

GASTRONOMIA E EXPERIÊNCIAS
Pobre Juan comemora 22 anos com noite de tango em Campinas
Pág. 08

VISITAS AOS FILHOS MENORES
Quando uma criança diz “não quero ir”: o caso Gustavo Veloso Feitosa e o dever de ouvir antes que seja tarde
Pág. 09

CUIDADOS COM A PELE
Manchas de idade e como cuidar da pele do idoso
Pág. 10



Ideb revela diferenças na qualidade do ensino entre cidades da região

Página 03

FOTOS: DIVULGAÇÃO



Azulejo vintage para cozinha: o charme do passado de volta ao presente

Página 12

TENDÊNCIA

Este é o acessório que as fashionistas vão usar muito nos próximos meses

Página 11



FOTOS: DIVULGAÇÃO

COMPORTAMENTO

Pedir ajuda é fraqueza? Saiba quando buscar apoio para a saúde mental

Página 14



POLITICANDO

Via dupla

Se o interesse de quem nomeia os derrotados para cargos comissionados é usufruir do poder e influência deles, quem ocupa os cargos tem um interesse: o salário. Até mesmo onde paga-se pouco, já é muito. Além da renda, tem os esquemas de favorecimento, na falta de palavras melhores, que ajuda a complementar a renda de quem não tem caráter. O garantido é o salário de comissionado no final do mês, mas todo brasileiro conhece a política do país, e sabe que tem um potencial de renda extra para aqueles que não tem caráter e nem medo. De qualquer maneira, mesmo sem se sujar, o pagamento já é maior do que 90% da população jamais sonharia. Uma pena que o erário público nem sempre seja usado em prol da população, mas sim para beneficiar aliados.

AleSp

Vários candidatos que estarão disputando vagas na AleSp apenas querem usar essa eleição como um degrau para suas ambições em 2028. Tem vereador expatriado querendo ser prefeito da cidade que abandonou, tem viúva querendo assumir o trono do falecido, tem primeira-dama querendo recuperar o que a má-reputação do marido perdeu, tem segundo colocado sonhando em chegar em primeiro, tem vice derrotado querendo ir para as cabeças, tem indeciso que pulou de partido em partido querendo apagar o seu passado... nem todos tem como interesse principal ocupar uma cadeira na AleSp e representar o seu povo. Para alguns, é apenas mais um degrau para chegar em 2028 em evidência.

2028 já está aí

Para muitos, a eleição de outubro é o que importa, mas para outros os trabalhos de 2028 já começaram. A realidade é que as movimentações políticas nunca param, e quem fica esperando apenas vê o bonde passando. Em Sumaré, os três principais grupos políticos que disputaram as últimas eleições continuam em movimento. Um ocupa a cadeira e os outros dois com certeza não desistiram do paço municipal. **pág 2**

SUMARÉ

Ex-prefeito de Nova Odessa, Bill Vieira deixa cargo comissionado na Prefeitura de Sumaré

O ex-prefeito de Nova Odessa Benjamin Bill Vieira de Souza deixou o quadro de servidores da Prefeitura de Sumaré. A exoneração foi oficializada pela Portaria nº 1.126, de 7 de agosto de 2026, assinada pelo prefeito Henrique Stein Scáscio, o Henrique do Paraíso.

De acordo com a publicação oficial, Bill ocupava o cargo comissionado de assessor de Programas de Governo, referência C-11, subordinado diretamente ao Gabinete do Prefeito.... **pág 3**

MONTE MOR

Contrato de publicidade de R\$ 2,5 milhões em Monte Mor levanta debate sobre prioridades e transparência

Um requerimento aprovado pela Câmara de Monte Mor pode ajudar a esclarecer uma questão que vai além da legalidade de um contrato público: quanto uma cidade deve investir para divulgar suas ações e quais critérios justificam esse gasto diante de outras necessidades do município? O questionamento ganha força quando os R\$2,5 milhões previstos para publicidade em Monte Mor são colocados em perspectiva com os gastos destinados à mesma finalidade em uma cidade significativamente maior, como Sumaré... **pág 4**

ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

Salários de secretários variam mais de 120% entre cidades da região

Os salários pagos aos secretários municipais de Sumaré, Hortolândia, Nova Odessa, Paulínia e Monte Mor revelam uma diferença expressiva na remuneração do primeiro escalão das prefeituras da região. **pág 4**

PAULÍNIA

Saúde Até Você realiza ação no próximo dia 18
O Centro de Testagem e Aconselhamento (CTA) de Paulínia realiza nesta terça-feira, 18 de agosto, mais uma ação "Saúde até Você", que tem como objetivo levar diversos serviços de saúde para mais próximo da população. **pág 6**

POLÍTICA

Conheça a origem dos principais partidos de direita e centro-direita do país

Entender a atual configuração dos partidos brasileiros exige voltar à ditadura militar. Embora muitas das siglas atuais tenham sido criadas décadas depois, parte importante das forças de centro, centro-direita e direita possui raízes nas sucessivas reorganizações iniciadas a partir de ARENA e MDB, as duas legendas autorizadas durante a maior parte do regime militar... **pág 6**

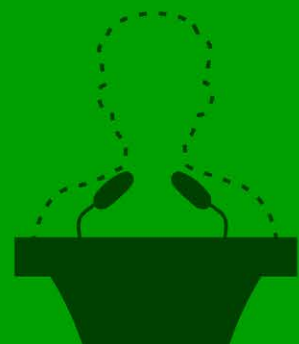
MARKETING POLÍTICO



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

EM CENA



CASOS TÃO DOLOROSOS REFORÇAM UM ALERTA URGENTE: É PRECISO FORTALECER A PROTEÇÃO DAS CRIANÇAS E GARANTIR QUE OS SINAIS DE VIOLÊNCIA SEJAM IDENTIFICADOS E DENUNCIADOS ANTES QUE SEJA TARDE DEMAIS.

FICA DE OLHO



CONEXÃO COM O LEITOR

Sumaré precisa reencontrar uma voz para o meio ambiente



Elaine Amaral

Houve um tempo em que a defesa do meio ambiente tinha uma voz política bastante identificável em Sumaré. Durante a gestão do ex-prefeito José Antonio Bacchim, seu vice, Vilson Alves, então ligado ao Partido Verde, tornou-se uma das figuras mais associadas à pauta ambiental no município. Concordando ou não com sua atuação política, havia alguém ocupando esse espaço, levantando discussões e colocando o tema na agenda pública.

Isso não significa que Sumaré tenha ficado sem pessoas preocupadas com a natureza. Existem moradores, grupos, profissionais e ativistas que realizam trabalhos importantes, muitas vezes dentro dos próprios bairros. O que parece ter desaparecido é uma liderança com expressão municipal suficiente para transformar problemas ambientais em as-

suntos permanentes do debate político.

Durante anos vimos áreas públicas tomadas por descarte irregular, lixo acumulado, situações preocupantes nas subprefeituras e espaços que deveriam receber atenção ambiental enfrentando degradação. Também convivemos com córregos, áreas verdes e espaços de preservação pressionados pelo crescimento de uma cidade que se tornou cada vez mais urbana.

Quando uma cidade cresce sem colocar a preservação no centro do planejamento, os problemas aparecem de diversas maneiras: impermeabilização do solo, enchentes, redução da arborização, descarte irregular, poluição dos cursos d'água, ocupação inadequada e perda de biodiversidade. Meio ambiente não é uma pauta distante da vida cotidiana. Está relacionado diretamente à qualidade de vida de quem mora na cidade.

Talvez parte desse espaço político tenha sido ocupado nos últimos anos pela causa animal. E não existe problema algum no crescimento dessa pauta. Pelo contrário. A proteção animal avançou muito no debate público e precisava avançar. Animais abandonados precisam de políticas de castração, atendimento veterinário, fiscalização contra maus-tratos e programas responsáveis de adoção. É uma causa legítima e necessária. O erro seria imaginar que proteção animal e pro-

teção ambiental são a mesma coisa ou que uma pode substituir a outra.

Quando uma mata é degradada, quando um córrego é contaminado ou quando uma área verde desaparece, existe uma enorme população animal que também sofre, e que frequentemente sequer aparece no debate público. São aves, mamíferos, répteis, anfíbios, peixes, insetos e inúmeras outras espécies que dependem desses ambientes para sobreviver.

Precisamos das duas coisas. Precisamos cuidar do cachorro abandonado na rua e da fauna silvestre. Precisamos discutir castração e arborização. Precisamos combater maus-tratos e proteger nascentes. Precisamos cobrar atendimento veterinário público, mas também fiscalizar áreas de preservação.

O que me preocupa é perceber que, enquanto a proteção animal conquistou representantes cada vez mais identificados com sua defesa, a pauta ambiental parece ter perdido espaço no debate político de Sumaré.

Quem é hoje a grande referência ambiental da cidade? Quem acompanha sistematicamente nossas áreas de preservação? Quem transforma arborização, recursos hídricos, resíduos sólidos, saneamento, ocupação urbana e proteção da fauna silvestre em discussão política permanente? Quem consegue mobilizar a cidade quando uma área ambiental está ameaçada?

Talvez existam várias pessoas fazendo parte deste trabalho. Mas ainda falta alguém, ou um movimento, capaz de reunir essas preocupações e dar a elas dimensão municipal.

Essa representação não precisa necessariamente nascer de um partido político. Pode surgir da sociedade civil, das universidades, de entidades, de coletivos ou de pessoas que conheçam profundamente o município. O importante é que tenha independência, conhecimento e disposição para cobrar qualquer governo.

É perfeitamente possível defender desenvolvimento econômico, novas empresas, empregos e expansão urbana ao mesmo tempo em que se exige planejamento ambiental. Na realidade, uma cidade moderna deveria justamente saber conciliar essas coisas.

Sumaré completa uma trajetória marcada por crescimento populacional, industrialização e expansão urbana. Agora precisa pensar também sobre aquilo que pretende preservar durante as próximas décadas.

Para isso, acredito que precisamos recuperar algo que já tivemos: uma defesa ambiental forte, reconhecida e capaz de incomodar quando for necessário.

Elaine Amaral - Empresária e fundadora do Jornal Spasso Cidades

Politicand!
 POLITICA LOCAL SEM CENSURA

De saída

Na vida política, perder nas urnas significa sair de cena. Ao menos é assim que deveria acontecer. Você se candidata, o povo escolhe se quer você no cenário político. Se for eleito, fica. Se não, sai. Só que na vida real é bem diferente. Perder uma eleição numa cidade significa ganhar um cargo comissionado em outra. É só dar uma olhada nas folhas de pagamentos das cidades da região. Nela estão diversos forasteiros, que ou perderam as eleições em outras cidades eles mesmos, ou faziam parte do grupo político derrotado. Não é exagero e nem força de expressão, só sai da vida política quem quer ou quem fracassa miseravelmente. O prefeito derrotado em uma cidade pode ser um importante aliado em outra. O grupo político excluído em uma eleição pode ser a peça-chave em outra. Sempre ficam rodeando, pelas beiradas. A realidade é que, nesses casos, a vontade do povo não é soberana.

Via dupla

Se o interesse de quem nomeia os derrotados para cargos comissionados é usufruir do poder e influência deles, quem ocupa os cargos têm um interesse: o salário. Até mesmo onde paga-se pouco, já é muito. Além da renda, tem os esquemas de favorecimento, na falta de palavras melhores, que ajuda a complementar a renda de quem não tem caráter. O garantido é o salário de comissionado no final do mês, mas todo brasileiro conhece a política do país, e sabe que tem um potencial de renda extra para aqueles que não tem caráter e nem medo. De qualquer maneira, mesmo sem se sujar, o pagamento já é maior do que 90% da população jamais sonharia. Uma pena que o erário público nem sempre seja usado em prol da população, mas sim para beneficiar aliados.

Alesp

Vários candidatos que estarão disputando vagas na Alesp apenas querem usar essa eleição como um degrau para suas ambições em 2028. Tem vereador expatriado querendo ser prefeito da cidade que abandonou, tem viúva querendo assumir o trono do falecido, tem primeira-dama querendo recuperar o que a má-reputação do marido perdeu, tem segundo colocado sonhando em chegar em primeiro, tem vice derrotado querendo ir para as cabeças, tem indeciso que pulou de partido em partido querendo apagar o seu passado... nem todos tem como interesse principal ocupar uma cadeira na Alesp e representar o seu povo. Para alguns, é apenas mais um degrau para chegar em 2028 em evidência.

2028 já está aí

Para muitos, a eleição de outubro é o que importa, mas para outros os trabalhos de 2028 já começaram. A realidade é que as movimentações políticas nunca param, e quem fica esperando apenas vê o bonde passando. Em Sumaré, os três principais grupos políticos que disputaram as últimas eleições continuam em movimento. Um ocupa a cadeira e os outros dois com certeza não desistiram do paço municipal. Os dois que ficaram de fora são candidatos à Alesp. Pelo menos um deles com grandes chances de ser eleito, ou melhor, reeleito. A realidade é que em outubro eles terão as respostas, se as suas chances mudaram para melhor ou para pior. A realidade é que ninguém está dormindo, porque não querem perder o horário.

Disputa de herança

Em Hortolândia, uma herança valiosíssima está em disputa indireta: a herança deixada pelo saudoso Angelo Perugini. A realidade é que Perugini transformou a cidade das mais pobres e miseráveis da região em uma das mais prósperas. O povo é muito grato por isso, não à toa foi eleito 4 vezes para o cargo. Quis o destino que uma tragédia acesse o amado prefeito, que pouco tempo após ser reeleito pela quarta vez, acabou perdendo a vida para o Covid. Assumiu então o seu vice, Zezé Gomes, que no âmbito municipal virou seu herdeiro direto. A nível estadual, entretanto, quem ficou com os espólios foi sua ex-esposa, Ana Perugini. Esteve presente em todas as mudanças que a cidade passou, não apenas somente como um agente oculto, mas sim como uma peça atuante das transformações. Até 2024, essa divisão de bens funcionava, mas agora o cenário é outro. Um dos maiores aliados, se não o maior, e braço direito de Angelo aparece nessa disputa. Cafu César. Atual vice-prefeito da cidade, foi com a anuência dele que Zezé foi eleito. Agora que Zezé não pode disputar mais uma eleição, Cafu pode ser o seu sucessor natural. Acontece que rola nos bastidores que quem vem para as cabeças é Ana Perugini, mesmo se reeleita para a Alesp. Os verdadeiros herdeiros aparecem para disputar a herança. A dedicada viúva e o parceiro fiel. Será que existe um cenário onde esses velhos amigos não apareçam como rivais nas urnas?

SPASSO REFLEXÃO

Um líder nasce da crise

As abelhas escondem um segredo surpreendente...

Quando uma colmeia perde sua rainha, a única capaz de dar vida à colônia e manter a ordem numa sociedade perfeitamente organizada, tudo parece perdido. A vida na colmeia abranda.

Sem novos ovos, o futuro desaparece. Em poucas semanas, a colônia está ameaçada de extinção. Mas as abelhas não entram em pânico. Tampouco esperam pela salvação externa.

Com uma demonstração extraordinária de inteligência coletiva e instinto profundo, elas lançam uma resposta de emergência espetacular — difícil de imaginar num mundo governado por insetos.

A transformação começa com uma escolha simples, mas essencial. As abelhas operárias

selecionam algumas larvas comuns — exatamente aquelas que normalmente se tornariam operárias também. Não nasceram diferentes. Não têm nada de especial. Mas, a partir daquele momento, seus destinos mudam completamente.

Elas são escolhidas para receber uma dieta especial: a geleia real. Uma substância rara, produzida por abelhas nutrízes, rica em proteínas, vitaminas e compostos bioativos. É alimento real, no sentido mais puro.

A larva alimentada exclusivamente com essa substância não segue mais o caminho comum. Em apenas alguns dias, seu corpo se desenvolve de forma diferente. Genes antes inativos são ativados. O corpo cresce mais, torna-se mais forte. A expectativa de vida multiplica-se por

quase vinte.

A rainha não é escolhida com base em genes. Ela é criada.

É como se, numa sociedade humana, fosse possível pegar uma criança comum e, com a nutrição adequada, o ambiente certo e apoio consistente, transformá-la num líder extraordinário. Sem manipulações genéticas. Sem efeitos especiais. Apenas com cuidado, suporte e intenção.

Um líder nasce da crise.

Essa metamorfose não salva apenas a larva. Salva toda a colônia.

Quando a nova rainha está pronta, ela assume o controle da colmeia, começa a pôr ovos, restaura a ordem e inicia um novo ciclo de vida coletiva. Da beira da extinção, a colônia renasce — mais forte, mais organizada e mais equilibrada.

Uma lição silenciosa, mas profunda.

As abelhas nos mostram, sem palavras, que em momentos de grande crise não é o desespero que resolve — e sim a clareza. Um plano. A escolha certa. Cuidado e orientação.

No mundo delas, nenhuma rainha nasce pronta. Ela é nutrida. Preparada. Guiada.

E talvez, como na colmeia, na vida também seja assim — não importa quem você é no início, mas sim o que você recebe, como é cuidado e quais decisões os outros tomam em tempos difíceis.

Porque, às vezes, os líderes mais fortes nascem nos momentos mais desafiadores.

Não por sorte. Mas da visão e da transformação que surgem na crise.

PALAVRAS DE VIDA - Quem explica o teu Deus

José foi vendido pelos irmãos, mas ele nunca permitiu que a dor modificasse a interpretação que ele tinha sobre Deus.

Jó perdeu tudo, mas ele nunca permitiu que a tragédia interpretasse Deus no lugar dele.

Paulo foi preso e ele nunca permitiu que as

correntes interpretassem o Deus que ele servia.

Maturidade espiritual é continuar confiando em Deus, mesmo quando você não está enten-

dendo absolutamente nada.

Porque quem explica o teu Deus, não é a tua dor. Quem explica teu Deus é a palavra.

EDUCAÇÃO

Ideb revela diferenças na qualidade do ensino entre cidades da região

Os resultados do Índice de Desenvolvimento da Educação Básica (Ideb) de 2025 mostram um cenário de diferenças importantes entre as redes públicas de ensino de Sumaré, Hortolândia, Nova Odessa, Paulínia e Monte Mor. Nos anos iniciais do Ensino Fundamental, os municípios apresentam índices relativamente próximos e resultados mais elevados. Já nos anos finais, as notas caem em todas as cidades analisadas, evidenciando que a manutenção da qualidade do ensino conforme os estudantes avançam na vida escolar continua sendo um dos principais desafios da região.

O Ideb é um dos principais indicadores utilizados para acompanhar a qualidade da educação básica brasileira. O índice combina o desempenho dos estudantes em avaliações de Língua Portuguesa e Matemática com informações sobre aprovação e fluxo escolar. Dessa forma, a nota não mede apenas o conhecimento demonstrado nas provas,

mas também considera a capacidade das redes de manter os estudantes avançando adequadamente pelas diferentes etapas de ensino.

Entre as cinco cidades analisadas, Paulínia apresentou o maior Ideb nos anos iniciais da rede municipal, com 6,7. Hortolândia e Nova Odessa aparecem logo atrás, ambas com 6,6. Monte Mor alcançou 6,4, enquanto Sumaré registrou 6,0.

O resultado mostra que existe uma diferença de 0,7 ponto entre a maior e a menor nota deste grupo. Embora todas as cidades estejam na faixa dos 6 pontos ou acima, o desempenho coloca Sumaré na última posição entre os cinco municípios considerados nos anos iniciais.

A comparação muda quando são observados os anos finais do Ensino Fundamental. Nessa etapa, além das redes municipais, é preciso considerar a presença das escolas estaduais, responsáveis por uma parcela significativa dos estudantes da região.

Entre as redes municipais dos anos finais, Hortolândia apresentou



A análise também mostra mudanças de posição entre os municípios conforme a etapa e a rede avaliada, mais do que um ranking, os números ajudam a identificar avanços, desafios e pontos que merecem atenção na educação pública regional

o melhor resultado, com Ideb de 5,6, seguida por Sumaré, com 5,4, e Monte Mor, com 5,3. Paulínia registrou 5,0. Nova Odessa não entra nessa comparação porque não mantém rede municipal para essa etapa do Ensino Fundamental.

Os números mostram uma situação interessante em Sumaré. Apesar de apresentar o menor resultado entre as cinco cidades nos anos iniciais, a rede municipal sumareense melhora sua posição relativa quando comparada às demais nos anos finais, ficando atrás somente de Hortolândia.

Na rede estadual, por outro lado, Nova Odessa aparece com o melhor

desempenho regional nos anos finais, alcançando Ideb de 5,8. Paulínia vem na sequência, com 5,4, seguida por Hortolândia, com 5,2, Sumaré, com 5,1, e Monte Mor, com 4,7.

A diferença entre Nova Odessa e Monte Mor chega, portanto, a 1,1 ponto dentro da mesma rede estadual, indicando que mesmo escolas submetidas à administração do Governo do Estado podem apresentar resultados bastante distintos dependendo do município.

O retrato regional também evidencia um problema que ultrapassa os limites de cada município: a queda dos indicadores entre os anos iniciais e finais do Ensino Funda-

mental. As notas acima de 6 registradas pelas redes municipais nos primeiros anos dão lugar a resultados predominantemente na faixa dos 5 pontos quando os alunos chegam às séries mais avançadas.

Embora a comparação direta entre etapas deva ser feita com cautela, porque são avaliações aplicadas a públicos e momentos escolares diferentes, o comportamento dos índices chama atenção para um desafio conhecido da educação básica: garantir que os avanços obtidos durante a alfabetização e os primeiros anos escolares tenham continuidade até o final do Ensino Fundamental.

Também é necessário evitar uma leitura simplificada do Ideb como um ranking definitivo sobre qual cidade possui a “melhor educação”. O indicador é uma ferramenta importante, mas não contempla sozinho fatores como infraestrutura das escolas, inclusão, condições socioeconômicas dos estudantes, formação e valorização dos professores ou diferenças na composição das redes.

Ainda assim, os números permitem identificar onde estão os melhores resultados e onde existe maior espaço para avanço. Paulínia lidera os anos iniciais municipais; Hortolândia apresenta o melhor resultado municipal nos anos finais; e Nova Odessa se destaca entre as redes estaduais dessa mesma etapa. Sumaré, por sua vez, apresenta desempenho mais baixo nos anos iniciais, mas ganha posições nos anos finais municipais. Monte Mor permanece próxima das demais cidades na rede municipal, porém registra o menor índice estadual do grupo.

Mais do que estabelecer vencedores e perdedores, os resultados do Ideb 2025 oferecem um diagnóstico da educação pública regional. E o principal ponto em comum entre as cinco cidades está justamente na necessidade de garantir que a qualidade observada nos primeiros anos de escolarização consiga acompanhar o estudante durante todo o Ensino Fundamental.

Da redação

SAÚDE E INCLUSÃO

Saúde de Sumaré avança na organização da rede de atendimento às pessoas com autismo

O secretário Municipal de Saúde de Sumaré, Frederico Almeida, reuniu-se nesta quarta-feira (12), na Casa do Autista, com coordenadores da Atenção Primária à Saúde (APS), da Saúde Mental, da Casa do Autista, dos CTEAs do Centro e da Área Cura, além de representantes da APAE e da Pestalozzi de Sumaré. O encontro teve como foco o avanço na organização da rede municipal de atendimento às pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA).

A reunião tratou da construção de fluxos e protocolos de atendimento para integrar os diferentes ser-

viços, definir responsabilidades e aprimorar os encaminhamentos. A iniciativa busca garantir um cuidado mais coordenado, humanizado e adequado às necessidades das pessoas com autismo e de suas famílias.

A proposta também prevê o fortalecimento do trabalho em rede, desde a Atenção Primária à Saúde até os serviços especializados. A integração entre a estrutura municipal e a experiência das instituições parceiras deve ampliar a continuidade, a qualidade e principalmente a resolutividade da assistência.

“Estamos construindo uma rede cada vez mais

integrada, na qual cada serviço tenha seu papel definido e, principalmente, cada pessoa com autismo tenha acesso ao cuidado de que necessita”, afirmou o secretário de Saúde, Frederico Almeida.

O secretário acrescentou ainda que a organização dos fluxos e protocolos representa mais uma etapa para qualificar a assistência às pessoas com TEA e fortalecer a articulação entre os serviços públicos e as instituições que atuam no atendimento especializado no município.

Da redação



O encontro realizado na Casa do Autista reuniu os representantes para alinhar fluxos, protocolos e responsabilidades, buscando ampliar a integração entre os serviços e garantir um atendimento mais organizado e humanizado às famílias

BASTIDORES DA POLÍTICA

Ex-prefeito de Nova Odessa, Bill Vieira deixa cargo comissionado na Prefeitura de Sumaré

O ex-prefeito de Nova Odessa Benjamin Bill Vieira de Souza deixou o quadro de servidores da Prefeitura de Sumaré. A exoneração foi oficializada pela Portaria nº 1.126, de 7 de agosto de 2026, assinada pelo prefeito Henrique Stein Sciáscio, o Henrique do Paraíso.

De acordo com a publicação oficial, Bill ocupava o cargo comissionado de assessor de Programas de Governo, referência C-11, subordinado diretamente ao Gabinete do Prefeito. A exoneração ocorreu a pedido do próprio ex-prefeito, conforme registrado no documento.

A saída encerra uma passagem peculiar pela administração sumareense. Depois de comandar o Executivo de Nova

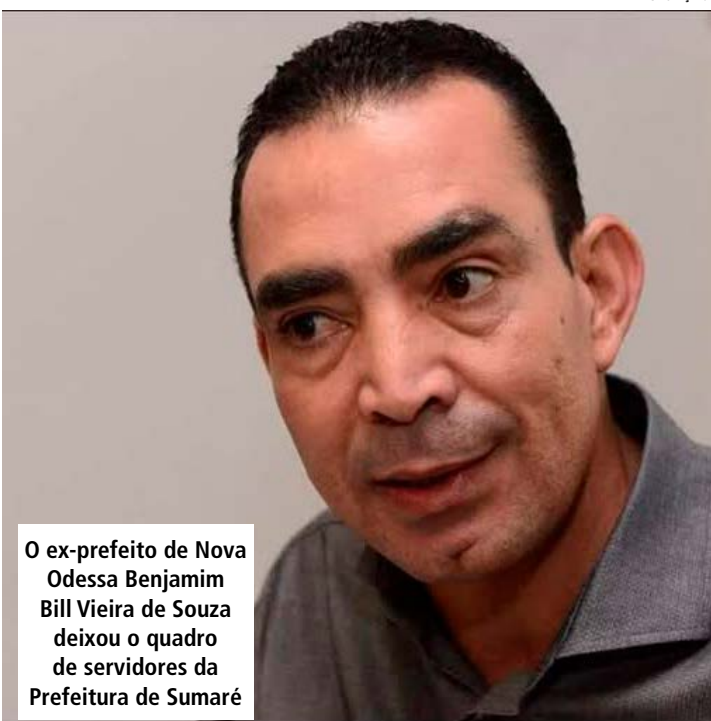
Odessa, município vizinho, Bill passou a integrar a estrutura da Prefeitura de Sumaré em um cargo de livre nomeação e exoneração. A situação naturalmente levanta uma questão administrativa: qual era a contribuição específica esperada de um ex-prefeito de outra cidade para justificar sua presença no quadro comissionado de Sumaré?

A nomeação para cargos em comissão é uma prerrogativa da administração e esse tipo de função é destinado, por definição, a atribuições de direção, chefia ou assessoramento. No caso de Bill, sua experiência acumulada à frente de uma prefeitura poderia ser considerada uma creden-

cial política e administrativa. Ainda assim, por se tratar de uma função remunerada com recursos públicos, permanece pertinente para o cidadão conhecer quais atividades eram efetivamente desempenhadas pelo ex-prefeito como assessor de Programas de Governo e quais resultados estavam vinculados à sua atuação.

Bill possui uma trajetória política construída principalmente em Nova Odessa. Exerceu dois mandatos consecutivos como prefeito, entre 2013 e 2020, e posteriormente tentou retornar ao comando do município. Nas eleições municipais mais recentes, porém, foi derrotado nas urnas.

Mesmo fora de um cargo



O ex-prefeito de Nova Odessa Benjamin Bill Vieira de Souza deixou o quadro de servidores da Prefeitura de Sumaré

eletivo, o ex-prefeito permaneceu inserido no ambiente político regional. Atualmente, seu grupo trabalha pela candidatura de sua esposa, Andréa Souza, a deputada estadual pelo PL, mantendo a família politicamente ativa no período que antecede as eleições de outubro.

A exoneração ocorre, portanto, em um momento no qual Bill permanece envolvido com a articulação eleitoral, embora agora fora da estrutura administrativa da Prefeitura de Sumaré. A portaria não apresenta outras razões para a saída além de registrar que ela ocorreu a pedido do próprio servidor.

Da redação

CIDADES

POLÍTICA

Vereador pode morar fora de Sumaré e mudança reacende debate sobre vínculo com a cidade

Desde abril, vereadores de Sumaré podem fixar residência em outros municípios sem que isso, por si só, coloque seus mandatos em risco. A mudança promovida pela Câmara Municipal retirou da legislação local a penalidade automática relacionada à residência fora da cidade, desde que o parlamentar mantenha domicílio eleitoral em Sumaré, compareça às sessões e permaneça disponível para exercer suas funções.

A alteração pode estar juridicamente amparada na distinção entre residência e domicílio eleitoral, mas abre uma discussão que ultrapassa o aspecto estritamente legal: até que ponto um vereador consegue representar plenamente uma cidade na qual decidiu não morar?

O vereador é o agente político mais próximo do cotidiano da população. Diferentemente de deputados estaduais, federais e senadores, sua atuação está concentrada em um único município. É ele quem fiscaliza a Prefeitura, acompanha serviços públicos, apresenta indicações e requerimentos e recebe reclamações sobre problemas que muitas vezes fazem parte da rotina mais básica da cidade: o buraco na rua, a demora no ônibus, a falta de iluminação, a insegurança no bairro, a dificuldade de conseguir atendimento médico ou a ausência de vagas nas escolas.

Se representar Sumaré exige conhecer profundamente sua realidade, por que retirar justamente a obrigação de que o representante tenha a cidade também como seu lugar de residência?

A justificativa apresentada para a alteração menciona as mudanças sociais e a mobilidade urbana, especialmente em uma região metropolitana na qual atravessar a divisa entre dois municípios pode significar percorrer poucos quilômetros. Pela nova regra, o vínculo passa a ser medido principalmente pelo domicílio eleitoral e pelo efetivo exercício das funções parlamentares. Mas o argumento da proximidade geográfica não elimina o questionamento político. Um morador de Sumaré não pode simplesmente escolher outra cidade quando enfrenta problemas com segurança, transporte, saúde, educação ou infraestrutura sem mudar também sua própria rotina. Ele convive diariamente com as consequências das decisões tomadas pelo Poder Público municipal. É razoável, portanto, discutir se aquele que recebeu seu voto para fiscalizar justamente essas políticas públicas deveria compartilhar dessa mesma realidade.

A situação produz ainda uma contradição simbólica. Os vereadores são eleitos por moradores que escolheram Sumaré como residência e esperam deles trabalho para tornar a ci-



A Câmara argumenta que presença nas sessões, atendimento à população e exercício das funções legislativas são critérios suficientes para assegurar esse vínculo. A nova regra está em vigor e permite essa possibilidade

dade um lugar melhor para viver. Quando um representante opta pessoalmente por estabelecer sua casa em outro município, surge uma pergunta inevitável: por quê?

A escolha pode decorrer de questões familiares, pessoais ou profissionais perfeitamente legítimas. Mas, tratando-se de alguém investido em mandato público municipal, também é legítimo que a população queira saber os motivos. A mudança ocorreu por segurança? Educação? Localização? Qualidade de vida? Uma decisão estritamente familiar? Ou simplesmente conveniência pessoal?

Imagine, por exemplo, um vereador sumareense que escolha morar em Nova Odessa. Sua residência estará submetida aos serviços públicos, à organização ur-

bana e às decisões administrativas de Nova Odessa, enquanto seu mandato continuará responsável por fiscalizar e legislar sobre Sumaré. Legalmente, mantidas as condições exigidas pela legislação eleitoral, são questões distintas. Politicamente, entretanto, permanece uma situação que merece ser conhecida e avaliada pelo eleitor.

A própria natureza do cargo torna a discussão diferente daquela envolvendo outras profissões. Milhares de pessoas moram em uma cidade e trabalham diariamente em outra na Região Metropolitana de Campinas. Um vereador, entretanto, não foi simplesmente contratado para prestar um serviço em determinado endereço: recebeu votos para representar uma comunidade específica.

Há também uma diferença importante entre domicílio eleitoral e residência. A legislação eleitoral admite um conceito de domicílio mais amplo que o simples endereço onde alguém efetivamente mora. É justamente essa distinção que permite que alguém mantenha vínculo eleitoral com determinada cidade mesmo tendo residência em outro município.

A alteração também ganha relevância em um ano eleitoral. Vereadores e outras lideranças municipais frequentemente utilizam a projeção conquistada na política local como ponto de partida para disputar cargos estaduais e federais. Alguns dos atuais representantes da região podem aparecer novamente diante do eleitorado pedindo votos para posições maiores.

Nesse momento, além de propostas, partidos e alianças, informações sobre o vínculo efetivo dos candidatos com as cidades que afirmam representar também fazem parte dos elementos disponíveis para avaliação do eleitor. Cabe à população decidir o peso que atribui a esse aspecto, assim como à atuação parlamentar, presença, fiscalização, projetos apresentados e resultados do mandato.

A Câmara argumenta que presença nas sessões, atendimento à população e exercício das funções legislativas são critérios suficientes para assegurar esse vínculo. A nova regra está em vigor e permite essa possibilidade.

Mas a mudança deixa uma pergunta política que continuará existindo independentemente da legislação: se a principal missão de um vereador é representar os moradores de Sumaré e trabalhar para melhorar a cidade, qual é a importância de ele próprio não escolher Sumaré para viver?

A decisão está dentro da lei, mas cabe ao eleitor avaliar o peso que dá ao vínculo territorial, à presença, à atuação parlamentar e à fiscalização do mandato. A discussão ganha ainda mais relevância em um ano eleitoral, afinal, representar uma cidade também envolve conhecer e vivenciar de perto a realidade de quem mora nela.

Da redação

ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

Salários de secretários variam mais de 120% entre cidades da região

Os salários pagos aos secretários municipais de Sumaré, Hortolândia, Nova Odessa, Paulínia e Monte Mor revelam uma diferença expressiva na remuneração do primeiro escalão das prefeituras da região. Levantamento realizado a partir dos Portais da Transparência dos próprios municípios mostra valores que vão de R\$11.413,05 em Sumaré a R\$25.334,02 em Hortolândia.

Na prática, o secretário municipal mais bem remunerado entre as cinco cidades recebe R\$13.920,97 a mais por mês que aquele situado na outra ponta da comparação. Isso significa que o salário pago em Hortolândia é aproximadamente 122% superior ao de Sumaré, ou mais que o dobro.

Hortolândia ocupa a primeira posição, com subsídio de R\$25.334,02 mensais. Na sequência aparece Paulínia, onde o valor chega a R\$22.494,55. Nova Odessa paga R\$14.960,55, enquanto Monte Mor aparece logo abaixo, com R\$14.100. Su-

maré possui o menor valor do grupo, com R\$11.413,05.

A diferença fica ainda mais evidente quando considerada uma projeção de 12 meses. Sem incluir outras eventuais despesas relacionadas à estrutura administrativa, um secretário recebendo o valor mensal de Hortolândia representa R\$304.008,24 ao ano. Em Sumaré, a mesma conta resulta em R\$136.956,60. A diferença anual entre os dois cargos chega a R\$167.051,64 por secretário.

Os números não permitem, sozinhos, concluir qual município remunera melhor ou pior seus gestores. A definição dos salários do primeiro escalão envolve uma discussão mais ampla sobre capacidade financeira, responsabilidade fiscal e a necessidade de atrair profissionais qualificados para funções que possuem grande responsabilidade administrativa.

Um secretário municipal não ocupa apenas uma posição política. Dependendo da pasta, é responsável



Mais do que comparar salários, os dados levantam uma questão de interesse público: quanto custa manter o primeiro escalão das prefeituras e quais resultados a população recebe em contrapartida

por administrar centenas de servidores e orçamentos que podem alcançar centenas de milhões de reais. Saúde, Educação, Finanças, Obras e Administração, por exemplo, exigem conhecimento técnico, capacidade de gestão e responsabilidade sobre decisões que afetam diretamente milhares de pessoas.

Por esse ponto de vista, remunerações muito abaixo do mercado podem dificultar a atração de profissionais altamente especializados. Um gestor experiente nas áreas jurídica, financeira, médica,

de engenharia ou administração pode encontrar remunerações significativamente superiores na iniciativa privada, reduzindo o número de profissionais dispostos a assumir uma secretaria municipal.

O problema oposto também existe. Quanto maior o salário dos secretários, maior o custo permanente da estrutura política e administrativa do município. E essa diferença se multiplica quando considerada a quantidade de pastas existentes em cada prefeitura. Um aumento de alguns milhares de reais pode parecer pequeno isoladamente,

mas passa a representar centenas de milhares ou mesmo milhões de reais ao longo de um mandato quando aplicado a todo o primeiro escalão.

Por isso, comparar apenas os valores nominais pode produzir conclusões equivocadas. Municípios possuem estruturas administrativas distintas: algumas prefeituras concentram atribuições em uma única secretaria, enquanto outras dividem áreas semelhantes entre várias pastas, além de existirem diferenças no número de secretários-adjuntos e outros cargos do primeiro escalão.

Não existe uma fórmula simples para determinar quanto um secretário deveria receber. Pagar pouco pode representar economia, mas também tornar o serviço público menos competitivo para profissionais altamente qualificados. Pagar muito pode ajudar a atrair gestores experientes, mas exige que a remuneração seja acompanhada por resultados e amplia o custo suportado

pelo contribuinte.

A questão central, portanto, não deveria se resumir a saber qual cidade paga mais. Para a população, tão importante quanto conhecer o salário é poder avaliar o que cada administração recebe em troca dele. Uma remuneração elevada pode ser justificável diante de gestão eficiente, resultados concretos e responsabilidade sobre grandes estruturas. Da mesma maneira, economizar no primeiro escalão perde importância se a cidade não consegue reunir profissionais preparados para administrar áreas essenciais.

Os Portais da Transparência permitem enxergar quanto cada município decidiu valorizar financeiramente seus principais gestores. A diferença superior a 120% entre cidades da mesma região mostra que não existe consenso nem mesmo entre municípios vizinhos sobre quanto custa, ou quanto vale, um secretário municipal.

Da redação

CIDADES

TRANSPARÊNCIA

Contrato de publicidade de R\$ 2,5 milhões em Monte Mor levanta debate sobre prioridades e transparência

Um requerimento aprovado pela Câmara de Monte Mor pode ajudar a esclarecer uma questão que vai além da legalidade de um contrato público: quanto uma cidade deve investir para divulgar suas ações e quais critérios justificam esse gasto diante de outras necessidades do município? O questionamento ganha força quando os R\$2,5 milhões previstos para publicidade em Monte Mor são colocados em perspectiva com os gastos destinados à mesma finalidade em uma cidade significativamente maior, como Sumaré.

O Requerimento 32/2026, apresentado pelo vereador Bruno Leite (União Brasil), foi aprovado pela Câmara com 11 votos favoráveis e apenas um contrário. O documento solicita uma série de informações e documentos referentes ao Contrato n° 139/2026, firmado pela Prefeitura de Monte Mor com a Opus Sapientiae Propaganda Marketing e Publicidade Ltda., no valor global de R\$2,5 milhões.

Entre os questionamentos estão quais secretarias poderão solicitar campanhas, quem fiscaliza a execução, como será feita a distribuição dos recursos entre veículos

de comunicação, quais critérios determinarão onde a publicidade será veiculada e quais mecanismos serão empregados para avaliar os resultados das campanhas.

Também são solicitados documentos do processo licitatório, informações sobre eventuais empenhos, liquidações e pagamentos e o planejamento das campanhas durante a vigência contratual.

O pedido não significa que exista irregularidade no contrato. Pelo contrário: é justamente a disponibilização dessas informações que permitirá avaliar com maior precisão por que o município decidiu reservar esse montante para comunicação institucional e de que maneira o dinheiro será efetivamente utilizado.

A discussão torna-se especialmente relevante quando Monte Mor é comparada a Sumaré.

Sumaré possui população e estrutura administrativa consideravelmente maiores, além de orçamento municipal superior. Ainda assim, um contrato de publicidade atualmente em vigência no município possui valor pouco superior a R\$2 milhões, enquanto Monte Mor reservou R\$2,5 milhões para seu contrato.



A iniciativa busca esclarecer critérios para distribuição da verba, campanhas previstas, fiscalização, pagamentos e resultados com o município

É importante destacar que a simples comparação dos valores globais não permite afirmar que um contrato seja mais caro que outro em termos equivalentes. Para uma análise definitiva seria necessário confrontar prazo, escopo, serviços efetivamente contratados, valores destinados à compra de mídia, produção de conteúdo, planejamento, pesquisas e demais obrigações previstas em cada instrumento.

É exatamente por isso que o requerimento aprovado pela Câmara de Monte Mor é relevante.

A transparência permite sair da comparação superficial dos números e compreender o que

efetivamente está sendo adquirido pelo município.

Mesmo sem qualquer indício de irregularidade, a diferença levanta uma discussão legítima sobre proporcionalidade e prioridade na utilização do dinheiro público.

Monte Mor possui menos habitantes e uma capacidade orçamentária mais restrita que Sumaré. Nesse cenário, um contrato de R\$2,5 milhões representa um esforço proporcionalmente maior para os cofres municipais.

Publicidade institucional possui função pública. Campanhas de vacinação, combate à dengue, matrículas escolares, mudanças no trânsito, programas sociais, presta-

ção de serviços e outras informações precisam chegar à população. O próprio princípio constitucional da publicidade exige transparência das ações administrativas.

A administração pública trabalha com recursos limitados. Cada real destinado a uma finalidade deixa de estar disponível para outra. Em municípios que enfrentam demandas por medicamentos, especialistas, pavimentação, manutenção urbana, educação e outros serviços básicos, contratos milionários de comunicação naturalmente precisam ser acompanhados de justificativas claras sobre sua necessidade e seus resultados.

Foi justamente esse ponto levantado por Bruno Leite durante a discussão do requerimento. O vereador classificou os R\$2,5 milhões como um valor expressivo e questionou a prioridade diante de outros problemas enfrentados pelo município.

Prefeituras hoje possuem sites oficiais, Diário Oficial, redes sociais, aplicativos, canais de mensagens e estruturas próprias de comunicação capazes de alcançar diretamente milhares de moradores a custos relativamente baixos. Esses instrumentos não necessa-

riamente substituem campanhas profissionais ou a contratação de mídia, especialmente quando é necessário alcançar parcelas da população que não acompanham os canais oficiais.

A comparação com Sumaré não serve para determinar automaticamente quanto Monte Mor deveria gastar. As necessidades das duas administrações são diferentes. Serve, porém, como referência para uma pergunta razoável: por que um município menor e com menos recursos prevê um contrato de publicidade de valor semelhante ao encontrado em uma cidade maior e com maior capacidade financeira?

Em uma administração municipal, publicidade também é uma política pública e pode cumprir papel importante. Mas, principalmente em cidades com orçamento mais limitado, comunicar o que está sendo feito precisa caminhar ao lado da discussão sobre quanto custa comunicar — e se aquele dinheiro, naquele momento, está sendo empregado da maneira mais necessária e eficiente possível.

Da redação

SERVIÇO PÚBLICO

Quem cuida da população também precisa ser protegido: violência contra servidores preocupa em Monte Mor

Casos de agressão física, ameaças, assédio moral e violência psicológica contra servidores municipais acenderam um alerta em Monte Mor. Dados apresentados pelo Sindicato dos Servidores Públicos de Monte Mor (Sindsmor) e depoimentos de profissionais durante audiência pública na Câmara mostram uma realidade preocupante: trabalhar atendendo a população não pode significar colocar a própria integridade física e emocional em risco.

O problema foi debatido na terça-feira (11), durante audiência pública da Comissão de Meio Ambiente, Educação, Cultura e Outros Assuntos (CMA), que discutiu a campanha “Saúde sim, Violência Não”.

Durante o encontro, Adelício Paranhos, representante do Sindsmor, afirmou que houve um “aumento alarmante e inegável” dos casos de violência no ambiente de trabalho nos últimos dois anos. Segundo os números apresentados pelo sindicalista, 98% das vítimas seriam mulheres, com a Educação liderando as ocorrências, seguida pela Saúde.

Entre os casos apresentados está o da enfermeira Simone Barbosa, servidora da Unidade de Saúde da Família (USF) Higor,

no Centro. Ela relatou que, no dia 5 de maio, sofreu agressões verbais e ameaça de morte de uma paciente que procurava atendimento pediátrico para o filho. A situação teria evoluído para violência física, e Simone afirmou ter sido enforcada e jogada no chão.

A Guarda Civil Municipal foi acionada e um boletim de ocorrência foi registrado. Atualmente afastada, a profissional relatou o impacto emocional provocado pela agressão. “Eu gostaria de me sentir segura para trabalhar”, afirmou.

O episódio evidencia um problema que não pode ser tratado como consequência normal do atendimento ao público. Pacientes e familiares podem estar insatisfeitos ou fragilizados, especialmente em áreas como Saúde e Educação, mas nenhuma situação justifica ameaças ou agressões contra os trabalhadores.

O servidor que está na linha de frente também não pode ser responsabilizado individualmente por todas as deficiências do poder público. Quem atende em uma unidade de saúde, escola ou repartição não necessariamente decidiu o orçamento, o número de profissionais disponíveis ou a estrutura oferecida pela administração.

nistração.

As informações apresentadas pelo Sindsmor ampliaram a discussão. Segundo Paranhos, a entidade acompanha cinco denúncias de agressão física contra profissionais da enfermagem e cerca de 30 denúncias de violência psicológica e assédio moral que teriam sido praticados por integrantes da própria administração municipal.

Também foram mencionados dois casos considerados complexos na Educação, envolvendo, segundo o sindicato, mais de 35 vítimas de violência psicológica. Paranhos afirmou que, nesses episódios, o prefeito realizou reuniões e encaminhou providências para interromper a situação relatada.

Se a violência praticada por usuários exige protocolos de segurança e resposta rápida, denúncias envolvendo relações hierárquicas dentro da própria administração precisam encontrar mecanismos igualmente eficientes. Isso significa oferecer canais seguros de denúncia, investigação e proteção contra eventuais retaliações.



Durante o encontro, Adelício Paranhos, representante do Sindsmor, afirmou que houve um aumento alarmante e inegável dos casos de violência no ambiente de trabalho nos últimos dois anos

A segurança do serviço público não pode se limitar à proteção de prédios, equipamentos e patrimônio. Antes de qualquer estrutura física, é preciso proteger as pessoas que fazem o serviço funcionar.

Uma unidade de saúde não oferece condições adequadas quando enfermeiros, médicos, recepcionistas e demais funcionários trabalham sob ameaça. Da mesma forma, professores e outros profissionais da Educação não deveriam exercer suas atividades com medo.

Durante a audiência, a representante da OAB Capivari, Maria Inez Ferreira, resumiu a relação: “Proteger o profissional de Saúde

também é proteger o paciente”.

Representantes da administração municipal reconheceram a necessidade de enfrentar o problema. A procuradora Letícia Pagotto afirmou que o tema vem sendo discutido na Secretaria de Saúde e no Conselho Municipal de Saúde. Segundo ela, cinco casos de violência foram relatados no último semestre e o município busca soluções práticas.

O comandante da GCM, Denival Santana, também reafirmou o compromisso da corporação com a proteção dos profissionais e dos equipamentos públicos.

O reconhecimento é impor-

tante, mas os casos apresentados demonstram a necessidade de transformar a discussão em medidas permanentes. Protocolos para situações de ameaça, acionamento rápido da Guarda Municipal, identificação das unidades mais vulneráveis, treinamento das equipes e acompanhamento das vítimas são algumas das medidas que podem fazer parte dessa resposta.

O acolhimento posterior também é fundamental. Um profissional vítima de violência não deveria simplesmente retornar ao mesmo ambiente sem acompanhamento e sem que as condições que possibilitaram a agressão sejam avaliadas.

Os números apresentados pelo Sindsmor e os depoimentos das próprias vítimas mostram que Monte Mor precisa tratar a segurança dos servidores como questão de gestão pública e de proteção ao trabalhador. Campanhas de conscientização são importantes, mas precisam ser acompanhadas por prevenção, acolhimento, investigação e responsabilização.

Quem procura o serviço público merece respeito e segurança. Quem está atrás do balcão, dentro da sala de aula ou atendendo em uma unidade de saúde também.

Da redação

IMPASSE

Lei avança, mas fiscalização empaca: vereador cobra aplicação de norma sobre fios abandonados em Monte Mor

Criar uma lei estabelece direitos, deveres e obrigações, mas não necessariamente resolve o problema que motivou sua elaboração. Entre a aprovação de uma norma e sua aplicação efetiva existe uma etapa fundamental: definir quem fiscaliza, como a população pode denunciar irregularidades, quais órgãos devem ser acionados e de que maneira as determinações serão cobradas. Em Monte Mor, uma legislação sobre fios e cabos abandonados nos postes exemplifica essa distância entre aquilo que está previsto no papel e o que efetivamente chega às ruas.

O vereador Alexandre Pinheiro (Republicanos) cobrou, durante a sessão da Câmara desta segunda-feira (10), medidas para a aplicação da Lei Municipal n° 3.349/2025, de sua autoria. A norma determina que empresas de energia elétrica e companhias que utilizam a infraestrutura dos postes respeitem as regras apli-

cáveis e promovam a retirada de fios inutilizados existentes nas vias públicas.

A legislação estabeleceu prazo de um ano para adequação e implementação total das medidas, período encerrado em julho. A partir daí, entretanto, surge uma questão prática: o que um morador deve fazer quando encontra fios abandonados, soltos ou em situação irregular?

Segundo Alexandre, esse é justamente um dos questionamentos que têm chegado ao seu gabinete. O parlamentar afirmou que, mesmo após a entrada em vigor da medida, ainda não houve manifestação da Prefeitura esclarecendo como os moradores poderão fazer cobranças e apresentar denúncias relacionadas ao descumprimento da legislação.

O vereador pediu que o Executivo disponibilize um canal de comunicação específico para facilitar o registro dessas ocorrências. Também destacou a necessida-

de de notificação da CPFL para que a concessionária acione as empresas de telecomunicações que compartilham os postes e são responsáveis por parte da fiação instalada.

O caso evidencia uma dificuldade que não é exclusiva de Monte Mor. Leis municipais, estaduais e federais frequentemente estabelecem novas obrigações, mas sua efetividade depende da criação de mecanismos capazes de transformar a determinação legal em uma política realmente executada.

Uma norma pode determinar, por exemplo, que determinada empresa faça uma adequação. Para o cidadão, porém, é necessário saber quem verifica se essa obrigação foi cumprida. Também precisa estar claro onde uma irregularidade pode ser denunciada, qual órgão recebe a reclamação, quem identifica a empresa responsável e quais providências serão tomadas caso a determinação não seja respeitada.



O vereador Alexandre Pinheiro (Republicanos) cobrou, durante a sessão da Câmara desta segunda-feira (10), medidas para a aplicação da lei de sua autoria

Sem esse caminho definido, existe o risco de uma legislação avançar juridicamente, mas encontrar dificuldades justamente no momento em que precisa sair do papel.

No caso dos postes, a situação ganha uma complexidade adicional porque uma mesma estrutura pode reunir cabos pertencentes a diferentes empresas. Além da

concessionária responsável pela distribuição de energia, operadoras de telefonia e provedores de internet utilizam a infraestrutura. Para o morador que observa um fio abandonado na rua, dificilmente é possível identificar visualmente quem é o proprietário daquele cabo.

É justamente por isso que fiscalização, regulamentação e ca-

nais de atendimento são partes essenciais da aplicação de uma lei. Não basta estabelecer que determinada situação é irregular se o cidadão não souber a quem recorrer quando encontrar o problema.

A cobrança feita na Câmara de Monte Mor coloca novamente essa discussão em evidência. A Lei n° 3.349/2025 já estabeleceu a obrigação para as empresas e concedeu prazo para adequação. Agora, o desafio passa a ser: garantir os instrumentos necessários para fiscalizar seu cumprimento.

A situação resume uma dificuldade recorrente da administração pública: aprovar uma lei pode ser relativamente simples; fazer com que ela funcione de maneira permanente, com fiscalização, responsabilidades bem definidas e acesso da população aos mecanismos de denúncia, costuma ser a parte mais difícil.

Da redação

CIDADES

SAÚDE PÚBLICA

Saúde Até Você realiza ação no próximo dia 18

O Centro de Testagem e Aconselhamento (CTA) de Paulínia realiza nesta terça-feira, 18 de agosto, mais uma ação “Saúde até Você”, que tem como objetivo levar diversos serviços de saúde para mais próximo da população. A ação será realizada das 9h da manhã até às 13h, na Praça Hercílio G. Navarro, que fica no Jardim Planalto.

No local será possível realizar testes rápidos de sífilis, HIV e Hepatites B e C, além de receber orientação e indicação de medicamentos PEP e PrEP para evitar a contaminação do vírus do HIV. No local também haverá distribuição de preservativos e gel lubrificante. Caso não consiga comparecer e necessite de algum teste para Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) procure o SAE (Serviço de Atenção Especializada) / CTA (Centro de Testagem e Aconselhamento que fica na Rua Maria das Dores Leal de Queiroz, 777 - Jardim Vista Alegre.

Horário de atendimento: Segunda a Sexta-feira, das 7h às 17h
Realização de testes rápidos: Segunda a Sexta-feira, das 7h às 16h

Prefeitura de Paulínia



A iniciativa busca ampliar o acesso à prevenção e aos serviços de saúde para a população

BEM-ESTAR ANIMAL

Programa de Castração abre 250 vagas para cães e gatos



A Prefeitura de Paulínia abre, na próxima segunda-feira, 17 de agosto, 250 vagas para a castração gratuita de cães e gatos, por meio do Programa Municipal de Castração 2026. Os interessados podem fazer a inscrição de forma online pelo site paulinia.sp.gov.br/castracao2026 (acesso só será liberado no dia 17, às 8h) ou presencialmente, direto na Secretaria do Meio Ambiente, de segunda à sexta, das 8h30 às 11h30 e das 14h às 16h.

A castração será realizada na EMEF José Dalmo F. B. de Mattos - Morro Alto, no dia 22 de agosto, das 7h às 18h e, após o cadastramento é preciso ficar atento às orientações e confirmação enviadas para o e-mail do cadastro. Cães de focinho curto ou achatado (como pug, bulldogue, boxer, lhasa apso e shih-tzu) e raças mais sensíveis (como yorkshire, maltês, spitz alemão, pinscher e chihuahua) não serão atendidos.

Somente animais saudáveis, não obesos e que tenham entre 4 meses e 7 anos poderão ser castrados.
*Saiba mais: *
Documentos necessários do tutor para o cadastro:
- Cópia do documento de identidade e comprovante de endereço
*Pré-requisitos do tutor:
- Ser maior de 18 anos
- Ter disponibilidade de ficar no local durante todo o procedimento

- Ser residente de Paulínia
*No dia da castração: *
Cães: obrigatório o uso de coleira e guia para todos os animais
Cães de grande porte (pitbull, rottweiler, por exemplo): obrigatório o uso de focinheira
Gatos: obrigatório o uso de caixa de transporte
Para mais informações, entre em contato pelo telefone: (19) 3874-5611.
Prefeitura de Paulínia

POLÍTICA

Conheça a origem dos principais partidos de direita e centro-direita do país

Entender a atual configuração dos partidos brasileiros exige voltar à ditadura militar. Embora muitas das siglas atuais tenham sido criadas décadas depois, parte importante das forças de centro, centro-direita e direita possui raízes nas sucessivas reorganizações iniciadas a partir de ARENA e MDB, as duas legendas autorizadas durante a maior parte do regime militar. Com a extinção dos antigos partidos, a Aliança Renovadora Nacional (ARENA) reuniu a base de sustentação do regime, enquanto o Movimento Democrático Brasileiro (MDB) concentrou a oposição permitida. O fim do bipartidarismo, em 1979, abriu caminho para uma extensa árvore de transformações, dissidências e fusões que chega aos partidos atuais. O MDB possui uma das trajetórias mais lineares. Criado em 1966, tornou-se PMDB com a redemocratização e cresceu como uma ampla frente política, reunindo diferentes correntes. Em 2017, recuperou o nome original e voltou a ser MDB. Foi justamente de uma dissidência do PMDB que nasceu o PSDB, em 1988. Seus fundadores, entre eles Fernando Henrique Cardoso, Mário Covas e José Serra, apresentavam uma proposta social-democrata e ocupavam naquele momento uma posição mais à esquerda que setores do próprio PMDB. Nas décadas seguintes, prin-

cipalmente durante os governos de Fernando Henrique, o partido aproximou-se do liberalismo econômico e consolidou-se no centro e centro-direita. Mais curiosa é a história do Cidadania. Sua origem remonta ao antigo Partido Comunista Brasileiro (PCB). Em 1992, após a crise do bloco socialista, parte majoritária da organização criou o Partido Popular Socialista (PPS). Posteriormente, a legenda afastou-se do comunismo, aproximou-se do centro e, em 2019, passou a se chamar Cidadania. Atualmente, forma uma federação com o PSDB, reunindo duas siglas que chegaram ao mesmo campo político por caminhos históricos completamente diferentes. Na direita tradicional, o Progressistas (PP) apresenta uma das ligações mais claras com a antiga ARENA. Com o fim do bipartidarismo, a ARENA tornou-se PDS. Posteriormente, o PDS uniu-se ao PDC para formar o PPR, que depois participou da formação do PPB. Após novas mudanças de nome, surgiu o atual PP. Outra ramificação da ARENA chegou ao União Brasil. Uma dissidência do PDS criou, em 1985, o PFL, que se tornou uma das principais forças da centro-direita durante os anos 1990. Em 2007, o partido passou a se chamar Democratas (DEM). Em 2021, DEM e PSL aprovaram uma fusão que originou o União Brasil. O PSL, funda-

do em 1994, havia ganhado projeção nacional ao eleger Jair Bolsonaro presidente em 2018. Assim, tanto PP quanto União possuem, por caminhos diferentes, raízes que alcançam a estrutura partidária da antiga ARENA. O atual Partido Liberal (PL), por sua vez, nasceu de outra trajetória. O PL criado em 1985 fundiu-se, em 2006, com o PRONA, de Enéas Carneiro, formando o Partido da República (PR). Em 2019, a legenda recuperou o nome Partido Liberal. A chegada de Jair Bolsonaro, em 2021, transformou novamente sua identidade política e consolidou a sigla como principal força partidária do bolsonarismo. O Republicanos não possui ligação direta com ARENA ou MDB. Sua história começou com o Partido Municipalista Renovador (PMR), que obteve registro em 2005 e logo se tornou Partido Republicano Brasileiro (PRB). Com forte presença de lideranças conservadoras e religiosas, cresceu nacionalmente e, em 2019, adotou o nome Republicanos. O PSD também nasceu fora das antigas árvores partidárias. Criado em 2011 sob a liderança de Gilberto Kassab, recebeu políticos provenientes principalmente do DEM, PSDB, PP e PMDB. Apesar disso, juridicamente não é sucessor dessas legendas nem possui relação com o antigo PSD extinto durante a ditadura. Tornou-se uma



A trajetória de partidos como PL, PP, Republicanos, União Brasil e PSD ajuda a entender a formação do atual cenário político brasileiro e as alianças que movimentam as eleições

das maiores forças de centro e centro-direita do país, com forte presença nos municípios. Outras legendas atuais também carregam nomes muito diferentes daqueles com os quais começaram. O Podemos nasceu como PTN e adotou a denominação atual em 2017, incorporando posteriormente o PSC. O PRD surgiu da fusão entre PTB e Patriota. Já o Mobiliza é o antigo PMN, enquanto o Agir passou por diferentes denominações, incluindo PRN, partido pelo qual Fernando Collor foi eleito presidente em 1989, e posteriormente PTC. O Avante é o antigo PTdoB. A Democracia Cristã (DC) recupera uma tradição política anterior à própria ditadura, embora a estrutura partidária atual tenha origem no PSDC fundado nos anos 1990. Já o PRTB, historicamente associado a Levy Fidelix, surgiu nos anos 1990 e pos-

teriormente aproximou-se da direita conservadora. Há ainda partidos que nasceram sem resultar diretamente da transformação ou fusão de outras siglas. O Novo, registrado em 2015, foi organizado principalmente em torno do liberalismo econômico e ganhou projeção nacional com a eleição de Romeu Zema em Minas Gerais. O Solidariedade, registrado em 2013 e liderado em sua formação por Paulinho da Força, teve forte participação de quadros provenientes do movimento sindical. Entre as experiências mais recentes está o Missão, criado a partir do Movimento Brasil Livre (MBL). Com registro aprovado em 2025, a legenda passou a disputar seu próprio espaço na direita, combinando principalmente posições liberais na economia e conservadoras em diferentes pautas sociais. A história mostra, portanto, que aquilo que hoje

é chamado genericamente de direita ou centro-direita brasileira possui origens bastante diferentes. Uma parcela descende da estrutura partidária que sustentou o regime militar; outra nasceu da oposição à ditadura; o Cidadania possui raízes no movimento comunista; e partidos como Novo, PSD, Republicanos e Missão surgiram muito posteriormente, sem descendência direta de ARENA ou MDB. Quase seis décadas depois do surgimento de ARENA e MDB, a direita e o centro-direita brasileiros são resultado de sucessivas divisões, mudanças de nome, fusões e novas organizações. Conhecer essas origens ajuda a compreender não apenas de onde vieram as siglas atuais, mas também por que partidos hoje próximos eleitoralmente podem carregar histórias e tradições políticas completamente distintas. Da redação

VARIEDADES

EMPREENDEDORISMO FEMININO

Shopping ParkCity Sumaré promove nova edição da Expo FEMEA

O Shopping ParkCity Sumaré, administrado pelo Grupo AD, promove neste fim de semana, dias 15 e 16 de agosto, sábado e domingo, mais uma edição da Expo FEMEA (Feira de Mulheres Empreendedoras e Artesãs). Com entrada gratuita, o evento celebra o primeiro aniversário da loja colaborativa, uma iniciativa da Instituição São Judas Tadeu em parceria com o Shopping.

Gisele Alvares, Coordenadora de Marketing do Shopping ParkCity Sumaré, explica que a mostra contará com diversos

estandes, reunindo trabalhos artesanais produzidos por mulheres de Sumaré e região. “A Expo FEMEA é um importante espaço para as mulheres mostrarem seu talento e protagonismo empreendedor. O público terá a oportunidade de conhecer de perto o trabalho dessas expositoras e adquirir peças que traduzem sua criatividade e dedicação”, comenta Gisele.

Além dos itens feitos à mão, o público contará com uma programação de workshops gratuitos de Amigurumi e Crochê. As vagas para as atividades são limitadas e, para participar, é ne-

cessário realizar a inscrição antecipadamente pelo Instagram @femea_lojacoborativasumaré.

“A Feira reforça o compromisso do Shopping ParkCity Sumaré em valorizar o empreendedorismo feminino e criar oportunidades para que o público conheça histórias de mulheres que transformam o talento em negócios”, comenta Joelma Tadei, Gerente Geral do empreendimento.

A Expo FEMEA será realizada na Alameda ParkCity. No sábado, dia 15/8, o evento acontece das 10h às 21h, e no domingo, 16/8, das 12h às 21h.



Com entrada gratuita, a mostra reúne trabalhos artesanais de mulheres de Sumaré e região e celebra o primeiro aniversário da loja colaborativa

SERVIÇO: FEMEA

Quando: sábado e domingo, dias 15 e 16 de agosto.
Horário: sábado das 10h às 21h, e no domingo, das 12h às 21h.
Programação:
das 13h às 14h | Crochê com linha: Porta-copos e xícaras – com Olga Maggiotto.
Das 14h30 às 15h30 | Amigurumi: Chaveiros de polvo – com Lenna.
Das 18h às 19h30 | Crochê em fio de malha: Colar – com Vera.
Local: Alameda ParkCity.
Evento com visitação gratuita.

Fonte: ImPauta Comunicação

TRANSPORTE E LOGÍSTICA

Brado celebra 10 anos do terminal de Sumaré como referência em operação multimodal

Em 2026, o terminal multimodal da Brado Logística, em Sumaré (SP), completa 10 anos de operação. Com 250 mil m² de área e 167 colaboradores, entre próprios e terceiros, a unidade se consolidou como uma das principais estruturas da companhia e desempenha papel estratégico na movimentação de cargas de importação, exportação e mercado interno. Além de conectar São Paulo a diferentes regiões do país, o terminal também recebe insumos destinados à indústria local.

Somente em 2025, a unidade movimentou cerca de 50 mil contêineres, com destaque para cargas de bens de consumo, milho e insumos agrícolas, como defensivos e fertilizantes. Já no primeiro trimestre de 2026, o volume chegou a 15 mil contêineres, reforçando o ritmo da operação. À frente do terminal há seis anos, o gerente Laion Suprano acompanhou de perto parte importante da evolução do local e destaca o papel da estrutura para a cadeia logística nacional.

“O terminal de Sumaré ocupa uma posição estratégica dentro da malha logística brasileira. A operação conecta o interior de São Paulo, Centro-Oeste e Norte do país ao Porto de Santos, integrando ferrovia e rodovia por meio de corredores importantes

como as rodovias Anhangueira, Bandeirantes e Dom Pedro. Isso permite atender, de forma eficiente, diferentes fluxos de exportação”, afirma.

A unidade conta com conexão ferroviária para diferentes estados brasileiros. Uma das principais rotas liga Sumaré a Rondonópolis (MT), com foco no transporte de produtos do agronegócio e bens de consumo. Nessa operação, além do carregamento em vagões long stack, a Brado utiliza vagões double stack, modelo em que duas unidades são empilhadas verticalmente em vagões especiais, ampliando a capacidade de transporte. No consolidado das operações da empresa no terminal, 85% do volume transportado é realizado com double stack.

Outra rota estratégica é a ligação com o Maranhão, voltada ao escoamento de bens industriais, produtos de consumo e itens do setor moveleiro. Inaugurada oficialmente em dezembro de 2025, a operação é considerada a maior rota ferroviária em funcionamento no país para transporte de contêineres, com cerca de 2,7 mil quilômetros de extensão. Desenvolvida em parceria com a Rumo e a VLI, a conexão integra as regiões Sudeste, Norte e Nordeste.

Além das operações ferroviárias, o terminal também é

peça-chave no Projeto Carrossel, iniciativa voltada à otimização do transporte rodoviário. Na prática, caminhões que realizam entregas de cargas importadas deixam de retornar vazios ao Porto de Santos e passam a transportar cargas de exportação da Brado a partir de Sumaré. A estratégia reduz deslocamentos ociosos, melhora a ocupação dos veículos e contribui para ganhos de eficiência e competitividade.

“Quando conseguimos integrar melhor os fluxos rodoviários e ferroviários, reduzimos desperdícios operacionais e tornamos toda a cadeia mais previsível. Essa inteligência logística gera ganhos não apenas para a Brado, mas também para clientes que dependem de maior agilidade e previsibilidade no transporte”, complementa Suprano.

Ao longo da última década, a unidade passou por diferentes etapas de modernização e, mais recentemente, recebeu novos investimentos voltados à eficiência operacional e segurança. Entre as novidades está a aquisição de dois pórticos Rubber Tired Gantry (RTG), equipamentos sobre pneus com tecnologia de operação remota diretamente da sala de controle. Responsáveis pela movimentação de contêineres entre pátio e trem, os novos RTGs

foram projetados para elevar produtividade, segurança e sustentabilidade. A instalação teve início em abril e deve ser concluída até setembro.

Até então, o terminal operava com reach stackers, equipamentos com capacidade média de cerca de 12 movimentos por hora. Com a chegada dos novos aparelhos, o empilhamento aumenta de cinco para seis unidades e a produtividade praticamente dobra, alcançando aproximadamente 22 movimentos por hora.

Os novos equipamentos também incorporam sensores anti colisão, sistemas automáticos de parada em caso de obstáculos e câmeras de monitoramento com leitura de ambiente, peso e altura dos cabos de aço, reforçando o controle operacional e a segurança no terminal.

“Para os próximos anos, o terminal de Sumaré seguirá entre as prioridades da Brado. Já temos investido de forma consistente na unidade e a tendência é ampliar esse movimento, especialmente em infraestrutura e no desenvolvimento das operações ferroviárias e rodoviárias que compõem o terminal”, ressalta o gerente do terminal.

Sobre a Brado

A Brado é referência nacional em serviços de logística multi-



O terminal integra operações ferroviárias e rodoviárias e contribui para a movimentação de cargas de importação, exportação e do mercado interno, fortalecendo a logística e a conexão da região com diferentes mercados

modal. Tem estrutura própria composta por 33 locomotivas, cerca de 4,7 mil contêineres e mais de dois mil vagões, equipamentos, armazéns e terminais, complementadas por meio de parcerias estratégicas nos principais centros de consumo do país. Com atuação cada vez

mais adaptada às necessidades do mercado de importação, exportação e mercado interno, a empresa preza pela excelência na movimentação de contêineres no Brasil, focada na integração multimodal.

Fonte: Rafaela Foggiao

MEIOS DE PAGAMENTO

Avanço do Pix: pagamento instantâneo já responde por mais de 20% do faturamento de bares e restaurantes

O Pix segue ampliando sua presença nos bares e restaurantes brasileiros e já responde, em média, por 20,5% das vendas de salão e balcão do setor. Os dados mostram o avanço da modalidade em relação ao patamar de 16,5% registrado em levantamento anterior da Associação Brasileira de Bares e Restaurantes (Abrasel) em 2024, confirmando a consolidação do pagamento instantâneo na rotina de consumidores e empresários. Enquanto o Pix cresce, o dinheiro físico perde espaço. Hoje, ele representa apenas 8,3% das vendas presenciais dos estabelecimentos, percentual inferior ao registrado em pesquisas anteriores e alinhado à tendência nacional observada em diversos segmentos da economia. O cartão de crédito segue liderando, com 41,5% das vendas, seguido pelo

cartão de débito, com 25,1%.

A adesão ao Pix é mais intensa entre as empresas de menor porte. Nos estabelecimentos com faturamento anual de até R\$130 mil, o meio de pagamento responde por 30,4% das vendas de salão e balcão. Entre os negócios com faturamento de R\$130 mil a R\$360 mil, a participação é de 22,6%, enquanto aqueles que faturam entre R\$360 mil e R\$1 milhão registram índice de 24%. Nas empresas de maior porte, a modalidade continua relevante, mas com participação mais moderada, variando entre 14,9% e 17,5%.

Os dados fazem parte da Pesquisa Nacional de Conjuntura Econômica da Abrasel, realizada em junho de 2026 com empresários do setor de alimentação fora do lar em todo o país. Ao todo, a pesquisa ouviu mais de 1,6 mil empreendedo-

res, distribuídos entre as cinco regiões brasileiras.

O levantamento também mostra diferenças importantes entre os tipos de operação. Nos estabelecimentos de alimentação rápida, o Pix já representa 24,6% das vendas. Em restaurantes especializados, a participação chega a 21%, enquanto nos bares e casas noturnas alcança 19,9%. Já nos restaurantes de almoço (como os restaurantes a quilo), é de 17%.

Para o presidente da Abrasel, Paulo Solnucci, o crescimento do Pix reflete mudanças profundas no comportamento do consumidor e na gestão financeira das empresas. “O cliente quer rapidez, praticidade e segurança no momento do pagamento. Ao mesmo tempo, o empresário busca soluções que reduzam custos e tragam mais previsibilidade ao fluxo de caixa. O Pix conseguiu

atender a essas duas necessidades e, por isso, se tornou uma ferramenta essencial para os bares e restaurantes”, afirma.

O avanço do Pix acompanha uma transformação mais ampla na forma como os brasileiros realizam pagamentos. Pesquisa recente do Google mostrou que a modalidade já alcança 93% da população e respondeu por 47% de todas as transações realizadas no país em 2024. No mesmo período, o uso de dinheiro em espécie caiu de 43% para apenas 6% dos consumidores.

Para o presidente da Abrasel RMC, André Mandetta, o uso do pix por parte dos consumidores impulsiona novos modelos de relacionamento entre empresas e clientes.

“O Pix não é apenas uma forma de pagamento. Ele cria oportunidades para que bares e restaurantes desenvolvam



Consumidores estão usando mais o Pix na hora de pagar contas em bares e restaurantes

programas de fidelidade, integrem pedidos digitais e ofereçam novas experiências ao consumidor. Estamos diante de uma transformação cultural que exige adaptação, mas que também

abre espaço para mais eficiência, inovação e competitividade no setor”, conclui ele.

Fonte: Comunicação Estratégica Campinas

REGIÃO

GASTRONOMIA E EXPERIÊNCIAS

Pobre Juan comemora 22 anos com noite de tango em Campinas

Celebrando as raízes argentinas, inspiração para a criação da marca que é uma das casas de carne mais renomadas do Brasil, o Pobre Juan comemora 22 anos de atuação neste mês de agosto. Uma noite de parrilla, vinho e tango, o “Tango De Los 22”, evento que celebra a ocasião, acontecerá em Campinas em 22 de agosto, a partir das 19h, no restaurante localizado na Galleria Shopping. A dança será interpretada ao vivo por um casal de bailarinos.

Enquanto assistem à apresentação, os clientes poderão apreciar um menu criado especialmente para o evento. A sugestão do chef é Empanada de carne ou a Salada Dracena para iniciar, seguida de um Gran Ancho acompanhado de Mousseli-

ne Tartufata, Molho Malbec e Farofa Pobre Juan como prato principal e Panqueca de Dulce de Leche para finalizar. A experiência poderá ser complementada com a harmonização com o vinho Mevi Malbec, feito com uvas cultivadas em uma das sub-regiões mais cobiçadas de Mendoza, o “Maipú”.

A reserva dos lugares deve ser feita no Get In Clicando aqui. O espetáculo “Tango De Los 22” acontecerá, também, nas demais 18 casas do Pobre Juan pelas cinco regiões brasileiras.

Sobre o Pobre Juan

Inspirado nas típicas casas argentinas, o restaurante Pobre Juan é uma das mais renomadas casas de carnes no País e ficou famoso por sua parrilla, cortes especialmente selecionados, exce-

lência na carta de vinhos e drinks autorais.

A marca foi criada em 2004, com a casa do bairro da Vila Olímpia, em São Paulo, a partir do desejo de um grupo de amigos em saborear boas carnes assadas na grelha, em um ambiente agradável e confortável. Atualmente, o grupo possui 19 unidades no Brasil, nas cidades de Porto Alegre, Brasília, São Paulo, Campinas, Rio de Janeiro, Curitiba, Goiânia, Recife, Belo Horizonte e Belém.

Em Campinas, onde está localizado no segundo piso do Galleria Shopping, conta com uma equipe com cerca de 30 pessoas que trabalham com excelência para entregar experiências únicas aos seus clientes. Com uma decoração elegante e ambiente intimista, o destaque da casa fica por conta da parrilla, es-

trategicamente posicionada para ser vista de qualquer canto do salão.

Serviço - Celebração de aniversário do Pobre Juan “Tango de los 22”

Data: dia 22 de agosto, sábado, às 19h

Local: Pobre Juan Galleria Shopping (Rod. D. Pedro I, km 131,5, Jardim Nilópolis, Campinas, SP)

Menu Especial 22 Anos:

Entrada: Empanada de carne ou Salada Dracena individual

Principal: Gran Ancho com Mousseline Tartufata, Molho Malbec e Farofa Pobre Juan

Sobremesa: 2 Panquecas de Dulce de Leche

Valores para duas pessoas: R\$ 528 (sem harmonização) ou R\$ 714 (com harmonização)

Fonte: Macchina Comunicação



A casa celebra com uma noite especial de tango, parrilla e vinhos em Campinas, unindo gastronomia e as tradicionais raízes argentinas

BEM-ESTAR ANIMAL

Frio aumenta o desconforto de cães e gatos com doenças articulares

Com a queda das temperaturas, muitos cães e gatos que convivem com doenças articulares passam a demonstrar mais dor e dificuldade para se movimentar. Levantar da cama, subir no sofá, correr ou até caminhar pequenas distâncias pode se tornar um desafio. Embora essa piora seja mais percebida durante o inverno, ela não significa que a doença tenha evoluído de forma repentina, mas sim que o frio favorece o aumento do desconforto.

As baixas temperaturas provocam contração muscular, reduzem a circulação sanguínea nas extremidades por causa da vasoconstrição e tornam o líquido sinovial — responsável por lubrificar as articulações — mais espesso. O resultado é uma maior rigidez das articulações e movimentos mais dolorosos.

“As doenças articulares acometem a cartilagem das articulações e podem surgir naturalmente com o envelhecimento ou como consequência de problemas que provocam instabilidade articular, como luxações, fraturas e outras alterações ortopédicas”, explica o ortopedista e neurocirurgião veterinário Gustavo Bacchim da Silva, do Hospital Veterinário Taquaral (HVT Campinas).

Iva, ortopedista e neurocirurgião veterinário do Hospital Veterinário Taquaral Na rotina do hospital, as enfermidades mais frequentes são a osteoartrose, as luxações e a osteocondrite dissecante. A osteoartrose é uma doença degenerativa

e progressiva que compromete a cartilagem das articulações, causando dor, inflamação e perda gradual da mobilidade.

“É uma enfermidade crônica que pode acometer cães de todos os portes. Fatores como excesso de peso, predisposição genética, alimentação inadequada e outras doenças podem acelerar sua evolução”, frisa o veterinário.

Já as luxações ocorrem quando um ou mais ossos saem da posição normal da articulação, geralmente em consequência de traumas ou de alterações ortopédicas importantes. Em muitos casos, a correção cirúrgica é necessária.

Outra doença relativamente comum é a osteocondrite dissecante, observada principalmente em cães jovens de raças grandes e gigantes, como Golden Retriever, Pastor Alemão, Doberman e Dogue Alemão. O crescimento acelerado associado ao manejo nutricional inadequado favorece alterações na cartilagem, provocando inflamação e dor ao apoiar o membro.

Sinais que merecem atenção

Nem sempre o tutor associa pequenas mudanças de comportamento a um problema articular. Muitos animais passam a evitar atividades que antes faziam normalmente, demonstrando apenas certa “preguiça” ou redução da disposição.

Na idade avançada, cães têm dificuldade para levantar após permanecer deitado

Segundo Gustavo, alguns sinais

são bastante característicos:

- dificuldade para levantar após permanecer deitado;
 - mancar ou apoiar menos um dos membros;
 - dificuldade para subir escadas ou pular em camas e sofás;
 - redução das brincadeiras e caminhadas;
 - rigidez ao iniciar os movimentos;
 - agressividade ou irritação provocadas pela dor;
 - atrofia muscular em casos mais avançados.
- “A claudicação costuma ficar mais evidente depois que o animal permanece algum tempo parado. Muitos tutores percebem que ele demora alguns minutos para voltar a caminhar normalmente”, explica.

O inverno exige alguns cuidados

Embora o frio não provoque as doenças articulares, ele contribui para o aumento da dor e da rigidez.

“No inverno, os animais costumam ficar mais tempo deitados e menos ativos. Como a produção do líquido sinovial aumenta durante o movimento, essa redução da atividade favorece ainda mais a rigidez das articulações”, explica Gustavo.

Para minimizar o desconforto, o veterinário orienta que o pet permaneça aquecido e mantenha uma rotina leve de exercícios.

“Caminhadas curtas ajudam a manter as articulações em movimento. Se houver piora importante da dor ou da dificuldade para caminhar, o ideal é procurar um



Gustavo Bacchim da Silva, ortopedista e neurocirurgião veterinário do Hospital Veterinário Taquaral

médico-veterinário para reavaliar o tratamento”.

Quanto mais cedo a artrose é identificada, maiores são as chances de controlar sua evolução e preservar a qualidade de vida do animal

Diagnóstico precoce faz diferença

Quanto mais cedo a doença é identificada, maiores são as chances de controlar sua evolução e preservar a qualidade de vida do animal.

O diagnóstico começa com um exame físico detalhado, que permite identificar a articulação comprometida. Depois disso, podem ser solicitados exames de imagem, como radiografias, tomografia computadorizada e, em alguns casos, artroscopia, que auxilia tanto no diagnóstico quanto no planejamento do tratamento.

Tratamento é individualiza-

do e o atendimento multidisciplinar tem papel importante nestes casos, envolvendo clínicos, ortopedistas, profissionais de diagnóstico por imagem e, quando necessário, fisioterapia e reabilitação.

Atenção aos primeiros sinais

Embora nem todas as doenças articulares possam ser evitadas, manter o peso adequado, oferecer alimentação balanceada, estimular atividades físicas compatíveis com a idade e procurar atendimento veterinário logo nos primeiros sinais de dor ajudam a retardar a progressão dos problemas.

“Muitas vezes o tutor acredita que o animal está apenas envelhecendo e deixa de procurar ajuda. Hoje existem diversos recursos para aliviar a dor e proporcionar mais conforto. O mais importante é não esperar que a limitação se torne severa para iniciar o tratamento”, conclui Gustavo.

Serviço:

Hospital Veterinário Taquaral – Campinas SP
YouTube
Instagram: @hvtcampinass
Facebook
site
Endereço: Av. Heitor Penteado, 311, Taquaral (em frente ao portão 6 da Lagoa) – Campinas SP
Funcionamento: 24 horas, sete dias por semana
Telefones: (19) 3255-3899 / WhatsApp: (19) 99256-5500

Fonte: AMZ Comunicação

ECONOMIA E NEGÓCIOS NA REGIÃO - Por Marcelo Oliveira



Chinesa CRRC começa a preparar máquinas para a produção dos vagões do Trem Intercidades

O início das operações do Trem Intercidades, que vai ligar São Paulo a Campinas está previsto para 2031, conforme o contrato de concessão. Mas a chinesa CRRC já começa a aquecer as máquinas da fábrica de Arara-

quara para iniciar a produção dos vagões, ainda neste segundo semestre. A informação foi revelada por Pedro Moro, diretor-presidente da TIC Trens, ao portal MetrôCPTM. As frota do Trem Intercidades serão compostas de oito vagões.

Estudo do BNDES prevê R\$ 7,7 bi para VLT e BRT na região

Segundo o Estudo Nacional de Mobilidade Urbana (ENMU), desenvolvido pelo BNDES e pelo Ministério das Cidades, estima que que obras de mobilidade urbana na região de Campinas para implementações do Veículo Leve sobre Trilhos (VLT), que absorverá maior parte do investimento, e os corredores rodoviários rápi-

dos (BTR) devam exigir investimentos na ordem de até R\$ 7,5 bilhões. O valor tem potencial para praticamente duplicar sua rede de transporte público de média e alta capacidade, expandindo a malha atual de 83 km para até 161 km de extensão.

Redução do tempo de deslocamentos e acidentes

Ainda de acordo com o Estudo, as obras previstas no pacote poderão atender 348,48 mil passageiros por dia. Além disso, elas trariam grandes impactos financeiros e na vida dos moradores da região. As projeções apontam que as intervenções trarão uma redução de 14% no tempo médio de deslocamento da população e serão capazes de evitar 477 vítimas de sinis-

tros de trânsito por ano na região metropolitana.

Cervejaria da região briga com gigantes pelo título de melhor cerveja

Criada em 2022, a Sim! Cerveja já é reconhecida como uma das principais cervejas sem álcool do País, com inúmeros prêmios internacionais. A marca criada em Campinas agora concorre ao título de melhor cerveja nacional sem álcool na premiação da Prazeres da Mesa. A missão da marca regional não é fácil já que briga com gigantes multinacionais. As finalistas ao prêmio são: Corona Cero; Estrella Galicia 0,0; Heineken 0,0; SIM! Amnesia IPA e Stella Artois 0.0. A escolha da vencedora acontece até o dia 16 de agosto, pelo

voto popular.

Região de Campinas foi o terceiro destino em investimentos do setor

De acordo com o levantamento, a região de Campinas foi a terceira em recebimento de investimentos anunciados no acumulado de três anos, com um total de R\$480 milhões. A Região Metropolitana de São Paulo concentrou o equivalente a 84% dos investimentos anunciados nos em atividades imobiliárias no Estado: R\$7,9 bilhões. A região de Sorocaba superou Campinas, com R\$520 milhões, ficando na segunda posição em investimentos anunciados.

Executivo, Legislativo e clubes de Campinas come-

çam a olhar para o setor de eventos

De olho em um mercado bilionário, Prefeitura, Câmara e dirigentes dos dois principais clubes de Campinas – Guarani e Ponte Preta – iniciaram conversas para estudar a viabilidade da liberação dos estádios para shows e grandes eventos, hoje proibidos por lei. Além de criar alternativas de arrecadação para os clubes, a iniciativa também pode impactar o turismo, comércio e serviços da região, atraindo públicos para a cidade. Um dos setores que seriam beneficiados é a hotelaria, com aumento da ocupação nos finais de semana, quando a demanda registra queda com a ausência de eventos corporativos.

OPINIÃO

VISITAS AOS FILHOS MENORES

Quando uma criança diz “não quero ir”: o caso Gustavo Veloso Feitosa e o dever de ouvir antes que seja tarde



Dr. Sérgio Rosa

A morte do pequeno Gustavo Veloso Feitosa, de apenas três anos, em Palmas (TO), comoveu o Brasil e trouxe à tona uma das questões mais delicadas do Direito de Família: o que fazer quando uma criança demonstra medo ou resistência em conviver com um

dos genitores? Após o falecimento, passaram a circular vídeos em que Gustavo chorava, dizia que não queria ir com o pai e relatava medo. O caso ainda é objeto de investigação e caberá às autoridades esclarecer todas as circunstâncias e responsabilidades. Entretanto, independentemente do desfecho processual, uma reflexão jurídica se impõe. A legislação brasileira assegura o direito da criança à convivência familiar. Esse direito, contudo, não é absoluto. O Estatuto da Criança e do Adolescente estabelece como princípio norteador a proteção integral e a prioridade absoluta dos direitos da criança. Da

mesma forma, o Código Civil disciplina a convivência familiar sempre orientada pelo melhor interesse do menor. Isso significa que o direito de convivência existe para proteger a criança, e não para satisfazer exclusivamente o interesse dos pais. É comum que crianças pequenas resistam a mudanças de rotina, demonstrem preferência por um dos genitores ou chorem no momento da entrega. Esses fatos, isoladamente, não autorizam a suspensão das visitas. Por outro lado, há situações em que a resistência da criança é acompanhada por outros elementos objetivos: relatos consistentes de agressões, histórico de violência doméstica, ameaças, medidas

protetivas, laudos psicológicos, boletins de ocorrência ou alterações significativas de comportamento. Nessas hipóteses, ignorar os sinais pode representar um risco concreto. O desafio do Judiciário, do Ministério Público, dos advogados, dos psicólogos, dos assistentes sociais e dos próprios familiares consiste justamente em distinguir um conflito comum de separação de uma situação de efetivo perigo. Essa análise exige prudência. Nem toda denúncia corresponde à realidade. Mas também é verdade que nem toda criança consegue verbalizar claramente a violência que sofre. Por isso, o sistema de

Justiça precisa atuar com rapidez sempre que existirem indícios sérios de risco, podendo determinar visitas assistidas, avaliações técnicas ou até a suspensão temporária da convivência, enquanto os fatos são apurados. O caso Gustavo nos lembra que o processo de família não trata apenas de direitos dos pais. Trata, acima de tudo, da proteção da infância. Quando uma criança manifesta medo de forma insistente, não se pode presumir automaticamente alienação parental nem concluir, sem investigação, que existe violência. O caminho correto é ouvir, investigar e proteger. Tal

vez a maior lição desse caso seja justamente essa: uma criança nunca deve ser silenciada apenas porque sua voz contrariaria interesses de adultos. No Direito de Família, a prioridade absoluta não pertence ao pai, nem à mãe. Pertence à criança. E toda vez que houver dúvida entre preservar um direito de convivência ou preservar a integridade de uma criança, a resposta do ordenamento jurídico é clara: a proteção da criança deve prevalecer, até que os fatos sejam plenamente esclarecidos.

Sérgio Rosa - advogado, ex-presidente da OAB/Sumaré, 03 mandatos.

ARTIGO

A Sustentação Oral não é Favor



Dra. Regiane Freire

A sustentação oral é uma das mais relevantes prerrogativas da advocacia a assegurar que as razões da parte sejam efetivamente apreciadas. Trata-se de direito assegurado pelo art. 7º, §2º-B, inciso XXI, da Lei n.º 8.906/94 (Estatuto da

Advocacia) e pelo art. 937, §4º, inciso IX, do Código de Processo Civil. No entanto, entre a garantia prevista na lei e sua efetiva observância pelos tribunais, existe um considerável distanciamento, especialmente das Turmas Recursais. Não são raros os relatos de advogados que se deparam com a negativa do exercício da sustentação. O que deveria ser uma prerrogativa inerente à profissão, muitas vezes acaba sendo tratado como mera faculdade sujeita à conveniência do órgão julgador. A pandemia da Covid-19 acelerou a transformação digital do Poder Judiciário, consolidando a realização

de atos processuais por meios eletrônicos. Mesmo após o retorno das atividades presenciais, o modelo híbrido permaneceu. Atualmente, é assegurado ao advogado o direito de realizar a sustentação oral tanto presencialmente quanto por videoconferência. Contudo, a existência da previsão legal, por si só, não tem sido suficiente para garantir sua efetividade. Distorções verificadas na prática exigiram a edição de atos normativos pelos próprios tribunais e pelo Conselho Nacional de Justiça, justamente para impedir que interpretações restritivas inviabilizem o exercício dessa prerrogativa. Ainda assim, persistem situações em que se

impõe ao advogado ônus excessivo, pela negativa da sustentação, exigindo a modalidade presencial ou exclusivamente virtual, em afronta ao sistema legal. Nesse contexto, não se mostra razoável exigir o comparecimento físico do advogado quando este, tempestivamente, requer a realização da sustentação oral por videoconferência e demonstra a impossibilidade de deslocamento, pois a legislação assegura essa possibilidade justamente para compatibilizar o exercício da advocacia com a realidade. Se todos os requisitos foram devidamente observados, qual seria a justificativa

para que o magistrado imponha modalidade adversa daquela expressamente prevista em lei? Ao juiz compete assegurar a correta aplicação do ordenamento jurídico, e não restringir direitos com fundamento em critérios pessoais. A autoridade judicial existe para concretizar a lei, jamais para substituí-la por entendimentos particulares. As interpretações restritivas de alguns tribunais não prejudicam apenas os advogados, mas as partes, que veem reduzida sua possibilidade de defesa em momento decisivo do julgamento. A imposição do comparecimento presencial, quando adotada a tecnologia pela justiça,

revela uma resistência incompatível com a evolução do próprio sistema. Não cabe ao Poder Judiciário criar obstáculos ao exercício da sustentação oral. Essa prerrogativa deve ser garantida de forma efetiva, e não apenas formalmente na legislação. O respeito às prerrogativas da advocacia não representa privilégio profissional, mas condições indispensáveis para a efetividade do devido processo legal e a realização da própria Justiça.

Regiane Freire – advogada especialista em Direito Processual Civil e membro da Comissão de Direito Civil e Processo Civil da OAB-MT.

ARTIGO

As eleições brasileiras e a linha de chegada dos ODS



Rafael Cervone

Os candidatos aos cargos de presidente da República, governadores, senadores, deputados federais e estaduais a serem eleitos em outubro próximo, cujo prazo para registro das candidaturas termina dia 15 deste mês de agosto, terão um compromisso adicional com a população

brasileira e a comunidade internacional: os mandatos, que começarão em 2027, coincidirão com os quatro anos finais para o cumprimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) das Nações Unidas, dos quais nosso país é signatário e que expiram em 2030. Precisamos fazer nesse curto período o que não realizamos em toda a década transcorrida desde o início oficial desta agenda, em janeiro de 2016. O desafio é imenso, pois persistem numerosos desafios: redução das desigualdades, qualidade do sistema gratuito de Educação Básica e Técnica, produtividade, geração de empregos formais em larga escala, inovação, infraestrutura

resiliente, saneamento, adaptação às mudanças climáticas e consolidação de instituições públicas mais eficientes e transparentes. Políticas de Estado são importantes para o avanço dos indicadores, mas também são cruciais o desempenho e o envolvimento dos setores de atividade. Nesse contexto, a indústria tem papel estratégico, pois está presente de maneira transversal em todos os 17 ODS, da erradicação da pobreza à transição energética e meio ambiente, passando pela segurança alimentar, educação, saúde e infraestrutura. Nenhum outro setor de atividade apresenta tamanha capacidade de irradiar impactos positivos, em múltiplas

cadeias de valor, sobre quase toda a Agenda 2030. É nesse ponto que a competitividade torna-se uma prioridade nacional de desenvolvimento sustentável. Se queremos acelerar os ODS, precisamos criar melhores condições para que os empreendedores da produção possam investir mais, inovar mais e gerar mais empregos. Isso implica reduzir o “Custo Brasil” de modo significativo, ampliar a segurança jurídica e pública, assegurar previsibilidade regulatória, construir um ambiente macroeconômico com juros estruturalmente menores, melhorar o acesso ao crédito, promover isonomia tributária entre a produção

nacional e os bens e mercadorias importados e perseguir o equilíbrio fiscal. São condições básicas para a estabilidade econômica e os investimentos de longo prazo. A indústria brasileira está preparada para fazer sua parte. Tem conhecimento, capacidade tecnológica, capital humano, compromisso crescente com sustentabilidade e experiência para liderar processos de inovação em todas as cadeias produtivas. No entanto, nenhum setor prospera de modo robusto em um ambiente de incertezas permanentes e excesso de custos. É necessário ter os três poderes também comprometidos com o mesmo propósito.

Chegamos a um momento decisivo. Na primeira década dos ODS avançamos menos do que deveríamos. Por isso, os brasileiros terão imensa responsabilidade nas eleições de 2026, pois escolherão os representantes do Poder Executivo e do Legislativo incumbidos do dever de conduzir nosso país na linha de chegada da maior agenda de desenvolvimento sustentável já promovida pela humanidade.

**Rafael Cervone, engenheiro têxtil, é o presidente do Centro das Indústrias do Estado de São Paulo (Ciesp) e primeiro vice-presidente da Federação das Indústrias do Estado de São Paulo (Fiesp).*

SAÚDE | BEM ESTAR

INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA

Distúrbios da fala em crianças: sinais e cuidados

O desenvolvimento da comunicação envolve muito mais do que dizer as primeiras palavras. É por meio dela que a criança aprende, cria vínculos, expressa sentimentos e interage com o mundo ao seu redor.

Dificuldades de fala e linguagem podem aparecer de formas diferentes na infância. Enquanto algumas envolvem a pronúncia dos sons, outras afetam a compreensão, a organização das palavras ou a construção de frases.

Quando esses sinais passam despercebidos, podem interferir na rotina, na alfabetização e nas relações sociais. Por isso, observar o desenvolvimento da comunicação é uma forma importante de cuidado.

A boa notícia é que a avaliação no momento certo ajuda a entender o que está acontecendo e permite iniciar os estímulos e acompanhamentos mais adequados para cada criança.

Quais são os distúrbios da fala em crianças?

Os distúrbios da fala e da linguagem não representam uma única condição e podem afetar diferentes etapas da comunicação, manifestando-se de

maneiras distintas.

Entre os quadros mais comuns estão:

- Dislalia: é uma alteração na articulação dos sons da fala. A criança pode trocar, omitir ou distorcer determinados sons, como substituir o “R” pelo “L”.
- Apraxia de fala na infância: é uma condição que dificulta o planejamento e a coordenação dos movimentos necessários para produzir os sons de forma correta.
- Transtorno do Desenvolvimento da Linguagem (TDL): é uma alteração que interfere na compreensão e na expressão da linguagem, podendo impactar o aprendizado de palavras e frases.

Embora alguns sinais possam parecer semelhantes para as famílias, cada quadro exige uma avaliação para que o acompanhamento seja direcionado de forma específica às necessidades da criança.

Quais são os sinais de TDL em crianças?

O Transtorno do Desenvolvimento da Linguagem pode se manifestar de diferentes formas ao longo da infância.

Entre os sinais mais observados estão:

- Vocabulário menor do que o esperado para a faixa etária;
- Demora para formar frases;
- Problemas para compreender orientações simples;
- Dificuldade para contar acontecimentos ou relatar experiências.

Estima-se que o TDL afete cerca de uma em cada 14 crianças. A condição possui forte influência genética e costuma exigir acompanhamento especializado.

Uma dúvida frequente das famílias envolve a diferença entre TDL e atraso de linguagem.

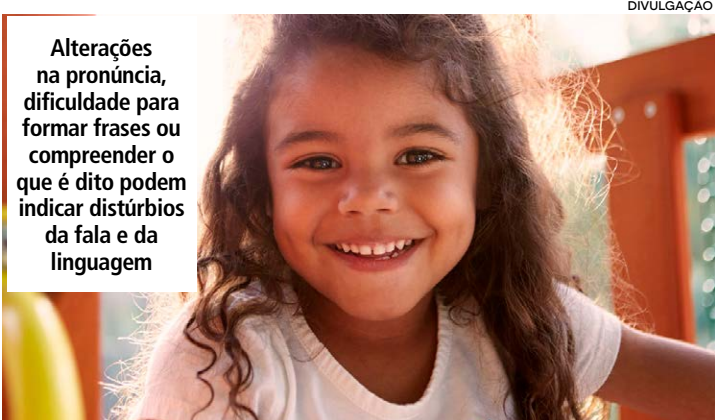
No atraso de linguagem, a aquisição da fala ocorre mais lentamente, mas segue um percurso semelhante ao esperado para a idade. Já no TDL, as dificuldades costumam ser mais persistentes e afetam diferentes aspectos da linguagem.

Reconhecer essas diferenças ajuda a direcionar a investigação e evita que sinais importantes sejam interpretados apenas como uma variação do desenvolvimento.

Apraxia da fala é autismo?

Não. A apraxia da fala e o Transtorno do Espectro Autista (TEA) são condições distintas.

Na apraxia, a principal di-



ficuldade está relacionada ao planejamento dos movimentos necessários para falar. A criança sabe o que deseja comunicar, mas encontra obstáculos para organizar os comandos motores envolvidos na produção da fala.

No TEA, os desafios podem envolver a comunicação social, o comportamento e a forma de interação com o ambiente.

O que causa o atraso na linguagem infantil?

O atraso na linguagem pode ter diferentes causas. Entre os principais aspectos que podem estar associados à condição estão:

- Alterações auditivas;
- Menor exposição a interações verbais;
- Uso excessivo de telas nos primeiros anos de vida.

Cada fase do desenvolvimento tem características próprias. Ainda assim, alguns sinais merecem atenção especial. Procure orientação médica se houver:

- Ausência de palavras por volta dos 16 meses;
- Ausência de frases aos três anos;
- Dificuldade importante para compreender orientações simples;
- Regressão da fala ou perda de habilidades já adquiridas.

Dependendo do caso, o acompanhamento pode envolver o otorrinolaringologista para avaliar a audição e o fonoaudiólogo para investigar e trabalhar as dificuldades identificadas.

Com diagnóstico adequado, intervenção precoce e um ambiente acolhedor, muitas crianças conseguem desenvolver suas habilidades de comunicação e ampliar sua participação nas atividades do dia a dia.

O mais importante é observar os sinais, acolher as necessidades da criança e procurar ajuda sempre que houver dúvidas sobre o desenvolvimento, em vez de buscar respostas rápida

Fonte: Unimed

CUIDADOS COM A PELE

Manchas de idade e como cuidar da pele do idoso

Com o passar dos anos, a pele perde parte da sua sustentação natural e passa a reagir de forma diferente a fatores como exposição solar, atrito e ressecamento.

Essas mudanças estruturais favorecem o aparecimento de manchas e pequenas lesões, além de provocarem maior fragilidade nas mãos, braços e rosto.

Para se ter uma ideia do impacto do tempo, a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) destaca que quatro em cada cinco pessoas com mais de 80 anos apresentam alguma queixa dermatológica.

Conhecer a origem dessas alterações ajuda a entender o que merece avaliação médica e facilita a escolha dos cuidados certos para manter a pele saudável na terceira idade.

Por que a pele muda com a idade?

A pele muda porque, com o envelhecimento, há uma redução da produção de colágeno e elastina (que dão firmeza à

pele) e da oleosidade (responsável pela hidratação).

Sem essas proteínas para manter a elasticidade e sem a barreira de umidade natural, o tecido cutâneo tende a se tornar mais fino, ressecado e frágil.

Além dessa perda interna de sustentação, a derme sofre com o forte impacto do fotoenvelhecimento, que é a degradação acelerada das células causada por décadas de radiação solar.

A combinação dessa perda de flexibilidade natural com o desgaste ambiental reduz a capacidade de proteção da pele, o que explica a facilidade em formar pequenos machucados, hematomas e manchas.

Quais alterações de pele são esperadas na terceira idade?

As alterações mais comuns na pele do idoso são o eczema senil, a púrpura senil, os lentigos solares (as chamadas “manchas de idade”) e os an-

giomas rubi.

Cada uma tem uma causa e uma aparência específica, e conhecer essas diferenças pode ajudar a evitar preocupações desnecessárias:

- Eczema senil: é um ressecamento intenso, que pode estar associado à coceira. A condição está ligada à queda na produção de sebo e à perda de água pela pele mais fina.
- Púrpura senil: manchas arroxeadas nas mãos e antebraços, causadas pela fragilidade dos pequenos vasos sanguíneos e pela perda de sustentação do tecido conjuntivo dérmico. Geralmente, surge após pequenos traumas e não representa risco à saúde.
- Lentigos solares: são manchas acastanhadas planas que costumam surgir nas mãos, antebraços e rosto em função da exposição solar acumulada ao longo da vida.
- Angiomas rubi: pequenos pontos vermelhos, formados por vasos sanguíneos dilatados. São comuns e benignos.



Quais manchas merecem atenção do dermatologista?

Uma mancha merece avaliação quando muda de tamanho, cor ou formato, sangra sem motivo ou não cicatriza.

Isso não significa que toda mancha nova seja motivo de alarme, mas o acompanhamento regular com um dermatologista é a forma mais segura de monitorar essas mudanças.

Vale observar o surgimento de áreas avermelhadas e descamativas, ásperas ao toque, como uma lixa.

Essas características costumam indicar a presença de

queratose actínica. Ela é causada pela exposição solar e pode evoluir para um câncer de pele se não for tratada a tempo.

A boa notícia é que, quanto mais precoce o diagnóstico, mais simples é o seu tratamento.

Como cuidar da pele do idoso no dia a dia?

Os cuidados essenciais com a pele do idoso são banho com água morna e sabão neutro, hidratação diária e proteção solar constante. Essas medidas reduzem o ressecamento e a fragilidade descritos anteriormente.

A Sociedade Brasileira de Dermatologia recomenda a aplicação de hidratantes específicos para peles maduras e o uso diário de protetor solar, mesmo em dias nublados, para diminuir o avanço de novas manchas e lesões.

Na prática, esses cuidados podem ser organizados da seguinte forma:

- Banhos rápidos, com água morna, evitando sabões agressivos.
 - Hidratante aplicado ainda com a pele levemente úmida, logo após o banho.
 - Protetor solar todos os dias, mesmo em ambientes fechados.
 - Observação periódica da pele, de preferência com ajuda de outra pessoa nas áreas de difícil visualização.
 - Consulta dermatológica anual (ou antes disso, se notar mudanças ou manchas).
- Cuidar da pele é apenas um dos passos para envelhecer com mais qualidade de vida.

Fonte: Unimed

SAÚDE FEMININA

Como aliviar a cólica menstrual no dia a dia

A cólica menstrual faz parte da rotina de muitas mulheres. Para algumas, ela aparece como um desconforto leve. Para outras, é uma dor intensa, capaz de atrapalhar o trabalho, os estudos e até atividades simples do dia a dia.

Segundo a Sociedade Brasileira de Clínica Médica (SBCM), entre 70% e 90% das mulheres em idade reprodutiva apresentam cólicas menstruais. Cerca de 10% convivem com sintomas mais intensos, que podem comprometer a qualidade de vida.

Embora seja comum, essa dor não deve ser ignorada. Em alguns casos, a cólica pode estar relacionada a condições como endometriose ou miomas. Por isso, entender a origem do sintoma é um passo importante para buscar alívio e cuidar da saúde.

O que é a cólica menstrual?

A cólica menstrual, chamada pelos médicos de dismenorreia, é uma dor que surge na região pélvica durante o período menstrual.

Ela acontece porque o útero se contrai para eliminar o revestimento interno que se formou ao longo do ciclo. Essas contrações são estimuladas por substâncias chamadas prostaglandinas. Quando produzidas em maior quantidade, elas podem aumentar a intensidade da dor.

Além do desconforto no baixo ventre, algumas mulheres também podem apresentar cansaço, dor lombar, dor de cabeça, náuseas e sensação de mal-estar.

Qual a diferença entre dismenorreia primária e secundária?

Nem toda cólica tem a mesma origem.

A chamada dismenorreia primária está relacionada às alterações naturais que acontecem durante a menstruação. Já a dismenorreia secundária ocorre quando a dor está associada a alguma condição ginecológica que precisa ser investigada.

Quando a dor interfere na rotina, não melhora com medidas habituais de alívio ou se torna cada vez mais frequente, é importante procurar avaliação médica.

Esse quadro pode estar relacionado a condições como a endometriose ou os miomas uterinos. Embora os miomas sejam tumores benignos, eles podem causar sintomas importantes, incluindo aumento do fluxo menstrual e dor pélvica.



Identificar a causa da cólica é fundamental para definir o tratamento mais adequado e melhorar a qualidade de vida.

O que pode ser cólica fora do período menstrual?

Nem toda dor pélvica acontece durante a menstruação.

Uma das causas mais comuns de cólica fora desse período é a dor da ovulação.

Ela ocorre quando o ovário libera um óvulo durante o ciclo menstrual.

Segundo o Ministério da Saúde, em mulheres com ciclos regulares, a ovulação costuma acontecer aproximadamente 14 dias após o início da menstruação.

Nesse período, algumas mulheres podem sentir um desconforto leve em um dos lados da parte inferior do

abdômen. Em geral, a dor dura poucas horas ou até dois dias.

Diferentemente da cólica menstrual, a dor da ovulação costuma ser passageira e não está necessariamente associada a problemas de saúde.

O que pode melhorar a cólica menstrual?

Quando a cólica não está relacionada a uma doença ginecológica, algumas medidas simples podem ajudar a reduzir o desconforto.

Uma das estratégias mais conhecidas é a aplicação de calor na região abdominal. O calor ajuda a relaxar a musculatura e pode diminuir a intensidade das contrações uterinas.

Fonte: Unimed

TENDÊNCIA



FOTOS: DIVULGAÇÃO

O lenço promete ganhar ainda mais espaço nos looks das fashionistas nos próximos meses, colorido, versátil e cheio de personalidade, o acessório é uma aposta certa para atualizar a produção e ainda salvar o visual nos dias de bad hair day

Este é o acessório que as fashionistas vão usar muito nos próximos meses

Os looks com lenço garantem um visual cheio de estilo e ainda disfarçam o bad hair day. No verão europeu, a tendência é uma das mais populares entre as fashionistas, sendo uma grande aposta para outras regiões do mundo na temporada quente. O lenço colorido pode tanto complementar produções já repletas de vários tons, quanto servir como um ponto de cor para o look. No exemplo abaixo, o adereço laranja adornou a produção. Para quem quer fugir do óbvio, o adereço pode acompanhar um boné. Esse combo, aliás, foi usado pela fashionista Hailey Bieber e repercutiu nas redes sociais. Outra forma de acertar na escolha do acessório é repetir as cores presentes no look no próprio adereço, criando uma produção mais harmônica e equilibrada.

MODA

3 bolsas da moda para usar neste verão



Bolsa tendência para o verão 2026/27

DIVULGAÇÃO

O verão é uma das estações mais aguardadas do ano, especialmente para aqueles que gostam de viajar, ir à praia nos fins de semanas e feriados, ou simplesmente curtir uma piscina em casa. Na temporada de 2026/2027, algumas bolsas se destacam, completando os looks com intenção. Ficou curiosa? Então continue a leitura e descubra!

1 — Bolsa jelly firkin
Em primeiro lugar, não poderíamos deixar de listar a nova sensação do momento: a bolsa jelly firkin. Divertida, ousada e a cara do verão, essa versão do

acessório é inspirada na famosa bolsa birkin, remetendo ao seu formato. Por ser de plástico, possui o acabamento translúcido, característica indispensável de alguns acessórios de verão.

2 — Bolsa de palha
A bolsa de palha, por sua vez, é um acessório clássico da moda verão. Nos próximos meses, ela segue em evidência, especialmente em versões maiores, as maxi bolsas. As bolsas de palha aparecem em tons naturais que variam do bege claro ao palha cru, além de

versões tingidas em preto, marrom, caramelo e cores vibrantes como amarelo e rosa.

3 — Bolsa de crochê
A bolsa de crochê é uma das mais amadas pelas fashionistas na hora de compor looks para o verão. Isso porque o modelo permite diferentes combinações de cores, além de shapes variados. Alguns modelos, aliás, são feitos com detalhes de franjas, outra tendência que voltou com tudo nos últimos meses. Sobretudo, a bolsa de crochê é ideal para quem gosta de itens atemporais e aprecia a estética

handmade.

Como cuidar das bolsas de verão?

Em geral, as bolsas de verão são fáceis de cuidar, mas alguns cuidados ajudam a aumentar a sua durabilidade. Entre eles estão limpar a peça com um pano úmido, evitar a exposição prolongada ao sol e armazená-la em um local arejado ou em sacos de tecido. Além disso, é importante lembrar que cada modelo pode exigir cuidados específicos. Por isso, vale a pena consultar as orientações do fabricante.

Fonte: Like Magazine

DICA

Guarda-roupa inteligente: como criar novos looks na transição do inverno para a primavera

Com o fim do inverno se aproximando, os dias começam a alternar entre manhãs mais frias e tardes de temperaturas agradáveis. É nessa época que o guarda-roupa entra em transição e surge uma dúvida comum: como adaptar os looks às mudanças de clima sem precisar investir em uma nova coleção?

A boa notícia é que esse período é ideal para reinventar combinações e dar novos usos às peças que já fazem parte do armário. De acordo com Renata Braga Artacho, docente da área de Moda e Imagem Pessoal do Senac EAD, a transição entre as estações é um convite para revisitar tendências e criar novas possibilidades de combinação. “Peças em alfaiataria leve, rendas, transparências, tricôs finos, crochê e tecidos naturais continuam em evi-

dência. A diferença está na forma de combinar essas peças, criando produções mais leves e adaptadas ao clima da meia-estação”, explica.

Peças e acessórios de um guarda-roupa inteligente
A especialista destaca que camisas de tricoline, blazers alongados e trench coats curtos confeccionados em tecidos leves seguem como opções versáteis para diferentes ocasiões. Nas cores, tons como azul, off-white, areia, lavanda, verde-menta e amarelo-manteiga ganham espaço, trazendo leveza aos looks.

“Os acessórios também fazem toda a diferença. Lenços, echarpes, broches, colares e brincos conseguem renovar uma produção básica sem exigir grandes investimentos. Muitas vezes, pequenas mu-

danças já são suficientes para criar um visual completamente novo”, afirma Renata.

Além da estética, compreender o próprio estilo ajuda a fazer escolhas mais conscientes e evita compras por impulso. Para a docente, conhecer a própria imagem facilita a montagem de combinações que valorizam a personalidade e tornam o guarda-roupa mais funcional.

“Quando a pessoa entende o que realmente combina com seu estilo e rotina, passa a aproveitar melhor as peças que já possui, compra de forma mais estratégica e fortalece sua autoestima ao se reconhecer na própria imagem.”

Dicas para adaptar os looks na transição entre inverno e primavera
Invista nas sobreposições:

blazers, coletes, camisas e tricôs leves ajudam a enfrentar as mudanças de temperatura ao longo do dia.

Misture diferentes texturas: combine tecidos estruturados, como sarja e jeans, com materiais leves, como algodão e linho.

Aposte em cores claras: off-white, bege, azul-claro, lavanda e verde-menta deixam as produções mais leves sem perder a elegância.

Valorize os acessórios: lenços, echarpes, colares e broches renovam o visual e multiplicam as possibilidades de combinação.

Reaproveite as peças do inverno: calças, vestidos, saias e blazers continuam sendo coringas quando combinados com tecidos e acessórios mais leves.

Na transição do inverno para a primavera, o segredo é aproveitar melhor as peças que você já tem no armário

Divulgação

DIVULGAÇÃO

CASA

REVESTIMENTO



O azulejo vintage voltou com força e ganha espaço nas cozinhas que buscam personalidade e charme, com estampas, cores e referências retrô, ele ajuda a transformar o ambiente e cria uma decoração que mistura nostalgia e estilo contemporâneo

Azulejo vintage para cozinha: o charme do passado de volta ao presente

Parece que o passado voltou a ocupar um lugar de destaque na decoração. O azulejo vintage está conquistando espaço nas cozinhas ao trazer charme e um toque afetivo ao ambiente. Com estampas geométricas, florais ou inspiradas nos ladrilhos hidráulicos, eles transformam paredes e até pe-

quenas áreas em verdadeiros pontos de destaque.

Elemento repaginado

Os azulejos com estética que remete ao vintage estão entre as principais apostas para quem deseja uma cozinha cheia de personalidade. Assim, inspirados em modelos que fizeram sucesso décadas atrás, eles reaparecem

com novas cores, acabamentos e combinações, equilibrando o clima retrô com um visual atual.

Vale a pena aderir à proposta do azulejo vintage?

A resposta é sim! Uma das maiores vantagens da peça é sua versatilidade. Azulejos nesse estilo podem revestir uma parede inteira, criar um painel atrás da pia

ou do fogão ou aparecer apenas em alguns detalhes, como nichos e faixas decorativas. Essa é uma forma prática de renovar o ambiente sem exageros.

Além da beleza, o azulejo é uma opção prática para a cozinha. É resistente, fácil de limpar e protege as paredes da umidade, unindo funcionalidade e estilo.

Como escolher o padrão das peças?

Os desenhos geométricos, arabescos, florais e os modelos que lembram ladrilhos hidráulicos são os favoritos. Tons de azul, verde, terracota, preto e branco continuam em alta, mas versões mais suaves também ajudam a criar uma cozinha leve e acolhedora.

Para que o resultado fique harmonioso, vale combinar os azulejos com armários de linhas simples, bancadas neutras e materiais naturais, como madeira. Dessa forma, o revestimento se torna o protagonista sem sobrecarregar o espaço.

Fonte: Like Magazine

CASA & DECORAÇÃO

Cozinha e sala juntas: o que considerar para uma integração harmoniosa



Integrar cozinha e sala pode deixar a casa mais ampla, funcional e acolhedora, mas exige atenção a detalhes como circulação, iluminação, cores e escolha dos móveis

Se antes as cozinhas integradas à sala eram vistas apenas em apartamentos compactos, hoje aparecem em projetos de todos os tamanhos. A proposta vai além de economizar espaço: favorece a convivência e a sensação de amplitude, e cria ambientes mais fluidos e versáteis.

Integrar cozinha e sala significa fazer com que dois ambientes com funções diferentes conversem entre si. Por isso, a escolha dos materiais, das cores e da disposição dos móveis deve seguir uma mesma linguagem visual. Isso não significa que tudo precise ser igual, mas sim complementar.

Defina uma identidade para os ambientes

Uma paleta de cores bem esco-

lhida ajuda a criar continuidade entre os espaços. Repetir acabamentos, revestimentos, metais ou detalhes em madeira, por exemplo, reforça a sensação de unidade sem deixar os ambientes monótonos.

Planeje a circulação

Um dos principais benefícios da integração é a fluidez. Nesse sentido, é importante garantir corredores livres e uma distribuição que facilite tanto o preparo das refeições quanto o uso da sala. Evite móveis que dificultem a passagem ou criem barreiras desnecessárias.

Invista em uma boa iluminação

Como os ambientes passam a

funcionar como um só, a iluminação precisa atender diferentes necessidades. Luzes mais fortes e direcionadas são importantes na área de preparo dos alimentos, enquanto a sala pede uma iluminação mais aconchegante. O uso de pendentes sobre a bancada e iluminação indireta ajuda a criar essa diferenciação.

Atenção aos odores e à organização

Em cozinhas integradas, tudo fica mais visível. Por isso, uma boa coifa ou depurador faz diferença para controlar cheiros durante o preparo das refeições. Além disso, investir em soluções inteligentes de armazenamento ajuda a manter a bancada organizada e evita que a bagunça da cozinha interfira

na estética da sala.

Use a bancada como elemento de integração

Ilhas e bancadas funcionam como uma transição natural entre os ambientes. Elas podem servir para refeições rápidas, apoio no preparo dos alimentos e até como ponto de encontro entre familiares e convidados, tornando a cozinha um espaço ainda mais social.

Quando bem planejada, a cozinha integrada à sala une praticidade, conforto e estilo. Essa escolha reflete um novo jeito de morar, em que os ambientes são pensados para aproximar as pessoas e tornar a rotina mais leve e funcional.

Divulgação

BANHEIRO

Especial banheiros e lavabos: ideias para renovar esses ambientes com praticidade e elegância

Muitas pessoas desejam repaginar o visual da casa, mas acabam adiando a reforma por receio do quebra-quebra e dos transtornos provocados pela obra. Em banheiros e lavabos, a vontade de mudar pode surgir tanto pelo desgaste causado pelo tempo — perceptível nos revestimentos, metais e demais acabamentos — quanto por uma decoração que já não corresponde ao estilo dos moradores. Em outros casos, a mudança é motivada por questões técnicas, como mau funcionamento das peças, infiltrações ou umidade.

Quando as instalações e as condições do ambiente estão adequadas, porém, nem sempre é necessário recorrer a grandes intervenções para tornar esses espaços mais bonitos e funcionais. Responsável pelo ambiente Tramas e Transbordos, na CASACOR São Paulo 2026 — formado por um living e uma área de lavabos com duas cabines —, o arquiteto

Lucas Carrara apresenta boas soluções que ajudam a renovar banheiros e lavabos. Confira!

Revestimentos

Para quem não deseja substituir os revestimentos das paredes, a pintura pode ser uma solução prática para renovar banheiros e lavabos. Cerâmicas e pastilhas podem receber tintas epóxi ou multi superfícies, desde que o produto seja compatível com o material indicado para o nível de umidade e de exposição à água existente no local. Com a preparação correta da área e a escolha de um produto certo, é possível obter um acabamento uniforme e durável.

Tecidos no lavabo

Uma alternativa para personalizar o lavabo é aplicar tecidos nas paredes ou até mesmo no teto, como fez o arquiteto Lucas Carrara. Por se tratar de uma área molhável — sujeita a respingos, vapor e umidade

—, o espaço exige cuidados específicos. “O ideal é optar por tecidos adequados a esse tipo de aplicação, com tratamento hidrorrepelente ou impermeabilizante, além de dedicar atenção à manutenção, sobretudo nas proximidades da cuba, da bancada e do frontão. Para garantir um acabamento seguro e durável, a instalação deve ser realizada por um profissional especializado”, comenta Lucas.

Já em banheiros, esse recurso não é recomendado em razão das áreas molhadas — como na região do box e outros pontos, devido ao contato direto com a água e à maior concentração de vapor.

Detalhes que fazem a diferença

O uso de acessórios que favoreçam uma atmosfera de tranquilidade também pode aproximar o lavabo dos princípios da biofilia, ao incorporar elementos que reforçam a conexão com a

natureza. Plantas, difusores de aromas, bandejas produzidas com materiais naturais e toalhas em tons suaves ajudam a tornar o ambiente mais acolhedor, equilibrado e agradável.

A escolha dos metais

A substituição dos metais é uma excelente opção para repaginar o banheiro e melhorar sua funcionalidade no dia a dia. A decisão, porém, não deve considerar apenas a estética. Sinais de corrosão, vazamentos, dificuldade no acionamento ou no controle da vazão indicam que torneiras, registros e outras peças podem precisar ser substituídos.

Troca do vaso sanitário

No que se refere à bacia sanitária, a substituição é recomendada nos casos em que a peça apresente vazamentos, rachaduras ou problemas de funcionamento. “Muitas bacias novas têm tecnologias de economia de água, design mais slim e funcio-



Décor biofílico contribui com uma atmosfera leve para o lavabo

nalidades modernas, então vale considerar a troca também por atualização e conforto”, finaliza.

Para quem mora em imóveis enxutos, Lucas indica o vaso sanitário com descarga embutida na parede, que ajuda a otimizar a área do lavabo, pois elimina o volume aparente da caixa acoplada e contribui para uma composição mais leve e funcional.

Esse recurso também foi utilizado nos lavabos do ambiente Tramas e Transbordos, de Lucas Carrara, na CASASCOR SP.

Serviço:

Instagram: @lucas_carrara
 Telefone/Whatsapp:
 (17) 99244-0316

Fonte: dc33 Comunicação

DO LAR

CUIDADOS COM A CASA

Edredom sem lavar?
Entenda os riscos antes de usar

Com a chegada do inverno, o uso de edredons e cobertas torna-se indispensável nas residências, mas o hábito de retirar essas peças diretamente do armário após meses sem uso acende um alerta para a saúde respiratória. Especialistas apontam que o armazenamento prolongado em locais fechados transforma esses tecidos no ambiente ideal para o acúmulo de poeira, ácaros e fungos.

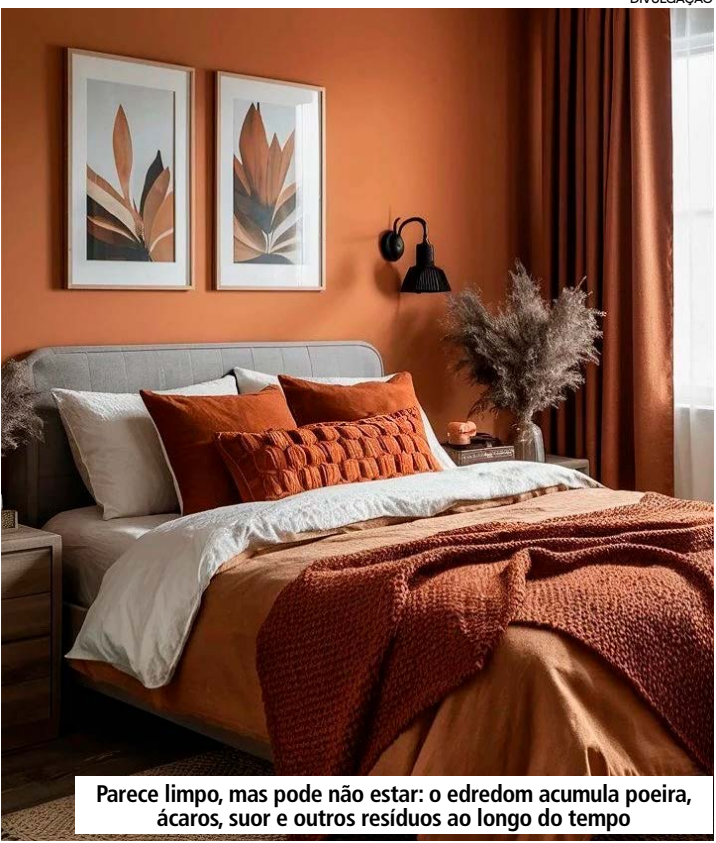
A médica alergista Dra. Ariana Yang explica que essas peças podem acumular poeira, ácaros e fragmentos desses organismos, além de favorecer o crescimento de fungos quando guardadas em locais úmidos. A

exposição a esses alérgenos é o que desencadeia os sintomas em pessoas predispostas. “Ao puxar uma coberta do armário e usá-la sem uma lavagem prévia, a pessoa inala uma alta carga de alérgenos que provocam espirros frequentes, coriza, coceira nos olhos e congestão nasal. Para quem já convive com asma ou rinite alérgica, esse contato pode evoluir para crises respiratórias mais graves, comprometendo a qualidade do sono”, alerta.

A importância dos cuidados específicos com o edredom

Embora a lavagem de roupas faça parte da rotina, o inverno e o volume dos

edredons exigem cuidados específicos. Segundo o diretor da Maria Lavadeira, André Belarmino, a higienização em casa enfrenta limitações de espaço e secagem, o que diferencia o tratamento profissional do caseiro. “As máquinas profissionais contam com um sistema de centrifugação de alta performance que extrai a água sem torcer o tecido. Isso protege a fibra e evita que o enchimento interno fique deformado ou embolado. Além disso, as secadoras industriais utilizam a temperatura ideal para eliminar toda a umidade interna rapidamente. Esse processo impede que a peça fique exposta ao tem-



po por dias, favorecendo o aparecimento de mofo e odores decorrentes da umidade”, pontua.

Para manter o ambiente protegido durante toda a estação fria, a Dra. Ariana esclarece que a frequência da lavagem depende do uso, da presença de alergias respiratórias e das condições de armazenamento. Ela também pontua que manter essas peças limpas ao longo do inverno reduz a exposição aos alérgenos. Belarmino sugere, como recomendação operacional da lavanderia, que os edredons passem por uma limpeza profissional a cada 30 ou 45 dias.

Divulgação

SEGURANÇA ALIMENTAR

Você comeria um ovo com uma pequena rachadura? O detalhe que faz toda a diferença

Uma pequena fissura nem sempre significa que o ovo deve ser descartado, mas há situações em que o risco de contaminação aumenta significativamente.

À primeira vista, uma pequena rachadura na casca pode parecer inofensiva. Mas será que comer esse ovo representa algum risco para a saúde? A resposta depende de quando a rachadura surgiu e de como o ovo foi armazenado.

A casca do ovo funciona como uma barreira natural contra bactérias e outros microrganismos. Quando ela se rompe, mesmo que seja apenas uma fissura fina, essa proteção fica comprometida e aumenta a possibilidade de contaminação.

Por que uma pequena rachadura pode ser um problema?

Embora a casca pareça sólida, ela é naturalmente porosa. Além disso, possui uma camada protetora chamada cutícula, que impede a entrada de bactérias.

Quando surge uma rachadura, essa barreira deixa de funcionar corretamente, permitindo que microrganismos presentes na superfície entrem em contacto com o interior do ovo.

Entre eles está a Salmonella, uma bactéria responsável por milhares de casos de intoxicação alimentar todos os anos.

Todos os ovos rachados devem ser descartados?

Nem sempre. O fator mais importante é quando a rachadura apareceu.

Se o ovo já estava rachado na embalagem - O mais seguro é não consumi-lo, principalmente se não for possível saber há quanto tempo a fissura existe.

- Durante o transporte e o armazenamento, a abertura pode facilitar a entrada de bactérias.

E se o ovo rachou em casa?

Se a rachadura ocorreu no



Uma pequena rachadura na casca pode parecer inofensiva, mas merece atenção antes de colocar o ovo na panela

momento em que você o manuseava e o ovo continua fresco, o risco é muito menor.

Nesse caso, recomenda-se: - quebrar o ovo imediatamente; - colocá-lo num recipiente limpo; - mantê-lo refrigerado; - utilizá-lo no mesmo dia; - cozinhá-lo completamente.

Comer um ovo rachado cru é uma boa ideia?

Não!!Preparações como: - maionese caseira;

- mousse; - tiramisù; - gema mole; - ovos pouco cozidos; não são recomendadas quando o ovo apresenta qualquer fissura.

O calor é uma das formas mais eficazes de eliminar bactérias que eventualmente possam estar presentes.

Como saber se um ovo rachado ainda está bom?

Infelizmente, não é possível avaliar apenas pela

aparência da rachadura.

Mesmo um pequeno corte quase invisível pode permitir a contaminação.

Além disso, um ovo contaminado pode:

- não ter cheiro estranho; - parecer completamente normal; - apresentar cor e textura habituais.

Por isso, confiar apenas no aspeto não é suficiente.

Quem deve ter mais cuidado?

Alguns grupos são mais vulneráveis às infecções alimentares:

- crianças pequenas; - idosos; - mulheres grávidas; - pessoas com o sistema imunitário enfraquecido.

Nestes casos, o ideal é evitar completamente o consumo de ovos rachados.

Como evitar problemas

Alguns cuidados simples fazem toda a diferença:

- escolha embalagens sem ovos partidos;

- transporte-os com cuidado; - mantenha-os refrigerados; - evite lavá-los antes de guardar; - descarte ovos com rachaduras antigas ou de origem desconhecida.

Final, vale a pena correr o risco?

Na maioria das situações, não.

Se a rachadura já existia antes de chegar à sua cozinha, o mais prudente é descartar o ovo.

Já quando a fissura acontece acidentalmente em casa, o ovo pode ser utilizado imediatamente, desde que seja mantido refrigerado e cozinhado completamente.

Como o custo de um ovo é relativamente baixo comparado ao risco de uma intoxicação alimentar, a recomendação dos especialistas é simples: na dúvida, é melhor não consumir.

Divulgação

CONTA DE LUZ

Dicas para economizar de verdade (e reduzir em até 35% sua conta)

Você sabia que dá para reduzir a conta de energia sem abrir mão do conforto? Sabemos que cada centavo conta. Por isso, reunimos aqui soluções práticas e fáceis de aplicar que podem fazer muita diferença.

Preparado para descobrir como deixar sua fatura mais leve e sua rotina mais consciente?

1. Priorize o modo “verão” no chuveiro

O chuveiro elétrico é um dos vilões da conta de luz — chega a representar até 30% do consumo. Usar a chave “verão” ou morna e evitar banhos longos

já faz diferença.

2.Use os horários mais econômicos

Se sua tarifa for convencional, lave roupas entre 22h e 8h. Quem tem tarifa branca deve fugir dos picos das 18h às 21h.

3.Corte o consumo fantasma

Carregadores, TVs e outros aparelhos em stand-by continuam consumindo energia. Desconecte-os da tomada e evite sobrecarregar as régulas.

4.Troque lâmpadas e aposte na luz natural

Substituir lâmpadas comuns

por LEDs reduz o consumo em até 80%, além de investir em tintas claras para refletir mais luz e precisar menos de iluminação artificial.

5.Evite usar aparelhos pesados nos horários quentes

Secadora, ferro elétrico e ar-condicionado consomem bastante energia. Prefira utilizá-los à noite, em dias frios, ou, quando possível, priorize alternativas manuais como secar ao ar.

6.Considere a tarifa social

Famílias de baixa renda, ido-

sos ou pessoas com deficiência podem obter até 100% de isenção para os primeiros 50 kWh/mês. Vale verificar se você tem direito à Tarifa Social de Energia.

7.Invista em manutenção e aparelhos eficientes

Limpar filtros do ar-condicionado e manter geladeira e máquina de lavar bem conservadas reduz consumo. Ao comprar, priorize equipamentos com Selo Procel ou classificação “A” — o investimento se paga com a economia.

E aí, qual dessas vai ser sua primeira ação hoje?

Quer um plano infalível em



3 passos para economizar desde já?

1. Escolha uma dessas dicas e coloque em prática hoje mesmo.

2. Acompanhe sua próxima fatura e veja a diferença no

bolso.

3. Compartilhe sua conquista com a conosco — adoramos ver histórias reais de economia!

Divulgação

COMPORTAMENTO

Pedir ajuda é fraqueza? Saiba quando buscar apoio para a saúde mental

Muitas pessoas convivem com sofrimento emocional por semanas, meses ou até anos sem procurar ajuda. O medo de parecer fraco, de ser julgado ou de não ser compreendido faz com que muitos enfrentem seus problemas em silêncio. Mas cuidar da saúde mental não é sinal de fragilidade. Pelo contrário: reconhecer que algo não está bem e buscar apoio é uma demonstração de coragem, responsabilidade e autocuidado. Neste texto, a psicóloga Renata Peixoto, do Hospital Santa Mônica, explica como identificar sinais importantes de que está na hora de procurar ajuda profissional e por que ninguém precisa enfrentar o sofrimento sozinho.

Quando procurar ajuda para a saúde mental? Oscilações emocionais fazem parte da vida. Todos enfrentam momentos difíceis, perdas, desafios e períodos de estresse.

No entanto, quando o sofrimento emocional se torna intenso, persistente ou começa a prejudicar a rotina, é importante buscar apoio. Alguns sinais merecem atenção:

- Tristeza persistente;
- Ansiedade intensa;
- Crises de pânico;
- Isolamento social;
- Alterações no sono;
- Mudanças significativas no apetite;
- Queda no desempenho escolar ou profissional;
- Falta de motivação;
- Pensamentos frequentes de autodesvalorização;
- Sensação de incapacidade para lidar com as demandas do dia a dia.

Por que tantas pessoas evitam pedir ajuda? Ainda existem muitos estigmas relacionados à saúde mental. Algumas pessoas acreditam que precisam resolver tudo sozinhas ou sentem vergonha de admitir que estão sofrendo. Essa visão pode atrasar o diagnóstico e o tratamento, aumentando o impacto



do sofrimento emocional na qualidade de vida, nos relacionamentos e no desempenho profissional ou acadêmico.

Como dar o primeiro passo? Buscar ajuda pode começar com uma conversa sincera com alguém de confiança. Compartilhar sentimentos e preocupações costuma ser um passo importante para reduzir o isolamento

e encontrar apoio. Além disso, profissionais especializados em saúde mental podem ajudar a compreender o que está acontecendo, oferecer estratégias de enfrentamento e indicar o tratamento mais adequado para cada situação.

Você não precisa enfrentar isso sozinho Cuidar da saúde mental é tão importante quanto cui-

dar da saúde física. Quanto mais cedo os sinais são reconhecidos, maiores são as possibilidades de recuperação e bem-estar. Assista ao vídeo completo e descubra como identificar sinais de sofrimento emocional, quando buscar ajuda e por que pedir apoio é uma atitude de força e autocuidado.

Fonte: Hospital Santa Mônica

RELACIONAMENTO

Pais e filhos: 5 dicas que funcionam de verdade para melhorar a comunicação com adolescentes

De repente, aquela criança que contava tudo começa a responder com monossílabos. O quarto vira território restrito. Conversas simples terminam em silêncio ou irritação. A adolescência muda muita coisa. Hormônios, identidade, necessidade de autonomia e pressão social entram em cena ao mesmo tempo. E, no meio disso tudo, muitos pais se perguntam: como conversar sem gerar confronto? A boa notícia é que melhorar a comunicação com adolescentes não depende de discursos longos nem de controle excessivo. Pequenos ajustes na forma de falar e ouvir podem transformar o clima dentro de casa. A seguir, confira cinco estratégias nada óbvias que fazem diferença real na conexão com adolescentes.



1) Pare de começar conversas com perguntas diretas “Como foi a escola?” “Está tudo bem?” “Por que você fez isso?” Perguntas diretas demais podem soar como interrogatório. E adolescentes, naturalmente, tendem a se fechar quando sentem pressão. O que fazer em vez disso

- Comente algo neutro antes de perguntar
- Compartilhe uma situação sua primeiro
- Use observações, não acusações

Exemplo: Em vez de “Por que você tirou essa nota?”, experimente “Imagino que essa prova tenha sido difícil. Quer conversar sobre isso?” Abrir espaço é mais eficaz do que pressionar.

2) Escolha o momento certo, não apenas o assunto certo Conversas importantes logo após um conflito raramen-

te funcionam. Assim como discussões sérias no meio da correria. Adolescentes tendem a se comunicar melhor em momentos de baixa pressão. Estratégia prática

- Converse durante um trajeto de carro
- Fale enquanto fazem algo juntos
- Evite abordar temas delicados em público

Às vezes, o melhor diálogo acontece lado a lado, não frente a frente.

3) Reduza o “modo palestra” e aumente o “modo escuta” Muitos conflitos surgem porque o adulto quer resolver rápido. Mas os adolescentes precisam primeiro se sentir ouvidos. Escutar sem interromper não significa concordar com tudo. Significa validar emoções. Como aplicar

- Ouça até o fim antes de

responder

- Repita o que entendeu
- Evite minimizar sentimentos

Trocar “Isso não é nada” por “Entender que isso te deixou chateado” muda completamente o tom da conversa.

4) Use linguagem atual sem tentar forçar pertencimento Tentar usar gírias exageradamente ou imitar o jeito de falar pode soar artificial. Por outro lado, ignorar completamente o universo digital deles cria distância. O equilíbrio demonstra interesse genuíno. Na prática

- Pergunte sobre conteúdos que eles gostam
- Peça para explicarem tendências
- Mostre curiosidade, não julgamento

Adolescentes se conectam mais quando percebem respeito pelo universo deles.

5) Crie micro momentos de conexão diária Não espere apenas as grandes conversas. Pequenos rituais cotidianos fortalecem o vínculo emocional. A comunicação melhora quando existe base afetiva. Ideias simples

- Assistir algo juntos semanalmente
- Tomar café ou lanche sem celular
- Criar um código interno ou piada da família

Quando há conexão fora dos conflitos, os diálogos difíceis fluem melhor.

O que evitar ao conversar com adolescentes

- Comparações com irmãos ou colegas
- Ironias constantes
- Generalizações como “você sempre” ou “você nunca”
- Expor erros na frente de outras pessoas

Respeito é via de mão dupla.

Comunicação não é controle, é construção A adolescência é uma fase de formação de identidade. Questionar faz parte do processo. Discordar também. Melhorar a comunicação não significa eliminar conflitos, mas aprender a atravessá-los com menos desgaste e mais entendimento. Pequenas mudanças de postura geram grandes transformações no clima da casa. Se essa fase parece desafiadora, talvez o ponto de partida não seja falar mais alto — mas ouvir melhor. Salve este guia para consultar nos momentos difíceis e compartilhe esta matéria com quem também está aprendendo a se comunicar melhor com adolescentes.

Fonte: Patio Hype

CINEMA

ESTRÉIAS DA SEMANA

Patrulha Canina: Uma Aventura Dino
13 de agosto de 2026 | Animação, Aventura, Comédia
Direção: Cal Brunker
Elenco: Rain Janjua, Carter Young, McKenna Grace
Título original PAW Patrol: The Dino Movie
O navio da Patrulha Canina é arrastado até uma ilha desconhecida após uma forte tempestade. Lá, eles conhecem o filhote de dinossauro Rex, que conhece o local como ninguém. No entanto, um imprevisto acontece e eles terão que correr contra o tempo para salvar a ilha das maldades de Humdinger.

O Fim da Rua
13 de agosto de 2026 | Aventura, Ação, Ficção Científica
Direção: David Robert Mitchell
Elenco: Anne Hathaway, Ewan McGregor, Maisy Stella
Título original The End Of Oak Street
Ambientado nos anos 1980, a produção acompanha o casal Denise (Anne Hathaway) e Greg (Ewan McGregor) que enfrenta uma crise no relacionamento enquanto gerencia a rotina familiar com os dois filhos adolescentes.

A Morte de Robin Hood
13 de agosto de 2026 | Aventura, Ação, Suspense
Direção: Michael Sarnoski
Elenco: Hugh Jackman, Jodie Comer, Bill Skarsgård
Título original The Death Of Robin Hood
Na trama, Robin Hood luta mentalmente com seu passado marcado por crimes e assassinatos.

Acampamento Miasma: Adolescência, Sexo e Morte
13 de agosto de 2026 | Comédia, Terror
Direção: Jane Schoenbrun
Elenco: Hannah Einbinder, Gillian Anderson, Amanda Fix
Título original Teenage Sex And Death At Camp Miasma
No filme Acampamento Miasma: Adolescência, Sexo e Morte uma jovem cineasta queer (Hannah Einbinder) é contratada para comandar os bastidores de um aguardado reboot da franquia de terror conhecida por Camp Miasma.

Pecadora
13 de agosto de 2026 | Drama, Romance
Direção: Dainara Toffoli
Elenco: Rayssa Bratillieri, Hipólito, José Loreto
Isabel é filha de um pastor e uma jovem religiosa que dividida entre um casamento sem amor ou paixão e novos e irresistíveis sentimentos que um encontro inesperado desperta.

Colegas e o Herdeiro
13 de agosto de 2026 | Drama, Família
Direção: Marcelo Galvão
Elenco: Amélia Bittencourt, Giovane Correa, Rafaela Fontanetti
Após a morte de um hoteleiro em Punta del Este, Stalone, um jovem ator com síndrome de Down, acredita que o hotel é uma herança de sua família e que é o legítimo herdeiro da propriedade.

Túmulo dos Vaga-Lumes
1988 | Animação, Drama, Guerra
Direção: Isao Takahata
Elenco: Ayano Shiraiishi, Akemi Yamaguchi, J. Robert Spencer
Título original Hotaru No Haka
Os irmãos Setsuko e Seita vivem no Japão em meio a Segunda Guerra Mundial. Após a morte da mãe num bombardeio americano e a convocação do pai para a Guerra, eles vão morar com alguns parentes. Insatisfeitos, saem da cidade e acabam num abrigo isolado na floresta, onde lutam contra a fome e as doenças e se divertem com as luzes dos vaga-lumes.

Honestino
13 de agosto de 2026 | Documentário
Direção: Aurelio Michiles
Elenco: Bruno Gagliasso
Aos 26 anos, Honestino, líder estudantil da UnB, foi assassinado pela Ditadura Militar. O documentário busca mostrar a sua história para tentar seguir o seu legado e inspirar outros jovens a lutarem como ele lutou.



Em Destaque

f emdestaqueedson

g jornalspassociedades.com.br

@edsondonizete.fotografo



CIDADANIA

Defensoria Pública atende 3,7 mil pessoas em Sumaré e inaugura oficialmente nova sede

A Defensoria Pública do Estado de São Paulo inaugurou oficialmente sua unidade em Sumaré na última terça-feira (11). A cerimônia consolidou a presença permanente da instituição no município, embora os atendimentos já fossem realizados desde o início de maio. Em pouco mais de três meses de funcionamento, mais de 3,7 mil atendimentos foram registrados, demonstrando a demanda existente na cidade por assistência jurídica gratuita.

Do total, aproximadamente 2,9 mil atendimentos foram realizados presencialmente e outros 764 de forma virtual. A Defensoria Pública oferece orientação e assistência jurídica integral e gratuita principal-

mente às pessoas que não possuem condições financeiras de contratar um advogado, além de atuar na defesa de grupos vulneráveis, dos direitos humanos e da cidadania.

Entre as demandas que podem ser atendidas estão questões envolvendo direito de família, como divórcio, guarda e pensão alimentícia, além de defesa criminal, infância e juventude, violência doméstica, acesso a medicamentos, vagas em creches e diferentes conflitos da área cível. A instituição também atua extrajudicialmente e pode buscar soluções consensuais antes que determinadas situações resultem em processos judiciais.

A unidade está localizada na Praça da República, nº 148, no Centro de Sumaré, e conta

com 21 guichês destinados ao atendimento jurídico, uma sala privativa e um espaço para o Centro de Atendimento Multidisciplinar (CAM). O prédio é climatizado, possui estrutura acessível para pessoas com deficiência e conta atualmente com quatro defensores públicos.

A escolha de Sumaré para receber uma unidade própria também está relacionada aos indicadores sociais do município. Durante a inauguração, a defensora pública-geral do Estado, Luciana Jordão, explicou que critérios como exclusão social e Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) são considerados na definição das cidades que recebem novas estruturas. Municípios que apresentam maior vulnerabilidade

recebem prioridade no processo de expansão da instituição.

Segundo Luciana, a Defensoria Pública paulista está presente atualmente em 52 municípios e realiza quase 3 milhões de atendimentos por ano. A expectativa é ampliar gradativamente a presença do órgão para alcançar uma parcela maior da população vulnerável do Estado.

A chegada da instituição também representa uma mudança importante para o sistema de Justiça local. Antes da instalação da unidade própria, moradores que necessitavam de assistência jurídica gratuita encontravam uma estrutura mais limitada para acessar determinados serviços. Com a presença permanente da Defensoria, Sumaré passa a contar

com atendimento especializado dentro do próprio município.

A juíza diretora do Fórum de Sumaré, Ana Lúcia Granziol, destacou durante a cerimônia que a instalação do órgão amplia não apenas a defesa processual dos cidadãos, mas também o acesso a direitos sociais que muitas vezes encontram dificuldades para chegar ao sistema de Justiça.

A Defensoria Pública possui autonomia administrativa e independência funcional, não fazendo parte da estrutura da Prefeitura de Sumaré. Sua atuação e organização são próprias, característica necessária para que seus membros possam representar os interesses da população inclusive em situações que envolvam diferentes órgãos do poder público.

Os mais de 3,7 mil atendimentos realizados antes mesmo da inauguração oficial indicam que a chegada da Defensoria responde a uma necessidade concreta da população. Além de facilitar o acesso à Justiça para quem não possui recursos para contratar um advogado, a estrutura aproxima do cidadão um serviço essencial para a garantia de direitos.

O atendimento funciona de segunda a sexta-feira, das 7h30 às 17h. O agendamento pode ser realizado pelo site da Defensoria Pública do Estado de São Paulo, por meio da assistente virtual Júlia, ou pelo telefone gratuito 0800 773-4340.

Fonte: DPESP
Por Edson Donizete



Dra Mariana Borgueresi Duarte Peressinato
Coordenadora da Unidade de Sumaré



Dra Luciana Jordão - Defensora Pública Geral do Estado



Stella Maris Galhardi Masson, Coor. do Juizado Especial de Sumaré
Ana Lúcia Granziol, Diretora do Fórum de Sumaré e Roberta Steindorff Malheiros, Juíza de Direito do Juizado de Sumaré e Dr. Leonardo Delfino. Juiz da 2ª Vara Criminal da Comarca de Sumaré



Leandro de Marzo Barreto. Defensor Público,
chefe da região de Campinas



Doutores: Claudiney Albino Xavier, delegado assistente da Seccional de Americana, Nathalia Alves Cabral, da Delegacia da Mulher de Sumaré, e Yan Loui Adania de Queiroz, Delegado 2o. Distrito de Sumaré



Secretário-Geral Adjunto da OAB: Dr. Douglas Sobral Luz, o presidente Dr. Kleber de Oliveira, e Dr. Paulo Roberto da Silva



Autoridades do Poder Judiciário, das Polícias Estaduais e membros da OAB, no descerramento da placa de inauguração



Sérgio Rosa, Ex-Presidente da OAB Sumaré, Israel Azenha, Procurador Jurídico de Sumaré e Gabriel de Araujo, advogado



Secretário Jurídico de Sumaré Tiago Vieira Agostinho



A cerimônia reuniu autoridades do Poder Judiciário, das polícias estaduais e representantes da OAB, marcando a consolidação do atendimento da instituição no município