

Mais

ANO VI - Nº 63 - Maio/junho de 2019

www.revistamais.com

CAPA

Comportamento dos pais tem forte influência na formação da personalidade dos filhos; saiba os erros mais comuns dos adultos

ESPORTE

Ciclismo indoor: a modalidade que promove equilíbrio entre mente e corpo – e ainda faz emagrecer – tem lotado as academias



ESPECIAL DOR SEM FIM

Pesca, religião, artesanato, higiene. Tudo isso a água do rio Paraopeba – atingido pela lama de rejeitos da barragem que se rompeu em Brumadinho – alimentava nas aldeias indígenas Naô Xohã, em São Joaquim de Bicas, e Kamakã Grayra, em Esmeraldas, na região metropolitana. Comunidades sofrem com perda e pedem socorro.

SUPER NOVIDADE!

Lial
VEÍCULOS MULTIMARCAS

NOVO E
SEMINOVOS
VENDA
COMPRA
TROCA
CONSIGNAÇÃO

**O CARRO QUE VOCÊ
PROCURA ESTÁ AQUI!**



Acesse nosso site
e redes sociais!

www.lialveiculos.com.br
www.facebook.com/lialveiculos
www.instagram.com/lialveiculos

Av. Bandeirantes | 642 | Filadélfia - Betim

(31) 2571 2895
(31) 99249 0031

YAGA

SAÚDE | BELEZA | BEM ESTAR

Novidade!

YAGA GLOW

NOVA TÉCNICA DE MICRO MAKE **BB GLOW**
OTIMIZADA POR TRATAMENTO EXCLUSIVO YAGA
TRÁS EFEITO NATURAL DE MAQUIAGEM
POR VÁRIOS DIAS.



SPEEDWEB
Marketing Digital



yaga.com.br

   /clinicayaga

 31 98524-2086  31 4042-9419

 Av. JK 474, Centro-Betim/MG

Geraldo Eugênio de Assis



Dor e esperança

Eles não perderam parentes ou amigos na tragédia de rompimento da barragem I, em Córrego do Feijão, em Brumadinho, que matou até o momento ao menos 247 pessoas, mas pedem socorro porque ficaram sem algo que consideram sagrado e que servia como base para a vida de seus membros: as águas do rio Paraopeba, que foram contaminadas em um trecho de mais de 300 km, o suficiente para desabastecer as tribos Naô Xohã, em São Joaquim de Bicas, e Kamakã Grayra, em Esmeraldas, ambas compostas por cerca de 200 indígenas. Esta última, embora oficialmente ainda não tenha sido considerada atingida pelo desastre da lama de rejeitos, segundo a Funai, também sofre com a perda do rio, que afetou completamente a rotina da comunidade. A reportagem visitou a comunidade Naô Xohã e constatou a tristeza vivida pelos moradores. Eles dizem ter perdido a paz. A água do rio não somente alimentava o corpo deles, mas também sua mente, já que era um elemento essencial para a realização dos rituais religiosos. Hoje, todos vivem de doações e se alimentam da esperança de um dia verem novamente límpidas as águas do Paraopeba. Que a matéria escrita pela jornalista Sara Lira sirva como mais um instrumento de alerta para que as autoridades e os responsáveis por esse desastre histórico em nosso Estado não se esqueçam dos males provocados em milhares de pessoas e de fazer os devidos reparos.

Em busca de orientar, mas, desta vez, os pais ou aqueles que são legalmente responsáveis por crianças e adolescentes, fomos tentar descobrir como gestos simples e que parecem inofensivos praticados por adultos podem comprometer seriamente a personalidade dos pequenos, formando pessoas violentas e destituídas de valores e princípios. A repórter Iêva Tatiana conversou com a psiquiatra da infância e da adolescência Ana Christina Mageste, do Departamento de Psiquiatria Infantil da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), que salientou: é nas ações rotineiras que se encontram as maiores lições que ficam para os menores. Ela reforça aquele velho ditado que diz “a palavra convence, mas o exemplo arrasta”. Nas páginas internas, vocês conferem dicas preciosas da médica, que ainda enumera alguns dos erros mais comuns cometidos pelos tutores.

Tem muita novidade nesta edição: vocês ficam conhecendo o Vegano di Buteco, que caiu no gosto do público e venceu a última edição do tradicional Comida di Buteco: é a primeira vez que um prato sem carne conquista o primeiro lugar da competição, que completou 20 anos. Como vegetariano há mais de 35 anos, provei e indico. Além de toda a filosofia humanitária que envolve essa opção, o sabor do prato conquistará muitos adeptos, com certeza. E fatos como esse mostram que não vale a pena sacrificar um animal em detrimento do paladar.

Bem, e, depois de comer, vamos perder algumas calorias que ingerimos a mais. Para isso, nossa sugestão é praticar o ciclismo indoor. A modalidade tem chamado a atenção nas academias de Betim, prometendo muito mais do que o emagrecimento. Sob bikes e ao som de batidas alucinantes, a vibe é conquistar o equilíbrio entre a mente e o corpo, algo difícil para muitos nos tempos atuais. Bom, o conteúdo está bem eclético e apetitivo. Boa leitura! ■

“A água do rio não somente alimentava o corpo deles, mas também sua mente, já que era um elemento essencial para a realização dos rituais religiosos. Hoje, todos vivem de doações e se alimentam da esperança de um dia verem novamente límpidas as águas do Paraopeba.”

Edição 62



www.revistamais.com



 facebook.com/RevistaMaisBetim

 @revista_mais

 @Mais_Betim

Diretor-geral		Geraldo Eugênio de Assis geraldoassis@assispublicacoes.com.br
Editora		Daniele Marzano danimarzano@gmail.com
Redação		Iêva Tatiana e Sara Lira redacao@assispublicacoes.com.br
Projeto Gráfico e Diagramação		Roger Simões rogersimoes@assispublicacoes.com.br
Comercial		Gislény Lopes
Financeiro		Gislény Lopes
Revisão		Daniele Marzano
Impressão		Gráfica Del Rey
Distribuição		Flaviano Neves Coelho
Tiragem		10 mil exemplares

Uma publicação da Autogestão, Publicidade e Consultoria Ltda.

CNPJ: 02.841.570/0001-30

Telefone.: (31) 3593-0042

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS

A reprodução total ou parcial de textos, fotos e artes é proibida sem autorização prévia.

A **MAIS** não se responsabiliza por textos opinativos assinados.

"As opiniões expressas nos artigos assinados são de responsabilidade de seus autores. Informes publicitários são de responsabilidade das empresas que os veiculam, assim como os anúncios são de responsabilidade das empresas anunciantes."

Os valores citados nesta edição estão sujeitos a alteração sem aviso prévio.



26 ESPECIAL

Tribos que vivem à beira do rio Paraopeba na região metropolitana de BH lamentam perda do manancial com tragédia da Vale em Brumadinho e clamam por socorro

8 CONVERSA REFINADA

Professor Mauro Reis faz resgate da trajetória profissional, marcada pela docência e pela gestão pública

12 SAÚDE E VIDA

Em tempos em que a tecnologia dominou o mundo, consultórios se tornam virtuais, e interação entre médico e paciente fica instantânea

14 BOM EXEMPLO

Estudantes de Betim participam de projeto social que ensina música e integram uma orquestra mirim

16 DESTAQUE

Atleta e modelo, Lidiane Francielly, atual miss Contagem, tem grandes desafios nos próximos meses: nas pistas de atletismo e nas passarelas da moda

18 CAPA

Exemplos dos pais exercem grande influência sobre personalidade dos filhos; especialista ouvida pela **Mais** dá orientações

32 PET

Tempo seco é o mais propício para o surgimento da cinomose, doença que ataca sistema nervoso de cães

36 NOVIDADE

Rua do Rosário, em Betim, ganha mais um empreendimento gastronômico; a Jefe's, para os amantes de café

38 ESPORTE

Ciclismo indoor tem tirado muita gente do sedentarismo prometendo equilíbrio entre mente e corpo e emagrecimento

40 NOVOS SABORES

Ao vencer o Comida di Buteco, prato vegano mostra diversidade de paladares



YAGA GLOW – NOVA TÉCNICA DE MICROMAKE

Uma novidade que está ganhando o mundo e que agora já está disponível na Yaga é o BB Glow. A nova técnica Micro Make BB Glow foi otimizada por um tratamento exclusivo Yaga para efeito natural de maquiagem por vários dias, sendo batizada por nós de Yaga Glow.

O que as mulheres querem é ter uma pele iluminada e sempre bonita. Imagina você conseguir esse efeito sem precisar fazer maquiagem todos os dias? Saiba que isso não é um sonho, mas uma realidade com a qual as mulheres já podem contar.

O BB Glow é um procedimento da área da beleza que está fazendo sucesso em vários países do mundo e foi aprimorado pela equipe do Núcleo de Estética Avançada Yaga para otimizar mais ainda seu resultado, gerando efeitos na face de forma instantânea.

É um tratamento com séruns que contêm peptídeos, ácido hialurônico, extratos naturais, DNA de salmon com pó de ouro, que estimulam a produção de colágeno e a renovação celular, além de proporcionarem outros benefícios.

O BB Glow é um procedimento estético indolor que utiliza uma caneta de microagulhamento com nanoagulhas e ampolas líquidas com ativos específicos. Não se trata de tatuagem ou de micropigmentação. Os pigmentos usados que uniformizam o tom da pele são extraídos de plantas e estabilizados em dióxido de titânio, como nos protetores solares com cor, e são depositados muito superficialmente na pele. A duração dos resultados depende de cada pele, devendo haver um intervalo de três a quatro semanas para cada aplicação. O indicado é uma série de quatro sessões para um resultado mais duradouro.



Divulgação

Vantagens:

- Uniformização do tom da pele
- Redução de poros
- Camuflagem de manchas e sardas
- Melhora da elasticidade da pele pela ativação do colágeno
- Redução de linhas finas de expressão
- Hidratação intensa da pele
- Aumento do viço e da luminosidade da pele

Quem faz ama e tem a impressão de acordar iluminada todos os dias! ■

Dra. Adriana Lemos CRM 32011 | Membro da Academia Brasileira de Dermatologia e da Sociedade Brasileira de Laser em Medicina e Cirurgia | Diretora Clínica e Administrativa da Clínica Yaga - Saúde, Beleza e Bem-Estar | adrianalemos.com | [@dra.adrianalemos](https://www.instagram.com/dra.adrianalemos) | [adriana.yaga.com.br](https://www.facebook.com/adriana.yaga.com.br) | [yaga.com.br](https://www.youtube.com/channel/UCyaga.com.br) | [@clinicayaga](https://www.tiktok.com/@clinicayaga)



CROSS HITT
(treinamento funcional)
PILATES
TÊNIS (quadra de saibro)

Com tanta novidade, todos da casa vão querer malhar.

Natação
Hidroginástica
Hidroterapia
Musculação

Novas turmas e pacotes promocionais. Agende uma avaliação e garanta já a sua vaga. No Boleágua tem opção pra família inteira ficar em forma!

NOVIDADE:
T.E.B (treinamento esportivo básico)
7 a 12 anos.



3531.3783 Bairro Filadélfia . Betim

Uma vida dedicada ao trabalho

Daniele Marzano

A palavra “professor” não consta apenas no currículo dele, já pertence a seu nome, pois é assim que todos o chamam há muitos anos: “professor Mauro Reis”. Outros preferem “doutor Mauro Reis”. Mas sua carreira não se limita à docência, que começou cedo, pouco tempo depois de ele ter se formado em agronomia, pela Universidade Federal de Viçosa (UFV). Ele comandou órgãos relevantes, como o Instituto Brasileiro de Desenvolvimento Florestal (IBDF), em Brasília, na década de 80, período em que o Brasil plantou mais de 2 milhões de hectares de florestas, trabalhou na Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO/ONU) e assumiu secretarias de prefeituras em Betim e outras cidades da região que exigem extenso conhecimento, sobretudo em gestão, e dedicação quase que em tempo integral. Mas, até chegar a terras betinenses, professor Mauro Reis rodou o mundo em diversas missões de trabalho, que lhe ajudaram a construir uma experiência exemplar. É por essa razão, e por várias outras, calcadas em valores como respeito e integridade, que o sentimento de admiração de quem o conhece é unânime.

Sua área-base de formação é agronomia. Embora, mais tarde, o senhor tenha feito especializações em outras

áreas, como gestão pública, considerou um desafio gerir secretarias municipais em setores bem distintos, como saúde e educação?

Sem dúvida, foram desafios, mas gratificantes. Na área da educação, o desafio foi menor porque, na Universidade Federal de Viçosa (UFV), fui professor de carreira, coordenei cursos e orientei estudantes de graduação e pós-graduação. Ocupei vários cargos de direção. A experiência adquirida no convívio com professores, funcionários e estudantes foi importante para a área educacional. Mesmo assim, tive que aprender bastante para desempenhar a contento as atribuições do cargo de secretário de Educação de Betim (abril de 2001 a março de 2005). Já no cargo de secretário da Saúde, o desafio foi maior, por não ser minha área de formação básica. O que muito me ajudou, quando assumi a pasta pela primeira vez, em 2008, e, depois, em 2013, foi o fato de ter sido secretário antes, principalmente de Planejamento. Esse cargo me permitiu conhecer, em detalhes, as questões inerentes à saúde do município, por ocasião da tomada de decisões para a elaboração das leis do Orçamento anual e das diretrizes orçamentárias do município. Na área de gestão, propriamente dita, muito contribuiu a experiência que já tinha adquirido na UFV, no Ministério da Agricultura, em Brasília, na Organização das

PERFIL

Nome: Mauro Silva Reis

Formação acadêmica: graduação em agronomia (pela Universidade Federal de Viçosa – UFV), mestrado em fitopatologia (também pela UFV) e doutorado em patologia florestal pela North Carolina State University

Naturalidade: Formiga (região Oeste de Minas)

Família: é casado com Nilma Geralda do Prado Reis, tem quatro filhos (Érika, Leonardo, Adriano e Amanda) e três netos (Júlia, Paula e Frederico)

Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO/ONU), em Roma, na Itália. Mas lembro que, em todas as secretarias pelas quais passei, os profissionais e os servidores delas me ajudaram a geri-las. E isso foi muito importante para o sucesso das administrações. Também uma característica que sempre adotei como gestor foi a de estar presente “na ponta do sistema”, ou seja, onde as ações ocorriam. Eu gostava de conversar com os profissionais e, sobretudo, com os usuários para conhecer o que se passava. Na Saúde, já que a doença afeta muito o emotivo do ser humano, considerei esse relacionamento importante para seguir com a administração. Para gerir bem as áreas da educação e da saúde, nenhum administrador pode deixar de dar atenção à gestão participativa, ou seja, dialogar e contar com a participação dos sindicatos representativos das categorias.

Ao longo de sua carreira, o senhor viajou muito pelo mundo a trabalho, conhecendo países diversos. O que foi mais desafiador nessas oportunidades?

Eu diria que viver longe da família por tempo prolongado e em locais adversos aos de nossa convivência foi muito difícil, mas isso foi superado com a compreensão de minha esposa e de meus filhos. Sempre vem a saudade do lar e do Brasil. A questão cultural, por outro lado, despertou meu



interesse, e nunca tive dificuldade em me adaptar aos costumes e à alimentação dos povos de países que visitei na Ásia (China, Japão, Malásia, Indonésia, Filipinas e Singapura), na África (Gana, Nigéria e Quênia) e na América do Sul (Peru e Colômbia). Na Malásia e na Indonésia, nações detentoras de florestas tropicais, muito semelhantes às de nossa Amazônia, conheci e passei dias vivendo em algumas comunidades no interior.

Na adolescência, o senhor foi um excelente jogador de futebol, tendo atuado em times de destaque nas regiões das cidades onde morou, como Ubá, Juiz de Fora e Viçosa. Chegou a pensar em se dedicar integralmente ao esporte para tornar-se atleta profissional?

Na verdade, nunca pensei em ser atleta profissional. Na época, o jogador de futebol não era valorizado como hoje. Sou da geração de craques como Pelé, Coutinho, Pepe, Newton Santos, Garrincha e Didi. Tive algumas oportunidades. O diretor de futebol do Fluminense, do Rio de Janeiro, era de Ubá, onde residia. Ele me convidou algumas vezes para ir ao Rio. Declinei do convite. Minha determinação foi sempre estudar na UFV. Para isso, fui para Juiz de Fora em 1958, com o objetivo de fazer um bom cursinho preparatório para o vestibular. Convidado, joguei no Tupi Futebol Clube, que pagou as despesas do cursinho, alimentação e residência. Também trabalhava no Banco Hipotecário e Agrícola do Estado de Minas Gerais. Em novembro do mesmo ano, fui para Viçosa, complementei meus estudos e passei no vestibular. Ingressei no curso de agronomia em 1959. O futebol passou a ser praticado na universidade, apenas como lazer. O time da UFV, excelente, foi campeão regional em 1960 e em 1961.

O senhor consegue eleger algum momento de sua carreira profissional do qual se lembra com mais carinho e saudade? E qual deles o senhor considera mais desafiador?

Foram muitos os momentos: primeiramente, obter o grau de mestrado e, depois, completar o de doutorado foram dois desafios determinantes para meu crescimento profissional. O mestrado estava começando no Brasil, e a UFV foi pioneira. Exigiu muita dedicação. Eu e meu colega José C. Dianese fomos os dois primeiros alunos do curso de mestrado em fitopatologia. Para me candidatar ao doutorado (PhD), obtido na North Carolina State University, na cidade de Raleigh, nos Estados Unidos, tive que me submeter ao Toefl teste. Requereu de minha parte muita força de vontade e perseverança para aprender e ser fluente na língua inglesa. Mas hoje vejo que o esforço compensou. Gratificante também foi minha passagem pelo Instituto Brasileiro de Desenvolvimento Florestal (IBDF). Em 1980, fui nomeado presidente do órgão federal, vinculado ao Ministério da Agricultura, com sede em Brasília. Minha missão foi organizar a autarquia, que administrava os incentivos fiscais ao reflorestamento, e dar conotação técnica aos plantios, principalmente de *Eucalyptus*, *Pinus*, *Algaroba* e frutíferas como coco e caju. Em seis anos, o Brasil plantou 2.100 milhões de hectares. Foi o maior programa em nível mundial. Graças aos recursos disponibilizados para os projetos de reflorestamento, >>>

a área de conservação da natureza, no sentido amplo, foi muito beneficiada com a criação de unidades, a regularização fundiária e os investimentos em infraestrutura. Sem dúvida, o mais desafiador em minha carreira foi o cargo que ocupei na FAO, com sede em Roma, na Itália. Na qualidade de diretor, coordenei em nível mundial o programa Plano de Ação Florestal Tropical, apoiado financeiramente pelos países consumidores de madeira tropical e realizado nas nações detentoras de florestas. As inúmeras iniciativas adotadas e financiadas pelo plano nas nações tropicais muito contribuíram para conscientizar populações, principalmente da Ásia, da África e da América do Sul, sobre a importância da floresta tropical. Coordenei o programa por três anos. Mesmo assim, a destruição da floresta tropical continua intensa. Sobre Betim, lembro com saudade quando, em 1988, depois de eleito, o prefeito Osvaldo Franco convidou-me para ocupar o cargo de secretário de Planejamento. Aceitei o convite, voltei ao Brasil e foi aí que iniciei minha trajetória na Prefeitura de Betim. Ele me pediu para organizar e modernizar a administração municipal. Na época, a contabilidade era manuscrita e foi informatizada. A Constituição de 1988 passou a exigir concurso para ingresso no serviço público. Osvaldo quis ser um dos primeiros prefeitos a cumprir a Constituição. Recebi dele a incumbência de organizar e realizar o concurso em 1989. Por opção de vida, permaneci e moro em Betim. Minha passagem pela Secretaria de Educação, de abril de 2001 a março de 2005, tendo como prefeito Carlaile Pedrosa, foi muito gratificante também. Lembro-me com carinho do trabalho realizado pelos professores, servidores e alunos na época, a exemplo do Programa de Integração Curricular (PIC), uma maneira inteligente de fazer escola em tempo integral. Apoiado por várias instituições, o programa teve reconhecimento nacional, ficando entre os dez melhores programas inovadores da educação do Brasil. Além disso, o profissional da educação foi altamente valorizado na época. Diversos professores foram liberados para cursarem tanto mestrado quanto doutorado, decisão até então inédita no Brasil. Sem dúvida, foram bons tempos.

O senhor geriu secretarias de peso em Betim. Das realizações que, com o apoio de sua equipe, fez no município, o que elencaria hoje como as que mais o marcaram e também considera que foram cruciais para o desenvolvimento da cidade?

São várias ações marcantes e cruciais para o desenvolvimento de Betim. Destaco, em primeiro lugar, os entendimentos e a viabilização da construção do Hospital Público Municipal Professor Osvaldo Franco, que tiveram início com o prefeito Osvaldo, quando ele foi a Brasília, em 1989, e eu o acompanhei, para conversar com o então ministro da Saúde, doutor Alcenir Guerra, que sugeriu a construção do hospital, financiado como parte de um programa do governo federal. Osvaldo começou a construção, mas veio a falecer, e o vice dele, que assumiu a prefeitura, Ivair Nogueira, deu continuidade à obra, que foi inaugurada em 1996, pela prefeita Maria do Carmo Lara. O programa de construção de quadras poliesportivas cobertas em todas as escolas da rede municipal, realizado no período de 2001 a 2005,



levou o esporte, o lazer e a cultura para dentro da escola e integrou o aluno, principalmente da periferia, ao convívio escolar. A partir de 2005, todas as novas escolas foram contempladas com quadras de esporte, que ficaram marcadas com a cor amarela, as quais podem ser vistas de longe e pelo ar. Em janeiro de 2001, no início do governo Carlaile Pedrosa, na qualidade de assessor, recebi a incumbência de elaborar um plano de obras estratégicas para Betim. Durante três meses, trabalhei no detalhamento de cerca de 40 intervenções nas áreas de planejamento urbano, a exemplo de eixos viários (avenidas e ruas), bacias de retenção – para minimizar enchentes em algumas regiões –, interceptores e estações de tratamento de esgoto, áreas para conservação da natureza (reservas ecológicas e parques naturais), entre outras. O plano permitiu que a prefeitura, em parceria com a Companhia de Saneamento de Minas Gerais (Copasa), contraísse um empréstimo junto ao Banco Mundial para a execução de muitas das obras propostas. O projeto, que ficou conhecido como “Rio Betim”, possibilitou que a cidade se transformasse, entre os anos de 2003 e 2007, em um verdadeiro canteiro de obras, além de se destacar com ações nas áreas da educação e do esporte. A criação do Instituto de Previdência Social do Município de Betim (Ipreamb), em 2005, foi um marco importante para os servidores da prefeitura.

Qual sua avaliação do governo municipal atual?

Fui funcionário de carreira da Prefeitura de Betim e tive oportunidade de ocupar os cargos de secretário de Planejamento, Educação e de Saúde. Portanto, conheço bem o município e as dificuldades para administrá-lo. As fontes de receita que dependem diretamente da ação da administração municipal são, principalmente, o IPTU, o ISS, o ITB. Outros tributos e contrapartidas previstas em lei constituem parte da receita global do município. No Brasil, os municípios são muito dependentes dos repasses financeiros constitucionais viabilizados por meio dos governos federal e estadual. Nos últimos cinco anos, a renda do Brasil caiu em torno de 20%, e Minas Gerais viu seu PIB reduzir 25%. Recentemente, Betim perdeu 4% da participação que tinha no ICMS do Estado, ou seja, cerca de R\$ 520 milhões deixaram de entrar nos cofres da prefeitura. Tudo isso é reflexo da situação econômico-financeira que o Brasil atravessa. Apesar das dificuldades mencionadas, que são cruciais para um gestor, o atual prefeito, Vittorio Medioli, tem colocado toda sua experiência bem-sucedida na iniciativa privada para servir a Betim. Instituiu a Lei da Contrapartida e resgatou verbas que estavam perdidas, restringiu despesas desnecessárias, imprimiu seriedade ao trato da coisa pública e tem inaugurado muitas obras, resultando em uma administração que considero muito boa. Registro também que o salário dos servidores municipais está sendo pago em dia, coisa rara nas administrações de prefeituras do Brasil nos dias atuais.



Como avalia o governo Bolsonaro e a política nacional?

Avalio como bons os primeiros seis meses de governo. O presidente Bolsonaro foi eleito para acabar com a tendência ideológica da esquerda que predominou no Brasil durante os governos do PT e para recuperar a economia, algo fundamental para que o país volte a crescer e a gerar empregos para mais de 50 milhões de brasileiros que vivem na pobreza. Dados atuais mostram que 40% dos jovens não trabalham. Para reverter esse quadro, é necessário que o Congresso Nacional aprove as medidas que estão sendo propostas pelo Executivo federal, a exemplo da reforma da Previdência e outras necessárias, como a tributária e a fiscal, que deverão ser oportunamente propostas. Entendo que o presidente Bolsonaro está fazendo o que seu eleitor esperava, a exemplo dos critérios para a escolha de ministros e dirigentes de empresas estatais. São pessoas de sua confiança, portadores de reconhecida capacidade técnica, experiência profissional, postura moral de cidadão e não respaldadas por arranjos políticos comuns em governos anteriores. Por outro lado, ele tem sido muito franco em suas declarações, fato que, muitas vezes, não agrada aos políticos. Resta aos senadores e aos deputados federais entenderem que os tempos são outros, que o Brasil está à beira do caos econômico e social. As reformas são necessárias, e os senhores congressistas precisam dar sua parcela de contribuição.

O senhor acredita que o país pode voltar a tempos melhores economicamente?

Acredito que sim, desde que as reformas mencionadas anteriormente sejam concretizadas e que a equipe econômica do ministro Paulo Guedes aproveite para desonerar a economia, ou seja, reduzir a carga tributária que pesa sobre o brasileiro, desde o empresário até o cidadão comum. Também é preciso simplificar o sistema. O Imposto sobre Valor Agregado (IVA), por exemplo, é adotado em muitos países. Os economistas dizem que, se todas as medidas que estão sendo propostas pelo governo Bolsonaro forem tomadas e colocadas em prática, Minas Gerais, por exemplo, em oito anos voltará a ter uma sólida economia. Como está não é possível continuar. No último trimestre, por exemplo, o Produto Interno Bruto (PIB), recuou 0,2% em comparação com o último trimestre de 2018. Os economistas dizem que dois trimestres seguidos de queda do PIB representam recessão técnica. Vamos torcer para que aconteça o melhor para nosso Estado e para o Brasil.

O senhor acaba de completar 81 anos, tendo ficado mais de 60 trabalhando. Acredita que tenha faltado algo a ser feito durante esse tempo? Algum curso? Alguma viagem? Algum convite não aceito?

Na verdade, creio ter cumprido muito mais do que imaginei. Com relação a viagens, ultrapassei o limite previsto, tantas foram as que fiz no Brasil e no exterior. No que se refere a convites para ocupar cargos importantes e trabalhar, tive alguns, públicos e privados. Quanto a faltar alguma coisa em minha vida, se eu pudesse voltar ao passado, teria feito o curso de direito, área cujos preceitos sempre apreciei e admirei. Tive oportunidade, mas o trabalho do dia a dia me impediu de realizar essa conquista. ■



Saúde na palma da mão

Aplicativos permitem interação entre profissionais e pacientes para o esclarecimento de dúvidas e orientações em qualquer lugar. Usuários aprovam a facilidade.

Iêva Tatiana

Atire a primeira pedra quem não passa umas horinhas do dia com os olhos pregados na tela do celular, visualizando fotos e vídeos, curtindo postagens ou jogando. De que esses aparelhos vieram para revolucionar nosso estilo de vida não há dúvidas, mas as funções deles podem ir muito além do simples entretenimento.

Mirando os usuários que concentram grande parte da vida nas pontas dos dedos, serviços de saúde estão migrando para versões em aplicativos e oferecendo atendimento online com profissionais da área.

A nutricionista Gabriela Prando, por exemplo, utiliza o Dietbox há cerca de cinco anos, desde que passou a atender em consultório. Por meio da plataforma, ela envia as dietas aos pacientes e ainda consegue se manter em contato com eles trocando mensagens instantâneas.

“É um aplicativo facilitador, que me permite ter acesso às fichas, trabalhar dietas e tirar dúvidas de onde eu estiver. As pessoas gostam bastante, e há muita interação, todos os dias”, diz Gabriela,

que aposta nesse recurso como uma forte tendência.

Para o usuário, o Dietbox – que permite a inclusão de dietas apenas por profissionais da área – oferece funções como diário alimentar, para compartilhar as refeições com o nutricionista e receber uma avaliação de rendimento; acesso a receitas, para fugir da mesmice sem enfiar o pé na jaca; lembretes de refeições; e até lista de compras. O app é gratuito e está disponível para os sistemas Android e iOS.

EXPERIÊNCIA APROVADA

Paciente de Gabriela, a empresária Carolina Reis de Oliveira, de 32 anos, usa o aplicativo há aproximadamente três anos e considerou fantástico não precisar mais de papéis com a dieta a ser seguida, concentrando no smartphone todas as funcionalidades de que precisa no dia a dia. “São essas facilidades que a tecnologia nos oferece em benefício da saúde que nós temos que aproveitar, porque há tantos apps que não são benéficos”, avalia Carolina.

Para ela, a possibilidade de resolver assuntos corriqueiros com apenas alguns toques na tela é excelente. “Uso o aplicativo do meu plano de saúde para marcar consultas e receber autorização de exames, por exemplo. Para mim, falar em um call center é o fim do mundo. Então, a tecnologia veio para ajudar, e eu uso mesmo tudo que pode agilizar minha vida”, afirma a empresária.

DIVÃ VIRTUAL

Desde 2016, fazer terapia online também é possível por meio de aplicativo. Oficialmente lançado naquele ano, o FalaFreud foi pioneiro no segmento e, desde então, já atendeu a mais de 1 milhão de pessoas, segundo os desenvolvedores.

A plataforma une psicólogos licenciados e experientes a usuários por meio de sessões de vídeo, utilizando um sistema próprio de comunicação, com garantia de confidencialidade.

Atualmente, uma sessão de terapia de 45 minutos custa R\$ 99,99; o plano de quatro sessões mensais sai por R\$ 379,96. Futuramente, porém, os atendimentos poderão ser feitos também por convênios



A nutricionista Gabriela Prando aderiu ao atendimento online e, há cinco anos, utiliza a plataforma Dietbox para enviar dietas aos pacientes e esclarecer dúvidas por meio de mensagens

médicos, segundo informações divulgadas na página do FalaFreud na internet. “Estamos em processo de cadastro com as seguintes operadoras: Amil, Bradesco Saúde, Sulamérica e Unimed”, adianta o texto.

O aplicativo é exclusivo para usuários maiores de 18 anos e também está disponível no Google Play e na App Store.

EXERCÍCIO LEGAL

Os atendimentos psicológicos online já acontecem no Brasil e no mundo há alguns anos. Então, no fim do ano passado, o Conselho Federal de Psicologia (CFP) criou uma resolução para garantir que essa modalidade possa ser fiscalizada e praticada dentro dos padrões éticos.

Entre as medidas que entraram em vigor em novembro último está o cadastro

do psicólogo no site do CFP com informações sobre o serviço que será prestado, em quais plataformas e que cuidados serão tomados para a preservação do sigilo do paciente.

Em alguns casos – como o de vítimas de violência ou de violação de direitos e o de pessoas que passaram por desastres –, o atendimento psicológico online não é permitido pelo conselho.

ATIVIDADE INCIPIENTE

Apesar de já terem mostrado que chegaram para ficar, os aplicativos de saúde ainda são carentes de dados quantitativos e qualitativos. Por ora, não existem registros oficiais de plataformas disponíveis no mercado nem de profissionais que aderiram a elas. ■



Os alunos que se destacam nas aulas de musicalização do projeto passam a integrar a Orquestra Infantojuvenil

Uma pequena grande orquestra

Projeto social ensina música para estudantes regularmente matriculados na rede de educação de Betim e vai além, promovendo rodas de conversa, em que temas como cidadania e valores como responsabilidade são debatidos, contribuindo para a formação dos futuros musicistas

Sara Lira

Afinar o instrumento, ter o ouvido sensível para cada nota musical e postura de profissional durante ensaios e apresentações. Essas são algumas das características de integrantes de orquestras formadas por adultos, mas elas também podem ser identificadas nas crianças que participam da Orquestra infantojuvenil de Betim, na região metropolitana, um projeto desenvolvido pela Sociedade Artística Brasileira (Sabra).

As aulas de musicalização são ofertadas gratuitamente para estudantes maiores de 8 anos regularmente matriculados na rede de educação de Betim. hoje, a maioria deles vem de escolas públicas, de acordo com o maestro da orquestra e presidente da Sabra, Márcio Pontes. O espaço, situado no bairro Angola, é cedido pela Secretaria Municipal de Educação (Semed).

Segundo ele, cerca de 400 crianças estudam música na Sabra. Aquelas que se desenvolvem mais passam a integrar a orquestra infantil, com 53 meninos e

meninas atualmente, e, quando adquirem mais experiência, são “promovidas” à infantojuvenil, com 50 membros.

CIDADANIA

As orquestras de violino foram criadas entre o fim do ano passado e o início deste ano, com quem está na primeira turma de musicalização, que teve início em 2014. Antes de chegarem aos palcos, eles passam por um trabalho integral, que ensina muito mais do que somente ler partituras.

Pontes explica que o curso tem três pilares: o primeiro é a musicalização, que ensina as técnicas necessárias para que a criança se torne musicista; o segundo é o de apreciação musical, em que os alunos conhecem os diversos instrumentos da orquestra e têm contato com a música clássica e seus vários autores; o terceiro, e um dos mais importantes, conforme o maestro, é a roda de conversa. Nela, são abordados temas como cidadania e deveres e direitos da criança e do adolescente. “Com esses três pilares, nós plantamos sementes para formar plateia para música de qualidade e bons cidadãos”, pontua Márcio Pontes.

As rodas são promovidas pela assistente social Luciete Vieira. Segundo ela, nesse trabalho a criança aprende ou tem reforçados valores como responsabilidade, compromisso, organização e respeito ao próximo. Luciete diz que mantém contato com os diretores das escolas onde os pequenos estudam e fica a par da situação escolar de cada um deles.

O resultado, ela percebe pelos relatos que recebe dos pais e pela forma como as crianças passam a se comportar nas aulas de música. “Os pais dizem que eles se tornaram mais disciplinados, e aqui percebemos que muitos aprenderam a se concentrar”, destaca.

É o caso de João Emanuel, de 10 anos. Ele faz parte da orquestra desde a primeira turma de musicalização, em 2014, e reconhece que se desenvolveu nos últimos anos. “Era muito impaciente e hiperativo. Agora, aprendi a ser menos ansioso, a ouvir e a ter respeito pelo próximo. E tudo foi por meio da orquestra”, afirma. A irmã dele e também integrante da orquestra, Giulia dos Santos, de 10 anos, conta que tem aprendido muito mais do que música. “Até minhas notas na escola aumentaram”, diz. A menina relata que gosta muito de música e planeja seguir carreira na área, seja como violinista (aquele que toca violino), seja como violoncelista (aquele que toca violoncelo).

A mudança na forma de encarar o mundo parece ser aprendido comum entre os pequenos membros da orquestra. “Eu percebo o quanto mudei, e minha mãe sempre me fala isso também”, diz Isabela Dutra, de 12



Regida pelo maestro Márcio Pontes, a Orquestra Infantojuvenil foi uma das atrações na abertura do Festival Desperta, evento realizado em BH e Betim em maio

anos. Victor Uemoto, de 14, considera que a música o ajudou a se relacionar melhor com os outros. “Era muito tímido; agora, tenho vários amigos. Quando tocamos em orquestra, precisamos interagir, e foi isso que me ajudou”, frisa.

AO VIVO E A CORES

Uma das apresentações recentes de destaque foi no dia 31 de maio, durante o Festival Desperta, promovido pelo Instituto Unimed-BH, na praça Milton Campos, em Betim. Os meninos tocaram peças dos músicos clássicos Händel e Bethoven, além das canções “Somewhere Over the Rainbow”, do cantor Israel Kamakawiwo’ole, e “Asa Branca”, de Luiz Gonzaga. “A recepção do público foi fantástica. Todos se emocionam ao verem as crianças tocarem”, relembra Márcio Pontes.

A orquestra também se apresenta em eventos da Fundação Artístico-Cultural de Betim (Funarbe), que pertence à Prefeitura de Betim. Para entrar na escola de música, os as crianças devem ser matriculadas pelos pais. O processo ocorre duas vezes por ano. A escola também recebe pessoas com deficiência, como autismo e outras

síndromes. Para participar da orquestra, os alunos com mais tempo de prática passam por um teste interno na Sabra.

“Esse é um projeto de transformação que começa na raiz, na educação infantil. O contato com a arte tem sua importância, pois creio que tudo o que eles fizerem tendo a arte inserida vão fazer com mais qualidade”, opina o presidente da Funarbe, Dudu Braga.

OUTRAS AÇÕES

A Sabra também atua em dez escolas municipais de Betim, onde há corais com crianças na faixa dos 10 anos. Cada grupo tem uns 25 alunos, e eles são treinados por professores da rede que recebem direcionamento técnico e artístico da instituição. Os pequenos se apresentam nas escolas e, ocasionalmente, reúnem-se em um grande concerto em eventos específicos. Também é por meio da Sabra que é mantida a Orquestra Sinfônica de Betim. ■

SERVIÇO

Sabra: rua Doutor Sílvio Lobo, 171, Angola, acima do Cetap, Betim
Telefone: 3531-3589

Um salto na carreira

Atleta Lidiane Francielly conquistou classificação inédita para o Estado em torneio nacional, que acontece em agosto. Em novembro, ela disputa outro título, o de Miss Minas Gerais.

Fotos: Arquivo Pessoal

Iêva Tatiana

Há quatro anos, ela literalmente corria atrás de uma classificação para o Troféu Brasil Caixa de Atletismo, competição nacional que, neste ano, acontecerá em Bragança Paulista (SP), em agosto. Aos 20 anos, Lidiane Francielly Fernandes Barbosa será a primeira mineira a representar o Estado no torneio. Dona dos recordes estaduais nos 100 m e nos 200 m rasos, ela não esconde a felicidade em fazer parte de um grupo tão seleta. “Meu objetivo é ser finalista da prova e seria muito bom subir ao pódio. Só de estar entre os melhores, competindo com atletas olímpicos, já é a realização de um sonho”, afirma Lidiane.

A modéstia é consequência, em grande parte, de uma lesão sofrida pela atleta no ano passado e que a afastou dos treinos por oito meses. Segundo ela, ficar tanto tempo parada é muito ruim para quem vive na velocidade. Por outro lado, ela acredita que a má fase tenha sido positiva para deixá-la mais forte emocionalmente: “Tenho muita fé em Deus e sei que Ele permitiu que eu passasse por um momento de crise para aprender a usar minha resiliência e tirar proveito da situação de estresse e dar a volta por cima”.

OBSTÁCULOS SUPERADOS

Quem conhece a história de Lidiane sabe bem que superação é uma palavra que a acompanha com bastante frequência. Ela começou no atletismo “magrelinha, sem força”, como ela mesma conta, e foi conquistando cada vez mais espaço no esporte, reduzindo o próprio tempo de 14,7 segundos para a casa dos 11. Hoje, ela está entre os 20 melhores atletas da categoria no Brasil.

E, acredite se quiser, tudo começou por acaso – ou por força do destino. Aos



Após ter que abandonar aulas de balé, Lidiane se tornou atleta, conquistando recordes estaduais nos 100 m e nos 200 m rasos, e, depois, modelo: ela é a atual Miss Contagem

14 anos, ela precisou abandonar as aulas de balé que fazia desde os 8 por falta de dinheiro. Os pais estavam desempregados e não tinham mais condições de alimentar o sonho da filha de fazer parte da Escola do Teatro Bolshoi, em Joinville (SC).

Na mesma época, porém, um teste despretensioso na escola garantiu à adolescente uma vaga na equipe do Centro de Treinamento Esportivo (CTE) da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), sob o comando do técnico Roberto de Santis, que ainda acompanha Lidiane e a inspira constantemente. “Meu treinador, hoje, é minha maior inspiração. Ele veio da Itália para o Brasil aos 22 anos, deixando a família para trás. Ele é o melhor trei-

nador que existe, e quero ser igual a ele. Pretendo entrar na faculdade neste ano e fazer educação física para ser treinadora ou personal trainer”, adianta a atleta.

INCREMENTO PROFISSIONAL

Apesar de acontecer com fluidez, a transição dos palcos para as pistas não foi fácil. As dificuldades financeiras que afastaram Lidiane do balé também chegaram a ser um problema no atletismo, no começo. Ela e a família moram no bairro São Caetano, na divisa de Contagem com Betim, na região metropolitana de Belo Horizonte. Já os treinos no CTE acontecem na região da Pampulha, na capital. Depois de ela quase desistir do esporte, em função dos gastos

elevados com transporte, a equipe dela conseguiu, enfim, um patrocínio para custear o deslocamento dos atletas.

E é assim, superando desafios, que a jovem vem somando conquistas, sem perder o foco no lado bom das coisas. “Ser bailarina do Bolshoi foi um sonho apagado, mas foi necessário isso acontecer, senão eu não descobriria que poderia ser atleta. Já o atletismo foi o que modelou meu corpo, o que me levou para a moda. Olha só como uma coisa leva à outra”, conclui.

Pois é, a novidade mais recente na vida de Lidiane foi um novo salto na carreira. Desta vez, ele veio acompanhado de trajes de gala, fotos e eventos. Além de ser uma grande promessa como atleta, ela agora é modelo e já foi até eleita Miss Contagem, em 2018. Em novembro próximo, a atleta vai representar o município na disputa pelo título de Miss Minas Gerais.

O convite para o primeiro concurso veio de uma agência de modelos, no ano passado, quando ela se preparava para uma competição esportiva. “Sempre fui atleta. Então, não tinha essa coisa de ser delicada nem bonita. No atletismo, temos que ser bons, não bonitos. Fiquei na dúvida se aceitava, mas acabei sendo convencida a ir. Fui na brincadeira, encarando como um hobby, e acabei ganhando”, relembra.

Desde então, Lidiane teve acesso a um novo universo, com a oportunidade de conhecer grandes nomes da moda, algo inimaginável até então. O lado mais positivo, todavia, foi a alavancada na autoestima. Há dois anos, ela deu início a uma transição capilar e botou o crespo pra jogo, assumindo-se como mulher negra e empoderada.

A mudança interior refletiu no lado de fora, e ela se destoou do modelo de beleza padrão, muitas vezes ainda imposto pela sociedade: o de mulheres brancas, com cabelos lisos e compridos. Aliás, Lidiane é um camaleão nesse quesito. Ela já teve os fios alisados, alongados, com tranças e até raspados. E foi justamente com as madeixas naturais que ela desbancou as outras candidatas ao título de Miss Contagem.

“Quando nos aceitamos, é algo libertador. Foi a melhor coisa que fiz na vida. Hoje, virei influenciadora digital nas redes sociais,



O acesso ao mundo da moda despertou em Lidiane o desejo de se assumir como mulher negra e empoderada, e foi com as madeixas naturais que ela desbancou as candidatas ao título de Miss Contagem

“Não é só porque ganhei um título que vou deixar de batalhar. Quero que as pessoas me vejam como quem corre atrás dos sonhos.”

Lidiane Francielly

e as pessoas que se espelham em mim e na minha história também estão deixando o cabelo natural. É muito satisfatório ser uma boa influência”, avalia a atleta e modelo.


VIDA CORRIDA

Embora considere 24 horas pouco tempo para fazer tudo o que precisa em um dia, Lidiane não vê problema em conciliar o atletismo com a moda. Isso porque a prioridade dela está bem definida:

o esporte. Mas, para quem está acostumada a acelerar e a se superar sempre, uma pitada a mais de desafio não é problema.

“Acho que todo mundo, quando quer muito uma coisa, dá um jeito de conseguir. Este está sendo um ano para eu focar, é tudo ou nada, e vou dar meu melhor”, finaliza Lidiane, ressaltando que ainda está em busca de patrocínios tanto para as competições como atleta quanto para o concurso de Miss Minas Gerais. ■

Pais violentos,



Exemplos dados pelos pais têm efeitos na formação da personalidade das crianças e dos adolescentes, tanto positiva quanto negativamente. Especialistas chamam a atenção para os detalhes.

Paulo Werner

filhos o quê?

Arquivo Pessoal

Iêva Tatiana

O telefone toca, e a mãe pede ao filho para dizer que ela não está. A filha encontra um objeto perdido, e o pai não insiste para que ela devolva. Os pais são viciados em *junk food*, mas exigem que as crianças comam legumes e verduras. Todas essas situações, muito comuns em nosso dia a dia, talvez pareçam inofensivas quando listadas em poucas linhas ou analisadas isoladamente, mas, na prática, podem gerar vários problemas na formação da personalidade dos filhos.

Segundo a psiquiatra da infância e da adolescência e secretária do Departamento de Psiquiatria Infantil da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), Ana Christina Mageste, aquele velho ditado “a palavra convence, mas o exemplo arrasta” é verdadeiro, porque é justamente nas ações rotineiras que estão as maiores lições para os jovens, sobretudo na fase em que a consciência do certo e do errado e do pode e do não pode está começando a se desenvolver, por volta dos 4 ou 5 anos.

“Nessa idade, a criança já distingue os ensinamentos, internaliza o que falamos com ela. A consciência propriamente dita, ela passa a ter aos 6 ou 7 anos. A essa altura, se uma pessoa próxima morre, por exemplo, já é possível entender que ela foi embora e não vai mais voltar”, diz Ana Christina.

Por essa razão, uma das situações mais delicadas e preocupantes nesse estágio é a dos filhos que testemunham episódios de violência doméstica. De acordo com a psiquiatra, tais cenas são muito pesadas, difíceis de lidar e exigem um cuidado ainda maior na abordagem, porque é bastante comum as crianças negarem ter visto alguma coisa, por medo de represálias ou do que poderá acontecer com o agressor — já



“É uma obrigação da sociedade combater essa cultura machista ainda tão generalizada.”

Ariadne Elloise Coelho, delegada de Atendimento à Mulher de Betim

437 MIL
casos de violência
doméstica e familiar
contra mulheres foram
registrados nos últimos
três anos em Minas

2 HORAS
por dia é o máximo de
tempo em que crianças de
10 A 12 ANOS
devem ficar com eletrônicos

que, muitas vezes, existe uma relação de afeto com ele.

Pensando-se em longo prazo, as agressões físicas e verbais presenciadas pelos filhos podem ter um efeito ainda mais nocivo: o de formar novos adultos violentos. “Isso aumenta as chances de termos uma pessoa com dificuldades nas relações pessoais e na vida afetiva. Normalmente, o menino torna-se um homem agressivo, porque ele já viu isso acontecer em casa sem o menor problema. É algo que foi banalizado para ele, principalmente quando não há denúncia”, ressalta a psiquiatra.

LARES VIOLENTOS

Esse tipo de mau exemplo é ainda mais alarmante diante das estatísticas apresentadas pela Secretaria de Estado de Segu- ➤



rança Pública de Minas Gerais (Sesp-MG). Somente nos últimos três anos, foram registrados mais de 437 mil casos de violência doméstica e familiar contra mulheres em todo o Estado – 2.241 por dia.

Na Região Integrada de Segurança Pública (Risp) 2 – que inclui Betim e outros municípios da região metropolitana de Belo Horizonte –, o número de vítimas chegou a 36.402 no mesmo período. De 2016 para 2018, houve um aumento de 4,66% nos registros, conforme divulgado pela Sesp-MG. Embora não haja um recorte desses dados que indique em quantos

casos havia a presença de crianças, sabe-se que elas estão em muitos deles.

A titular da Delegacia Especializada de Atendimento à Mulher de Betim, Ariadne Elloise Coelho, chama a atenção para o impacto que essas ocorrências provocam e ratifica a avaliação da psiquiatra da ABP. “A violência contra a mulher atinge a família toda, sobretudo as crianças. Cria-se uma situação de trauma, e, às vezes, elas nem sabem explicar o porquê de terem determinados tipos de comportamento. Os pequenos se acostumam ao meio violento e tendem a achar que ele é natural.

Veem o pai agredindo a mãe e começam a replicar aquilo no dia a dia, seja chutando um cachorro na rua, seja batendo no coleguinha da escola”, enfatiza a delegada.

Pela experiência profissional, Ariadne afirma que é preciso haver, acima de tudo, uma mudança cultural, para que esse contexto violento deixe de ser tratado como algo normal e possa ser combatido, especialmente entre os jovens que ainda estão na fase de desenvolvimento da moral e do caráter.

Outro aspecto destacado pela delegada é a importância de os pais ou outros res-



MANUAL DE ORIENTAÇÃO

Recomendações nos cuidados com as crianças

- Monitorar rigorosamente o tempo de exposição às telas de smartphones, tablets e computadores, de forma que a soma não ultrapasse o limite recomendado
- Programar os dispositivos para acesso apenas a conteúdos de qualidade
- Incentivar atividades físicas diárias e o contato com a natureza
- Conversar sobre valores familiares e regras de proteção social para o uso saudável, crítico, construtivo e pró-social das tecnologias usando a ética de não postar qualquer mensagem de desrespeito, discriminação, intolerância ou ódio
- Evitar a exposição e a glamourização das “bebedeiras” nas festas de família e a noção errônea de que beber cedo é motivo de alegria e orgulho para os pais
- Reforçar o papel supervisor, orientador e legal dos pais, estabelecendo limites e regras de convívio familiar e servindo como modelos referenciais entre as gerações

Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria

ponsáveis legais – “não trabalhamos mais com o formato de família de comercial de margarina”, ela salienta – dedicarem um tempo maior e de qualidade às crianças.

“Hoje, vivemos uma situação problemática de não haver diálogo, de não se transmitir confiança aos filhos. Percebemos que, mesmo quando não há ameaça direta, os jovens vítimas de abusos sexuais têm medo e vergonha de relatarmos o que aconteceu. É preciso conversar e explicar que eles não podem ser tocados e que, se isso ocorrer, devem contar sem se sentirem culpados”, diz Ariadne. >>>

Arquivo Pessoal



“A criança geralmente diz que quer ser o mesmo que o pai ou a mãe, porque tem identificação. Se não for assim, onde ela vai aprender?”

Ana Christina Mageste, psiquiatra da infância e da adolescência

PROBLEMAS CONTEMPORÂNEOS

A questão dos crimes sexuais cometidos contra crianças e adolescentes passa também pelo acesso à internet, uma janela de múltiplas possibilidades que merece atenção especial dos responsáveis. A psiquiatra Ana Christina lembra que, até certa idade, os jovens não têm maldade para policiarem o que falam e acabam repassando informações pessoais a pessoas mal-intencionadas. “Em nosso mundo conectado, temos que ter ainda mais cuidado com a pedofilia. É preciso orientar e vigiar”, pontua.

E, por falar em tecnologia, a médica aponta outra cena comum de se ver, hoje em dia, e que tem gerado sérios problemas: a iniciação precoce no mundo digital. De acordo com a psiquiatra, entregar tablets e smartphones nas mãos de crianças muito pequenas é um erro cometido pelos pais — muitas vezes, na intenção de acalmar e/ou distrair os filhos — que tem causado dificuldades de convívio social e familiar.

O efeito observado é o de crianças muito agitadas e até com diagnósticos de Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), que pode resultar em baixa autoestima, relaciona-



mentos problemáticos e problemas na escola. A recomendação dos pediatras é para que até os 2 anos seja evitado esse tipo de distração.

“Crianças de 10 a 12 anos devem ficar, no máximo, duas horas por dia com eletrônicos. Acho um absurdo ver bebês mexendo em tablets. É nessa fase que eles aprendem a falar e a interagir com outras crianças. Os pais podem até colocar a ‘Galinha Pintadinha’ para os filhos assistirem, o que é diferente de deixá-los por conta de joguinhos nos aparelhos”, exemplifica Ana Christina.

DOIS EXTREMOS

Os excessos na criação dos filhos

também podem atrapalhar mais do que ajudar. Errar a mão na dosagem da proteção, por exemplo, é um dos caminhos que levam a criança a se sentir insegura e dependente dos pais, sem autonomia para fazer as próprias escolhas, conforme apontado pela psiquiatra da ABP. Ficar muito em cima e ser severo demais resultam em medo de repreensão e em receio de conversar. “E tem situações que exigem diálogo. O pai e a mãe têm que estar ali para ouvir, mas sem parecerem coleguinhas. É importante dar liberdade, não libertinagem”, alerta a médica.

Já a ausência de controle dos pais que deixam os filhos muito livres pode ser ainda mais danosa, na avaliação da psi-



quiatra, porque leva à falta de educação e de limites, bem como à falsa ideia de que é possível ter tudo o que se quer. “É muito importante que as crianças tenham horários para dormir, acordar e

almoçar. Uma hora antes de se deitarem, devem parar de mexer com eletrônicos para se evitarem distúrbios do sono e, conseqüentemente, do crescimento”, elenca Ana Christina.

BRINCADEIRA SÉRIA

Em Fortaleza (CE), no Nordeste brasileiro, o humor tem sido um importante aliado no combate à violência doméstica há quase quatro décadas. Desde 1981, quando »



BR 381 KM 434 (em frente ao Metropolitan Shopping) BETIM - MG

(31) 3531-3025 / 3531-2424

Fazemos Entregas

- Produtos Agropecuários
- Linha PET
- Butique Country
- Produtos de Piscina
- Inseticidas
- Defensivos Agrícolas



“Quero que os associados vejam que um corno pode estar em qualquer lugar, inclusive na revista, mas não em um presídio. Então, nada de agredir mulheres.”

José Maria Nascimento, presidente da Associação dos Homens e das Mulheres Mal-Amados do Ceará



Associação no Ceará usa o humor como aliado no combate à violência doméstica, acolhendo pessoas traídas em relacionamentos amorosos e mostrando que a agressividade não é resposta para nada

foi fundada, a Associação dos Homens e Mulheres Mal-Amados do Estado do Ceará busca acolher pessoas que foram traídas em relacionamentos amorosos e mostrar que a agressividade não é resposta para nada.

Segundo o presidente, José Maria Nascimento (mais conhecido como Zé Maria), a entidade tem, hoje, aproximadamente 35 mil associados no país, todos devidamente registrados e com carteirinhas. Para quem se pergunta qual a vantagem em ser assumidamente traído, ele lista algumas: sessões com psicólogo a preço popular (R\$ 50), descontos em reboque de veículos, em clínicas médicas e em lojas de autopeças, calçados, artigos infantis e baterias.

Em troca desses benefícios, a associação cobra uma mensalidade de R\$ 4,99. Ela também disponibiliza o “Disk Corno” para quem quer desabafar ou até mesmo precisa de uma carona para sair ou voltar para casa.

“O intuito é mostrar que os homens podem até ser traídos, mas não têm que ser violentos nem matar mulheres por isso. Eles podem muito bem se separar e seguir a vida ou perdoar e continuar a relação”, afirma Zé Maria, ressaltando que agressores não são bem-vindos ou sequer aceitos no grupo.

TÁTICA ASTUTA

A fim de preservar a identidade dos associados e de evitar constrangimentos e situações embaraçosas com homônimos, a associação trata todos por apelidos, conforme informado pelo presidente. Outra estratégia destacada por ele é a abordagem, que precisa ser sutil. “Tenho que me apresentar como um corno, como o presidente que sou. Aí, a pessoa traída se identifica comigo. É ela que tem que se acusar, entregar-se e me contar a própria história. Não posso obrigar ninguém a falar; precisa ser algo espontâneo”, pontua.

Apesar de existir há 38 anos na capital cearense, a associação ainda é vista por muita gente como uma brincadeira, mas Zé Maria garante que a sátira — que já começa no nome — é apenas uma ferramenta para quebrar a cultura machista que ainda existe na sociedade: “Eu não posso chegar sério, tenho que fazer a abordagem com humor. Depois é que a pessoa vai entender a seriedade da iniciativa”. ■

ERROS COMUNS COMETIDOS PELOS PAIS

COMPETIR COM OS FILHOS

Querer ter o mesmo corpo, frequentar os mesmos locais e ter os mesmos amigos. “Muitos adolescentes se queixam disso comigo. Estou falando de competição, sedução, do culto ao corpo lindo. As pessoas estão demorando muito a amadurecer, dando mais importância ao que é bonito e de marca, e não aos valores que os pais têm que passar aos filhos”, diz a psiquiatra da infância e da adolescência Ana Christina Mageste.

INCENTIVAR O CONSUMO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS

Perguntar se criança quer provar ou mesmo achar engraçadinho que ela se interesse ou beba, ainda que seja apenas em casa, sob a supervisão de um responsável. “Isso não pode acontecer. É a lei do exemplo, e, nesse caso, ele é negativo, porque faz com que a criança pense que é normal, já que papai e mamãe fazem”, diz a psiquiatra.

ALEGAR QUE NÃO ESTUDOU, MAS CONSEGUIU GANHAR DINHEIRO MESMO ASSIM

“Vivemos outra época, na qual o estudo é primordial. Ser estudioso precisa ser apresentado como uma virtude” afirma.

FACILITAR O ACESSO AO DINHEIRO

Para Ana Christina, a educação financeira deve começar desde cedo, com o pagamento de uma mesada e orientações sobre como gastá-la da melhor maneira. “Assim, damos autonomia e responsabilidade às crianças. Mas é óbvio que, se elas ficarem sem dinheiro antes da hora, os pais não têm que dar mais”.

PREVENIR

PROTEÇÃO VEICULAR

www.prevenirpv.com.br



REDE DE AMIGOS EM BENEFÍCIO COLETIVOS
Só aceitamos por indicação

ASSISTÊNCIA E BENEFÍCIOS

ROUBO
COLISÃO
CAPOTAMENTO
PANE SECA
REBOQUE KM ILIMITADO
CHAVEIRO

HOTEL
FENÔMENOS DA NATUREZA
CARRO RESERVA
TRANSPORTE ALTERNATIVO
PNEU FURADO

PANE ELÉTRICA
PANE MECÂNICA
VIDRO
RASTREAMENTO 24 HORAS
TRIAGEM ANTI FRAUDE
EQUIPE PRONTA RESPOSTA

Betim (31) **3511-7426**

BR 381, KM 493, LOJA 05 - POSTO DOS PAMPAS
BETIM INDUSTRIAL - BETIM / MG

‘PERDEMOS

Comunidades das tribos indígenas que vivem às margens do rio Paraopeba, atingido pela lama de rejeitos de minério de ferro da barragem que se rompeu em Brumadinho, também são vítimas da tragédia, já que não podem mais usar a água do manancial, elemento considerado sagrado por eles, com o qual alimentavam o corpo, a mente e a alma. Indígenas sofrem com perda, mas se agarram à esperança de que um dia voltarão a ver as águas do manancial límpidas.



A PAZ'

Sara Lira

“Perdemos um parente, parte do nosso corpo”. Assim o cacique Hayó, de 28 anos, da tribo Naô Xohã, define a contaminação do rio Paraopeba pelos rejeitos de mineração que vazaram da barragem I, da mina de Córrego do Feijão, em Brumadinho, na região metropolitana, em janeiro. A comunidade das etnias Pataxó e Pataxó Hã Hã Hãe fica em São Joaquim de Bicas, cidade vizinha, a cerca de 22 km, às margens do trecho do Paraopeba afetado pela massa tóxica da atividade minerária. Outra aldeia, a Kamakã Grayra, em Esmeraldas, na mesma região também pode ter sido afetada, segundo a Funai. No total, ao menos 305 km do manancial foram impactados pela lama de minério.

A aldeia Naô Xohã está em São Joaquim de Bicas há dois anos e usava as águas do manancial para pesca, de onde saíam, segundo o cacique, pias, traíras e cascudos, que serviam para alimentar as 27 famílias, totalizando 130 moradores. Eles também tomavam banho, lavavam utensílios e roupas e, principalmente, realizavam rituais religiosos usando a água do manancial.

O cacique explica que, na crença pataxó, o povo foi criado por Niamissun (deus), a partir de uma gota d'água. “A gente entrava na água e sentia a energia no corpo. É muito triste. Perdemos a paz”, destaca Hayó.

A relação dos povos indígenas com os elementos da natureza é profunda, pois eles têm papel fundamental na tradição cultural e religiosa dessas comunidades, conforme afirma o coordenador regional substituto da Fundação Nacional do Índio (Funai) em Minas Gerais e Espírito Santo, Jorge Luiz de Paula: “Eles entendem que a mata e o rio são sagrados”, diz.

MEDIDAS

Como os indígenas não podem mais pescar, a Vale, proprietária da barragem que se rompeu, tem doado carne para os membros da aldeia, mas eles temem que a doação não dure por muito tempo. E, como a água do rio se tornou inutilizável para eles, a Copasa disponibilizou à comunidade água encanada para serviços domésticos e higiene pessoal. Para consumo, eles têm recebido galões de uma igreja >>>



Ritual que os indígenas fazem de adoração à natureza e também de boas-vindas aos que visitam a comunidade, como a reportagem da Mais

católica da região, pois, segundo Hayó, a água da Copasa estava causando problemas de saúde, como diarreia.

A lama de rejeitos de Córrego do Feijão deixou sequelas também na vida econômica da comunidade. É que uma das principais formas de geração de renda da aldeia Naô Xohã é o artesanato. Usando sementes, galhos de árvores, folhas de palmeiras, entre outros elementos naturais, os índios produzem colares, pulseiras, colheres de pau, gamelas e apitos, e quase tudo era comercializado para turistas que a tribo recebia antes da tragédia. De acordo com Hayó, após o desastre, o número de pessoas que chegam diminuiu drasticamente, e ele lamenta: “Não queremos viver de doação, queremos viver do trabalho vindo do nosso braço”.

O coordenador da Funai complementa que o desastre interferiu no projeto de vida da comunidade, que tinha interesse em se constituir como uma referência para a região com a venda de artesanato. “Todos esses planos foram comprometidos”, afirma.

A defensora pública do Estado de Minas Gerais Carolina Morishita tem acompanhado os moradores da aldeia Naô Xohã e conta que está criando um vínculo de comunicação constante para que eles saibam a quem denunciar caso sofram alguma violação de direitos. Carolina diz que eles se sentem desrespeitados pela Vale enquanto etnia indígena. “Isso é uma das maiores angústias deles atualmente”, pontua ela.



Tragédia destruiu projeto de vida da comunidade indígena em Bicas, que tinha interesse em se constituir como referência na região com venda de artesanato

ROMPIMENTO DA SAMARCO TAMBÉM IMPACTOU INDÍGENAS

O desastre em Brumadinho não foi o primeiro que impactou a vida de comunidades indígenas. Em 2015, com o colapso da barragem de Fundão, da Samarco – empresa da qual a Vale é acionista –, os Krenak, que vivem no distrito de Resplendor, também sofreram com a contaminação do rio Doce. Foram atingidos ainda os povos Tupiniquim e Guarani, no Espírito Santo.

Segundo o representante da Funai em Minas Gerais e no Espírito Santo, Jorge Luiz de Paula, até hoje a Vale executou apenas medidas emergenciais, como disponibilizar caminhões-pipa para abastecimento de água. “Estamos tentando abertura para medidas estruturantes, que resgatam a capacidade produtiva e econômica da comunidade, além de indenizações”, afirma. “Isso mostra como o processo de reparação dos danos na bacia do rio Doce tem sido demorado”, diz o procurador da República Edmundo Antônio Dias, que acompanha a situação.

SITUAÇÃO É ACOMPANHADA PELO MPF

O Ministério Público Federal (MPF) e a mineradora Vale, com a participação da Funai, fecharam um Termo de Ajuste Preliminar Extrajudicial (TAP-E) que assegura direitos aos indígenas atingidos pela tragédia em caráter emergencial. A assinatura ocorreu no dia 5 de abril.

De acordo com o procurador da República, Edmundo Antônio Dias, o termo garante assessoria técnica independente, escolhida pela comunidade, para auxiliar nas negociações com a mineradora durante o processo de reparação. O TAP-E também prevê o recebimento mensal, por parte dos indígenas, de um salário mínimo por 12 meses por adulto, de meio salário por adolescente (12 a 18 anos) e de um quarto por criança (menor de 12 anos), além de uma cesta básica por núcleo familiar.

O termo determina ainda a oferta de um plano de atendimento à saúde dos índios afetados, que a Vale terá que articular com a Secretaria Especial de Saúde Indígena (Sesai). A mineradora deverá disponibilizar ao menos um enfermeiro, um profissional de saúde mental e um antropólogo para a comunidade.

Em nota, a Vale reafirmou os termos do acordo e reiterou que respeita as tribos indígenas e que “busca manter diálogo transparente e aberto com essas comunidades e as entidades públicas”.

“O rio era bonito. Agora, não dá mais para fazer o que fazíamos”, lamenta.

GOTAS DE ESPERANÇA

Diferentemente da maioria, o pai do pequeno, Tehé, de 35 anos, acredita na regeneração do rio Paraopeba. “Estamos lutando para que nossos bisnetos e tataranetos usufruam dessa água. Continuamos aqui para o rio saber que não vamos desistir”, afirma, referindo-se ao significado espiritual que o local tem para os pataxós. “É muito difícil ver o rio nessa situação. Ele estava vivo. Sempre zelamos por ele”, completa a indígena Tanara, de 36 anos.

Para Angohó, de 53 anos, mulher do cacique, a expectativa é que o manancial se regenere e um dia possa ser usado novamente pelas futuras gerações. Para isso, a comunidade realiza um ritual três vezes ao dia para “curar” o rio. “Nós nos preocupamos com o futuro de nossa cultura. Tenho esperança. Não vou poder ver o rio curado, mas creio que a crianças, sim”, diz ela. “A Vale quebrou nossos galhos, »

O cacique Hayó comenta que também as crianças têm sofrido com a quebra da tradição de uso do rio, onde elas brincavam muito. Segundo ele, quando chove, a água fica aparentemente límpida por

cima, e os pequenos pedem para brincar, mas os adultos não permitem porque sabem que o líquido está contaminado. O pequeno Tihi, de 8 anos, sente falta das danças que ele e os amigos faziam no rio.



Glück



Um **NOVO CONCEITO**
em loja de carros
seminovos e OKM
PARA VOCÊ!



Entrada no cartão de
crédito em até 10X

Financiamento em até
60x com ótimas taxas

Garantia
de procedência

www.betimcar.com.br

31 3787.0717 ☎ 31 99136.5484 📞

Rua Maria Vidigal Moreira, 121 | Jardim Da Cidade | Betim | Minas Gerais

mas não nossas raízes”, destaca Angohó, que é liderança na área e irá representar os povos indígenas em um evento da Organização das Nações Unidas (ONU) em Genebra, na Suíça, em julho.

ESMERALDAS

Ao longo dos mais de 300 km do rio Paraopeba afetados pelo desastre, outra comunidade indígena também lamenta a morte do manancial. Trata-se da aldeia Kamakã Grayra, do povo Pataxó Hã Hã Hã, em Esmeraldas, também na região metropolitana. De acordo com a cacique Marinalva Exina, cerca de 70 indígenas moram no local, atualmente pertencente à Fundação Educacional Caio Martins (Fucam).

Ela conta que a comunidade usava o rio para a pesca e para rituais religiosos, de adoração às águas e à natureza. Banho, eles não tomavam, pois, no trecho em que moram, a correnteza é mais forte: “Toda a nossa tradição é feita à beira dos rios. É uma perda muito grande”.

A comunidade ainda não foi reconhecida como afetada pela tragédia do rompimento da barragem. Por isso, os índios que ali vivem dependem de doações, principalmente de carne, já que não conseguem obter o próprio sustento do rio mais. Segundo Jorge Luiz de Paula, a fundação está reunindo informações para encaminhar aos órgãos competentes o requerimento da inclusão deles na lista dos atingidos.

RECUPERAÇÃO DO PARAOPEBA

De acordo com o Instituto Mineiro de Gestão das Águas (Igam), desde o fim de março não são constatados índices de metais pesados, como chumbo, em níveis superiores aos estabelecidos pela legislação no rio Paraopeba. O manancial é acompanhado e monitorado periodicamente por órgãos como o Igam, a Copasa, a Agência Nacional das Águas (ANA) e a Companhia de Pesquisa de Recursos Minerais (CPRM), além da própria Vale.

Em comunicado divulgada pela mineradora no dia 5 de junho, a empresa afirma que acredita na recuperação do rio. Segundo a Vale, alguns pontos do rio já começam a voltar à condição original, concentrando a área com maior turbidez a até 40 km da estrutura colapsada.



O pequeno Tihi, de 8 anos, joga pedras no rio, única brincadeira que ele e os amigos conseguem fazer hoje; antes, adoravam mergulhar



“A Vale quebrou
nossos galhos, mas
não nossas raízes.”

**Angohó, liderança na tribo Naô Xohã,
que vai representar os povos
indígenas em evento da Organização
das Nações Unidas (ONU)
em Genebra, na Suíça, em julho**

“Uma das certezas de que o rio pode ser recuperado veio dos testes de ecotoxicologia, que medem os efeitos dos elementos químicos em organismos sensíveis a alterações ambientais, presentes ao longo da bacia do Paraopeba e do rio São Francisco. Até agora, foram realizadas 6.000 análises, e os técnicos não detectaram alteração aguda em nenhuma das

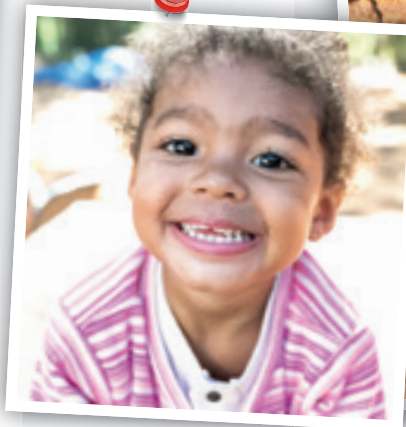
amostras. A toxicidade crônica ficou restrita à região do rompimento e aos primeiros 40 km do Paraopeba”, diz texto da Vale.

Segundo a diretora do Igam, Marília Carvalho de Melo, há a tendência de recuperação e da possibilidade de utilização do rio em médio prazo. Mas, por enquanto, o uso das águas permanece proibido. “Atualmente, a situação é bem diferente do primeiro período. Os dados mostram isso, mas claro que ainda, por medida de segurança, continuamos com o uso da água suspenso”, orienta.

Atualmente, conforme Marília, a pluma de rejeitos permanece no reservatório da Usina de Retiro Baixo, em Pompéu, localizada em uma região do Paraopeba anterior à usina de Três Marias e ao rio São Francisco. ■

A ESPERANÇA DE UM FUTURO COM O RIO

Fotos: Sorala Marzano



Alerta para a cinomose

Época de baixa umidade do ar favorece transmissão da cinomose entre cães. Causada por vírus, doença é bastante letal e só pode ser evitada com vacinação correta.

Iêva Tatiana

As estações frias e secas do ano são conhecidas pelo aumento do número de casos de doenças respiratórias, principalmente em crianças. Pouca gente sabe, no entanto, que o outono e o inverno também são preocupantes para a medicina veterinária porque facilitam a propagação da cinomose.

Soraia Marzano

Princesa, de 7 anos, tem sequelas da cinomose, que provavelmente contraiu na rua, de onde foi resgatada por Fabiane Rodrigues



Causada por um vírus conhecido como CDV (do inglês *Canine Distemper Virus*), a patologia afeta sobretudo os cães – mas também pode ocorrer em raposas, lobos, gatos domésticos e selvagens, leões e tigres – e é considerada uma das mais temidas e nocivas, com alta taxa de mortalidade, especialmente nos casos de diagnóstico tardio.

A veterinária Lucíola de Almeida explica que a doença é multissistêmica, ou seja, afeta vários tecidos e órgãos do animal. Daí a importância de o tratamento começar na fase inicial. Segundo ela, os sintomas mais comuns e que merecem atenção imediata são apatia, perda de apetite, diarreia, vômito, febre, tosse, secreções nos olhos (remela em grande quantidade), secreções nasais purulentas, convulsões, paralisia, tiques nervosos e falta de coordenação das patas, principalmente as posteriores. “Os sintomas podem aparecer isolados, só os respiratórios ou só os nervosos, por exemplo, ou vários deles ao mesmo tempo”, detalha.

De acordo com a veterinária, pelo fato de a manifestação da doença não ser padronizada, é muito comum as pessoas demorarem a procurar atendimento para os cães – por ignorarem algum sinal ou por acreditarem não se tratar de nada sério –, um erro que pode ser fatal.

TRISTE EXPERIÊNCIA

No fim de 2017, Maylon, um cão da raça Golden Retriever, não resistiu às complicações da cinomose e acabou morrendo uma semana depois de apresentar os primeiros sintomas. Naquela época, a tutora dele, Naiara Mendes, de 21 anos, ainda não conhecia a doença e se assustou com a gravidade dela. “Foi muito triste. Não desejo a ninguém passar por isso”, diz.

A história dos dois começou no início daquele ano, quando o animal foi visto pela primeira vez nas proximidades da casa dela, no bairro Jardim Petrópolis, em Betim. Por ele ser um cachorro de raça, Naiara acreditava que Maylon tivesse dono, mas, depois de perceber que o animal não saía de lá, resolveu adotá-lo.

“Ele estava bem-cuidado. Então, pensei que fosse vacinado. De qualquer forma, não ia mais deixar que fosse para a

A veterinária Lucíola de Almeida diz que a vacina contra a cinomose é 100% eficaz, protegendo o cão três semanas após a terceira dose; a versão importada, que ela considera melhor, custa cerca de R\$ 60



rua, por precaução. Mas, em um dia que não tinha ninguém em casa, ele se assustou por causa de um jogo entre Cruzeiro e Atlético e fugiu com meu outro cachorro”, conta Naiara, referindo-se a Lost, um cão sem raça definida (SRD).

Uma semana depois, Maylon reapareceu sozinho, deprimido e sem apetite e, em poucos dias, perdeu o movimento das patas. “Ele ficou internado e chegou até a melhorar um pouco com o tratamento, mas passou a ter crises convulsivas, e o sistema nervoso foi muito afetado. Quando descobrimos a doença, ele já estava muito ruim”, lamenta Naiara, que chegou a pensar que a tristeza do cão fosse apenas saudade do companheiro dele, que nunca mais foi visto.

O trauma vivido com o Golden serviu como lição. Hoje, ela tem outros dois cães, o Border Collie Johnny e o SRD Lion, com

os quais tem o maior cuidado na prevenção da cinomose.

RECUPERAÇÃO COMPLEXA

A transmissão da doença ocorre pelo contato com as secreções de um animal doente. Já o diagnóstico é feito por meio de exames primordiais, de acordo com Lucíola: hemograma, teste rápido (coleta de secreções nasal e ocular, além da urina) e o da Proteína C Reativa (PCR), sendo o último o mais preciso.

O tratamento, por sua vez, não é específico para a cinomose, mas, sim, de suporte, direcionado a limitar infecções bacterianas secundárias e a amenizar as sequelas que a doença pode deixar. “Tiques nervosos e convulsões, temos meios de controlar, com acupuntura e anticonvulsivantes, permitindo que o cão tenha qualidade de vida e não sinta



Princesa tem como companheiro o cão Xiliu, de 10 anos e também SRD resgatado pela tutora deles, Fabiane Rodrigues

dor. Em cada um, vai ser de um jeito; nunca é igual para todos”, ressalta a veterinária.

A vendedora Fabiane Rodrigues, de 33 anos, sabe bem disso. Cinco anos atrás, ela resgatou uma cadelinha SRD bastante amuada perto da casa dela, no bairro Tropical, em Contagem. O animal estava magro e extremamente debilitado, sem conseguir andar nem se mexer direito. Uma experiência ruim com outro cachorro, há uma década, logo despertou a suspeita – e o medo – de cinomose, mas a doença foi descartada na primeira clínica veterinária pela qual o bichinho passou.

Ainda desconfiada, Fabiane procurou Luciola, que confirmou um quadro grave da patologia. “Começamos com a medicação, e ela milagrosamente reagiu. Sobreviveu, mas ficou com sequelas: não anda e precisa usar

fralda. Fizemos fisioterapia, porém outros problemas de saúde acabaram atrapalhando a recuperação dela”, diz a tutora da cadelinha, que foi batizada de Princesa.

Apesar de precisar fazer uso contínuo de medicamentos e de ter um pouco de dificuldade para se deslocar (ela não se adaptou à cadeira de rodas), a cadela leva uma vida normal e, inclusive, segundo a Fabiane, é bem levada. Com cerca de 7 anos, Princesa brinca, come ração e bebe água sozinha, arrasta-se pela casa, alcançado o sofá, para destruí-lo. “Acho que ela é uma gata em pele de cachorro, porque parece ter sete vidas. Venceu a cinomose, já teve doença do carapato e infecções urinárias, precisou de transfusão de sangue e segue firme e forte”, diz a tutora, que já perdeu o Pastor-Alemão Nem, de 12 anos, para a doença.

PREVENÇÃO ACESSÍVEL

As histórias do Maylon e da Princesa poderiam ter desfechos bem diferentes – e, com certeza, mais felizes – se uma medida muito simples tivesse sido adotada: a vacinação. Luciola diz que a imunização é 100% eficaz, desde que seja corretamente aplicada, e, geralmente, é indicada a partir dos 45 dias de vida do animal.

Segundo a veterinária, três semanas após a terceira dose o cachorro já está protegido da doença, mesmo se tiver contato com o vírus. E o preço é baixo se comparado ao tamanho do benefício. “Eu trabalho com uma vacina importada, que custa, em média, R\$ 59”, informa a profissional, destacando que, sem vacinação, os casos de cinomose não vão diminuir. ■



SEU ESPAÇO COMPLETO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL!

Aqui você encontra um amplo cardápio de saladas, massas, omeletes, waffles, caldos, sucos, sobremesas, bolos e muito mais! Tudo preparado em nossa cozinha, com ingredientes selecionados e frescos.

Além disso, em nossas prateleiras, você encontra uma imensa variedade de produtos. Alimentos lowcarb, sem glúten, sem lactose, congelados, doces sem açúcar, suplementos e mais de 100 opções à granel.

Vem ser saudável! Vem pro Mercado Verde!

@mercadoverde_naturais



Para a sua comodidade, temos DELIVERY.

31 3532.7547 • 97360.5585

Av. Edméia Mattos Lazzarotti . 2610 . Ingá Alto . Betim . MG

Repaginada no queridinho dos mineiros

Fotos: Soraia Marzano

Empresário veterano se aliou a uma moçada betinense para conhecer e preparar cafés especiais em um ambiente propício para a criação de boas ideias – Jefi's Cafeteria, inaugurada há quase três meses em Betim, na rua do Rosário



Inaugurada há menos de dois meses em Betim, Jefe's Cafeteria busca incrementar o cafezinho nosso de cada dia com grãos especiais do Sul de Minas

Iêva Tatiana

Mais do que agradar ao paladar, essa turma quer oferecer combustível para boas ideias. E foi com essa proposta que o veterano José Arnaldo Nocera Júnior, de 54 anos – um paranaense radicado em Betim –, uniu-se a uma moçada local e inaugurou a Jefe's Cafeteria no município da região metropolitana de Belo Horizonte, no fim de maio último.

Com experiência no segmento da época em que morava em Curitiba (PR), Nocera buscou inovar no atual empreendimento, começando pelos três sócios: Emanuel Henrique Horta, de 17 anos; Fyamma Carolina Soares, de 18; e Isabela Cristina Benjamin Castro, de 20. Somando características, ideias e talentos individuais, o quarteto cujas iniciais dá nome ao estabelecimento aposta nessa mistura para levar sabores diferenciados aos consumidores.

“Procurei pessoas comprometidas com o negócio, não funcionários. Por isso, fiz a todos uma proposta de sociedade e montei uma equipe bem jovem. Estudamos bastante para saber como funcionam os cafés especiais, quais são os tipos, métodos de preparo”, relembra ele.

MADE IN MINAS

O empresário foi bancário em Curitiba e, depois de ser demitido, montou uma cafeteria perto da instituição financeira em que trabalhava para atender aos antigos colegas. Infelizmente, o movimento caiu, e ele se viu obrigado a fechar as portas. Em vez de vender os equipamentos, Nocera – que, a essa altura, já tinha se



Além de cafés especiais, cujos grãos vêm do Sul de Minas, espaço tem bolos, tortas, pães e cervejas artesanais

mudado para Betim, terra natal da esposa dele – pediu ao irmão que mandasse tudo para a nova cidade.

Enquanto amadurecia a ideia de abrir um novo negócio, ele conheceu um empreendedor do ramo, em Belo Horizonte, que lhe passou dicas de como comprar café diretamente do produtor. “Conseguiamos, então, adquirir um produto especial, muito bom, certificado, lá do Sul de Minas Gerais. Nós compramos o grão verde lá e torramos na capital. Nosso objetivo é apresentar esse café de qualidade aos mineiros. Em Curitiba, conhecemos mais do café de Minas do que o próprio pessoal daqui e encontramos com certa facilidade por lá, o que não acontece na Grande BH”, destaca o empresário.

Por essa razão, os quatro sócios planejam comercializar também o café em pó e em grão, para que os clientes possam ter a experiência de preparar a bebida em casa. “A ideia é ter café de qualidade com um preço relativamente baixo, na comparação com cafeterias convencionais, para que as pessoas saibam apreciá-lo”, salienta.

CARDÁPIO INSPIRADOR

E o plano parece estar dando certo. Com pouco mais de um mês de funcionamento da casa, o público betinense já

elegeu os itens preferidos do cardápio da Jefe's: o mocaccino e o chocolate quente – sobretudo nestes dias de temperaturas amenas do outono e do inverno.

Apesar de o foco estar nos cafés especiais, a cafeteria também serve lasanha, nhoque e filé à parmegiana no almoço, além de bolos, tortas, sanduíches, salgados, sucos e cervejas e pães artesanais.

Outro aspecto que tem agradado aos frequentadores é a decoração. Com o slogan “onde surgem boas ideias”, o espaço oferece conexão Wi-Fi e um enorme sofá para aqueles que querem trabalhar em um ambiente estimulante – e regado a café, é claro!

“A inspiração veio de um vídeo que eu assisti que fala sobre o nascimento das boas ideias e da importância das cafeterias na invenção das coisas. Queremos que aqui as pessoas se sintam em casa para conversar com amigos, trabalhar e ter ideias tomando café”, finaliza José Arnaldo Nocera. ■

SERVIÇO

Jefe's Cafeteria

Rua do Rosário, 507 – Angola
(31) 97121-4650 | @jefiscafeateria

Funcionamento: de segunda-feira a sábado, das 10h às 22h



Evento Keep Spinning, realizado no Clube Chalezinho, na capital, em junho

Agora é pedalar em ritmo pulsante

Essa é a proposta do ciclismo indoor, atividade física que virou febre em academias e reúne centenas de pessoas em aulas que mais parecem festas regadas a muita energia

Sara Lira

Uma modalidade esportiva tem chamado a atenção de quem curte praticar atividade física: o ciclismo indoor, um treinamento em bicicleta em ambiente fechado. Parece o antigo spinning, mas é diferente porque a nova prática usa técnicas mais elaboradas, que acompanham as batidas musicais,

seguindo a rotação do trecho simulado. Além disso, a aula é moldada conforme a necessidade e o nível da turma, como explica a professora de ciclismo indoor Adnara Bruno Siqueira, de 32 anos.

“Temos uma preocupação com a música e com o tipo de treinamento. O ciclismo indoor não busca só o desenvolvimento físico, mas também o equilíbrio da mente, do corpo e

do espírito”, explica a educadora física capacitada pela Ride For Life, que oferece formação para profissionais trabalharem com ciclismo indoor. Ela é a única profissional em Betim com essa especialização.

A atividade gera benefícios como melhora do sistema cardiorrespiratório e da postura, fortalecimento do abdômen e das pernas e, claro, para o emagrecimento - em uma hora de aula, é possível perder cerca de 400 calorias. Esses resultados, Adnara explica, vão variar para cada pessoa e também dependem de uma boa alimentação. “Pensamos no desenvolvimento interno do aluno. Quando ele chega focado em perder calorias, digo para se desconectar, porque isso vai ser o resultado do trabalho”, conta Adnara.

Segundo a professora, não há contraindicações para a prática do ciclismo indoor, e pessoas a partir dos 15 anos podem praticar. Quanto à frequência ideal, ela diz que o aluno “pode fazer até todos os dias se quiser”. “Mas é importante mesclar com a musculação para fortalecer a musculatura, o que ajuda no ciclismo”, salienta.

APROVADO

O ilusionista Evângelos Raftopoulos, de 32 anos, pratica ciclismo indoor três vezes por semana há cerca de dois meses. O início da prática veio após uma mudança de hábitos, que envolveu um estilo de vida mais saudável.

Ele conta que, em pouco, apaixonou-se pelo esporte e já sente os benefícios no corpo e na mente. “Perdi medidas e me sinto mais motivado no dia a dia”, afirma. Ao contrário do que se diz sobre atividade física, que, ao praticá-la, gasta-se energia, na opinião dele, durante as aulas de ciclismo indoor, a pessoa produz energia para fazer outras ações rotineiras. “Não é uma aula entediante, queima bastante calorias e me deixa muito animado”, completa o ilusionista, que faz as aulas com a esposa, Bruna Raftopoulos, de 29 anos.

Já a advogada Kênia Stéphanie Cardoso Silva, de 31, procurou o ciclismo indoor há dois anos para aliviar as dores na coluna. Ela pratica o esporte de segunda a sexta-feira e diz que não sofre mais com dor, além de ter conquistado benefícios para a mente após a prática da atividade. “O que mais gosto é o fato de você entrar para a aula e esquecer tudo que está acontecendo lá fora”, frisa.

MODO MACRO

Anualmente, eventos de ciclismo indoor são promovidos no Estado, reunindo centenas de praticantes da modalidade. Segundo a professora Adnara Siqueira, esses encontros são uma forma de juntar quem gosta de sentir a energia da aula em modo macro. Alguns dos eventos são o Ride Experience e o Bike Theme, ambos em Belo Horizonte, e o Pedal no Cristo, em Pará de Minas, na região Central. “São encontros em que os alunos se socializam, e os professores trocam experiências. É muito bom”, convida Adnara.

Nesses encontros, é usado o mesmo treinamento já praticado na academia. O último aconteceu no dia 8 de junho, no



Adnara Bruno Siqueira é a única educadora física de Betim capacitada para ensinar ciclismo indoor

Clube Chalezinho, o Keep Spinning, que reuniu 146 alunos. Segundo Adnara, 15 professores ministraram as cinco aulas ofertadas – três em cada. Havia também os chamados “professores-sombra”, que ajudam a marcar o ritmo para que os praticantes sigam a cadência de cada música e fiquem com a postura correta. A educadora física Adnara Siqueira conta que, nesse dia, foram ministradas cinco aulas temáticas, cada uma relacionada a um continente do planeta e durando uma hora. ■



Tanganica Art Bar, no Coração Eucarístico, na região Noroeste da capital, é o boteco vencedor da última edição do evento, que, pela primeira vez em 20 anos de história, premiou um prato vegano

Fotos: Bruno Vilela

Para todos os gostos

Pela primeira vez em 20 anos, prato vegano vence o concurso Comida di Buteco, em BH, e abre espaço para a diversidade de paladares

Iêva Tatiana

Rolezinhos empanados de berinjela recheados com funghi e shitake, acompanhados de pururuca e molho madeira veganos. Foi com essa composição que o prato Vegano di Buteco caiu no gosto do público e venceu a 20ª edição do concurso Comida di Buteco, em Belo Horizonte, em maio. Muito mais do que pela vitória em si, o petisco protagoniza um importante capítulo da história do evento por ser o primeiro concorrente sem ingredientes de origem animal a conquistar o título em duas décadas.

O dono da ideia e do boteco vencedor – o Tanganica Art Bar, no bairro Coração Eucarístico, na região Noroeste da capital –, é o jornalista e cozinheiro Ângelo Rafael Telles. Segundo ele, foi preciso uma pitada de loucura para nadar contra a maré das tradicionais opções com carnes. Autodeclarado “meio doído”, ele se dispôs a encarar o desafio depois de ouvir algumas queixas sobre a falta de alternativas para esse público. “O pessoal queria algo novo, e parece que eu captei isso. Neste ano, senti que dava para fazer, e, no grupo de 52 bares [participantes do concurso], tinha que ser eu”, afirma Ângelo.

O mais novo campeão conta que já foi um vegano radical, mas, na vida diária com a cozinha, acabou voltando a comer de tudo. O aprendizado daquela fase da vida, no entanto, ele faz questão de aplicar no preparo dos pratos até hoje. “Tenho uma predisposição para seguir os trâmites que os veganos precisam: evitar usar a mesma panela em que foi preparada uma carne, utilizar utensílios individuais,

“Costumo dizer para as pessoas que eu sou o Chico Buarque dos veganos, porque ele falava da alma feminina sem ser uma mulher propriamente dita, e eu faço e falo de veganismo sem ser vegano no sentido radical do termo.”

“Minha família é carnívora, mas sempre manteve em paralelo uma supervalorização do vegetal. Carrego uma cultura vegana subjacente.”

Ângelo Rafael Telles, vencedor do Comida di Buteco 2019



Criatividade à solta

Neste ano, o Comida di Buteco não determinou um ingrediente obrigatório para todos os pratos concorrentes, como em edições anteriores. Em vez disso, o concurso estabeleceu que todos os petiscos deveriam custar R\$ 20, em alusão aos 20 anos de realização do evento em Belo Horizonte.

não reaproveitar óleo usado em alimentos de origem animal, essas coisas. O prato vegano tem endereçamento, consideração e respeito”, ressalta o cozinheiro.

DEDICAÇÃO CONSTANTE

Apesar da afinidade com o veganismo, Telles confessa que elaborar o Vegano di Buteco foi extremamente desafiador – “até hoje, estou aprimorando o prato”, diz ele – e exigiu muita dedicação ao longo dos últimos sete meses. É que os organizadores do concurso requerem a apresentação da receita participante com bastante antecedência.

Bruno Vieira



Rolezinhos empanados de berinjela recheados com funghi e shitake, acompanhados de pururuca e molho madeira veganos, formam o prato Vegano di Buteco, vencedor da 20ª edição do concurso Comida di Buteco

“Eu acordava antes das 5h, todos os dias, para testar o prato. Tinha muitas ideias a partir de coisas que eu já fazia e sabia que queria empanados com recheio de cogumelos. A pururuca, eu tinha desenvolvido em outro prato totalmente vegano anos antes e decidi que ela ia entrar como um coadjuvante muito forte junto com os rolinhos de berinjela”, relembra o proprietário do Tanganica.

Mas não se engane em pensar que a vitória trouxe tranquilidade a ele. Ao contrário. De acordo com o cozinheiro, servir o prato campeão do Comida di Buteco lhe dá a enorme responsabilidade de corresponder às expectativas inerentes a esse status. Ele admite que, na Saideira – evento que revela os petiscos vencedores de cada edição do concurso –, ficou emocionado, mas, no dia seguinte, sentiu-se assustado com a magnitude do que estava acontecendo. “O prato foi para o mundo, recebi felicitações até de brasileiros que vivem em Los Angeles e em Nova Iorque. É um fenômeno mundial. Dobrei uma esquina e fiz uma revolução”, avalia.

CANDIDATOS DE SUCESSO

A primeira participação do Tanganica Art Bar no Comida di Buteco foi em 2013, depois de dez anos de tentativas, com o prato Donna Angélica, em homenagem à mãe de Telles: bolinhas de mandioca com queijo acompanhadas de linguiça calabresa reduzida no vinho e molho de mexerica.

No ano passado, foi a vez de ele homenagear o pai com o petisco “Seu Jaks, Bom de Bola!”: tirinhas de lombo suíno empanadas e bolinhos de frango recheados com muçarela servidos com molho de laranja e jaca.

Desde que foram lançados, os dois pratos eram os mais pedidos do bar. Agora, eles dividem o interesse e o paladar dos clientes com o Vegano di Buteco. “A procura aumentou muito após o resultado; está todo mundo curioso para conhecer. O que eu não ganhei de dinheiro na primeira fase estou ganhando agora”, diverte-se o proprietário do bar, que mantém um cardápio só com petiscos que já disputaram o concurso. ■

SERVIÇO

Tanganica Art Bar

Rua Padre Demerval Gomes, 380 – Coração Eucarístico | BH

Telefone: (31) 3376-7047

Funcionamento: de quarta-feira a sábado, das 18h às 23h; domingos, das 13h às 18h

Anselmo UBL



BETINENSE É FINALISTA EM CONCURSO ESTADUAL DE BELEZA

Uma garota de Betim é pioneira ao ser a primeira pessoa com síndrome de Down finalista do concurso Miss Minas Gerais Mirim Mundo. A betinense Hevelyn Santana Braz, de 12 anos, conseguiu se destacar nas duas primeiras etapas seletivas e chamar a atenção dos jurados desfilando na passarela e posando para as fotos. A grande final está marcada para 7 de julho, quando Hevelyn irá disputar a faixa com outras 26 concorrentes. Segundo a mãe dela, Monalisa Santana, a filha está se preparando muito. “Vamos torcer para ela ganhar, mas já nos sentimos vitoriosas por termos passado por essas etapas”, diz.

Arquivo Pessoal



NOVAS UBSs EM BETIM

A Prefeitura de Betim inaugurou, no dia 29 de junho, duas Unidades Básicas de Saúde (UBSs) das 20 previstas para serem construídas até 2020: Vila Recreio e Parque do Cedro – cada uma com capacidade para atender 10.500 pessoas. Além da entrega, o Executivo iniciou as obras de outros postos de saúde, situados nos bairros Paulo Camilo e Campos Elíseos. Outras seis UBSs – nos bairros Trincheira, Cachoeira, Teresópolis, Laranjeiras, Amazonas e Nova Baden – estão em andamento.

Adeildo Silva



UPA NORTE JÁ ESTÁ FUNCIONANDO

Desde 12 de junho, a Unidade de Pronto-Atendimento (UPA) Norte, localizada no bairro Bom Retiro, em Betim, está atendendo a população. A unidade absorveu os atendimentos de urgência e emergência que eram realizados na UPA Sete de Setembro, no centro da cidade. Além da urgência e emergência, a UPA Norte oferece clínica médica, cirurgia geral, pediatria, bem como exames laboratoriais e raios-X de urgência. Segundo a Secretaria Municipal de Saúde, a unidade foi planejada para ampliar a oferta de atendimentos em cerca de 60% por mês, o que representa mais de 5.000 atendimentos a mais que a UPA Sete de Setembro oferecia. A unidade funciona todos 24 horas por dia nos sete dias da semana.



Roberto Maradona

HOSPITAL DA UNIMED-BH EM PLENA ATIVIDADE

A segunda fase do Hospital da Unimed-BH em Betim foi implantada no dia 16 de junho, quando entraram em operação: pronto-socorro, internações cirúrgicas, UTIs adulto, pediátrico e neonatal, centros cirúrgico e obstétrico – incluindo os quartos de pré-parto, parto e puerpério imediato (PPPs) – endoscopia e hemodinâmica, além de atendimento em 27 especialidades médicas. A primeira etapa havia sido iniciada no dia 14 de abril, com 43 leitos para internação clínica, lactário, centro de imagem, laboratório e áreas administrativas e de apoio. A unidade possui 182 leitos. Já o antigo hospital, na avenida Governador Valadares, 619, no centro de Betim, passou a funcionar como uma clínica de saúde. O espaço oferece serviço ambulatorial, com disponibilidade exclusiva para pediatria e clínica médica, diariamente, das 9h às 20h30.

VAQUINHA ONLINE MOBILIZA ESTUDANTES

Uma equipe do Instituto Federal de Minas Gerais (IFMG) de Betim está realizando uma vaquinha online para arrecadar fundos para ir à final da Olimpíada Nacional de História do Brasil. Gabriel Paschoalin, Milena Silva e Samuel Condé, sob a orientação do professor Lucas Pereira, foram selecionados entre 18 mil equipes de todo o país, após seis etapas. Porém, os custos da viagem até a Unicamp, em Campinas (SP), onde será a prova final, no dia 17 de agosto, estão estimados em aproximadamente R\$ 5.000 (incluindo transporte, hospedagem e alimentação). Interessados em contribuir podem acessar a vaquinha pelo site <http://vaka.me/620865>, até 26 de julho.

OBRAS DE CANIL E GATIL A TODO VAPOR

Para oferecer cuidados aos animais de rua doentes, o Parque de Exposições David Gonçalves Lara contará com um canil e um gatil, que ficarão sob a responsabilidade da Superintendência Extraordinária de Proteção e Bem-Estar Animal (Sepa), ligada à Secretaria Municipal de Governo. As obras tiveram início em junho, e a previsão é que as estruturas fiquem prontas em dois meses. O investimento da Prefeitura de Betim na construção do canil e do gatil será de R\$ 80 mil. O primeiro terá capacidade para comportar 60 cães, e o segundo, 20 gatos. A estrutura terá recepção, quatro alas de isolamento, espaço de banho e tosa, observação clínica, atendimento veterinário e solário. Os espaços também irão abrigar animais de rua castrados ou em estado pós-operatório.



Anselmo UBL

Roberta Cabral, superintendente de Proteção Animal em Betim, acompanha as obras de construção do canil e do gatil no Parque de Exposições David Gonçalves Lara

Fotos: Lucas Abraão

**Entrada do Grandinare Eventos**

Inauguração do espaço Grandinare Eventos

Betim ganhou um novo espaço de festas em junho – o Grandinare Eventos. Os proprietários, Magda Silva e Junara Pinheiro de Mendonça e João Vitor Pinheiro de Mendonça, receberam cerca de 250 convidados no local no dia 26, quando a casa foi inaugurada. O público presente – em sua maioria formado por profissionais como cerimonialistas, fotógrafos, blogueiros, influenciadores digitais, jornalistas, empresários e pessoas de destaque de Betim, BH e região – pôde conferir várias atrações, como a apresentação das bandas Louise, Família Sertaneja e Animação dos Zumbeedos, além do DJ Mario. Na ocasião, houve queima de fogos e o lançamento do Buffet Provença, também de Betim. O Grandinare Eventos oferece um espaço amplo, clean e moderno para até 400 convidados, campo gramado para cerimônias ao ar livre, entrada com portal e espelho d'água em meio a muitos jardins, bar, camarim, cozinha equipada, toaletes e estrutura para deficientes físicos, suíte decorada e aconchegante para os anfitriões e estacionamento para 60 carros. O espaço foi planejado para cerimônias e recepções de casamento, 15 anos, formaturas, festas infantis e eventos empresariais. Parceiros do evento de inauguração: Promove Cerimonial, Buffet Provença, Facilities Service (segurança), Sposare Noivas, Lucas Abraão Fotografia, Mr. Kaktos, Família Sertaneja BH, Produtora Espaço, O Beijo Filmes, Letreiro Luminoso 3D, Zé Roberto Ornamentações, Louise Oficial, Iza Cardoso, Fátima Bem-Casados, Sabor dos Reis, Zumbeedos, Brigadeiro de Colher, Darlen Lima Lustres, Magnífica Balas de Coco, Jaluza Beleza Plena, DJ Mario, Click Click Cabine, Peu Drins, Eliane Bolos Cenográficos.

**Os proprietários do espaço, Junara Pinheiro de Mendonça, Magda Silva Pinheiro de Mendonça e João Vitor Pinheiro de Mendonça****Maria Luiza de Melo Silveira Dutra, Cristina Melo Silveira, Rodrigo Machado Dutra, Junara Pinheiro, Janaina Krollmann e João Ricardo Lara**



Área externa do Grandinare



Matheus Chagas (Promove Cerimonial), Maria Gerçossimo, Junara Pinheiro de Mendonça, Brenda Cacique e Rodrigo Assis (Promove Cerimonial)



Anderson Simão (Buffet Provença), Daniel Costa, Kátia Brandão e Gabriela Oliveira (Buffet Provença)



Junara Pinheiro, Shirlei Miranda (Noni Modas) e Walney Gonçalves



David Daniel Ferreira, Junara Pinheiro e Júlia Pinheiro



As blogueiras Anahy Costa (@botaestilo) e Juliane Késsia

Certificado **Digital**



Conluck
Contabilidade
Sempre Pensando em Você!

A Certificação Digital promove maior segurança e confiabilidade nas transações pela internet, além de um sistema ágil e confiável.

☎ 31 3591.3247 / 99167.7474[®]

Falar com Edmar ou Glayson
CRC MG 105123

www.conluckcontabilidade.com.br
✉ conluckcont@terra.com.br

Rua Emerciana Pedro da Silva, 210
Jd. Teresópolis - Betim / MG

APOIO:





Adney Rocha, o Rei da Montanha 2

No dia 2 de junho, foi realizada a competição Troféu Rei da Montanha de Ciclismo. Com largadas em Lagoa Santa e Cardeal Mota, na região metropolitana, os atletas tinham como destino Conceição do Mato Dentro, na mesma região, totalizando, respectivamente, 130 km e 63 km. O percurso foi a estrada que serpenteia a serra do Cipó. O atleta Adney Rocha, que correu na categoria MTB-Street, foi o primeiro a cruzar a linha de chegada, sagrando-se bicampeão da prova – em 2018, ele também venceu a competição. Adney diz sentir muito orgulho do feito, pois, além das subidas longas do trajeto, o vento na região foi um fator complicador: “Correr na serra do Cipó é sempre um desafio muito grande, dadas as dificuldades impostas pelo relevo e pelo clima”. Apesar da dificuldade em conciliar o trabalho com os estudos, a família, os treinos e as provas, o atleta segue firme em busca de bons resultados. Para o segundo semestre, ele faz um convite: “Pratiquem atividade física. Isso faz bem para o corpo, para a alma e para a mente”.





1° CONAVE CONGRESSO NACIONAL DE VIAGEM AO EXTERIOR



DOS DIAS 15 A 19 DE JULHO, UM EVENTO QUE VAI AJUDAR VOCÊ A VIAJAR COM SEGURANÇA!

- **AULAS DE INGLÊS PARA VIAGEM**
- **DICAS DE VIAGEM COM TURISMÓLOGO**
- **COMO CONSEGUIR SEU VISTO INTERNACIONAL**

TOTALMENTE ONLINE E GRATUITO! INSCRIÇÕES NO SITE:

WWW.RVENGLISHTEACHER.COM.BR

  **@rv.englishteacher**

**RICARDO
VENTURA**
english teacher





Campeão do XTerra é betinense

O ciclista betinense Remerson Neri, de 40 anos, foi o vencedor do XTerra, em Ouro Preto, na região Central do Estado. A competição de *mountain bike*, que aconteceu no dia 2 de junho, reuniu cerca de 500 competidores em uma prova pesada nos altos e baixos da região fora de estrada da cidade histórica. O trajeto percorrido, de 40 km, com um acumulado de subidas de 2.000 m, foi feito pelo atleta em duas horas e 20 minutos. “Foi uma prova intensa, que exigiu bastante, principalmente nas subidas. É uma competição que nós, atletas, usamos como treino para as maiores”, destacou. Em junho, o ciclista também participou da Maratona Internacional Estrada Real, em Mariana, na mesma região. Após duas etapas, de 76 km e 58 km, ele ficou na quarta colocação. Remerson já tem em vista outras disputas, sendo uma delas o Campeonato Mundial de Cross Country, no dia 20 de agosto, no Canadá.



A melhor opção
para quem aprecia
um excelente
churrasco!



3396-1640

Av. Columbia, 960
Contagem-MG

www.carretaotrevo.com.br
Churrascaria Carretão Trevo
@carretaotrevo



@ngfotos/@epicfotosbrasil



Fábio Piva



Taça Brasil XCO Mairiporã/SP: segunda colocação

Brunno Pinguim



Etapa Ouro Preto da Copa Internacional na modalidade XCO: quinta colocação

Rodrigo Barreto



Brasileiro de XCC: vice-campeonato

Semestre de luta e vitórias para Hercília Najara

O primeiro semestre da atleta Hercília Najara – equipe Tripp – contou com a participação inédita no 1º Campeonato Brasileiro de MTB Short Track (XCC), que aconteceu em Lagoa da Prata, em maio. A estreia não poderia ser melhor: ela se tornou vice-campeã brasileira de XCC em uma disputa rápida e intensa. Outra competição importante na qual a atleta se destacou neste ano foi a Taça Brasil XCO, em Governador Valadares, na região do Rio Doce, também em maio. Hercília ficou em segundo lugar. A mesma colocação Hercília conseguiu alcançar na etapa da Taça Brasil XCO Mairiporã/SP, competição realizada em condições extremas, com chuva e o acúmulo de lama durante a prova, ainda em maio. No mês seguinte, em Goiânia, em mais uma edição da Taça Brasil, Hercília novamente se destacou, conquistando a segunda colocação. Encerrando junho, a atleta participou da etapa Ouro Preto da Copa Internacional, na modalidade XCO. Hercília Najara disputou posições com atletas brasileiras e equatorianas e conquistou a quinta colocação. Já na prova de XCC, a atleta alcançou um excelente resultado, o quarto lugar, destacando-se entre as três melhores atletas do país.

Lukinha Warrior



Etapa Ouro Preto da Copa Internacional na modalidade XCC: quarta colocação



soluções em
serviços

A LL SOLUÇÕES EM SERVIÇOS realiza um detalhado estudo logístico para atender o cliente e ou tomador de serviços, com o máximo de atenção e velocidade.

Visando atender todas as demandas do cliente ou tomador de serviço, a LL oferece também a opção de trabalho por período ou serviço esporádico, ficando o cliente livre para escolher a demanda de trabalho ou dias da semana a serem contemplados pela nossa mão de obra.

A LL SOLUÇÕES EM SERVIÇOS tem como único custo o acertado em contrato, todas as obrigações legais e jurídicas com o prestador de serviço, são de nossa inteira competência, ficando o cliente ou tomador de serviço totalmente isento de riscos jurídicos.

O pilar principal e o centro de todas as decisões da LL SOLUÇÕES EM SERVIÇOS são valores de comprometimento e seriedade na prestação de serviço, onde a excelência no desempenho das atividades, por mais simples que sejam, são a junção de capacitação e responsabilidade.

A LL se dispõe a prestar, com excelência, soluções em prestação de serviço e terceirização.

A LL SOLUÇÕES EM SERVIÇOS oferece mão de obra capacitada e habilitada com profissionais competentes a aptos a exercerem suas funções.

Nosso quadro é formado por profissionais selecionados e submetidos a testes e entrevistas para identificarmos talentos e treinamentos de capacitação para lapidarmos o colaborador.

PROFISSIONAIS COM
CURSO ESPECÍFICO NA
ÁREA DE ATUAÇÃO, EX-
PERIÊNCIA NO RAMO E
CURSO PRÓPRIO OFERE-
CIDO PELA LL EM CON-
FORMIDADE COM A DE-
MANDA DO CLIENTE OU
TOMADOR DE SERVIÇO.



Soluções
em serviços terceirizados

A **L&L Soluções em Serviços** oferece soluções em serviços para pessoas, empresas e condomínios, com comprometimento com os mais exigentes padrões técnicos de qualidade.

Com estrutura sólida e em expansão, contamos com colaboradores altamente capacitados e metodologias de trabalho sistematizadas, garantindo a qualidade dos serviços prestados, desde Recepcionista, Auxiliar de Serviços Gerais, Auxiliar Logístico, Jardineiro, Movimentadores de Mercadorias, Porteiro, Oficial de Manutenção a Operadores de Empilhadeira.



(31) 98622-0178
(31) 98240-9905



Rua Jequitai - 194
Sevilha B - Ribeirão das Neves - MG



contatollservicos@gmail.com



www.lsolucoesemservicos.com.br

UPA NORTE é realidade.

A Prefeitura trabalha e a saúde melhora!

Desde 2017, a Prefeitura de Betim vem trabalhando duro para melhorar o serviço de saúde pública em nossa cidade. Depois de muitos anos de espera, é hora de comemorar mais uma conquista. A UPA Norte, que foi construída, mas nunca entrou em funcionamento, finalmente está à disposição de toda população de Betim.

A nova sede proporciona melhor assistência, conforto e organização para a população, além de melhores condições de trabalho para os profissionais de saúde.

Com capacidade para realizar **13.500 atendimentos** por mês, a UPA Norte conta com **16 leitos adultos**, **12 pediátricos** e **6 de urgência**, além de mais consultórios, brinquedoteca, salas de amamentação, de curativo, de procedimentos de enfermagem, de medicação venosa, central de material esterilizado e refeitório.

PREFEITURA BETIM. CIDADE DO BEM.

