dominantes frequentemente alteram a configuração das eleições municipais.

Sumaré talvez apresente o cenário mais complexo.

Hoje existem pelo menos três estruturas políticas com capacidade demonstrada de organização eleitoral. O prefeito Henrique do Paraíso (Republicanos) poderá disputar a reeleição em 2028. O grupo Dalben permanece como uma das principais forças políticas do município, enquanto Willian Souza (PT), que disputou a Prefeitura em 2024, mantém projeto próprio.

Neste caso, entretanto, classificar simplesmente um dos três como “terceira via” pode esconder uma característica importante da política sumareense: todos possuem bases próprias. Henrique controla atualmente a Prefeitura; os Dalben acumulam décadas de presença eleitoral no município; e Willian construiu uma votação municipal relevante na eleição passada. Diferentemente de uma terceira candidatura ainda procurando identidade, são campos políticos já estabelecidos.

Por isso, a primeira medição objetiva dessa correlação de forças ocorrerá antes de 2028: nas urnas de outubro de 2026.

Dirceu Dalben (PSD) está registrado como candidato a deputado estadual, cargo para o

qual já foi eleito em 2018 e 2022. Willian Souza também disputou uma cadeira na Assembleia Legislativa, pelo PT. No campo governista, o grupo de Henrique do Paraíso trabalha pela candidatura estadual de Rafael Virginelli, nome que passou pela Secretaria Municipal de Saúde e pela chefia de gabinete e foi lançado pelo MDB para a disputa deste ano.

A comparação dos resultados municipais desses candidatos em outubro poderá oferecer um retrato concreto da capacidade de mobilização de cada grupo dentro de Sumaré. Evidentemente, eleição para deputado estadual e eleição para prefeito são disputas diferentes: possuem número muito maior de candidatos, estratégias distintas e outras variáveis partidárias. O resultado de 2026, portanto, não determina o que acontecerá em 2028. Ainda assim, permitirá observar onde cada grupo concentra votos, qual capacidade possui de mobilizar seu eleitorado e como chegam à metade do atual mandato municipal.

“Terceira via”, portanto, não significa necessariamente um candidato novo ou sem trajetória política. No contexto municipal, é principalmente o espaço ocupado por quem consegue se apresentar fora da polarização predominante e reunir eleitores que não se identificam com nenhum dos dois polos.

Monte Mor mostrou que esse espaço pode existir. Se ele será novamente ocupado, ali ou nas cidades vizinhas, é uma questão que as articulações dos próximos dois anos começarão a responder.

Da redação

CASSADO

Relação com empresa que atuou no transporte escolar de Sumaré termina em cassação de vereador em Campinas

A presença do então vereador Vini Oliveira (Cidadania) na sede da Smile Transportes, durante um momento decisivo da licitação bilionária do transporte coletivo de Campinas, acabou custando seu mandato. Por 23 votos a cinco, a Câmara campineira cassou o parlamentar por quebra de decoro no último dia 9. No centro do caso está uma empresa que não é desconhecida em Sumaré: a Smile possui filial no município e já foi responsável pelo transporte escolar de milhares de estudantes da rede municipal, além de ter mantido contratos relacionados ao transporte de alunos da rede estadual na região.

A cassação não representou uma condenação criminal de Vini Oliveira nem uma conclusão de que ele tenha recebido propina. O fundamento aprovado pela Câmara foi político-administrativo: segundo a Comissão Processante, o vereador ultrapassou os limites de sua função fiscalizatória ao manter reuniões com representantes da Smile enquanto ainda estava em andamento a licitação do transporte coletivo de Campinas.

O caso começou a ganhar dimensão pública depois da divulgação de imagens de câmeras de segurança registradas na sede da Smile, em Paulínia. Vini aparece no local e, posteriormente, deixa a empresa carregando uma caixa ou malote contendo envelopes. O próprio parlamentar confirmou que esteve na empresa, mas afirmou que realizava uma fiscalização e que o material recebido continha documentos e dispositivos eletrônicos com informações sobre o transporte

público, posteriormente encaminhados ao Ministério Público.

Para a Comissão Processante, entretanto, a questão determinante não era comprovar que havia dinheiro dentro dos envelopes. O relatório que recomendou a cassação concentrou-se na relação estabelecida pelo parlamentar com uma empresa diretamente interessada em uma licitação pública ainda não concluída.

A Smile estava ligada ao grupo vencedor do Lote Norte da nova concessão do transporte coletivo de Campinas. A concorrência envolve contratos estimados em aproximadamente R\$11 bilhões. Reportagens publicadas durante a investigação mostraram que a empresa integra o grupo relacionado ao consórcio vencedor e que reuniões ocorridas em sua sede passaram a ser examinadas pelas autoridades e pelo próprio Legislativo. Na avaliação da comissão da Câmara, Vini teria utilizado sua condição de vereador para obter informações e apresentar denúncias contra outros participantes da disputa, comportamento considerado incompatível com os princípios de impessoalidade exigidos no exercício do mandato. A fiscalização, reconheceu a própria comissão, é uma prerrogativa legítima dos vereadores; o entendimento foi de que, naquele episódio, ela teria sido desvirtuada.

A dimensão do caso ultrapassou o processo político na Câmara. Em junho, uma operação conjunta da Polícia Civil e do Ministério Público, por meio do Gaeco, cumpriu 11 mandados de busca e apreensão em endereços relacionados ao parlamentar e

à investigação, incluindo o gabinete de Vini e a sede da Smile em Paulínia. A apuração policial investiga possível pagamento e recebimento de vantagens indevidas. Essa investigação é independente da cassação e não deve ser confundida com o julgamento realizado pelos vereadores. A Smile declarou que estava colaborando integralmente com as autoridades e fornecendo as informações solicitadas, além de afirmar confiança na Justiça.

A Prefeitura de Campinas chegou a solicitar formalmente informações ao Ministério Público e à Polícia Civil sobre as investigações envolvendo a empresa, diante da participação da Smile no grupo vencedor do Lote Norte. O objetivo declarado pela administração era obter elementos oficiais para subsidiar as etapas seguintes da licitação.

Para Sumaré, o nome da empresa chama atenção por outra razão. A Smile Transportes e Turismo mantém uma filial cadastrada no município, na Rua Miguel Rodrigues dos Santos, na Chácara Bela Vista. O estabelecimento aparece atualmente com situação cadastral ativa e tem, entre suas atividades econômicas registradas, o transporte escolar.

A relação da empresa com o transporte de estudantes sumareenses, porém, é bem mais antiga. Em fevereiro de 2015, a Prefeitura de Sumaré homologou o Pregão Presencial nº 155/2014, vencido pela Smile, para a prestação do serviço de transporte escolar da rede municipal de ensino e de entidades conveniadas. O contrato inicial era de quase R\$5,8 milhões e previa atendi-



O vereador Vini Oliveira (Cidadania)

mento a cerca de 2 mil estudantes de aproximadamente 35 unidades de ensino. A operação envolvia cerca de 125 veículos, entre vans, micro-ônibus e ônibus, distribuídos por aproximadamente 53 rotas.

Parte desse serviço possuía caráter especialmente sensível. Cerca de 230 alunos com necessidades educacionais especiais atendidos pela Apae também utilizavam o transporte gratuito. Para esse público, 17 veículos adaptados realizavam atendimento porta a porta, conforme avaliação das necessidades dos estudantes. A atuação da Smile na região também alcançou contratos estaduais. Documentos do Tribunal de Contas do Estado registram a empresa como contratada da Diretoria de Ensino da Região de Sumaré para o transporte fretado de estudantes dos ensinos Fundamental e Médio residentes em áreas urbanas de difícil acesso e rurais, além de alunos com necessidades especiais de Sumaré e Hortolândia.

Os registros demonstram que não se trata, portanto, de uma empresa sem histórico no poder público regional. A Smile possui

uma trajetória de contratos de transporte escolar que alcançou diretamente estudantes de Sumaré e de outras cidades.

O que aproxima as duas histórias é a empresa que ocupa posição central no episódio político ocorrido em Campinas e que, durante anos, também manteve uma relação contratual relevante com o poder público e com a educação em Sumaré.

Em Campinas, a defesa de Vini sustentou durante o processo que não havia prova de ato ilícito, afirmou que o parlamentar estava exercendo sua função fiscalizatória e questionou a legalidade de parte das provas. Também alegou cerceamento de defesa e afirmou que informações solicitadas ao Departamento Estadual de Investigações Criminais ainda não haviam sido recebidas quando o relatório foi elaborado.

No julgamento definitivo, o advogado do parlamentar reiterou que os materiais recebidos na Smile foram encaminhados ao Ministério Público e argumentou que as imagens não demonstravam pagamento de dinheiro ou qualquer outro ato ilícito.

O plenário adotou entendi-

mento diferente quanto à quebra de decoro. Foram 23 votos pela cassação, cinco contrários e uma abstenção, além de quatro ausências. Como eram necessários pelo menos 22 votos entre os 33 integrantes da Câmara, a decisão determinou a perda do mandato. Vini tornou-se o primeiro vereador a ter o mandato cassado pelo plenário da Câmara de Campinas por meio de uma Comissão Processante.

Há ainda uma distinção importante no resultado: segundo registro do julgamento, Vini foi cassado na acusação relacionada à quebra de decoro, enquanto foi absolvido da segunda imputação analisada pelo Legislativo, referente a atos de corrupção ou improbidade administrativa. Eventuais responsabilidades criminais ou por improbidade dependem das investigações e das instâncias competentes, não da decisão política tomada pela Câmara.

O mandato terminou, mas as investigações relacionadas aos fatos que deram origem à crise seguem um caminho próprio. Para Sumaré, o episódio também coloca sob os holofotes uma empresa conhecida da administração pública local e que já transportou diariamente milhares de estudantes da cidade. A existência desse histórico não permite antecipar qualquer irregularidade nos contratos sumareenses, mas torna a trajetória da Smile especialmente relevante para a população local diante da dimensão que o nome da empresa adquiriu nas investigações e na crise política de Campinas.

Da redação

CIDADES

REVITALIZAÇÃO

Prefeitura entrega primeira fase da revitalização do píer do mini-pantanal

O espaço recebeu novo guarda-corpo e novas lixeiras, além de poda corretiva das árvores, manutenção do playground e melhorias na acessibilidade. A estrutura também foi adaptada para funcionar como sala de aula e receber alunos da rede municipal de ensino que participarão do Programa Barco-Escola.

No local, crianças e adolescentes terão aulas teóricas e práticas de educação ambiental, incluindo atividades de navegação pelo Rio Atibaia.

“Estamos investindo para transformar Paulínia em uma cidade resiliente, sustentável e amiga do meio ambiente, trazendo milhares de estudantes para aprender, na prática, como preservar a natureza”, destacou o prefeito Danilo Barros.

O secretário de Meio Ambiente, Rafael Golin, destacou que a cidade cresceu com o rio e por isso, essa parceria é

essencial. “Além de resgatar a história, trabalhamos o presente e o futuro do Atibaia”, reforçou.

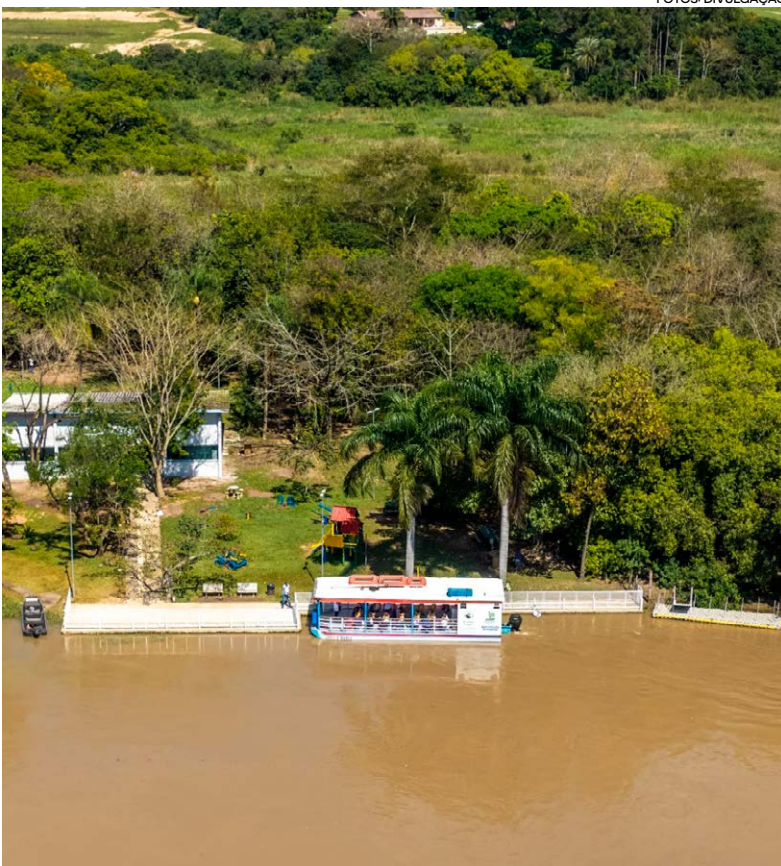
Com a conclusão da primeira fase da revitalização, a Prefeitura dará início à segunda etapa das obras, que incluirá a construção de banheiros externos e de uma cozinha. A medida permitirá que o público em geral utilize a nova estrutura, mantendo o espaço interno do Píer exclusivo para as atividades do Programa Barco-Escola.

A entrega contou com a presença do vice-prefeito, Edilsinho Rodrigues; de vereadores; de alunos da EMESFM Supletivo Fund. e Médio “Vitor Szczepanski e Souza Silva; e dos secretários de Segurança Pública, Maick Lucizano; de Transportes, Valcir Emerick; e de Educação, Márcia Scarsatti.

Prefeitura de Paulínia



O espaço recebeu novo guarda-corpo e lixeiras, poda corretiva, manutenção do playground e melhorias de acessibilidade. A estrutura também foi adaptada para funcionar como sala de aula durante as atividades do Programa Barco-Escola, voltado aos alunos da rede municipal



FOTOS: DIVULGAÇÃO

HABITAÇÃO

Prefeitura de Paulínia apresenta Plano Municipal de Habitação

De forma inédita, a Prefeitura de Paulínia apresentou o Plano Municipal de Habitação (PMH), em evento realizado nesta segunda-feira, 14, no Paço Municipal e que reuniu cerca de 150 pessoas.

O documento foi elaborado a partir da participação da população, por meio de oficinas realizadas nos bairros Jardim Fortaleza, São José, Bom Retiro e Betel, além de pesquisas presenciais e online.

As ações permitiram reunir informações e demandas dos moradores, que contribuíram para a elaboração do documento final.

“O Plano Municipal de Ha-

bitação foi construído ouvindo a nossa população. Com essa etapa concluída, enviamos à Câmara Municipal o projeto de lei que cria oficialmente o PMH. Este momento é fruto do trabalho da nossa gestão, que tem o compromisso de construir moradias populares para atender quem mais precisa”, destacou o prefeito Danilo Barros.

“Ao longo do tempo, o Município desenvolveu ações pontuais na área habitacional. Mas o desafio que identificamos foi justamente transformar essas ações em uma estrutura permanente, organizada, transparente e capaz de responder às dife-

rentes necessidades da população. Foi a partir dessa visão que começamos a construir esta proposta. Agradeço ao prefeito Danilo Barros pelo apoio”, reforçou o secretário de Habitação, Marcelo Mello.

A elaboração do PMH foi realizada pela Secretaria de Habitação. No total, cerca de 2 mil pessoas foram ouvidas durante o processo de criação.

Novas moradias

Paralelamente à elaboração do Plano Municipal de Habitação, a Prefeitura de Paulínia já contratou a empresa responsável pela construção de 400 apartamentos no Jar-



O lançamento ocorreu nesta segunda-feira (14), no Paço Municipal, com a presença de cerca de 150 pessoas

DIVULGAÇÃO

dim Flamboyant, em frente ao AT5. O empreendimento será viabilizado por meio do programa Minha Casa, Minha Vida e aguarda a liberação

dos recursos pela Caixa Econômica Federal para o início das obras.

As 400 unidades habitacionais integram as ações previs-

tas no PMH. A Secretaria de Habitação também trabalha no desenvolvimento de outros projetos para a construção de moradias populares, além de iniciativas de regularização fundiária.

O evento contou com a participação da primeira-dama e presidente do Fundo Social, Tamires Barros; do vice-prefeito, Edilsinho Rodrigues; de vereadores; secretários e servidores municipais; além de técnicos da Fundação Escola de Sociologia e Política de São Paulo (FESPSP).

Prefeitura de Paulínia

SOLIDARIEDADE

Corrida Pernas da Alegria reúne esporte e solidariedade neste domingo em Americana

Americana recebe neste domingo (20) a 4ª Corrida Pernas da Alegria – Edição Florescer, evento que une corrida de rua, caminhada e inclusão a uma iniciativa social voltada a pessoas com deficiência. Organizada pelo Instituto Pernas da Alegria, a programação será realizada na FIDAM, na Avenida Nossa Senhora de Fátima, na Vila Israel, com concentração a partir das 6h e largada a partir das 7h.

Mais do que incentivar a prática esportiva, a corrida tem caráter solidário. O lucro obtido com as inscrições será destinado à aquisição de cadeiras de rodas adaptadas e próteses para pessoas com deficiência, transformando a participação dos atletas em uma forma de contribuir para ampliar a mobilidade e a autonomia dos beneficiados.

A programação contempla diferentes perfis de participantes. Haverá corrida de 5 e 10 quilômetros, caminhada de 5 quilômetros e uma modalidade de 5 quilômetros destinada a

pessoas com deficiência que utilizam triciclos. A idade mínima para participação é de 16 anos. Menores de 18 anos precisam apresentar, na retirada do kit, termo de responsabilidade assinado pelo responsável, seguindo as exigências previstas no regulamento.

As atividades começam às 6h, com a concentração dos participantes. O alongamento e aquecimento estão previstos para 6h15 e a apresentação do evento para 6h40. A primeira largada será às 7h, para os participantes PCDs em triciclos. Na sequência, largam os atletas dos 10 quilômetros, às 7h10, da corrida de 5 quilômetros, às 7h20, e da caminhada, às 7h30.

A proposta inclusiva é uma das características da prova. Além de contar com uma categoria específica para PCDs em triciclos, a organização oferece desconto de 50% nos kits para pessoas com deficiência e participantes com 60 anos ou mais. Os valores gerais das inscrições variam de

R\$126,90 a R\$143,90, além da taxa da plataforma, enquanto os valores com desconto vão de R\$63,45 a R\$71,95, também acrescidos da taxa.

A competição também terá premiação. Nas corridas de 5 e 10 quilômetros, os cinco primeiros colocados das classificações gerais masculina e feminina receberão troféus. Também serão premiados os três primeiros colocados de cada faixa etária, tanto no masculino quanto no feminino. As categorias começam entre 16 e 19 anos e seguem até a divisão destinada aos participantes com 80 anos ou mais.

Quem estiver inscrito deve ficar atento à retirada dos kits, já que não haverá entrega no domingo. Os materiais estarão disponíveis no Salão da FIDAM, na Avenida Nossa Senhora de Fátima, 200, nesta sexta-feira (18), das 11h às 17h, e no sábado (19), das 9h às 17h. Para retirar o kit, o participante deverá apresentar

documento oficial com foto.

A realização chega à quarta edição utilizando o esporte como instrumento de mobilização social. Para o Instituto Pernas da Alegria, cada inscrição representa não somente a presença de mais um atleta na prova, mas uma contribuição para a aquisição de equipamentos que podem proporcionar maior independência e qualidade de vida às pessoas atendidas pela entidade.

A largada e a concentração serão na FIDAM, localizada na Avenida Nossa Senhora de Fátima, 200, Vila Israel, em Americana. As inscrições são realizadas pela plataforma Ticket Sports e, segundo as informações divulgadas, podem ser encerradas quando for atingido o limite técnico de participantes. Informações também podem ser obtidas pelo telefone (19) 99594-5787 e pelo perfil @pernasdalegria nas redes sociais.

Da redação

CORRIDA FLORESCE

20 DE SETEMBRO
AMERICANA/SP

INSCRIÇÕES ABERTAS!

GARANTA SUA VAGA!

CORRA POR INCLUSÃO, ACESSIBILIDADE E MOBILIDADE!

VENHA COM A GENTE

FAZER A DIFERENÇA!

KIT ATLETA

MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO

PONTO DE HIDRATAÇÃO

TODO VALOR ARRECADADO SERÁ DESTINADO À COMPRA DE CADEIRAS DE RODAS (CARRUAGENS)

VARIEDADES

EDUCAÇÃO & CARREIRA

Quase metade dos professores universitários no Brasil mudou de emprego em menos de 20 anos

Ao contrário do senso comum, que enxerga a carreira docente universitária como um percurso de estabilidade e permanência em uma única instituição, 46,9% dos professores do ensino superior brasileiro vivenciaram ao menos um evento de mobilidade empregatícia no país entre 2003 e 2021. A conclusão é de um estudo liderado por Ana Maria Carneiro, coordenadora do Núcleo de Estudos de Políticas Públicas (NEPP), publicado no periódico Research in Higher Education, que mapeou a trajetória de docentes do setor público e privado em todo o território nacional.

A pesquisa foi conduzida por pesquisadores do Laboratório de Estudos sobre a Organização da Pesquisa e da Inovação da Unicamp (Lab-Geopi) no âmbito do projeto Pesquisa da Pesquisa e da Inovação, com financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (Fapesp). O projeto foi desenvolvido entre 2022 e 2025 sob coordenação de Sergio Luiz Monteiro Salles-Filho e contou com quatro frentes de pesquisa.

O artigo é um dos cinco publicados recentemente sobre resultados do projeto e apresenta parte dos resultados en-

contrados na frente de estudos que investigou trajetórias profissionais e mobilidade de pesquisadores. “Nesse artigo especificamente, buscamos analisar a mobilidade acadêmica dentro do Brasil, que significa mobilidade de emprego – sair de uma instituição e entrar em outra –, ou mesmo acumular vínculos empregatícios entre instituições”, explica Carneiro.

Além de Carneiro, assinam o artigo os pesquisadores Ana Maria Nunes Gimenez, Eduardo Rodrigues Capocchi, Luiza Maria Capanema Bezerra e Luciane Grazielle Pereira Ferrero. O grupo identificou uma lacuna na literatura de estudos sobre mobilidade acadêmica nacional – tema relevante quando se consideram países de extensão continental, como Brasil, Estados Unidos e China. “O nosso interesse era primeiro caracterizar essa mobilidade no Brasil porque há poucos estudos sobre mobilidade acadêmica considerando os professores”, complementa.

Metodologia e padrões

Para superar as limitações de bases internacionais como o Orcid (identificador aberto de pesquisador e colaborador, na sigla em inglês) – que no Brasil cobre cerca de 8% dos docentes e possui sobre-re-

presentação de instituições intensivas em pesquisa –, os pesquisadores utilizaram os microdados da Relação Anual de Informações Sociais (Rais), do Ministério do Trabalho e Emprego. O acesso aos dados foi viabilizado por um convênio institucional da Unicamp.

A análise retrospectiva acompanhou os vínculos formais registrados na Classificação Brasileira de Ocupações (CBO) para professores do ensino superior, identificando quatro padrões de trajetória: vínculo único, acúmulo de cargos, transição e mudança com interrupção temporária.

O estudo apontou que instituições intensivas em pesquisa e com forte pós-graduação, como grandes universidades públicas, apresentam menor taxa de mobilidade docente. Em contrapartida, a maior rotatividade ocorre em faculdades e centros universitários privados, além de instituições públicas com foco prioritário no ensino.

O pico de mobilidade ocorreu entre 2007 e 2014, coincidindo com o Programa de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (Reuni). O período impulsionou a interiorização de vagas e concursos públicos, levando docentes a se deslocarem e, eventualmente,



Quase metade dos professores universitários no Brasil mudou de emprego em menos de 20 anos

Levantamento aponta diferenças de mobilidade por gênero, região e tipo de instituição de ensino

buscarem novas transições para se aproximarem de seus locais de origem.

A pesquisa também mostrou que a maior parte das movimentações docentes ocorre dentro da mesma região geográfica ou estado, sendo raros os deslocamentos de longa distância entre estados ou regiões. Há um predomínio de mobilidade especialmente nas regiões Sul e Sudeste, que concentram o maior número de instituições de ensino do país. A maior parte dos deslocamentos ocorre em distâncias de até 50 km, sendo comum em regiões metropolitanas ou municípios vizinhos.

Gênero e remuneração

O recorte de gênero revelou diferenças marcantes. “As mulheres se deslocam em

menores distâncias do que os homens”, diz a coordenadora do NEPP. Os efeitos são percebidos ainda no salário e na duração dos vínculos. Mulheres que tiveram licença-maternidade no primeiro emprego tendem a ter o valor da hora-aula mais baixo e contratos mais curtos. Além disso, há diferença na distribuição entre homens e mulheres nos tipos de instituições, sendo os homens mais presentes em instituições de ensino tecnológico ou intensivas em pesquisa, enquanto as mulheres têm maior presença em instituições mais focadas no ensino de graduação.

A remuneração, concluíram os pesquisadores, nem sempre é fator determinante para a mudança. Em transições do setor privado para

o público, por exemplo, é comum que docentes experimentem uma redução salarial inicial em troca de estabilidade e melhores condições de trabalho. Por outro lado, no setor privado, professores que ganham por hora trabalhada costumam acumular vínculos em diferentes faculdades. “Grande parte dessas mobilidades no setor privado ocorre como uma forma de buscar sobrevivência, mais do que buscar melhores condições de trabalho. Sobrevivência no sentido de garantir um salário”, reflete Carneiro.

Projeção internacional

Os resultados da pesquisa já renderam convites para a equipe integrar a quarta rodada do consórcio internacional Future Academic Profession, que analisa os desafios da profissão docente em diversos países. Carneiro e colegas contribuíram com a elaboração de um questionário que será aplicado a professores de ensino superior em países envolvidos. A pesquisadora também apresentou resultados do estudo na conferência da Associação Europeia de Pesquisa Institucional, que ocorreu no final de agosto em Vilna (Lituânia).

Unicamp

DICAS

5 filmes de romance para aquecer o coração nos dias difíceis



Para aqueles dias em que tudo o que você precisa é de uma história leve, emocionante e capaz de devolver um pouco da esperança no amor, uma boa sessão de cinema pode ser o melhor companhia

Se você está em busca de filmes de romance para aquecer o coração, prepare-se para se emocionar com histórias marcantes, cheias de drama, tensão e amor. Afinal, poucas coisas combinam tanto com uma sessão de cinema quanto acompanhar personagens se apaixonando, enfrentando desafios e tentando encontrar seu final feliz. Por isso, reunimos uma seleção de títulos disponíveis no streaming, que vão de comédias românticas leves a dramas intensos e

prometem conquistar até quem não resiste a uma boa história de amor.

Juntos pelo acaso - HBO Max

Após a morte dos pais de Sophie, Holly e Eric são escolhidos para cuidar da menina. Apesar das diferenças, os dois precisam aprender a conviver enquanto assumem o papel de pais.

A última carta de amor - Netflix

Jennifer lembra sem memória e descobre cartas

de amor que escreveu para Anthony. Quarenta anos depois, Ellie encontra as correspondências e decide investigar essa história.

Enquanto você dormia - Disney+

Uma solitária funcionária do metrô salva um passageiro em coma e é confundida com sua noiva. Enquanto se aproxima da família dele, apaixona-se pelo irmão.

Nosso último verão - Netflix

Antes da faculdade, um

grupo de jovens enfrenta decisões importantes sobre carreira, relacionamentos e futuro enquanto tenta lidar com as incertezas da vida adulta.

Rye Lane – Um amor inesperado - Disney+

Após terminos dolorosos, Dom e Yas se conhecem por acaso e passam um dia juntos por Londres, entre confissões, diversão e novas possibilidades amorosas.

Divulgação

19 anos

SPASSO cidades

Que as melhores notícias você encontra no Jornal Spasso Cidades você já sabe...

Agora você sabe que o Jornal Spasso Cidades você também encontra em nosso site e nas redes sociais?

www.jornalpassocidades.com.br @jornalpassocidades

CANNON

CARDÁPIO ALMOÇO

SEGUNDA A SEXTA | DAS 11H ÀS 14H

PRATOS FEITOS E MARMITEX P

PRATO ECONÔMICO DO DIA

R\$ 19,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

SALADA COM TIRAS DE FRANGO

R\$ 21,90

Alface, tomate, cenoura ralada e rúcula.

FILÉ DE FRANGO

R\$ 21,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

FÍGADO ACEBOLADO

R\$ 21,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

BISTECA SUÍNA

R\$ 21,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

FEIJOADA

R\$ 27,90

Acompanha: Arroz, farofa, couve, torresmo e vinagrete.

CONTRA FILÉ ACEBOLADO

R\$ 29,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

PARMEGIANA DE FRANGO

R\$ 29,90

Acompanha: Arroz e fritas.

PICANHA

R\$ 35,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

PARMEGIANA DE CARNE

R\$ 35,90

Acompanha: Arroz e fritas.

MARMITEX M

Acréscimo de R\$ 2,00 sobre o valor do prato.

Inclui salada (alface e tomate).

ADICIONAIS

ARROZ R\$ 5,00

FEIJÃO R\$ 5,00

BATATA FRITA R\$ 8,00

BEBIDAS

ÁGUA SEM GÁS R\$ 4,00

ÁGUA COM GÁS R\$ 5,00

REFRIGERANTE LATA R\$ 8,00

REFRIGERANTE 600ml R\$ 12,00

REFRIGERANTE 1 LITRO R\$ 14,00

REFRIGERANTE 2 LITROS R\$ 16,00

COCA-COLA 2 LITROS R\$ 19,00

SUCOS

SUCO COPO 400 ml R\$ 13,90

JARRA DE SUCO 700 ml R\$ 20,90

Suco com leite: acréscimo de R\$ 3,00

CANNON

Avenida da Saúde, 56

Planalto do Sol - Sumaré/SP

(19) 3883-7802

(19) 99591-4941

Almoço de segunda a sexta, das 11h às 14h.

REGIÃO

EVENTO AUTOMOTIVO

Universo automotivo – festival em Campinas reúne clássicos, música e atrações gastronômicas

Os apaixonados pelo universo automotivo têm um encontro marcado nos dias 17, 18 e 19 de setembro. É o Germânica Festival Volkswagen, evento gratuito, com diversas atrações, que será realizado no Parque Dom Pedro, em Campinas. Música ao vivo, exposição de clássicos, test drive, espaço kids e gastronomia são alguns dos destaques da programação.

A proposta do Germânica Festival Volkswagen é proporcionar ao público uma experiência única, que vai além da compra e venda de veículos. “Com atra-

ções para crianças, opções gastronômicas, música e diferentes serviços relacionados ao universo automotivo, o Germânica Festival Volkswagen aposta em uma programação que combina entretenimento, experiências e mobilidade, criando uma oportunidade para o público conhecer veículos e aproveitar o espaço com a família”, comenta Evandro Garms, diretor do Grupo Germânica.

Na área de serviços, o festival terá avaliação de veículos no local e aprovação de crédito imediata, além de atendimento direcionado a públicos como pessoas com deficiência (PcD), empresas

(CNPJ), taxistas e produtores rurais.

O evento também reunirá mais de 300 veículos seminovos. Para quem está em busca de um carro novo, o festival terá condições especiais para veículos 0 km, com descontos que podem chegar a R\$35 mil, conforme modelos e condições válidas durante o evento. Com diferentes atividades e serviços, a expectativa é que o festival se torne o maior evento de vendas da Volkswagen Germânica. Durante os três dias, o público poderá conhecer de perto os detalhes de alguns dos principais modelos da montadora, além



O evento reúne mais de 300 veículos seminovos, exposição de clássicos, test drive, espaço kids, música ao vivo, gastronomia e serviços para diferentes públicos

de aproveitar as ofertas e condições exclusivas.

Germânica Festival Volkswagen

Quando: de 17 a 19 de setembro (quinta-feira, sexta-feira e sábado). Horário: das 10h às 21h. Local: Parque Dom Pedro

– Entrada das Águas. Entrada ao evento gratuita. ImPauta Comunicação

FLORICULTURA E DECORAÇÃO

Crisântemos sem perfume conquistam novos mercados na decoração

Graças aos avanços em melhoramento genético, flores e plantas vêm ganhando novas variedades capazes de atender cada vez mais às demandas do público e às exigências de diferentes aplicações. Um exemplo marcante dessa evolução são os crisântemos, flores tradicionalmente reconhecidas por sua beleza, delicadeza e diversidade de cores, mas que, por muito tempo, tiveram seu uso limitado devido ao perfume intenso. Em ambientes como casamentos e eventos gastronômicos, o aroma forte dos crisântemos era considerado um obstáculo, já que podia conflitar com o cheiro dos alimentos ou se destacar excessivamente em composições com outras flores. Esse fator restringiu sua presença em decorações e contribuiu para que, durante anos, fossem associados principalmente a cerimônias fúnebres.

Esse cenário, no entanto, já mudou. Com o desenvolvimento de variedades sem perfume, os crisântemos passam a ocupar um novo espaço no mercado de decoração. Além de manterem suas características visuais marcantes — como variedades

de formas, texturas e cores —, essas novas versões oferecem alta durabilidade, tanto em corte quanto em vaso, ampliando significativamente suas possibilidades de uso. As variedades sem perfume poderão ser conhecidas no 32º Veiling Market - maior feira da floricultura nacional - nos dias 10 (das 8h às 17h) e 11 de setembro (das 8h às 14h), na Cooperativa Veiling Holambra. Pelo menos cinco dos produtores consultados esperam vender pelo menos 70% de seus plantios durante a mais completa feira de negócios da floricultura nacional, na qual são apresentadas as novidades, tendências e destaques de flores e plantas ornamentais para o segundo semestre, com foco na Primavera, Finados, Natal e Réveillon.

Decoração de casamentos

O setor de decoração já acompanha essa tendência. A arquiteta e florista Karina Saab, com mais de 25 anos de atuação, afirma que os crisântemos vêm ganhando cada vez mais espaço em projetos de eventos, especialmente casamentos. “As novas variedades de crisântemos

trazem também formas, texturas e cores, e estão sendo cada vez mais utilizadas tanto para criar volume e preenchimento em arranjos quanto em buquês, caminhos da noiva e diferentes estilos de decoração. Segundo a florista, do laranja, vermelho e pink a tons mais delicados, como lilás, a diversidade de variedades permite composições que vão de propostas vibrantes a produções românticas e temáticas, tornando o crisântemo uma opção versátil e criativa para a decoração de eventos.

Sobre a produção

De 2024 para cá, as variedades sem perfume cultivadas pelo Rancho Raízes, em Holambra, tiveram a produção dobrada. Hoje, 100% da produção no pote 11 é de variedades que não apresentam cheiro. Considerando a produção de todas as variedades também nos potes 13 e 15, os crisântemos sem perfume representam mais da metade da produção. “No pote plástico 11, são plantados os crisântemos tipo margarida de uma família de variedades batizada de Swiftly, do melhorista holandês Dümme, trazidas

para o Brasil há sete anos. Já as outras variedades coloridas e sem perfume, do melhorista Floritec, começaram a ser produzidas no ano passado. A produtora Elisa Pennings, da Maggy Flores e Plantas explica que o critério do perfume para selecionar as novas variedades a serem disponibilizadas para o mercado não é, hoje, o critério mais importante, embora elas estejam abrindo novos mercados, como a possibilidade de decoração, inclusive de dentro de casa. As 10 variedades sem perfume (chamadas de Swiftly, do melhorista holandês Dümme Orange), que ela produz, são do tipo mini margaridas, coloridas e bicolores, cultivadas no pote 13. “Estamos cultivando esse produto desde 2022 e, hoje, produzimos cerca de 600 mil vasos por ano dessa variedade, o que representa mais ou menos a metade da nossa produção”, diz.

Sobre o Veiling Holambra O Veiling Holambra é o mais completo centro comercial e logístico de flores e plantas do Brasil, com mais de 180 mil m² de área, sendo referência no mercado nacional. Com 37 anos de história, a cooperativa



Variedades de crisântemos sem perfume estão conquistando o mercado e ampliando as possibilidades de uso dessa flor

reúne mais de 470 produtores cooperados e atende mais de mil clientes ativos em todo o território nacional. Serviço: Veiling Market - 32ª edição Datas e horários: dia 10/09 (das 8h às 17h) e dia 11/09 (das 8h às 14h)

Local: Cooperativa Veiling Holambra Endereço: Rodovia SP-107, km 27 – Santo Antônio de Posse (SP) Inscrições: gratuitas no link www.veiling.com.br/vmkt

Ateliê da Notícia

ECONOMIA E NEGÓCIOS NA REGIÃO - Por Marcelo Oliveira



Região de Campinas atrai projetos de centros logísticos

Cortadas por várias rodovias, principalmente Anhanguera e Bandeirantes, que dão fácil acesso à Capital e diversas regiões, as cidades no entorno de Campinas estão na mira de investidores em centros logísticos e grandes galpões de distribuição. É o que mostra uma matéria publicada pelo jornal O Estado de São Paulo. A migração desses espaços é decorrente da falta de espaços na Capital e Grande São Paulo e pelos valores mais baixos das áreas disponíveis na região. Além de Campinas, estão na lista de locais preferidos as regiões de

Jundiaí, Atibaia, Sorocaba e Vale do Paraíba.

Empresas da região estão atrasadas para a reforma tributária

Com o início da reforma tributária prestem a entrar em vigor, o cenário na região de Campinas é altamente preocupante. Uma pesquisa realizada pelo Sesccon Campinas com 113 empresas associadas, revela que nove em cada 10 empresas na região ainda não concluíram sua adaptação ao novo sistema. Segundo a pesquisa, 60,2% das empresas ainda estão estudando os impactos da reforma e 8,8% sequer iniciaram o processo de adaptação. Apenas 3,5% afirmam estar totalmente adaptadas ao novo modelo. Outros 24,8% estão com a implantação em andamento e 2,7% concluíram o planejamento.

Falta de clareza é o principal problema

Para 38,9% dos entrevistados, a falta de clareza sobre as novas regras é o principal obstáculo para a adaptação. O percentual

supera outras dificuldades apontadas pelas empresas, como o despreparo dos clientes, mencionado por 21,2%; a necessidade de capacitação das equipes, citada por 17,7%; e a falta de tempo, indicada por 15%. A insegurança também aparece na avaliação sobre o próprio nível de preparo. Em uma escala de zero a dez, a nota média de confiança das empresas para operar sob o novo sistema ficou em 5,74.

Para tributarista, falta de clareza preocupa

Para Sandro Delazari, sócio do Delazari Manzatto Advogados, especialista em Direito Tributário os números preocupam ainda mais diante das decisões que as empresas do Simples Nacional precisam tomar. Até o final de setembro, deverá definir se recolherá CBS e IBS dentro ou fora do regime, escolha especialmente relevante nas relações B2B, em razão dos créditos aproveitados por seus clientes. Uma escolha equivocada pode reduzir a competitividade dessas empresas. “Ao mesmo tempo, a alíquota da CBS

para 2027 ainda não está definida, embora o tributo substitua PIS e Cofins já em janeiro. Sem essa definição, as empresas trabalham apenas com projeções e estimativas, aumentando a insegurança no planejamento para 2027”.

Rede Vitória Hotéis amplia espaço para eventos

O crescimento da demanda por eventos corporativos e sociais em Campinas levou a Rede Vitória Hotéis a investir aproximadamente R\$400 mil na revitalização de um novo espaço dedicado a eventos no bairro Cambuí. Batizado de Espaço V, o local ocupa uma área de 430 m² de área e estrutura preparada para receber diferentes formatos de celebrações, encontros e eventos corporativos. A novidade amplia a atuação do grupo no segmento de eventos e reforça a estratégia da Rede de oferecer soluções completas para empresas, organizadores e anfitriões.

Alta temporada já movimenta o setor de turismo na região

Ainda restam três meses para o início do Verão, a chamada alta temporada do turismo brasileiro. Mas o setor já começa a se movimentar, com alta expectativas. A Azul Linha Aérea acaba de anunciar reforço em suas rotas domésticas. Entre 5 de dezembro e 14 de fevereiro, a Companhia terá 548 voos extras em Viracopos, seu principal hub, considerando partidas e chegadas, para 24 cidades brasileiras. A operação terá 85,7 mil lugares a mais neste período. Dos voos programados para a alta temporada em Campinas, 494 serão dedicados ao Nordeste.

Hotelaria regional tem alta nas categorias econômica e intermediária

A hotelaria da Região Metropolitana de Campinas (RMC) já sente os efeitos do fim das férias escolares. Em agosto, com a retomada dos eventos corporativos e de negócios, a taxa de ocupação regional registrou alta em duas classes: na econômica, a taxa média de ocupação apontada pelo Campinas Convention Bureau atingiu

63,57%, ante 60,08% de julho. Na Midscale (intermediária), a ocupação ficou em 58,35%, ligeira alta em relação ao mês anterior (52,03%). Porém, a categoria Luxo teve retração, passando de 39,43% em julho, para 38,44% em agosto.

Negócio concluído: Cade autoriza compra da Desktop

Agora é oficial. A Claro é a nova dona da operadora Destktop, de Sumaré, na Região Metropolitana de Campinas (RMC). O negócio de R\$4 bilhões anunciado em março pela aquisição de 73% da operadora foi aprovado nesta semana pela Superintendência-Geral do Conselho Administrativo de Defesa Econômica (Cade). A Desktop tem 1,2 milhão de clientes em 198 cidades no Estado de São Paulo, o equivalente a 7,6% de participação no mercado. Para a Claro, a aquisição representa um avanço importante no Estado, onde disputa a liderança com a Vivo. A Claro tem 4,5 milhões de clientes em São Paulo (28,3%), enquanto a Vivo conta com 4,9 milhões (31%).

OPINIÃO

SEGURANÇA DIGITAL

Golpes digitais, no mercado imobiliário avançam



Dr. Carlos Alberto Zonta Junior

A digitalização do mercado imobiliário trouxe mais praticidade para quem compra, vende ou aluga imóveis. Visitas virtuais, assinaturas eletrônicas, anúncios em plataformas digitais e pagamentos instantâneos reduziram distâncias e agilizaram negociações. Ao mesmo tempo, porém, esse ambiente abriu espaço para um novo

tipo de criminalidade. Falsas imobiliárias, corretores inexistentes, anúncios clonados, escrituras falsificadas e golpes envolvendo transferências via PIX estão entre as fraudes que mais preocupam especialistas e autoridades.

O prejuízo pode chegar a centenas de milhares de reais. Em muitos casos, criminosos copiam anúncios verdadeiros, utilizam fotografias reais de imóveis, criam perfis falsos em redes sociais e aplicativos de mensagens e convencem compradores ou locatários a realizar pagamentos antecipados para garantir um suposto negócio. Quando a vítima percebe a fraude, o dinheiro já foi transferido para contas de terceiros e recuperar os valores torna-se uma tarefa complexa.

Segundo o advogado especialista em Direito Imobiliário

Carlos Alberto Zonta Junior, a sofisticação desses golpes exige que consumidores redobrem os cuidados antes de qualquer negociação. “Hoje os criminosos conseguem reproduzir logotipos, contratos, documentos e até identidades visuais de imobiliárias conhecidas. Muitas vezes a fraude parece absolutamente legítima. Por isso, a conferência das informações deixou de ser uma recomendação e passou a ser uma etapa obrigatória de qualquer negociação imobiliária”, afirma.

Entre as práticas mais comuns está a atuação do chamado falso corretor. O golpista se apresenta como profissional habilitado, intermedeia a negociação e solicita pagamentos de sinal ou entrada em contas bancárias que não pertencem ao proprietário nem à imobiliária. Outro golpe recorrente envolve

a alteração dos dados bancários consideravelmente o risco de fraude”, explica.

Outra orientação importante é desconfiar de ofertas muito abaixo do valor de mercado ou de negociações marcadas por excesso de urgência. Segundo o advogado, os golpistas costumam pressionar a vítima para que a decisão seja tomada rapidamente, impedindo que haja tempo para conferências e consultas. “Quando alguém insiste para que o pagamento seja imediato porque existe outro comprador ou porque a oportunidade vai acabar em poucos minutos, esse comportamento deve servir como sinal de alerta. No mercado imobiliário, cautela nunca é excesso”, destaca.

Para Carlos Alberto Zonta Junior, o avanço das fraudes digitais exige uma mudança de comportamento dos consu-

vidores. “A tecnologia trouxe inúmeras vantagens para o mercado imobiliário, mas também aumentou a responsabilidade de quem negocia. Verificar documentos, confirmar informações e buscar orientação jurídica antes de movimentar valores elevados são atitudes que podem evitar perdas financeiras e anos de disputas judiciais. No mercado imobiliário, segurança continua sendo o melhor investimento”, conclui.

Serviço: Carlos Alberto Zonta Junior
Advogado Imobiliário, OAB/PR 77920
(44) 9925-7972
@bzonta
contato@zonta.adv.br
www.zonta.adv.br
Rua Arthur Thomas, 942, Loja 01, Zona 01, Maringá - PR.

Toda Comunicação

CRESCIMENTO DAS FRAUDES

Seu rosto, seu inimigo: mais de quatro cidadãos são lesados a cada minuto por fraudes e reconhecimentos



Dr. Rodolfo Nóbrega Luz, advogado criminalista

O Brasil é frequentemente celebrado pela capacidade criativa e pela resiliência empreendedora de seu povo. Paralelamente a esse dinamismo legítimo, contudo, opera um mercado subterrâneo que evolui em ritmo assustador: a indústria do estelionato contemporâneo. Dados consolidados sobre a segurança pública revelam um panorama alarmante: entre 2021 e 2025, as ocorrências de estelionato comunicadas às autoridades saltaram 72%, atingindo o patamar de 2,26 milhões de registros anuais.

Traduzida para o cotidiano,

essa cifra expõe uma realidade sufocante de aproximadamente 258 registros por hora, mais de quatro cidadãos lesados a cada minuto. Trata-se, contudo, de um diagnóstico conservador. As estatísticas oficiais capturam apenas a superfície do problema, dependentes que são da iniciativa formal da vítima, deixando à margem uma cifra negra de episódios silenciados pelo constrangimento, pela desinformação ou pela desesperança na persecução penal.

Para o advogado criminalista Rodolfo Nóbrega Luz, do escritório Cardella Advogados, sob a ótica do Direito Penal e da prática criminológica, essa escalada é o reflexo direto de uma profunda mutação nos padrões sociais e econômicos decorrente da hiperconectividade.

“Diferentemente dos delitos perpetrados com violência ou grave ameaça à pessoa que subjagam o patrimônio pela coação física imediata, o estelionato opera na sutileza do convencimento, da indução em erro e da captura psicológica. A digitalização massiva das rotinas financeiras e a consolidação dos meios

instantâneos de pagamento transformaram o smartphone no centro nevralgico da vida civil, sem que houvesse uma assimilação proporcional de letramento em segurança da informação”, diz ele.

Nesse ecossistema, afirma o advogado criminalista, o criminoso já não precisa romper firewalls complexos ou decifrar criptografias bancárias de ponta: basta-lhe explorar as vulnerabilidades intrínsecas da psicologia humana. “A engenharia social profissionalizou-se. Gatilhos universais como medo, senso de urgência, afeto familiar, ambição e solidão são instrumentalizados para turvar a capacidade crítica do indivíduo. Em estados de estresse induzido como no clássico golpe da falsa central bancária ou no apelo de falsas emergências, a vítima é desarmada de sua prudência ordinária e impelida a transferir valores por vontade própria, conquanto viciada na origem”, diz Luz.

Segundo o advogado, o salto qualitativo mais perigoso desse fenômeno reside na apropriação indevida dos próprios dados biométricos do cidadão,

especialmente o reconhecimento facial. Implementada pelas instituições financeiras e plataformas digitais sob a promessa de autenticação infalível, a biometria da face tornou-se o novo vetor das fraudes mais sofisticadas.

“Criminosos têm se valido de imagens capturadas em redes sociais, bancos de dados vazados e técnicas avançadas de manipulação sintética de vídeo (deepfakes) para burlar sistemas automatizados de “prova de vida”. Em outros casos, aplicam-se expedientes de engenharia social nos quais a própria vítima é induzida a realizar um escaneamento facial sob o pretexto de atualização cadastral, validação de brinde ou desbloqueio de serviços, quando na verdade está autorizando a abertura de contas fraudulentas, a contratação de empréstimos vultosos ou a transferência de seu patrimônio”, explica.

“A gravidade desse expediente reside no fato de que, ao contrário de uma senha alfanumérica destacável e redefinível, a face de um indivíduo é imutável. Quando a identidade

física é convertida em chave de acesso sem mecanismos redundantes e eficazes de checagem, a desproteção do cidadão atinge níveis críticos”, acrescenta.

Para o criminalista, os desdobramentos dessas práticas ultrapassam o prejuízo patrimonial. Ao contrário do crime violento, no qual a sociedade acolhe a vítima e reprova unicamente o agressor, no estelionato a vítima frequentemente carrega o peso estigmatizante da culpa. A vergonha de ter sido enganada gera auto acusação, isolamento e desestímulo à denúncia, corroendo a confiança interpessoal e estabelecendo um clima de hipervigilância nas relações cotidianas.

“Nesse contexto, a crença ingênua no punitivismo penal simbólico mostra-se ineficaz. A criação de tipos penais mais severos para a fraude eletrônica como a promovida pela Lei nº 14.155/2021 produz pouco ou nenhum efeito dissuasório sobre redes criminosas estruturadas, difusas e que atuam a distância, muitas vezes a partir de estabelecimentos prisionais ou do exterior. O Direito Penal,

concebido como ultima ratio, não é capaz de suprir sozinho a ausência de barreiras técnicas e de governança”, alerta.

“O enfrentamento desse cenário exige uma postura multidisciplinar e a corresponsabilização dos agentes econômicos. É imprescindível que as instituições financeiras e as empresas de tecnologia aprimorem seus protocolos de mitigação de risco, adotando travas temporais para movimentações atípicas, bloqueios cautelares robustos e camadas de autenticação que não transfiram integralmente ao consumidor o risco da atividade econômica”, adverte Luz. “Paralelamente, o poder público deve estruturar políticas de educação digital e inteligência investigativa especializada. Sem uma revisão profunda da segurança das ferramentas tecnológicas e sem a conscientização da sociedade, continuaremos a assistir à proliferação de crimes modernos combatidos com respostas arcaicas”, completa o advogado criminalista.

Comunicação Estratégica Campinas

CRÉDITO E FINANÇAS

Garantia pode baratear crédito

Conseguir crédito não significa necessariamente fazer um bom negócio. Em um cenário de endividamento elevado das famílias e juros ainda altos, comparar modalidades, prazos, custo efetivo total e a possibilidade de oferecer um patrimônio como garantia pode representar uma diferença importante no custo final de um empréstimo.

Dados do Banco Central ajudam a dimensionar o problema. Em janeiro de 2026, a taxa média das novas operações de crédito livre para pessoas físicas chegou a 61% ao ano, alta de 6,7 pontos percentuais em 12 meses. O próprio BC também apontou, em seu Relatório de Política Monetária de junho, que o endividamento e o comprometimento da renda das famílias permaneciam elevados e que as variações de juros haviam sido maiores nas modalidades sem garantia.

Para o economista Noé Santiago, da ANIDEA, esse cenário exige uma mudança na pergunta feita pelo consumidor antes de contratar. “Não é apenas: ‘eu consigo esse crédito?’. A pergunta também deveria ser: ‘qual é a melhor forma de conseguir esse crédito?’. Dependendo da situação, utilizar um patrimônio como garantia pode abrir outras possibilidades que precisam ser comparadas antes da decisão”, explica.

A diferença está na estrutura da operação. Em modalidades com garantia, um imóvel ou outro bem é vinculado ao contrato, o que pode alterar as condições oferecidas pela instituição financeira. Isso não significa, entretanto, que uma modalidade seja automaticamente a melhor escolha para todos. Taxas, prazo, valor liberado, custo efetivo total e, principalmente, a capacidade

de pagamento precisam ser avaliados individualmente. O próprio Banco Central mantém séries estatísticas distintas para operações de crédito pessoal não consignado com e sem garantias reais.

Uma das alternativas mais conhecidas é o Home Equity, modalidade na qual um imóvel é utilizado como garantia da operação. Agora, a Anidea amplia seu portfólio e passa a trabalhar também com empréstimos com garantia de automóvel, oferecendo uma segunda possibilidade para clientes que possuem patrimônio e procuram avaliar diferentes formas de acesso ao crédito.

Segundo Santiago, a ampliação não significa que todo consumidor que possui imóvel ou veículo deva necessariamente oferecê-lo como garantia. “Crédito precisa fazer sentido para a realidade de quem está

contratando. O primeiro passo é entender para que o dinheiro será utilizado, quanto a pessoa precisa, qual parcela cabe no orçamento e depois comparar as alternativas disponíveis. A garantia é uma possibilidade dentro dessa análise”, afirma.

A atenção ao custo ganhou ainda mais importância nos últimos anos. Em dezembro de 2025, por exemplo, o crédito livre destinado às famílias registrava taxa média de 60,1% ao ano, sete pontos percentuais acima da registrada um ano antes. Entre as modalidades que contribuíram para esse movimento estavam o crédito pessoal não consignado e diferentes operações com cartão de crédito.

Para Santiago, o consumidor deve evitar escolher um empréstimo apenas pela facilidade ou velocidade da liberação. “Antes de contratar qualquer crédito, é



Oferecer uma garantia pode resultar em taxas de juros mais baixas, tornando o empréstimo menos oneroso ao longo do tempo

importante comparar. Às vezes, a solução mais fácil de acessar não é necessariamente a mais adequada para aquela pessoa. Quando existem patrimônio e outras possibilidades de estruturação da operação, vale conhecer os cenários antes de tomar a decisão”, conclui.

Serviço: ANIDEA
Noé Santiago - Economista

41 98840-1153
@anidea.br
noe.santiago@anidea.com.br
anidea.com.br

Toda Comunicação

SAÚDE | BEM ESTAR

SAÚDE MENTAL

Psicólogo ou psiquiatra: quando procurar cada um deles?

Decidir buscar ajuda para cuidar da saúde mental é um passo importante. Mas, na hora de escolher qual profissional procurar, muitos ficam em dúvida se devem consultar um psiquiatra ou um psicólogo.

Os dois especialistas cuidam da mente, mas atuam de formas diferentes. Entender isso traz mais clareza sobre o processo, e é também parte do cuidado com o equilíbrio emocional e da prevenção ao sofrimento psíquico mais grave.

O que faz o psicólogo?

O psicólogo não é um médico por formação e, por isso, não pode prescrever medicações. Ele é um profissional da área da saúde formado em psicologia, que atua principalmente por meio de conversas estruturadas.

Essas conversas ajudam a pessoa a entender os pensamentos, emoções e comportamentos que podem estar na base do

sofrimento emocional. É um tratamento indicado para lidar com ansiedade, tristeza persistente, dificuldades de relacionamento, mudanças de vida, autoconhecimento e o manejo de sintomas emocionais no dia a dia.

O que faz o psiquiatra?

O psiquiatra é médico, com especialização em psiquiatria. Isso significa que ele pode diagnosticar transtornos mentais, pedir exames e, quando necessário, prescrever medicações.

Costuma ser o profissional buscado quando os sintomas têm impacto físico ou funcional mais intenso: alterações importantes de sono, apetite ou energia, oscilações de humor que fogem do habitual, quadros que interferem no trabalho, nos estudos ou nas relações.

Como saber qual procurar primeiro?

Não existe uma ordem fixa e, além do mais, uma opção não



Entender o papel de cada profissional ajuda a buscar o atendimento mais adequado

exclui a outra. Isso porque as duas abordagens costumam ser complementares.

O psicólogo percebe a necessidade de associar uma avaliação psiquiátrica para que o paciente sofra menos e se engaje melhor no trabalho terapêutico; ou o psiquiatra indica sessões de psicoterapia junto ao tratamento medicamentoso.

Em todo caso, o caminho mais seguro para essa decisão é procurar uma orientação médica para receber o encaminha-

mento adequado ou conversar com o próprio profissional que está liderando o cuidado.

As principais abordagens terapêuticas da psicologia

Como vimos, os psicólogos atuam por meio de conversas estruturadas com o objetivo de aliviar sentimentos complexos. Mas há muitas formas de fazer isso e essa diferenciação é o que chamamos de “abordagens terapêuticas”.

Veja algumas das principais:

Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) – parte da ideia de que pensamentos, emoções e comportamentos estão conectados. O trabalho terapêutico foca em identificar padrões de pensamento que geram sofrimento e substituí-los por interpretações mais funcionais. É uma abordagem com foco no presente e nos sintomas atuais, o que costuma torná-la mais objetiva.

Psicanálise – parte da ideia de que boa parte do que sentimos e fazemos hoje tem raízes em desejos, memórias e conflitos que não estão totalmente conscientes. O objetivo não é eliminar um sintoma pontual, mas ampliar a compreensão que a pessoa tem sobre si mesma, sobre a origem do seu sofrimento e sobre padrões que se repetem na vida. Por isso, costuma ser um processo mais longo do que a TCC.

Além dessas, há ainda outras linhas terapêuticas tam-

bém reconhecidas e usadas por psicólogos, como a Terapia Comportamental, que foca em modificar comportamentos por meio do reforço, e a Psicologia Analítica, que dá atenção especial aos símbolos, sonhos e contexto social em que a pessoa está inserida.

Não existe uma abordagem “melhor” do que a outra. O que funciona é aquela em que a pessoa sente segurança e afinidade com o profissional escolhido.

E lembre-se: caso você ou alguém próximo esteja passando por um momento de sofrimento intenso ou pensamentos de fazer mal a si mesmo, o Centro de Valorização da Vida (CVV) pode ser um primeiro passo essencial. Esse serviço oferece apoio emocional gratuito e sigiloso pelo telefone 188, disponível 24 horas.

Unimed

SEMANA DO BEM-ESTAR

Movimento que faz bem

Tem gente que corre para começar o dia com mais disposição, pedala para espalçar, treina para ganhar condicionamento ou simplesmente encontrou na atividade física um momento de prazer e de cuidado consigo. O movimento do corpo pode trazer energia, aliviar a tensão da rotina e contribuir para uma sensação maior de bem-estar. É justamente essa relação com uma vida mais saudável que está no centro da Semana do Bem-Estar, celebrada de 14 a 20 de setembro e incluída no calendário do Ministério da Saúde. A iniciativa é promovida pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) desde 2011 e propõe uma compreensão mais ampla do cuidado com a saúde.

Quando a atividade física acontece, porém, não são apenas músculos, articulações, coração e respiração que entram em ação. Os olhos também acompanham cada movimento, ajudam a perceber obstáculos, calcular distâncias, manter o equilíbrio e reagir ao que acontece ao redor. Para quem corre, pedala, joga beach tennis ou pratica outras modalidades ao

ar livre, cuidar da visão faz parte desse mesmo bem-estar.

O oftalmologista Dr. Rodrigo Carvalho pontua alguns hábitos simples que podem fazer diferença para evitar desconfortos e situações de risco. Não raro, o conforto e a segurança dos olhos durante a prática esportiva podem ser comprometidos. Conforme o especialista, é importante se proteger de óculos inadequados, do uso de lentes de contato em condições desfavoráveis, do ressecamento ocular, da exposição à radiação ultravioleta e da desidratação, além de evitar traumas e o uso de colírios por conta própria.

“Quando falamos em esporte, pensamos naturalmente em preparo físico, alimentação, hidratação e descanso. A visão também participa desse conjunto. Uma alteração visual durante uma corrida, por exemplo, pode interferir na percepção de profundidade, no equilíbrio e na capacidade de reagir rapidamente ao que acontece ao redor”, explica o médico.

Óculos escuros são só para reduzir a luminosidade?

Óculos escuros sem proteção



Beach-tenista com óculos: É importante se proteger do ressecamento ocular

UV não oferecem a proteção necessária aos olhos e, por isso, não devem ser escolhidos apenas pela capacidade de diminuir a luminosidade.

Também é preciso utilizar óculos adequados para corrigir a visão durante o exercício. O modelo deve ser compatível com a atividade e com as necessidades visuais de cada pessoa, especialmente em modalidades nas quais movimentos, vento, suor ou possibilidade de impacto fazem parte da rotina.

Lentes de contato

Corrida e ciclismo, por exemplo, podem expor os olhos ao vento, poeira, sol e ambientes mais secos, fatores que podem favorecer desconforto e ressecamento. Ardência, sensação de areia nos olhos, vermelhidão ou oscilação da visão durante o exercício não devem ser tratados simplesmente como parte da atividade. Quando esses sintomas são recorrentes, a orientação é procurar avaliação oftalmológica para entender a causa e verificar se o uso das lentes está adequado.

Desidratação também afeta o conforto ocular

A hidratação costuma ser uma preocupação constante entre corredores e outros praticantes de atividades físicas, principalmente durante exercícios prolongados. Para os olhos, manter uma boa hidratação do organismo também contribui para o funcionamento adequado da superfície ocular. “O problema pode ser percebido por sintomas como sensação de seca, ardência ou desconforto visual”, destaca o especialista.

Cuidado com os colírios “clareadores”

Outro hábito que pode parecer inofensivo é recorrer a colírios por conta própria quando os olhos ficam vermelhos ou com aparência cansada depois da atividade física. O efeito de reduzir temporariamente a vermelhidão não significa que a causa do problema tenha sido tratada. Irritação, dor, vermelhidão persistente ou alteração da visão podem ter diferentes origens e, quando permanecem, precisam ser investigadas.

Traumas exigem prevenção

Dependendo da modalidade, os olhos também estão sujeitos a impactos. Quebras, galhos, objetos, bolas e outros contatos acidentais podem provocar lesões, principalmente em atividades realizadas em grupo ou em ambientes externos.

Por isso, equipamentos de proteção adequados à modalidade devem fazer parte da preparação quando houver risco de trauma ocular.

Para o oftalmologista, um dos principais sinais de alerta é qualquer mudança na qualidade da visão durante a atividade física. “Se a pessoa percebe visão embaçada, dor, irritação persistente ou alguma alteração visual durante o exercício, não é recomendável continuar e esperar passar. É preciso entender por que aquele sintoma está acontecendo”, frisa.

Saiba mais: @dr_rodrigotcarvalho e site

AMZ Relações Públicas Eventos

ESTÉTICA

O que faz um nariz ser bonito?

Entre as cirurgias estéticas mais realizadas no mundo, a rinoplastia moderna parte de um planejamento individualizado, que considera proporções faciais, anatomia, identidade e função nasal. A rinoplastia permanece entre os procedimentos estéticos cirúrgicos mais realizados no mundo. Dados da International Society of Aesthetic Plastic Surgery (ISAPS) registraram mais de 1 milhão de rinoplastias realizadas globalmente em 2024, reforçando a relevância do procedimento dentro da cirurgia estética facial.

Mas o conceito de um nariz esteticamente bem-sucedido mudou. Mais do que simplesmente reduzir seu tamanho, afinar a ponta ou retirar uma giba do dorso, a rinoplastia contemporânea busca equilibrar o nariz com as demais estruturas da face, preservando as características individuais de cada paciente.

Segundo o otorrinolaringologista Dr. Marco Tuzino, especialista em rinoplastia, não existe um único formato de nariz que possa ser considerado ideal.

“Não existe um nariz perfeito que possa ser reproduzido em todos os pacientes. O objetivo é encontrar proporções que façam sentido para aquele rosto. Pequenas mudanças no dorso, na ponta, na projeção ou na largura podem modificar de maneira importante a percepção de harmonia facial, mas sem apagar a identidade do paciente”, lembra Tuzino.

O planejamento de uma rinoplastia envolve uma análise detalhada da face. Formato e proporções faciais, estrutura óssea e cartilaginosa, espessura da pele, projeção e rotação da ponta nasal, largura do nariz e relação entre nariz, lábios e mento estão entre os aspectos que podem ser considerados antes da cirurgia.

Por ocupar uma posição central na face, o nariz exerce

grande influência sobre a percepção do conjunto. Por isso, resultados naturais nem sempre significam mudanças discretas.

“Naturalidade não significa necessariamente mudar pouco. Significa realizar mudanças que se integrem ao rosto de tal maneira que o resultado pareça pertencer àquela pessoa.”, explica Tuzino.

Estética e respiração fazem parte do mesmo planejamento

Além da análise estética, a avaliação da função nasal é uma etapa importante. Alterações como desvio do septo e comprometimentos das estruturas responsáveis pela passagem adequada do ar podem coexistir com as queixas estéticas.

Quando existe indicação, o tratamento funcional pode ser associado à rinoplastia no mesmo procedimento.

“Um nariz bonito também precisa respirar bem. Não faz sentido buscar um excelente resultado estético comprometendo a função nasal. O planeja-

mento deve considerar as duas coisas desde o início.”

Essa integração entre estética e função é especialmente relevante porque algumas estruturas modificadas durante uma rinoplastia também participam do suporte e da dinâmica respiratória do nariz. O conhecimento detalhado da anatomia nasal permite planejar as mudanças estéticas respeitando essas estruturas.

O resultado é construído ao longo dos meses

Outro ponto frequentemente desconhecido pelos pacientes é que o resultado de uma rinoplastia não deve ser avaliado apenas nas primeiras semanas.

Embora grande parte do edema diminua progressivamente, o nariz continua passando por modificações durante meses, especialmente na região da ponta. Em muitos casos, a avaliação do resultado ocorre após 12 meses ou até mais, dependendo das características individuais e da complexidade



Médico Marcos Tuzino

do procedimento.

O acompanhamento pós-operatório, portanto, faz parte do tratamento.

“Rinoplastia é uma cirurgia de milímetros, proporções e detalhes. O objetivo não é criar um nariz isoladamente bonito, mas um nariz que harmonize com a face, preserve a identidade do

paciente e mantenha uma boa função respiratória”, finaliza.

SERVIÇO:

Jair Italiani
E-mail: jair@jairitaliani.com
Telefone: 19 981687947

Comunicação Estratégia C ampinas

BELEZA

3 acessórios que vão elevar seu look de verão

FOTOS: DIVULGAÇÃO



Lenço



Bolsa jelly



Óculos de sol gatinho

Com o verão se aproximando, já é hora de pensar nos looks que vão sair do armário e acompanhar a rotina na estação mais quente do ano. Para ajudar nessa tarefa, selecionamos três acessórios

estilosos que têm o poder de transformar a produção.

1 — Lenço

Em primeiro lugar, o lenço de cetim segue como um dos favoritos das it-girls. Nos looks de verão, o acessório aparece tanto na cabeça,

complementando o penteado, quanto amarrado na cintura, dando um toque extra de estilo para a peça inferior do look.

2 — Bolsa jelly

A bolsa Jelly Firkin é uma das grandes tendências de

2026! Feito de plástico ou PVC, o modelo tem tudo a ver com o verão e ganhou popularidade na Coréia do Sul. Se você gosta de looks leves e divertidos, aposte no acessório para completar as produções da estação e personalize a

bolsa com chaveiros.

3 — Óculos de sol gatinho

Por fim, o destaque fica por conta do óculos de sol gatinho. Também conhecido como cat-eye, o modelo carrega uma forte inspiração vintage, mas segue

conquistando espaço com releituras contemporâneas. Com suas linhas marcantes, o acessório é capaz de transformar produções básicas e adicionar um toque retrô e sofisticado ao visual.

Divulgação

DICAS

Organização do guarda-roupa: 5 itens que merecem ficar de fora

Faltando poucos dias para a chegada da primavera, muitas pessoas começam a organizar o guarda-roupa. É na troca de estações que a faxina começa, dando espaço para uma nova fase e permitindo o desapareço de alguns itens. A seguir, confira nossas dicas para fazer isso de forma eficaz.

1 — Roupas que não servem mais

O primeiro passo é se desfazer de roupas muito grandes ou apertadas. São aquelas peças que você promete que vai vol-

tar a usar um dia, mas nunca usa! Se estão há anos paradas, talvez seja hora de liberar espaço.

2 — Roupas que você nunca usa

O mesmo vale para blusas, casacos e calças que estão no seu armário há alguns anos, mas você não as usa. Separe essas peças para doação ou, se preferir, coloque-as à venda.

3 — Itens que você mantém apenas por culpa ou apego

Sabe aquela peça que você

ganhou de aniversário mas nunca se identificou com ela? Presentes, compras caras ou peças ligadas a alguma ocasião especial podem ocupar espaço mesmo quando não fazem mais sentido no seu guarda-roupa.

4 — Sapatos desconfortáveis

Você com certeza já comprou um salto, sapatilha ou até mesmo tênis que machucou o seu pé, e por isso você evita usá-lo, analisando a ocasião. Esse tipo de calçado acaba apenas ocupando espaço e sendo mais

difícil de encaixar na rotina. Por isso, desaparece!

5 — Peças muito antigas

Com o passar dos anos, a moda muda e as roupas vão se atualizando. Por isso, alguns itens que carregam tendências muito específicas ou modelagens que ficaram ultrapassadas podem ser retirados do guarda-roupa. Antes de se desfazer da peça, porém, avalie se ela ainda pode ser usada em novas propostas.

Divulgação



Manter o guarda-roupa organizado vai além de dobrar roupas e separar peças por categoria

TENDÊNCIA

Vai de Bermuda: 6 formas estilosas para apostar na peça que está dominando os looks em 2026

Ela saiu do guarda-roupa utilitário e foi direto para o topo das tendências de street style. A bermuda feminina se consolidou como peça-chave de 2026, aparecendo nas passarelas em versões de alfaiataria mais amplas e de caimento leve, e nas ruas em jeans, linho e sarja.

Existente um motivo bem prático para esse sucesso todo: ela resolve o dilema de quem precisa se vestir bem em cidade quente, entregando estrutura de look arrumado com a mesma liberdade de um short. Vem conferir seis formas de usar a bermuda com estilo!

Antes de tudo, escolha o comprimento certo!

O que caracteriza a bermuda de alfaiataria é a separa do short casual é justamente o conjunto de tecido firme, corte estruturado, acabamento cuidado e pregas ou pinças que desenham o caimento, com o comprimento parando acima do joelho. É essa combinação que cria o visual arrumado.

O segredo para alongar as pernas é deixar o peito do pé à mostra. Por isso, scarpins, mules de bico fino e sandálias de tiras minimalistas são os grandes aliados da bermuda de alfaiataria. Em tons nude ou metalizados, eles criam uma linha contínua entre a perna e o chão e dão a sensação de alguns centímetros a mais.

Outras direções que funcionam:

Para bermuda jeans em modelagem oversized, estilo jorts, os sapatos com mais presença visual equilibram o peso do denim.

Para bermudas de tecido leve como o linho, as sapatilhas de bico quadrado, mary janes, modelos bicolores e slingbacks de salto baixo entregam conforto sem perder a elegância.

Para o look mais solar, sandália anabela, espadrille de amarrar e rasteira com pedraria trazem textura e conforto para dias longos.

Atenção às amarrações no tornozelo: elas funcionam melhor com bermudas mais curtas. Para as que chegam ao joelho, prefira rasteiras sem tira no calcanhar.

Agora vamos às formas mais estilosas de apostar na peça!

1. Bermuda de alfaiataria com camiseta básica

A combinação mais fácil para o dia a dia e a que mais rende. A camiseta em branco, preto ou cinza traz casualidade, arrematando com sapatos poderosos e acessórios para dar elegância aos looks! É exatamente nesse encontro entre corte clássico e conforto que o sport style ganha força. E o melhor: o look fica confortável e prático, sem exigir nenhum esforço extra de manhã.

Se quiser subir o nível sem complicar, troque o tênis por mocassim e acrescente um cinto fino.

2. Conjunto de bermuda e blazer

Esse é o uniforme de poder da temporada! Conjunto de bermuda e blazer em alfaiataria, na mesma cor, cria uma linha vertical contínua que alonga a silhueta inteira. O caminho monocromático é o mais elegante, e as cores neutras como preto, marinho, cinza e bege são apostas seguras. Por baixo, camiseta lisa ou regata canelada mantém o conjunto respirável.

Como a alfaiataria da temporada apareceu em modelagens mais amplas e caimento solto, vale escolher o blazer levemente maior e sem estrutura rígida no ombro.

3. Bermuda com colete de alfaiataria

A versão mais fashionista da lista, e uma das que mais aparece nas ruas. O colete substitui o blazer com muito mais frescor, o que é uma vantagem enorme em cidade quente. Duas leituras possíveis com a mesma base: Despojada: colete com camiseta branca por baixo e chinelo de dedo nos pés

Formal: colete fechado com slingback ou mocassim, e bolsa estruturada. O colete também funciona sozinho, sem nada por baixo, para quem se sente à vontade.

4. Aposte no monocromático

Quer um truque simples para deixar a bermuda instantaneamente mais sofisticada? Use tudo na mesma família de cores. Bermuda preta com blusa preta cria um visual elegante, enquanto tons de branco, bege, marrom e off-white funcionam muito bem para uma proposta mais leve. E não precisa ser exatamente a mesma tonalidade. Misturar diferentes nuances da mesma cor deixa o look mais interessante e menos previsível.

5. Bermuda jeans em versão comportada

O comprimento mais longo resolve as situações em que o short muito curto não é indicado, mantendo um visual casual e à vontade. Como combinar: Com camiseta de algodão pesado e tênis, para o fim de semana. Com camisa de linho aberta sobre regata, para o fim de tarde. Com blusa de tricô leve e sapatilha, para almoço. Com blazer estruturado por cima,

criando o contraste que moderniza o denim. A bermuda jeans é a mais democrática da lista e provavelmente a que já está no seu armário.

6. Bermuda camuflada + peças sofisticadas

A estampa camuflada voltou a ganhar espaço na moda e pode aparecer de um jeito bem menos óbvio do que a clássica combinação com camiseta e tênis.

Para deixar a bermuda camuflada mais fashion, experimente equilibrar a estética utilitária da estampa com peças de propostas diferentes. Uma camisa branca, blazer, regata de tecido sofisticado ou bolsa estruturada, por exemplo, criam um contraste interessante. Nos pés, vale trocar o tênis por mocassim, sapatilha, slingback ou sandália. A mistura entre o militar e o sofisticado deixa a produção mais atual e mostra que a camuflagem pode, sim, sair do lugar-comum.

As cores que funcionam melhor

A escolha da cor define quanto a peça vai render:

Preto, bege, cinza e marinho: a base neutra que aceita qualquer blusa ou camisa estampada por cima.

Amarelo manteiga, rosa-pastel e azul-claro: entre as cores da temporada, deixam as produções de dia mais leves.

Branco e off-white: elegantes, mas peça sempre um forro adequado antes de comprar.

Marrom e caramelo: a leitura mais atual, especialmente combinados com off-white.

Para o primeiro investimento, uma bermuda neutra de alfaiataria em tecido leve rende muito



A bermuda feminina se consolidou como peça-chave de 2026

mais que uma colorida.

Como escolher o modelo que valoriza você?

Alguns critérios objetivos ajudam na hora da compra:

Prefira modelos com bom caimento e cintura alta, que alongam a perna a partir de um ponto mais alto do corpo.

Tecidos estruturados como sarja e linho caem bem e não marcam.

Bolsos laterais e traseiros mudam o volume no quadril, então observe no espelho antes de decidir.

Pregas na frente adicionam volume e são ótimas para quem quer preencher a região do quadril.

Corte reto na perna alonga mais que corte que afunila na barra.

4 erros que atrapalham o look com bermuda

Escolher o comprimento sem testar. Como a proporção é individual, comprar sem experimentar é a principal causa de arrependimento com essa peça.

Sapato que fecha o peito do pé em bermuda de alfaiataria. Ele corta a linha da perna justamente

no ponto que você quer alongar.

Peça de cima muito comprida. Blusa que passa muito da linha do quadril esconde a bermuda e deixa a silhueta confusa. Barra na altura do quadril ou por dentro.

Tecido mole demais. Bermuda sem estrutura perde o caimento e vira short, sem o charme de nenhum dos dois.

E aí, qual dessas formas você usaria primeiro?

A bermuda virou peça-chave porque ela entrega exatamente o que a gente precisa em cidade quente: elegância sem sacrifício. E como ela transita com facilidade do escritório ao barzinho à noite, é daquelas compras que se pagam rápido no custo por uso.

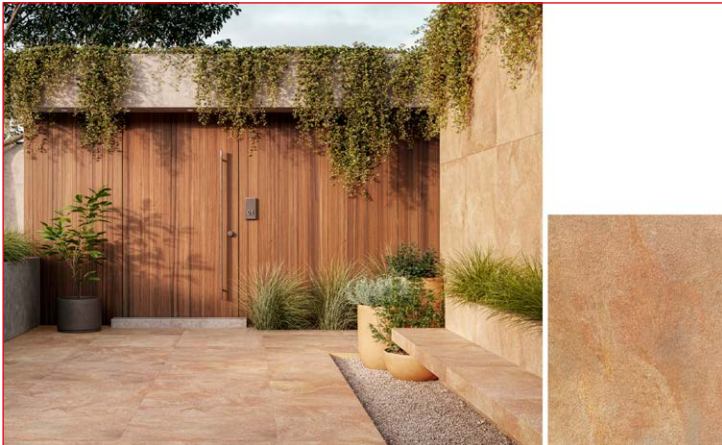
Salve esta matéria para consultar antes da próxima compra, conta pra gente nos comentários se o seu time é bermuda de alfaiataria ou bermuda jeans, e compartilhe com aquela amiga que ainda acha que bermuda não combina com o corpo dela!

Patio Hype

CASA

CORES E TEXTURAS

A versatilidade do terracota nos porcelanatos e insertos decorativos



FOTOS: DIVULGAÇÃO

Seja na cozinha, na porta de entrada, no banheiro, sala, área gourmet, a aposta nos tons terrosos e acolhedores, vem ampliando as possibilidades de composição com sua estética retrô e afetiva em ambientes residenciais e comerciais

Se em dúvida, o terracota garantiu seu espaço na arquitetura. Resultado da fusão entre vermelho e laranja, essa tonalidade apresenta uma ampla paleta de variações que vai do marrom avermelhado ao laranja queimado e ao vermelho claro. Sua origem remete à cor da argila natural, dos tijolos de barro e dos pisos de terra batida. Por essa razão, o terracota não se resume a uma cor, mas a uma atmosfera que aproxima os ambientes urbanos do contato com o natural. Para inspirar novas possibilidades, a Roca Cerâmica e a Incepa Revestimentos, marcas do Grupo LAMOSA no Brasil, separam algumas sugestões de como impressionar no uso do terracota nos revestimentos em variadas

texturas, formatos e estampas. **Tem um jeito padrão de usar?** Nem sempre, porém, ela precisa aparecer de forma óbvia: diferentes interpretações podem surpreender ao dar vida a espaços autênticos. **Onde aplicar?** Do piso às paredes, passando até pela movelaria, o porcelanato se destaca pela versatilidade, estética ímpar, durabilidade e fácil manutenção. Dentro dessa ampla gama de aplicações, o terracota pode se revelar em múltiplas formas, provando que não existem limites para sua presença na decoração. **Terracota como ponto focal** Embora se esteja falando es-

pecificamente dos revestimentos, a lógica vale para todos os elementos do projeto, como mobiliário, tecidos e objetos decorativos. Para que o terracota revele toda a sua força estética, o ideal é eleger uma área de destaque, seja uma parede, um piso, uma bancada ou um volume específico do ambiente, permitindo que a tonalidade assuma o protagonismo da composição. A partir desse ponto focal, as demais cores podem atuar de forma complementar e mais sutil. Tons claros, como off-white, areia e beges, ajudam a equilibrar o conjunto, enquanto materiais naturais, como madeira e fibras, reforçam a conexão com a natureza. Metais escuros, como preto fosco e cobre, também aparecem entre

as combinações em alta, criando ambientes contemporâneos e urbanos sem abrir mão da personalidade do terracota. **Estilos para todos os gostos** Dos projetos mais rústicos aos mais ousados e modernos, há uma infinidade de formas de aplicar o terracota. O revestimento possibilita reproduzir materiais como ladrilhos, rochas naturais e até o efeito do aço corten. Nos pequenos formatos, por exemplo, com desenhos geométricos ou inspirações artesanais, é possível revisitar os clássicos ladrilhos hidráulicos, evocando uma atmosfera nostálgica de simplicidade e aconchego. Já as grandes peças oferecem realismo aliado à praticidade, garantindo o visual

rústico sem as manutenções frequentes exigidas pelo material original. **Solução para todos os ambientes** Graças à diversidade de acabamentos, os revestimentos em terracota são indicados para salas, cozinhas, banheiros, dormitórios e áreas externas. Vale sempre observar as recomendações técnicas de cada produto como coeficiente de atrito para áreas molhadas ou especificações de uso em piso e parede, garantindo tanto estética quanto funcionalidade. **Como fugir do convencional?** Apesar de ser uma das cores que se tornou tendência nos últimos anos, o terracota ainda

abre espaço para a ousadia e a criatividade. Ele pode surgir em composições inesperadas, como em padrões abstratos com referências modernistas ou em superfícies que reproduzem, com fidelidade, a textura das rochas naturais, oferecendo novos olhares para além do tradicional. **SERVIÇO:** www.rocaceramica.com.br www.incepa.com.br www.grupolamosa.com @rocaceramicabr | @incepabrazil Showroom Grupo LAMOSA no Brasil Av. Padre Natal Pigato, 974 Vila Delurdes, Campo Largo tel. (41) 3391-1430

dc33 Comunicação

DECORAÇÃO

7 dicas para criar ambientes que ajudam a desacelerar

Normalmente visto como um móvel para apoiar a televisão, o rack ajuda a organizar a sala e pode até valorizar a decoração. Para escolher o modelo certo, é preciso observar medidas, circulação, armazenamento e estilo. Por isso, preparamos um guia com algumas dicas que podem auxiliar na hora da compra. **Considere o tamanho da sala** A primeira dica é verificar o tamanho disponível na sala. Em ambientes pequenos, modelos mais compactos e com visual leve ajudam a não pesar. Em salas amplas, o rack pode ser maior e ter mais impacto. Proporção com a TV Outro detalhe importante é que o rack deve ser proporcional à TV. Dessa forma, o móvel não deve parecer pequeno demais

em relação à televisão. Uma boa referência é escolher um rack um pouco mais largo que a TV. **Pense na circulação** Evite modelos com muita profundidade, principalmente quando ficam em áreas de passagem. O espaço entre o rack e o sofá também precisa ser confortável. **Escolha o material de acordo com a rotina** A madeira traz aconchego, enquanto a laca e outros acabamentos podem criar um visual mais contemporâneo. Para casas com crianças ou pets, vale priorizar materiais resistentes e fáceis de limpar. **Avalie a necessidade de armazenamento**



A ideia da casa antiestresse não é ter uma casa perfeita, mas criar mecanismos que favoreçam momentos de descanso

Além de decorativo, o rack também pode ser funcional quanto ao espaço para guardar itens. Por isso, gavetas e portas ajudam a esconder eletrônicos,

controles, cabos e outros objetos. Se a ideia for uma composição mais minimalista, um modelo aberto pode funcionar melhor.

Não esqueça dos fios Antes de comprar, confira se o rack permite organizar e esconder a fiação. Passagens para cabos fazem bastante diferença no resultado final. **Cuidado com a altura** O móvel e a TV precisam formar uma composição confortável para assistir. Assim, um rack muito alto pode deixar a televisão elevada demais. **Pense no estilo da decoração** O rack deve combinar com os demais móveis. Modelos suspensos, por exemplo, reforçam uma estética leve e contemporânea, enquanto peças com pés podem trazer um toque retrô ou escandinavo. **Rack planejado ou pronto?**

O planejado aproveita melhor espaços com medidas específicas e permite personalizar nichos e armazenamento. Já os modelos prontos costumam ser mais econômicos e fáceis de substituir. **Menos pode ser mais** Se a sala já tem muitos elementos, um rack de linhas simples pode equilibrar a composição em vez de competir com ela. Dica extra: Um detalhe que vale mencionar é que hoje, o rack pode ser utilizado também como complemento da decoração do espaço. Em muitas salas, a TV fica posicionada em painel diretamente na parede, assim o rack fica logo abaixo como parte decorativa e organizacional. Like Magazine

DICAS

Dicas práticas para escolher o rack da sala

Normalmente visto como um móvel para apoiar a televisão, o rack ajuda a organizar a sala e pode até valorizar a decoração. Para escolher o modelo certo, é preciso observar medidas, circulação, armazenamento e estilo. Por isso, preparamos um guia com algumas dicas que podem auxiliar na hora da compra. **Considere o tamanho da sala** A primeira dica é verificar o tamanho disponível na sala. Em ambientes pequenos, modelos mais compactos e com visual leve ajudam a não pesar. Em salas amplas, o rack pode ser maior e ter mais impacto. **Proporção com a TV** Outro detalhe importante é que o rack deve ser proporcional à TV.

Dessa forma, o móvel não deve parecer pequeno demais em relação à televisão. Uma boa referência é escolher um rack um pouco mais largo que a TV. **Pense na circulação** Evite modelos com muita profundidade, principalmente quando ficam em áreas de passagem. O espaço entre o rack e o sofá também precisa ser confortável. **Escolha o material de acordo com a rotina** A madeira traz aconchego, enquanto a laca e outros acabamentos podem criar um visual mais contemporâneo. Para casas com crianças ou pets, vale priorizar materiais resistentes e fáceis de limpar. Além de decorativo, o rack tam-

bém pode ser funcional quanto ao espaço para guardar itens. Por isso, gavetas e portas ajudam a esconder eletrônicos, controles, cabos e outros objetos. Se a ideia for uma composição mais minimalista, um modelo aberto pode funcionar melhor. **Não esqueça dos fios** Antes de comprar, confira se o rack permite organizar e esconder a fiação. Passagens para cabos fazem bastante diferença no resultado final. **Cuidado com a altura** O móvel e a TV precisam formar uma composição confortável para assistir. Assim, um rack muito alto pode deixar a televisão elevada demais. **Rack planejado ou pronto?** O planejado aproveita melhor espaços com medidas específicas e

permite personalizar nichos e armazenamento. Já os modelos prontos costumam ser mais econômicos e fáceis de substituir. **Menos pode ser mais** Se a sala já tem muitos elementos, um rack de linhas simples pode equilibrar a composição em vez de competir com ela. Dica extra: Um detalhe que vale mencionar é que hoje, o rack pode ser utilizado também como complemento da decoração do espaço. Em muitas salas, a TV fica posicionada em painel diretamente na parede, assim o rack fica logo abaixo como parte decorativa e organizacional. Like Magazine



Escolher o rack ideal vai muito além de pensar no design

DO LAR

ASSADEIRAS ENCARDIDAS

Conheça 6 métodos caseiros e o cuidado com cada material

Tabuleiros e assadeiras acumulam gordura e manchas com o uso. Para recuperar a aparência e a durabilidade das peças, o método de limpeza deve respeitar o material — seja alumínio, aço inox, antiaderente, cerâmica ou esmalte. Com técnicas simples, é possível soltar a sujeira sem danificar os utensílios.

Identificar o acabamento evita aplicar produtos errados. Nem toda mancha precisa ser removida: no alumínio, por exemplo, o escurecimento é natural. Comece sempre com limpezas delicadas e pare se a superfície riscar ou descascar. Antes de lavar, espere a peça esfriar para evitar empenamento ou choque térmico, remova o excesso de gordura com papel-toalha ou espátula macia e consulte o manual do fabricante.

Para gorduras superficiais, use espátula não metálica e lave com água morna, detergente e esponja macia. Evite palhas de aço e facas, que riscam a superfície. Resíduos grudados em antiaderente, cerâmica ou vidro saem com um molho curto em água morna e detergente. No alumínio, o molho deve ser rápido para não manchar, enquanto peças de ferro pedem cuidados

específicos contra a ferrugem.

Manchas localizadas em inox, alumínio e esmalte podem ser tratadas com uma pasta espessa de bicarbonato e água, enxaguando em seguida. O método deve ser evitado em antiaderentes. Para crostas resistentes em aço inox ou peças esmaltadas, cubra a área com água quente e bicarbonato até amolecer.

No aço inox sem revestimento, o vinagre branco em um pano macio remove marcas de água e do calor. Já para clarear o alumínio natural, uma pasta de cremor tártaro com água ajuda na parte estética, devendo ser evitada em peças anodizadas ou pintadas.

A escolha do método ideal varia conforme o acabamento do utensílio:

Alumínio natural: Aceita água morna, detergente e uso pontual de bicarbonato ou cremor tártaro. Evite produtos ácidos longos.

Antiaderente: Restringir à água morna, detergente suave e esponja macia. Não use abrasivos.

Aço inox: Suporta molho com detergente, bicarbonato e vinagre no pano para dar brilho. Seque após a lavagem.

Ferro esmaltado: Lave com detergente e água morna. Use bicarbonato para resíduos persistentes, evitando palha de aço.

Cerâmica e vidro: Prefira molho morno e esponja macia, sempre respeitando o resfriamento da peça.

Ferro e aço carbono: Não deixe de molho e evite vinagre ou bicarbonato para não remover a camada de cura protetora.

Evite misturar produtos de limpeza. Combinar bicarbonato e vinagre perde a eficiência, enquanto juntar produtos químicos — como água sanitária e vinagre — libera vapores tóxicos. Limpa-fornos e soda cáustica não devem ser usados sem orientação expressa do fabricante.

Hábitos simples evitam o acúmulo de sujeira: forre as assadeiras com papel-manteiga ou tapetes de silicone, não exceda as temperaturas recomendadas e use utensílios de madeira ou silicone. Por fim, seque bem antes de guardar e coloque panos protetores entre as peças empilhadas para evitar riscos.

Tua casa



CASA & LIMPEZA

O truque com sachê de chá que ajuda a tirar mau cheiro da geladeira

Depois de preparar um chá, o sachê usado quase sempre vai direto para o lixo. Mas esse item simples pode ganhar uma segunda função na cozinha: ajudar a reduzir odores dentro da geladeira. A dica é barata, fácil de testar e chama atenção justamente por reaproveitar algo que já faz parte da rotina. A seguir, entenda como usar o sachê de chá na geladeira e por que ele pode ajudar contra o mau cheiro.

Por que o sachê de chá ajuda contra o mau cheiro?

As folhas presentes no sachê, especialmente em chás como preto, verde e mate, contêm compostos naturais, como taninos e polifenóis, que ajudam a reter parte das moléculas associadas aos odores. Dentro da geladeira, isso pode amenizar cheiros leves deixados por alimentos mais aromáticos, potes mal fechados ou preparos guardados por alguns dias.

O efeito é parecido com o de outros desodorizadores caseiros: o sachê não perfuma a geladeira nem substitui a limpeza, mas pode ajudar a neutralizar odores no dia a dia. A vantagem é que o truque é simples, não exige compra extra e ainda reaproveita um item que normalmente seria descartado depois do preparo do chá.

Como usar o sachê de chá na geladeira

Depois de preparar o chá, retire o sachê da xícara, deixe escorrer bem e espere secar levemente antes de usar. Ele não deve ir para a geladeira quente, pingando ou com açúcar, leite ou mel, já que a umidade e os resíduos podem favorecer mau cheiro ou mofo.

Com o sachê já seco, coloque-o em um recipiente aberto, como um pires, xícara ou recipiente sem tampa, e posicione

em uma prateleira da geladeira. O ideal é deixá-lo em uma área central, onde o ar circula melhor, sem encostar diretamente nos alimentos. Para manter o efeito, troque o sachê a cada 3 dias ou antes disso, caso perceba que ele ficou muito úmido, escurecido ou com cheiro desagradável.

Quando o sachê de chá não resolve o mau cheiro?

O sachê de chá pode ajudar a amenizar odores leves, mas não resolve quando há uma causa ativa dentro da geladeira. Se o cheiro vem de alimento estragado, líquido derramado, pote mal vedado, mofo na borracha ou resíduos nas prateleiras, o odor tende a voltar mesmo com o sachê dentro do eletrodoméstico.

Nesses casos, o primeiro passo é retirar alimentos vencidos, limpar vazamentos e higienizar as partes internas da geladeira. Depois dessa limpeza, o sachê

pode entrar como um reforço para manter o cheiro sob controle por mais tempo, principalmente em geladeiras que armazenam alimentos muito aromáticos com frequência.

Outras formas simples de evitar cheiro ruim na geladeira. Além do sachê de chá, alguns hábitos ajudam a evitar que os odores se acumulem. Guarde alimentos em potes bem fechados, especialmente preparados com alho, cebola, peixe, queijos, molhos ou temperos mais fortes. Também vale limpar respingos assim que eles aparecem, porque pequenos vazamentos podem ficar escondidos nas prateleiras e causar cheiro desagradável com o tempo.

Outra medida importante é revisar a geladeira com frequência para retirar alimentos vencidos, frutas muito maduras ou sobras esquecidas. Manter o eletrodoméstico seco, organizado e sem



excesso de embalagens abertas limpeza e da organização dos alimentos. Para funcionar bem, ele deve estar seco, ficar em um recipiente aberto e ser trocado regularmente. Se o cheiro persistir, vale investigar a origem do problema antes de repetir o truque.

Divulgação

RECEITA

Bolo de fubá com goiabada para degustar no café da tarde

Entre os sabores o bolo de fubá é um clássico que não tem erro, já é uma delícia por si só. Mas, quando a goiabada entra em cena para incrementar a receita, o resultado é ainda mais especial: um bolo fofinho, com aquele douradinho e um aroma que toma conta da casa toda.

Então, para facilitar a sua vida, essa receita é feita no liquidificador.

Ingredientes para a massa: 3 ovos; 1 xícara (chá) de óleo; 1 xícara (chá) de leite; 1 xícara (chá) de açúcar; 1 xícara (chá) de fubá

(mimoso ou fino); 1 xícara (chá) de farinha de trigo; 1 colher (sopa) de fermento químico em pó (para bolo).

Para o recheio: 1 xícara (chá) de goiabada cortada em cubos pequenos; 1 colher (sopa) de farinha de trigo (o grande segredo!);

Modo de preparo: Preaqueça o forno a 180°C. Unte uma forma (com furo no meio ou retangular) com manteiga e polvilhe um pouco de fubá ou farinha de trigo;

Passe os cubinhos de goiabada na colher de fari-

nha de trigo antes de colocar no bolo. Dessa forma, isso cria uma ‘capinha’ que impede que eles vão todos parar no fundo da forma e queimem;

No liquidificador, coloque os ovos, o óleo, o leite e o açúcar. Bata bem por uns dois minutos até ficar homogêneo. Adicione o fubá e a farinha de trigo. Bata novamente até misturar tudo (se o seu liquidificador têm menos potência, misture a farinha e o fubá à mão em uma tigela);

Por último, adicione o fermento e use a função ‘pulsar’

do liquidificador apenas para misturar. Despeje a massa na forma untada. Então, distribua os cubos de goiabada enfarinhados por cima da massa, espalhando bem. Eles vão afundar levemente e devagar enquanto assam;

Leve ao forno preaquecido por cerca de 35 a 40 minutos. Faça o teste do palito: espete o bolo (na parte da massa, não na goiabada); se sair limpo, está pronto.

Deixe esfriar um pouco antes de desenformar para a goiabada não quebrar o bolo.

Divulgação



COMPORTAMENTO

Setembro da Segurança do Paciente: 10% dos internados sofrem eventos adversos

Evento adverso é o nome dado a qualquer incidente ocorrido durante o atendimento que resulte em danos à saúde do paciente. São falhas involuntárias que geram complicações não relacionadas à evolução natural da doença de base. E os números surpreendem. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), 134 milhões de eventos adversos ocorrem anualmente e contribuem com cerca de 3 milhões de mortes.

Documento de referência para o Programa Nacional de Segurança do Paciente no Brasil descreveu que, em média, 10% dos pacientes internados sofrem algum tipo de evento adverso, sendo que metade deles seria evitável. São falhas que podem ocorrer ao longo de todo o processo – da admissão à alta. São erros de medicação e de identificação do paciente, infecções adquiridas durante o tratamento, quedas, cirurgias em local incorreto e falhas de prontuário, por exemplo.

Dados globais mostram que um em cada dez pacientes internados sofre algum dano não intencional durante o tratamento e que a maioria desses eventos poderia ser evitável. A alta incidência mundial levou à criação da campanha que fez de Setembro um mês dedicado às ações de segurança do paciente

— um momento especial para lembrar que, por trás de cada estatística de erro evitável, há uma história humana.

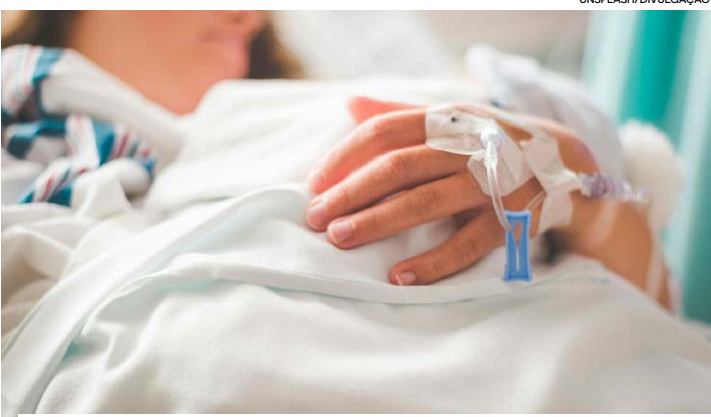
Na oncologia, a missão de assegurar a segurança do paciente ganha urgência, de acordo com Fernando Medina, oncologista do Centro de Oncologia Campinas.

“Pacientes em tratamento de câncer vivem, muitas vezes, com o sistema imunológico fragilizado pela quimioterapia, pela radioterapia ou pela própria doença. Para eles, uma infecção hospitalar não é um contratempo: pode ser uma ameaça à vida. Um erro de medicação não é um desliz administrativo: pode comprometer meses de tratamento”, compara.

Tema

Todo o mês de setembro é dedicado à campanha e 17 de setembro é considerado o Dia Mundial da Segurança do Paciente – a data foi criada pela Organização Mundial da Saúde (OMS). O tema deste ano é “Cuidados seguros durante toda a vida!”, com o slogan “Cuidado seguro para a vida!”.

No COC, além de intensificar a comunicação com os pacientes sobre os procedimentos que garantem a segurança durante o atendimento, ações especiais serão realizadas para assegurar também a própria segurança



Segundo a OMS, 134 milhões de eventos adversos ocorrem anualmente

dos colaboradores envolvidos nos processos.

“Programamos dinâmicas com os colaboradores em que colocamos como objetivos, além do reforço às metas internacionais de segurança do paciente, iniciativas para o funcionário avaliar sua própria linha de cuidado, o que ele faz por ele para garantir que tenha uma qualidade de vida”, enfatiza Solange Oliveira, coordenadora de Qualidade e Gestão de Riscos do COC.

Na vanguarda

Dentro do contexto das boas práticas, o Centro de Oncologia de Campinas se coloca na vanguarda da segurança do paciente durante o mês de setembro e ao longo de todo o ano. A resposta ao desafio de combater os erros evitáveis passa por um movimento que espelha a tendência mundial:

a digitalização inteligente do cuidado.

A instituição desenvolve um prontuário eletrônico oncológico híbrido, projetado para unir o cuidado clínico, a pesquisa e a gestão em um único ecossistema de informação — com atenção especial aos cânceres de mama e de próstata, e à medicina de precisão orientada por biomarcadores.

A lógica é simples e poderosa: um prontuário eletrônico bem estruturado não apenas registra o cuidado — ele protege. Prescrições eletrônicas reduzem erros de medicação. Alertas automáticos identificam interações perigosas e doses fora do padrão. Registros integrados garantem que a equipe que assume o paciente saiba exatamente o que a equipe anterior fez. Cada informação no lugar certo é um evento adverso que não aconteceu.

“O paciente oncológico atravessa um percurso complexo: consultas, exames, sessões de quimioterapia, internações, acompanhamento pós-alta. Cada transição é um ponto de vulnerabilidade. Informações se perdem entre setores, e o paciente pode sair do radar exatamente quando mais precisa de atenção contínua”, reforça Medina.

Na prática, segurança do paciente significa obedecer a protocolos padronizados de higiene das mãos, checagens sistemáticas antes de cada administração de quimioterapia, ferramentas estruturadas de passagem de plantão e, cada vez mais, inteligência artificial como aliada na identificação precoce de riscos.

“Para o Centro de Oncologia de Campinas, setembro não é apenas uma data no calendário — é um compromisso renovado com cada paciente que atravessa suas portas. No tratamento do câncer, onde cada detalhe pode fazer a diferença entre o sucesso e o retrocesso, a segurança não é um setor: é a base de tudo”, acrescenta o oncologista do COC.

REDES SOCIAIS

www.oncologia.com.br
instagram.com/coc_oncologia

Sigmatpress Assessoria de Comunicação

RELACIONAMENTO

Suicídio em homens: por que eles morrem mais e como reconhecer os sinais de alerta

A taxa de mortalidade por suicídio entre homens no Brasil é cerca de três vezes maior que entre mulheres. Dados do Ministério da Saúde mostram que, embora mulheres apresentem maior frequência de ideação e tentativas de suicídio, os homens apresentam maior risco de morrer por suicídio. Entre os fatores associados estão dificuldades para buscar ajuda, isolamento, sofrimento psíquico não tratado, uso de álcool e outras drogas e aspectos relacionados às normas sociais de masculinidade. Falar sobre saúde mental masculina é, portanto, também falar sobre prevenção do suicídio. Reconhecer mudanças de comportamento, abrir espaço para uma conversa sem julgamentos e facilitar o acesso ao cuidado profissional podem fazer parte dessa prevenção.

A diferença entre homens e mulheres no suicídio é observada em diversos países. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), os homens apresentam maior mortalidade por suicídio, enquanto as mulheres, em geral, apresentam maior frequência de tentativas e comportamentos suicidas não fatais. No Brasil, a taxa de suicídio entre homens é três vezes maior que entre mulheres, segundo o Ministério da Saúde. Entre os homens, a taxa aumenta progressivamente com a idade e atinge o pico entre aqueles com mais de 70 anos. Dados mais recentes compilados no Relatório Anual Socioeconômico da Mulher (Raseam 2026), com informações do Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM), mostram que, em 2024, a taxa padronizada de mortalidade por suicídio foi superior entre homens em todas as faixas etárias a partir dos 15 anos. Entre 20 e 24 anos, por exemplo, foram registrados 16,3 óbitos por 100 mil homens, contra 4,3 por 100 mil mulheres. Entre pessoas com 70 anos ou mais, foram 17,0 por 100 mil homens e 2,4 por 100 mil mulheres. Esses números ajudam

a dimensionar o problema, mas não explicam sozinhos por que os homens apresentam maior mortalidade.

A ideia de que o homem precisa ser forte, independente e capaz de resolver os problemas sozinho pode dificultar o reconhecimento do sofrimento e a procura por atendimento. Pesquisas sobre saúde mental masculina apontam uma associação entre normas tradicionais de masculinidade e barreiras à busca por ajuda psicológica. Uma revisão sistemática publicada em 2016 identificou impactos dessas normas tanto na forma como os homens expressam sintomas quanto em suas atitudes e comportamentos relacionados à procura de tratamento. Uma meta-análise publicada em 2025 também encontrou associação entre ideologias tradicionais de masculinidade, conflito de papéis de gênero e atitudes diante da busca de ajuda psicológica. Isso não significa que todos os homens tenham dificuldade para falar sobre emoções ou procurar tratamento. O ponto é que determinadas expectativas sociais podem criar uma barreira adicional para quem já está em sofrimento. Uma revisão recente sobre intervenções de prevenção do suicídio direcionadas a homens reforça que eles apresentam mortalidade por suicídio de duas a quatro vezes maior que as mulheres e são menos propensos a buscar ajuda. A revisão também destaca que ainda existem evidências limitadas sobre quais estratégias específicas são mais eficazes para reduzir a mortalidade masculina.

Não existe um único comportamento capaz de identificar com certeza uma crise suicida. Os sinais de alerta não devem ser considerados isoladamente: não há uma “receita” para detectar seguramente quando uma pessoa está vivenciando uma crise suicida. No entanto, mudanças de comportamento e múltiplos sinais de sofrimento devem chamar a atenção



de familiares e pessoas próximas (Ministério da Justiça e Segurança Pública). Algumas mudanças merecem atenção: isolamento social ou afastamento de familiares e amigos; irritabilidade ou mudanças importantes de comportamento; aumento do consumo de álcool ou outras drogas; perda de interesse por atividades que antes eram importantes; sentimentos persistentes de desesperança ou de ser um peso para outras pessoas; alterações importantes no sono ou na alimentação; sofrimento emocional intenso; falar sobre morte, desaparecimento ou falta de sentido na vida; e despedidas ou comportamentos que indiquem uma possível preparação para a morte. A OMS também destaca como sinais de alerta mudanças graves de humor, isolamento social, manifestações sobre querer morrer ou não ter motivos para viver e procura por formas de tirar a própria vida.

O consumo problemático de álcool e outras drogas está entre os fatores associados ao comportamento suicida. A OMS aponta transtornos relacionados ao uso de álcool, depressão, tentativas anteriores de suicídio, isolamento, perdas, conflitos, dificuldades financeiras, violência e outras situações de sofrimento como fatores relacionados ao risco. Por isso, uma mudança repentina no padrão de consumo merece atenção, principalmente quando ocorre simultaneamente a outras alterações emocionais ou comportamentais. O uso de

substâncias não deve ser interpretado como prova de que uma pessoa está em risco de suicídio; é um sinal que precisa ser considerado dentro de uma avaliação mais ampla.

Perguntar diretamente sobre suicídio não provoca uma tentativa ou “coloca a ideia na cabeça” de alguém. A OMS afirma que perguntar a uma pessoa se ela está pensando em suicídio pode reduzir a ansiedade e ajudá-la a se sentir compreendida. Falar de maneira responsável sobre o tema pode criar uma oportunidade para que a pessoa revele o sofrimento e receba ajuda. O mais importante é conversar de forma direta, calma e sem julgamentos. Em vez de minimizar o sofrimento com frases como “isso vai passar” ou “você precisa ser forte”, procure ouvir e demonstrar disponibilidade.

O suicídio é um fenômeno complexo e multifatorial; não existe uma única causa nem uma explicação que possa ser aplicada a todos os homens. O Ministério da Saúde destaca a influência de fatores sociais, culturais, econômicos, psicológicos e relacionais. Entre homens, questões relacionadas ao trabalho, renda, desemprego, dificuldades financeiras, aposentadoria, isolamento e ruptura de papéis sociais podem contribuir para situações de maior vulnerabilidade. Por isso, prevenir o suicídio também significa ampliar as possibilidades de cuidado e tornar socialmente aceitável que homens falem sobre sofrimento emocional e procurem

ajuda. Ser forte não significa enfrentar tudo sozinho; pedir ajuda também é uma forma de cuidar da própria vida.

Se você ou alguém próximo está passando por um momento de sofrimento emocional intenso, não é preciso esperar que a situação se agrave para buscar ajuda. O Hospital Santa Mônica oferece atendimento especializado em psiquiatria e saúde mental para adultos, adolescentes e crianças, com diferentes modalidades de cuidado de acordo com as necessidades de cada paciente. Em situações de crise psiquiátrica, o Pronto Atendimento Psiquiátrico é uma opção para avaliação especializada. A equipe pode avaliar o quadro, identificar fatores de risco e orientar a conduta mais adequada para cada situação. Se houver risco imediato de suicídio ou de a pessoa se machucar, procure atendimento de emergência imediatamente ou acione o SAMU pelo 192.

É importante buscar avaliação quando mudanças de comportamento ou sofrimento emocional começam a interferir na rotina, nos relacionamentos, no trabalho ou nos estudos — especialmente quando há isolamento, uso abusivo de álcool ou outras drogas, desesperança, pensamentos delacionados à morte ou outras mudanças importantes. Não espere a crise chegar ao limite. Procurar ajuda é um ato de cuidado.

Falar sobre suicídio não significa falar apenas sobre morte; significa falar sobre sofrimento, prevenção, cuidado e possibilidade de tratamento. Muitos homens foram ensinados a suportar dificuldades em silêncio, mas o sofrimento emocional não é sinal de fraqueza — e procurar ajuda não diminui ninguém. Se você percebeu mudanças em si mesmo ou em alguém próximo, não espere que o sofrimento fique insuportável para procurar ajuda. O primeiro passo pode ser uma conversa.

Hospital Santa Mônica

CINEMA

ESTRÉIAS DA SEMANA

Resident Evil | 17/09/2026 | Ficção Científica, Suspense, Terror | Dir: Zach Cregger | Elenco: Austin Abrams, Paul Walter Hauser, Zach Cherry | Bryan, um entregador de medicamentos, vai ao Hospital Geral de Raccoon City para deixar uma encomenda. A entrega se transforma em uma corrida desesperada pela sobrevivência quando criaturas surgem na cidade.

Antártida | 17/09/2026 | Suspense | Dir: Bruno Safadi, Cláudia Jouvin | Elenco: Leandra Leal, Marina Ruy Barbosa, Andréa Beltrão | Na estação brasileira na Antártida, um grande crime ocorre. O local isolado é tomado por uma tensão inimaginável, onde qualquer um pode ser o culpado.

Gatos No Museu 2: Tesouros do Egito (Koty Ermitazha 2. Tayna egipetskogo zala) | 17/09/2026 | Animação, Aventura, Comédia | Dir: Vasily Rovenskiy | Elenco: Pavel Priluchnyy, Roman Kurtsyn, Polina Gagarina | Um gênio realiza um desejo a cada mil anos. Em uma corrida cheia de obstáculos, Vicent e Maurice terão que entender o significado de lealdade e coragem.

Três Vezes Adeus (Tre Ciotole) | 17/09/2026 | Drama | Dir: Isabel Coixet | Elenco: Alma Rohrwacher, Elio Germano, Galatea Bellugi | Após se separarem, Antonio mergulha na carreira e Marta perde o apetite. Ela descobre que sua mudança repentina tinha mais a ver com sua saúde do que com o fim da relação.

Procurando Emily (Finding Emily) | 17/09/2026 | Comédia, Romance | Dir: Alicia MacDonald | Elenco: Angourie Rice, Spike Fearn, Yali Topol Margalith | Um jovem músico se apaixona por Emily em uma festa, mas recebe o número errado. Obstinado, ele inicia uma busca por ela por todo o campus.

Cliffhanger | 17/09/2026 | Ação, Suspense | Dir: Jaume Collet-Serra | Elenco: Lily James, Pierce Brosnan, Franz Rogowski

Era uma Vez Minha 1ª Vez | 17/09/2026 | Romance | Elenco: Letícia Braga, Duda Matte, Castorine | Inspirado na obra de Thalita Rebouças, o filme retrata a adolescência com sensibilidade, humor e honestidade.

ONE PIECE - O Filme (One Piece) | 17/09/2026 | Animação, Aventura, Ação | Dir: Atsuji Shimizu | Elenco: Mayumi Tanaka, Akemi Okamura, Kappai Yamaguchi | Luffy e sua tripulação buscam o tesouro conquistado pelo grande pirata Woonan.

Querendo ou Não (Come ti nuovi, sbaglio) | 17/09/2026 | Comédia | Dir: Gianni Di Gregorio | Elenco: Gianni Di Gregorio, Greta Scarano, Tom Wlaschiha | Um professor aposentado recebe a filha e dois netos intrometidos que mudam sua vida completamente.

Masha e os Ursos (Masha i Medvedi) | 17/09/2026 | Aventura, Comédia, Família | Dir: Antonina Ruzhe | Elenco: Vitaliya Kornienko, Zoya Berber, Lyudmila Artemeva | Quando seu irmão é transformado em bode por um espírito da floresta, Masha embarca em uma aventura para quebrar a maldição.

Morte e Vida Madalena | 17/09/2026 | Comédia, Drama | Dir: Guto Parente | Elenco: Noá Bonoba, Tavinho Teixeira, Nataly Rocha | O filme acompanha Madalena, uma produtora de cinema que passa por um momento complicado.

Bad Apples | 18/09/2026 | Comédia, Suspense | Dir: Jonatan Etzler | Elenco: Saoirse Ronan, Jacob Anderson, Robert Emms | Ao lidar com um aluno indisciplinado, uma professora dedicada sente vontade de voltar no tempo após cometer um ato falho.

Regularize 
seus débitos!

FIQUE EM DIA
SUMARÉ
Até **100%**
de desconto
em multas e juros

**parcelamento
em até 12x
no cartão de crédito** 



para mais informações entre em contato:

 **19 3399-5421**

iptu@sumare.sp.gov.br

SECRETARIA DE
FINANÇAS

 **PREFEITURA DE**
SUMARÉ
DE TODOS