

Mais

ANO II - Nº 22 - Junho de 2014

www.revistamais.com

Religião

Praticantes de candomblé e umbanda mantêm costumes e lutam contra o preconceito

Saúde e Vida

Conheça os tabus enfrentados por pais na hora de falar sobre sexo com os filhos

SABE O QUE
É **FOMO?**

Por medo de estar perdendo alguma coisa, pessoas ficam conectadas às redes sociais 24 horas por dia. Cuidado, você pode sofrer dessa síndrome

LOCADEM

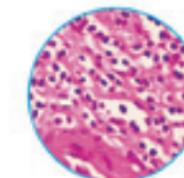
EXCLUSIVIDADE EM BETIM

FREEZETM
TRATAMENTOS FACIAIS E CORPORAIS

**QUER SABER COMO
COMBATER FLACIDEZ,
CELULITE E GORDURA
LOCALIZADA EM UM
SÓ TRATAMENTO?**



Combinação de radiofrequência e pulso magnético, resultando na maior energia do mercado mundial.



Estimula produção de colágeno e quebra das células de gordura.



Tratamento indolor e com resultados perceptíveis a partir da primeira sessão.

**AGENDE SUA AVALIAÇÃO
ESTÉTICA GRATUITA**

Dr. Laser[®]

Centro Avançado de Depilação a Laser

BETIM: SHOPPING VILLA SOLEIL
Av. Arthur da Silva Bernardes, 446
Lojas 6 e 7. Angola

31. 2571 6688 . drlaser.com.br



IDEAL PARA QUEM QUER SE CASAR EM MEIO À NATUREZA SEM DISPENSAR A SOFISTICAÇÃO E O REQUINTE DO CASAMENTO.

PRIMEIRO ESPAÇO DE FESTAS DE BETIM COM BOATE ACÚSTICA CLIMATIZADA.



Mobiliário - Sonorização - Boate acústica com ar-condicionado
Serviço de buffet completo - 650m² de área verde - Salão para 400 pessoas

AGENDE UMA VISITA
E SURPREENDA-SE

31 3225-1294 31 2526-3294 31 9182-7294
RUA VERA CRUZ, 64 . JARDIM ALTEROSA . BETIM - MG

**Com a
anistia
fiscal
de Betim,
isto é o
que você terá
de desconto.**

**E isto
é o
que
você
terá
que
pagar.**

ANISTIA FISCAL DA PREFEITURA DE BETIM **Descontos de até 90% para o contribuinte quitar suas dívidas**

A anistia fiscal prevê a redução dos encargos fiscais para o pagamento de créditos tributários ou não, mesmo que em fase de execução fiscal já ajuizada. Funcionará assim: quem quitar sua dívida em uma única parcela ganhará 90% de desconto no valor total de multas e juros incidentes sobre o débito real.

Quem quiser dividir terá:

- 50% de desconto se escolher seis parcelas;
- 40% se optar por 12;

- 30% pagando em 18 meses;

- 20% no caso de quitar o valor em 24 vezes.

Bom para o contribuinte, bom para o município. O pagamento deverá ser feito até o dia 10 de junho de 2014.
Para mais informações, ligue para a Secretaria Adjunta da Fazenda de Betim: 3512-3090 ou 3512-3069.





Nosso mundo virtual

Falar sobre um tema presente em nossa vida não seria difícil se ele não fosse o responsável pela nossa perda de noção do tempo. É assim que vejo a utilização, por grande parte das pessoas, das redes sociais. Antes de começar a escrever este editorial, fui ao celular por várias vezes. Não em busca de ver o que outros estariam fazendo. Mas para poder me absorver de conteúdo capaz de me dar discernimento para começar estas linhas. Em vez disso, o que consegui foi me distrair e perder minha linha de raciocínio.

Mesmo com uma internet das piores do planeta, a interatividade virtual dos brasileiros é uma das maiores. Chegamos ao ponto de trocar as conversas por telefone por bate-papos no WhatsApp.

Nossos entrevistados da matéria de capa que o digam. Aficionados por redes sociais, eles dividem parte do dia entre estar conectados a conviver com os amigos reais. Além de contar um pouco da história desses loucos por interatividade virtual, daremos algumas dicas de como não deixar que as redes sociais atrapalhem ou interfiram em sua vida pessoal, familiar e profissional.

Interação mesmo é o que casais que possuem características opostas devem ter. Afinal, não é fácil conviver com alguém que seja diferente ao extremo. Se eles tivessem o vício das redes sociais, com certeza, não dariam certo. Esta talvez seja a principal característica de quem assume um compromisso já sabendo que o outro não se parece em nada consigo. O

que leva a crer que, neste caso, gostar de outra pessoa é não se espelhar nas próprias qualidades. Tanto que, como diria a máxima: "os opostos se atraem". As peculiaridades de cada um podem ainda dar um toque apimentado no relacionamento, não deixando que a paixão se distancie e que a convivência se torne monótona.

Nada melhor que o diálogo para resolver nossas diferenças. Aliás, resolve-se quase tudo com uma boa conversa. É assim também que devemos nos portar diante da curiosidade de nossas crianças. Mesmo porque, com a divulgação sobre qualquer assunto que se tem nos meios virtuais e na própria TV aberta, nada fica mais escondido. Uma boa conversa com os pequenos pode trazer resultados benéficos para o futuro. E para os pais, que praticamente presenciavam cenas de sexo nos horários nobres da TV brasileira, conversar sobre isso com as crianças é um dever. Assunto que destacamos em nossas páginas deste mês.

Tempos modernos estes nossos. Não dá para ficar na contramão. Devemos estar dispostos a abrir nossa mente em detrimento dos acontecimentos polêmicos que vivemos. A **Mais** se coloca nesta posição: a de interagir com nossos leitores abordando de maneira interativa os assuntos que nos rodeiam. Em pleno século XXI, não poderíamos pensar ou agir de forma diferente. ■



www.revistamais.com

facebook.com/revistamaisbetim

Diretor-geral/editor	Geraldo Eugênio de Assis geraldoassis@assispublicacoes.com.br
Diretora-executiva	Tayla Assis taylaassis@assispublicacoes.com.br
Editora-chefe	Lisley Alvarenga lisleyalvarenga@assispublicacoes.com.br
Redação	Lisley Alvarenga, Luna Normand, Pollyanna Lima, Renata Nunes e Viviane Rocha redacao@assispublicacoes.com.br
Diagramação	Roger Simões rogersimoes@assispublicacoes.com.br
Equipe de fotografia	Müller Miranda
Gerente Comercial	Poliana Silva polianasilva@assispublicacoes.com.br
Departamento Comercial	Rodrigo do Espírito Santo
Gerente Administrativa	Laís Morais laismorais@assispublicacoes.com.br
Financeiro	Mayra Assis
Eventos e Mídias Sociais	Amanda Rodrigues
Revisão	Lilian de Oliveira
Distribuição	Antônio Carlos dos Reis e Walquíria Silva
Impressão	Gráfica Del Rey
Tiragem	10 mil exemplares

Uma publicação da Autogestão, Publicidade e Consultoria Ltda.
 CNPJ: 02.841.570/0001-30
 Rua Santo Onofre 35, Brasília - Betim/MG
 CEP: 32600-282
 Tel.: (31) 3052-0103

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.



SOBRE A MATÉRIA "OS MOTORISTAS DA RODADA", DA EDITORIA ATUALIDADE

Muito bem, filha do coração (a coordenadora de marketing Deborah Miranda). Estou muito orgulhosa de você. Bebida e volante não combinam mesmo.
Elisabete Aparecida Miranda

SOBRE A MATÉRIA "CORAÇÕES GUERREIROS", DA EDITORIA HOMENAGEM

Essas mães não foram escolhidas por acaso, são especiais, guerreiras. Deus sabe o que faz. Que ele as abençoe a cada dia com tudo de bom. Elas merecem! Parabéns por tanta nobreza na alma!
Elizabeth Dutra

SOBRE A MATÉRIA "CERIMÔNIA PARA POUCOS", DA MATÉRIA DE CAPA

Simplemente encantador!
Janaina Gonçalves

SOBRE A MATÉRIA "UM LENÇO, UM GESTO SOLIDÁRIO"

Parabéns pela reportagem.
Nelson Flaviano

Parabénssssssssss.
Júnia Beatriz Mattos

SOBRE A COLUNA "O QUADRO NEGRO", DE DOMINGOS DE SOUZA

Uma das funções da escrita é a transmissão de conhecimento. A escrita de um texto em uma coluna de cultura, transmitindo conhecimento, é também pretexto para o diálogo, a discussão, o debate e para a busca por mais saber e entendimento. Assim, percebo o trabalho do nosso crítico de arte, estudioso de direito e de psicanálise e professor de judô, Domingos Nogueira. Através da coluna da revista **Mais** do mês de maio, recebemos uma contribuição corajosa e valiosa para elucidar um fato que muita gente quer fazer de conta que não vê: o racismo. Por quê? Somos negros, somos indígenas e com uma história que se fez por séculos com extermínios, expropriações, saques, explorações, diásporas de povos, e com uma doutrina de superioridade fundamentada em diferenças étnico-raciais. Mais que vergonhosa história, uma história de crime contra a humanidade. E crime imprescritível. Cumpre reparação. Cumpre alcançar um mundo de igualdade e fraternidade, com liberdade e respeito à diversidade. Nosso colunista aponta para uma tomada de posição: a distribuição de bens, a partir de políticas públicas, já acena, ainda que timidamente, para alguma ação de reparo. Muito timidamente, vale observar. E nos adverte sobre a posição dos que insistem em negar as práticas de ações afirmativas e de inclusão social como alternativas para o alcance de alguma justiça, para um mundo sem dominadores e dominados. Também concordo: é hora, sim, de escrever, no quadro negro, verde, branco ou vermelho, outra história. Vamos começar.
Valdiva Araújo



SOBRE A MATÉRIA "PAUSA PARA FEMINICES", DA EDITORIA GENTE

Parabéns! Suas leitoras sempre orgulhosas de você! Desejo tudo de bom para você e força para continuar sua caminhada! Feliz mais ainda por saber que o que você mais gosta de fazer, e que antes era hobby, virou sua fonte de renda! Você vai cada vez mais longe e merece! Beijo grande!
Karla Luraschy

Parabéns pela entrevista!
 Sem dúvidas, minha blogueira favorita!
Bárbara Miranda

Adorei!! Parabéns, Coni (Constanza Fernandes)!! Acompanho seu blog e adoro. Muito sucesso!
Denise Ferreira

Parabéns, sucesso sempre.
Lelena Grossi

Lindíssima!
Nayara Jaqueline

Me gusto mucho tu reportaje, mis felicitaciones y mi cariño por siempre. Un abrazo grande!
Monika Fefi

Se você quer enviar alguma dúvida, sugestão de matéria ou opinião a respeito de algum assunto para esta seção, entre em contato pelo endereço contato@revistamais.com

PUMP JUMP PILATES TÊNIS (quadra de saibro)

Treinamento Funcional

Com tanta novidade, todos da casa vão querer malhar.

Natação

Hidroginástica

Hidroterapia

Musculação

Yoga

3531.3783 Bairro Filadélfia . Betim

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

14

Divulgação



10 Conversa Refinada

Sócia-proprietária das oito franquias do O Boticário em Betim, a empresária Maria Luiza Varoni conta um pouco sobre sua trajetória de vida

18 Relacionamento

Casais afirmam que, apesar das diferenças, é possível ter uma vida feliz a dois

31 Cultura

Copa, Olimpíadas e o rosto do Brasil

32 Gente

Superintendente da Juventude, Marco Túlio Lara revela curiosidades da sua vida e aborda temas polêmicos

38 Talento

Fotógrafo Túlio Isaac tem seu trabalho reconhecido no Brasil e no exterior

36

Müller Miranda



22

Fotos: Müller Miranda



40 Saúde e Vida

Orientação adequada sobre a sexualidade infantil deve começar com a primeira pergunta

44 Cuidar

Saiba quais cuidados tomar com a pele durante o outono/inverno

45 Esporte

Acompanhe o que de melhor rolou no esporte local

46 Música

Os shows mais agitados em Betim e região

50 Aconteceu

Confira as festas mais badaladas de Betim e região

48

Capa: Müller Miranda



O NOSSO MAIOR PRÊMIO É A VIDA

MATERNIDADE PÚBLICA HAYDÉE ESPEJO CONROY 20 anos



Na Maternidade Pública do Teresópolis, o choro de cada novo bebê é motivo de alegria. E não é só pelo orgulho de se fazer um trabalho reconhecido nacionalmente e premiado 11 vezes. Mas também por poder garantir um atendimento humanizado, que mantém o bebê perto da mãe, com respeito aos direitos da mulher e uma estrutura completa para realizar 300 partos por mês.



Ministério da Saúde



Prefeitura de BETIM

Secretaria Municipal de Saúde

Fotos: Müller Miranda

Dedicada ao trabalho e apaixonada pelo o que faz, ela comanda junto com a irmã, oito franquias do Boticário em Betim e região. Vaidosa e sempre de bem com a vida, não deixa de reservar parte do seu tempo para cuidar da mente e corpo. Essa é Maria Luiza Varoni, empresária de sucesso que, além de generosa, tem a fé como um dos seus principais pilares

Renata Nunes

REVISTA MAIS - Como o negócio de franquias surgiu em sua vida?

Maria Luiza Varoni - Comecei a atuar como franqueada de forma inesperada. Eu morava em Joinville, Santa Catarina. Vivi minha vida quase toda lá. Vim para Minas Gerais há 14 anos, justamente por causa de O Boticário, para cuidar das franquias com a Rosa, minha irmã. Quando surgiu a oportunidade de vir para Belo Horizonte e abrir a franquia da marca, a Rosa, que hoje é minha sócia, já era sócia de uma franquia no Sul de Minas. Nossa primeira loja foi em Igarapé. Era pequena, mas a nossa menina dos olhos. Depois, surgiu a oportunidade de abrir em Betim. Compramos as lojas da cidade e fomos crescendo. Tudo foi acontecendo com muita dedicação e trabalho. Apesar de não ser daqui, essa é uma região de que gosto bastante. Hoje não voltaria para Joinville para atuar novamente com estilismo, pois acho que essa fase já passou na minha vida.



Elegância e maturidade que exalam

“
Sou uma mulher de muita fé, não tem nada que a abale. A religião não é primordial para mim, no sentido de ter de ir a missa todo domingo. (...) Mas a fé é muito presente e importante. (...) Acho que quanto mais proximidade você tem com a fé e com a espiritualidade, mais isso cresce e vai se tornando sólido. Procuro atividades que me fazem melhorar como pessoa
 ”

PERFIL

Maria Luiza Varoni

Naturalidade

Caconde, interior de São Paulo

Currículo

Sócia-proprietária de franquias de O Boticário em Betim, Igarapé e São Joaquim de Bicas

Formação

Estilista

A senhora é de uma família de psicólogos, por que não terminou o curso e seguiu essa tradição?

Realmente, fiz psicologia não só porque minha mãe fez, mas porque é tradição na família. A minha irmã Rosa é psicóloga. Tenho muitas sobrinhas psicólogas, minha tia era psicóloga. Acho que entrei nessa meio de arrastão (na onda). No segundo ano da faculdade, abandonei o curso e percebi que não queria aquilo. Casei-me e fui para Joinville. Depois, percebi que gostava de trabalhar com moda e comecei a fazer o curso de estilismo. Essa foi minha profissão até uns dez anos atrás. Sempre trabalhei com isso em Joinville, com meu ex-marido. Ele tinha uma empresa grande e atuávamos juntos, fazendo coleções, desenvolvendo produtos.

E agora, como é administrar franquias de produtos de beleza e perfumaria?

Muito gratificante. É muito trabalho, exige muito, mas é muito gostoso. Em uma reunião, disse às meninas que trabalham comigo: “Gente, isso aqui é uma família, a Família O Boticário”. Você se apega tanto a todas as pessoas que atuam aqui que acaba virando uma família. Junto com a minha irmã, administro 46 funcionários. Hoje, além da loja, em Igarapé, temos mais quatro lojas em Betim: uma no Betim Shopping, uma no Metropolitan Shopping Betim, outra na avenida Amazonas e uma na avenida Governador Valadares, além de um quiosque no Superluna e uma loja em São Joaquim de Bicas. Vamos inaugurar mais uma, agora, em julho, no Monte Carmo Shopping. Além das lojas, O Boticário começou com a VD (Venda Direta) há pouco tempo. São vendedoras de rua que fazem uma venda direta para o cliente por meio de revistas e atuam junto com supervisoras. Apesar de ser recente, esse tipo de venda superou nossas expectativas, pois já teve um crescimento. Não tínhamos experiência nenhuma com isso, está sendo um aprendizado. Estávamos acostumadas com lojas que são programadas, predeterminadas. E com a VD, tivemos de aprender tudo. Mas está dando um resultado muito bom, além de divulgar a marca. Às vezes, um morador de um bairro distante

fica um pouco tímido para entrar na loja e, com esse tipo de comercialização, não. Nós vamos até ele. Fica mais acessível para todo mundo. Acho que já tivemos um crescimento grande aqui em Betim e a cidade nos acolheu muito bem, tal como Igarapé, que também nos recebeu de braços abertos. É um lugar onde me sinto muito bem, onde crescemos bastante e vamos crescer ainda mais.

Quais lembranças têm de Caconde, no interior de São Paulo, cidade onde nasceu?

Morei pouco tempo lá, depois, fomos para Muzambinho (Minas Gerais), onde fiquei alguns anos e, logo após, vim para Belo Horizonte.

A senhora foi casada durante 17 anos e se separou. Como é sua relação com seu ex?

Temos dois filhos juntos. Isso cria um laço mais forte, então, somos amigos. Lógico que no início da separação foi difícil, como é para todo mundo. Querendo ou não é uma situação difícil, mas, com o tempo, as coisas vão se acalmando. Também sou muito tranquila, muito da paz, então, para mim, foi fácil, não a separação, mas voltar a ter um bom contato com ele. Acho isso fundamental.

Seus filhos enfrentaram tranquilamente a separação?

Sim. Eles dão muito certo com o pai e moram em Joinville. Aliás, atualmente, o pai é mais presente do que eu, porque ele mora lá pertinho deles. Apesar de eu ir lá todo mês, o pai está junto todos os dias. Ele é um pai espetacular e que toma conta dos netos.

Como é a sua relação com seus filhos, mesmo morando distante?

Tenho um casal: Mariana, 27, e Thiago, 25. Eles vêm me visitar, mas eu vou mais para lá porque é mais fácil para me deslocar. Vou todo mês, nem que seja um fim de semana. Mas, geralmente, por causa do trabalho, não dá para ficar muito tempo. Com certeza, o momento mais marcante da minha vida foi o nascimento dos meus filhos. Não tem como explicar. Filhos estão acima de tudo. São as pessoas por quem dou a minha vida. Imagino que todas as mães e pais devem sentir isso. ►►

Como é ser avó de quatro netos?

É muito gostoso. Eles são pequenos, muito fofos. São três meninas e um menino. Falo que o amor pelos netos é diferente, porque tem menos compromisso do que com filho no sentido de educação. É quase de outra esfera, é muito prazeroso, diferente, de outro nível. Acompanhei de perto o nascimento de todos e estou lá (em Joinville) todo mês. Então, temos uma ligação muito forte. Em julho, eles vêm para cá.

Pensa em se casar novamente?

Acho que hoje não penso em me casar.

Mas deve ter muitos pretendentes?

Não posso reclamar. Mas acho que não me casaria de novo. Gosto muito de sair, ir ao cinema, teatro, faço dança. Tenho muitos amigos, saio bastante em Belo Horizonte, onde moro, e acho que casar não está nos meus planos. Namorar, de vez em quando, pode...

Está namorando?

Atualmente não.

Lida bem com o fato de ser solteira e morar sozinha?

Tenho tantos amigos, atividades, e o trabalho me absorve tanto que chego em casa à noite e, às vezes, estou cansada, não quero saber de nada. Quero apenas tomar um banho e ficar ali quieta, vendo TV ou lendo um livro. Gosto muito de ler. Saio para encontrar os amigos, vou a um bom restaurante, para ter uma conversa gostosa, ou vou fazer aula de dança. Sou bem resolvida com relação a morar sozinha.

Então, a dança é uma das suas principais formas de diversão?

É. Atualmente, estou fazendo tango. Nós viajamos para dançar, vamos para o Rio de Janeiro. Viajo com o pessoal da academia, onde faço dança, ou com os amigos. Recentemente, vi uma reportagem de uma coreógrafa em que ela fala que todo mundo que dança é mais feliz. E acho que é mesmo. Sinto-me muito bem fazendo dança. Se acontece alguma coisa e tenho de ficar um tempo sem dançar,

sinto que está faltando algo. Pratico dança desde que vim para Belo Horizonte, em 2000. Acho que a dança proporciona um bem-estar interior.

Algumas pessoas procuram completar a felicidade na espiritualidade. Busca algo nesse sentido?

Sou uma mulher de muita fé, não tem nada que a abale. A religião não é primordial para mim, no sentido de ter de ir a missa todo domingo. Vou, eventualmente. Mas a fé é muito presente e importante, faz parte nas 24 horas do dia. Realmente, é inabalável. Tenho motivos para isso. Acho que, quanto mais proximidade você tem com a fé e com a espiritualidade, mais isso cresce e vai se tornando sólido. Procuo atividades que me fazem melhorar como pessoa. Preocupo-me o tempo todo em ser uma pessoa melhor. Acho que isso é fundamental na vida, pelo menos, na minha é. Nós, do O Boticário, procuramos fazer algumas ações que beneficiam pessoas de classes menos favorecidas, como oferecer cestas básicas, fazer assistência em asilo, ajudar a Apae. Procuramos sempre estar presente nesses lugares e ajudar essas pessoas mais carentes. Acho que isso tudo nos torna uma pessoa melhor.

Como foi a experiência de morar na Alemanha?

Gostei muito da experiência, foi maravilhosa. Se fosse para fazer a escolha novamente, claro que eu iria. Morei em Munique por alguns anos. Meu ex-marido, que é neurocirurgião, ganhou uma bolsa de estudos para fazer doutorado lá. Acho que ir para o exterior nos abre um mundo diferente, ainda mais quando se é jovem. Quando eu fui, tinha 20 e poucos anos. Descobri outro universo. O estilo de vida lá é totalmente diferente. Lembro-me de estudar a língua alemã em uma faculdade. A aula começava sempre às 8h. Eu chegava por volta das 8h05 e a professora falava comigo que o horário da aula era 8h, não era nem cinco para as oito nem oito e cinco. Então, tive de me adaptar ao estilo de vida deles. Foi um grande aprendizado para mim, porque, quando você é jovem, não tem muito preocupação de estar ultrapassando o horário. Eu, pelo menos, não

tinha. Acharmos que o tempo está trabalhando a nosso favor, e não é bem assim. Aprendi a questão do respeito e do cuidado com o outro. Foi uma experiência maravilhosa que me deu a oportunidade de conhecer vários outros países. Conviver com o povo alemão também foi uma vivência riquíssima. Eles são muito inteligentes, interessantes e cultos. A experiência me serviu muito quando voltei para Joinville, porque lá se fala muito alemão.



Seu pai morreu antes dos 40 anos e sua mãe criou sozinha você e seus irmãos. Em que isso a marcou?

Meu pai era de família italiana, morreu com 37 anos. Morávamos na fazenda em Caconde, São Paulo, e ele estava praticamente começando a vida. Eu não tinha nascido ainda quando ele teve uma morte súbita, provavelmente, um infarto. Ele faleceu em janeiro e eu nasci em fevereiro. Minha mãe se viu com sete filhos para criar. Mais tarde, ela acabou vendendo a fazenda, voltou para Muzambinho, onde nasceu, e começou a trabalhar. Ela veio para Belo

Horizonte, cursou psicologia, e voltou para o interior de Minas Gerais para dar aulas. Assim foi até os filhos crescerem. No final, ficamos só ela e eu em Muzambinho. Foi aí que nós nos mudamos para Belo Horizonte. Ainda tenho algumas irmãs casadas que vivem lá. Minha mãe também faleceu há bastante tempo. Antes de eu ir para a Alemanha, ela até tinha planos de ir e ficar comigo lá durante um tempo, mas ela morreu um mês antes de eu viajar.

Horizonte, cursou psicologia, e voltou para o interior de Minas Gerais para dar aulas. Assim foi até os filhos crescerem. No final, ficamos só ela e eu em Muzambinho. Foi aí que nós nos mudamos para Belo Horizonte. Ainda tenho algumas irmãs casadas que vivem lá. Minha mãe também faleceu há bastante tempo. Antes de eu ir para a Alemanha, ela até tinha planos de ir e ficar comigo lá durante um tempo, mas ela morreu um mês antes de eu viajar.

A senhora mesma faz sua maquiagem, arruma seus cabelos?

Sim. Não gosto muito de ir a salão. Só não sei fazer as unhas. Mas cabelo e maquiagem sou eu mesma que arrumo. Teve uma época em que eu mesma cortava meus cabelos. Lembro quando fui fazer a primeira comunhão, era um evento bem solene, usava-se uma roupa parecendo com vestido de noiva. Estávamos naqueles preparativos todos e a minha mãe saiu. Fiquei apenas com a minha irmã em casa. No dia seguinte, ia ser a minha primeira comunhão. Eu tinha aquele cabelão enorme e ela cortou minha franja bem no meio da testa. Minha mãe ficou brava.

Quantos anos tem?

Acho que não vou revelar. Vai ficar para a próxima entrevista (risos).

Não gosta de falar sua idade por quê? Seria receio de envelhecer?

Vejo-me muito tranquila com relação a isso. Não tenho medo de envelhecer, mas não gosto de revelar a minha idade. Sou igual à jornalista Glória Maria, sabe? Não revela a idade de jeito nenhum. Assustei-me este ano quando fiz as contas e percebi que vivo em Belo Horizonte há 14 anos. Não sei se o trabalho me absorve tanto que, de repente, percebo que o tempo está passando muito rápido. Não sei se a vida está passando muito rápido para todo mundo ou para determinadas pessoas que se envolvem muito com o trabalho. Saio de casa às 8h da manhã e volto à noite, quando já está escuro. Depois, vou fazer aula de dança... acho que tudo isso faz a vida passar muito rápido ou, pelo menos, dá essa sensação. Penso que não podemos deixar nada para fazer amanhã. As coisas que lhe dão prazer, que

o fazem melhor, você tem de fazer agora, hoje. Amanhã pode ser tarde.

O que elege como coisas que faz para ser uma pessoa melhor?

A generosidade é talvez a maior delas. É saber olhar para o próximo, escutar o outro. Uma vez, ouvi do Paulo Autran, pouco antes de ele morrer, que a maior qualidade que ele tinha conseguido na vida, com a idade, era escutar as pessoas. Acho que isso é um exercício que temos de fazer. Poucas pessoas escutam as outras. Você fica mais atenta ao outro. Com isso, você passa a enxergar o próximo de outra forma, suas necessidades, angústias, sofrimento, alegrias, prazeres. Para mim, a generosidade é uma das maiores qualidades que um ser humano possa ter ou desenvolver.

E quanto aos seus sonhos. Tem muitos ainda para realizar?

Digo que quero ser igual ao Niemeyer, que, aos 104 anos, ainda falava que tinha de voltar para casa para terminar um projeto. Tenho muitos sonhos. Sou pisciana, muito sonhadora, e é muito bom, porque não entendo a vida sem sonhos. Claro que é preciso tentar realizá-los, mas só sonhar já é muito bom também. Não sei viver sem sonhar. A cada manhã tenho uma coisa diferente que quero. Para conquistar, vou atrás, batalho. Tenho um lado muito guerreiro, acho que isso veio da minha mãe. Ela foi uma mulher muito batalhadora, ficou viúva nova, com 33 anos, com sete filhos. Sempre vi minha mãe lutando muito e conquistando as coisas. Então a tenho como exemplo. É difícil nomear alguns sonhos. São tantos. Mas acho que são viagens. Agora há pouco estava pensando em ir a Portugal. Gosto muito do meu trabalho, quero crescer ainda mais. Esse crescimento pessoal e profissional é muito importante para mim. Acho que tenho ainda muita coisa pela frente para fazer. Também quero continuar dançando sempre. Em relação aos meus filhos, é continuar com esse contato familiar gostoso, aconchegante. Espero preservar e ter para sempre. Acho que é isso, continuar com as minhas coisas e sempre me aprimorar. ■



**Veloz e potente
em cada torque**

Com preços que vão de R\$ 399 mil a R\$ 499 mil, o Macan Porsche, novo SUV compacto alemão, é apresentado em três versões. Eficaz nas frenagens e com tração nas quatro rodas, o modelo conta com ampla potência de motor e precisão de direção

Renata Nunes

NESTE MÊS, OS APAIXONADOS PELA PORSCHE podem conferir o mais novo lançamento da marca: o Macan, luxuoso e compacto utilitário da montadora alemã, com a incrível capacidade de acelerar de 0 a 100 km em 5,4 segundos, graças ao motor de 340 cv. O veículo, que possui três versões – a S diesel; sua variante a gasolina; e o topo de linha Turbo S – estará à venda no Brasil em junho, com as primeiras unidades sendo entregues já em julho.

Macan significa tigre no idioma indonésio, e o veículo, realmente, faz jus ao seu nome: ele é potente, ágil e tenaz, inclusive, em terrenos off-road. O mais recente estágio de evolução da tração nas quatro rodas, conhecido como gestão de tração da Porsche (Porsche Traction Management ou PTM), gerou um dos sistemas de direção mais poderosos do mundo.

O Macan é o primeiro modelo da marca a integrar o segmento de SUV compacto. O veículo combina as características tradicionais de manobra que identificam a marca: aceleração máxima e alto poder de frenagem, ampla potência de motor, extrema agilidade e precisão ideal de direção. Além disso, todas essas características são combinadas com um elevado nível de conforto e

praticidade. As três versões apresentadas têm características que surpreendem. A tração nas quatro rodas, aliás, é uma particularidade comum a todas as versões do Macan.

O Macan S está equipado com um motor V6 biturbo de 3,0 L, com uma potência de 340 cv, contando também com tração ativa nas quatro rodas controlada eletronicamente. Uma transmissão de dupla embreagem com sete marchas transfere a potência conforme necessário e quase sem interrupções na força de tração, permitindo que o veículo acelere de 0 a 100 km em 5,4 segundos (ou 5,2 segundos quando equipado com o pacote opcional Sport Chrono). O veículo alcança uma velocidade máxima de 254 km/h, e seus valores de consumo de combustível, de acordo com o Novo Ciclo de Direção Europeu, ou NCDE, ficam entre 11,1 km/L e 11,5 km/L.

O Macan S diesel é o corredor de longa distância econômico entre as três versões. Seu motor turbodiesel V6 de 3,0 L obtém valores de consumo de combustível, de acordo com o Novo Ciclo de Direção Europeu, que ficam entre 15,9 km/L e 16,4 km/L. Mesmo assim, o Macan S diesel acelera de 0 a 100 km/h em apenas 6,3 segundos (ou 6,1 segundos quando equipado com o pacote opcional Sport Chrono), graças a seu motor de 258 cv, atingindo a velocidade máxima de 230 km/h.

Fotos: Divulgação



FICHA TÉCNICA

Porsche Macan

MOTOR/TRANSMISSÃO

Cilindros: 6 em V
 Válvulas por cilindro: 4
 Taxa de compressão: 10, 5:1
 Cilindrada: 3604 cm³
 Combustível: gasolina
 Tração Integral
 Câmbio automatizado de 7 marchas
 Embreagem dupla a seco

DESEMPENHO

Consumo urbano: 6,5 km por litro
 Rodoviário: 10,5 km por litro

DIMENSÕES

Comprimento: 4,69 metros
 Largura: 1,92 metros
 Altura: 1,62 metros
 Entre-eixos: 2.807 mm
 Peso: 2.000 kg
 Tanque de combustível: 75 litros

RODAS/ PNEUS

Macan S e S Diesel têm rodas aro 18, com pneus 235/60 R18, na frente, e 255/55 R18, atrás. Macan Turbo conta com rodas aro 19, envolvidas por pneus 235/55 R19 e 255/50 R19. Se o cliente quiser, a marca oferece um vasto catálogo de rodas que vão até um conjunto de 21 polegadas

PREÇO

Porsche Macan S: **R\$ 399 mil**
 Porsche Macan Turbo: **R\$ 499 mil**



Já a versão topo de linha do modelo Macan, o Turbo S, provavelmente será o veículo mais potente no segmento de SUV compacto. O motor V6 biturbo de 3,6 L, que está sendo usado pela primeira vez em um modelo Porsche, gera inigualáveis 400 cv de potência e impulsiona o veículo de 0 a 100 km/h em 4,8 segundos. Quando equipado com o pacote Sport Chrono, é possível até mesmo alcançar essa velocidade em 4,6 segundos. Embora a velocidade máxima seja 266 km/h, os valores de consumo de combustível do Turbo S, segundo o NCDE, ficam entre 10,8 km/L e 11,2 km/L.

O Macan é produzido na fábrica de Leipzig, na Alemanha. A Porsche investiu R\$ 500 milhões de euros na fábrica e iniciou uma linha de produção configurada para produzir cerca de 50 mil veículos por ano.

LUXO E CONFORTO

O enfoque no aspecto ágil e amplo continua no interior do Porsche Macan. Linhas sofisticadas, transições precisas e trabalho manual de altíssima qualidade criam uma fusão harmoniosa entre esportividade, qualidade e elegância.

A cabine conta com todas as características tradicionais de um carro esportivo. O olhar é imediatamente atraído para o volante esportivo multifuncional que vem de fábrica, cujo desenho é completamente novo e baseado no 918 Spyder. Outros botões multifuncionais que vêm de fábrica são para o telefone, rádio e computador de bordo, que, ao lado das alavancas de troca de marcha ergonomicamente posicionadas, garantem que as mãos do motorista estejam sempre liberadas para permanecer no volante, fazendo com que sua concentração continue na estrada. Tudo isso tem um preço, e alto: o Porsche Macan S custa R\$ 399 mil. Já a versão Turbo S é comercializada por R\$ 499 mil. ■



Excelente Localização
 Estacionamento amplo

BR - 381 - Km 501
 nº 220 - Próximo à PRF



Recepções e Eventos

Casamentos | Aniversários | Workshops

Happy Hours | Temporadas | Encontros Evangélicos



Reserve já.

\sitioborabora
 \sitioborabora

(31) 2571-6044

Fotos: Müller Miranda



O que mais provoca desavenças entre o casal Sérgio Giraldo, 33, e Kenia Rodrigues, 39, é o relacionamento familiar; enquanto ela prefere a proximidade com a família, ele preza o individualismo



Casados há seis anos, Marcos Vinicius da Silva, 30, e Pamela Barbosa, 28, são bem diferentes. Ele ama esporte e atividades ao ar livre, enquanto ela, prefere não fazer qualquer tipo de exercício físico

Opostos que se atraem

As diferenças do outro podem ser apaixonantes à primeira vista, mas, para uma relação de longo prazo, tendem a se tornar um empecilho; porém, casais afirmam que, com respeito e paciência, é possível, sim, viver um relacionamento saudável e feliz, mesmo diante de pessoas tão distintas

Pollyanna Lima

“EDUARDO E MÔNICA ERAM NADA PARECIDOS, ela era de leão e ele tinha dezesseis. Ela fazia medicina e falava alemão, e ele ainda nas aulinhas de inglês.” Quem acredita que somente o casal Eduardo e Mônica, personagens da canção da banda Legião Urbana, consegue viver bem com tantas diferenças pode estar enganado. Muitas vezes, parece quase impossível conviver com alguém diferente, porque as disparidades culturais, sociais e de opinião geram conflitos até nas pequenas questões do dia a dia, como praticar esportes, cozinhar ou fazer compras. Porém, segundo alguns casais, se ambos estiverem dispostos a ceder e a entender o lado do outro, é possível vencer esses obstáculos e ser feliz ao lado de quem se ama.

O técnico em enfermagem Lucas Martins Pereira, 32, e a empresária e estudante de engenharia civil Elizângela Priscila Batista Martins, 31, estão juntos há dez anos, sendo três de casamento. Eles contam que têm

gostos e pensamentos diferentes e foram criados de forma muito distinta. “O que mais me incomoda no Lucas é o fato de ele ser muito individualista. Creio que seja por ele ser filho único e eu ter nascido entre 14 irmãos, uma realidade completamente diferente”, explica Elizângela. Já Lucas tem outras dificuldades: “Ela vive em torno da família e esquece que tem marido. Além disso, ela dorme demais”, brinca ele.

Elizângela é viciada em café, enquanto Lucas detesta. Ela só toma banho quente, ele adora água fria. Ela gosta de filme e futebol, ele não aprecia. “Acordo superagitado, ela, num tremendo mau humor. No almoço, também temos divergências,

pois eu gosto de comida mais seca e ela, se deixar, almoça um ensopado”, diverte-se Lucas. “Mas sempre estamos buscando formas de melhorar o nosso convívio”, enfatiza a empresária. “Depois da briga, um sempre dá o braço a torcer e espera as coisas se acalmarem para resolver. Até que esfriemos os ânimos, buscamos no silêncio a melhor solução”, completa o técnico em enfermagem.

A administradora Pamela Margarida Barbosa, 28, casada com o educador físico Marcos Vinicius da Silva, 30, conta que o jargão “os opostos se atraem” descreve perfeitamente a união do casal. Nossa história já tem dez anos: um de amizade, três

de namoro e 6 de casamento. Sou uma pessoa realista, prática e sempre insatisfeita. Já Marcos, apesar de ter 30 anos, pode ser facilmente confundido com um dos seus alunos, pois é um ‘jovem’ por natureza. Ele ama esporte e atividades ao ar livre, eu prefiro aproveitar um dia livre para dormir a tarde toda. Esse é, com certeza, o meu defeito que mais o incomoda. Uma situação engraçada que passamos juntos foi quando eu resolvi acompanhá-lo a um jogo de vôlei. Estava tudo muito legal para ele, até eu começar a dormir na arquibancada, em plena partida”, recorda Pamela.

Já o empresário Sérgio Giraldo, 33, e a jornalista Kenia Rodrigues, 39, juntos há nove anos, também são pessoas muito diferentes e parte disso, afirmam eles, se deve ao meio cultural em que ambos foram criados. “Sou do Rio Grande do Sul e ela, de Minas Gerais. Vim de uma cidade pequena, com menos de dez mil habitantes, e tenho hábitos culturais, alimentares, comportamentais e um modo de pensar bem diferente do dela”, explica Sérgio. “O que mais provoca desavenças entre nós são os nossos pontos de vista sobre o relacionamento familiar, já que sou muito próximo a minha família”, conta Kenia. “Já eu prezo muito pelo individualismo do casal e sinto a necessidade de certo distanciamento dos familiares, o que a Kenia não consegue fazer”, completa o empresário.

“Um dos problemas mais recorrentes e engraçados é quanto aos nossos gastos. Sou muito controlado e minha mulher gasta excessivamente. Então, já houve momentos em que tentei pechinchar muito e isso não agradou à Kenia, gerando divergência de opiniões. Também raramente gosto de pagar os 10% de gorjeta ao garçom, pois quase nunca fico inteiramente satisfeito com o serviço. Além disso, não gosto de dar gorjeta em táxis, principalmente, quando ‘regateio’ o preço e já tenho o valor predefinido para gastar no orçamento. Daí a Kenia, em muitos casos, por coração mole, pede para dar dinheiro a mais”, conta Sérgio. A jornalista confirma as atitudes do marido: “O Sérgio é muito pão-duro e isso, às vezes, chega a causar constrangimento. Mas, depois que passa, conseguimos rir da situação”. ➤



Lucas Pereira, 32, e Elizângela Martins, 31, têm gostos e pensamentos bem diferentes; ela, por exemplo, adora filme e assistir futebol, já ele, não aprecia

O casal conta que já chegou a pensar que as diferenças seriam capazes de separá-los. “Quando se tem algo mais difícil de lidar e contornar, a sensação mais fácil é a de repelir e buscar algo mais próximo do que você acredita. Porém, há estratégias para que isso não venha a dividir de vez o casal: o diálogo e o companheirismo. Eles são fundamentais nesses momentos. Só se fica com alguém de quem se gosta e a quem se cativa. Esposa ou marido são escolhas individuais de cada um. Então, para contornar as desavenças, geralmente, realizamos longas e até divertidas conversas e discussões sobre os mais variados temas e polêmicas. Não vamos dizer que isso não é desgastante, mas, por outro lado, nos faz crescer”, afirma Kenia.

“Todos os seres humanos são diferentes uns dos outros, uns mais, outros menos. Ninguém é igual, então, os opostos se atraem porque, em muitos casos, buscamos no outro uma pessoa que tenha características e modo de pensar que, em muitos casos, nos faltam. É como um time de futebol. Não adianta ter 11 atacantes ou 11 goleiros: é preciso ter um atacante,

um goleiro, um lateral, cada um ocupando o seu espaço e desempenhando o seu papel”, reflete Sérgio.

Quem confirma o pensamento do empresário é a psicóloga Cleuza Prata. “Quando procuramos uma pessoa que é diferente, na verdade, estamos buscando no outro aquilo que gostaríamos de ser. Por exemplo, se sou muito tímida, vou me interessar por um homem mais extrovertido, então, começo a namorá-lo para sentir, através dele, o que eu gostaria de ser”, revela a especialista.

EXPLICAÇÃO CIENTÍFICA

Para a psicóloga, os opostos podem até se atrair, mas, quando essas diferenças são muito evidentes, é difícil que eles consigam viver juntos por muito tempo. “É claro que toda regra tem exceções, mas, geralmente, os relacionamentos das pessoas opostas tendem a durar pouco. Isso acontece porque no período em que estamos atraídos um pelo outro, por meio de um hormônio chamado testosterona, nós ficamos ‘cegos’. Isso nos provoca a paixão, que é manifestada por meio da do-

pamina, um hormônio que causa o efeito de euforia. Ou seja, tudo que já conhecemos vamos receber com bons olhos, tanto o igual quanto o diferente. Quando estamos vivendo esse processo as coisas vão bem, porém, com o passar do tempo, vem uma outra etapa, a dos hormônios oxitocina (presente na mulher) e vasopressina (presente no homem). Eles causam uma sensação de calma no corpo e, nesse momento, tudo se ajusta. E é aí que as diferenças começam a incomodar. Então, começam os conflitos, porque a pessoa percebe que o comportamento do outro não é bem o que ela quer para a vida dela”, exemplifica.

Mas Cleuza afirma ainda que as pessoas podem, sim, aprender a viver com o diferente. “Basta ter vontade, desejo e disponibilidade para que possamos aprender algo que o outro gosta de fazer. Nosso cérebro tem um poder muito grande de adaptação, então, se você se permitir fazer algo que o outro goste, em pouco tempo também sentirá prazer com a tarefa. Vale a pena experimentar”, finaliza. ■

O Porteira Velha tem um espaço especial para cada um de seus encontros.

Restaurante Centro de Convenções Salão de Eventos

Faça a sua reserva: 3592-3600

Rod BR 381 km 489
B. Santa Cruz / Betim
www.porteiravelha.com.br

Espaço e Lazer pertinho da gente!

jangada
HOTEL CAMPESTRE

Acomodações • Restaurante aberto ao público e muito mais.

MG40 nº 50 entre Ibitiré e Sarzedo e a 27 km de BH e Contagem

Entre em contato: 31 8888-4068
www.hoteljangada.com.br

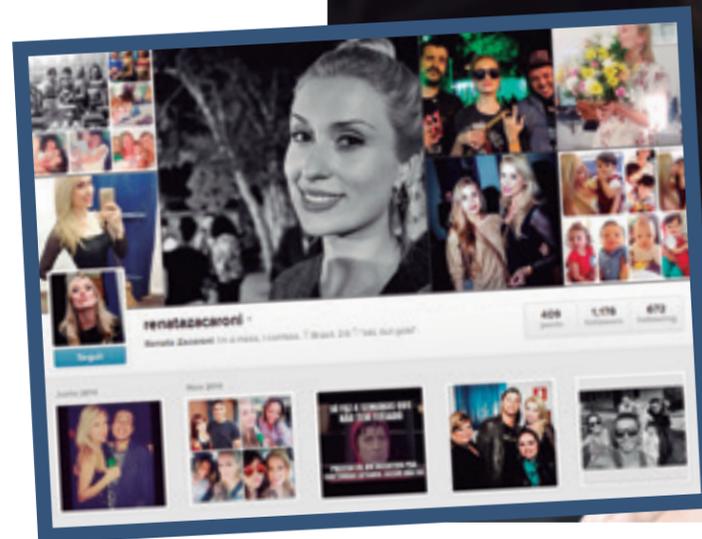
FOMO:

um mal da atualidade

Fotos: Müller Miranda



O “medo de ficar por fora”, sigla em inglês para “Fear of Missing Out”, é um fenômeno da atualidade que aflige boa parte da população mundial; vai dizer que você nunca se sentiu incomodado quando, ao ficar desconectado das redes sociais, não sabia o que os outros estavam fazendo?



Instagram: @renatazacaroni
Seguidores: 1.165
facebook.com/renata.zacaroni.71

Lisley Alvarenga

SEXTA-FEIRA, dia 18 de abril de 2014, 19h. Antes de deixar o trabalho, conecto as redes sociais e verifico, mais uma vez, as atualizações dos meus amigos virtuais. São 20h07, já em casa, resolvo descansar e ter o que, a princípio, seria uma noite agradável. Ajeito-me no sofá, ligo a TV e começo a assistir a um filme. Minutos depois, pego meu smartphone e, entre uma cena

e outra, descubro que um grupo de amigos está organizando um churrasco. No mesmo instante, recebo notificações de outros colegas, postando fotos da turma se preparando para uma balada. Frustrada, sinto uma pontada de inveja ao perceber que, diferentemente de mim, grande parte dos meus amigos terão uma noite muito mais interessante que a minha. É então que começa o meu tormento: Facebook e WhatsApp abertos, checo as redes sociais

a cada minuto para saber o que está acontecendo. Uma compulsão que, para mim, é supernormal. Já são 2h26 da madrugada. Decepcionada com meu programinha “light”, perco o sono e fico navegando na web até quase amanhecer.

#incômodo #insatisfação #desconforto #insegurança... Sim, esses foram alguns dos sentimentos vividos por mim no relato descrito acima. E, cá para nós, não sou a primeira e, tenho certeza, muito

menos a última. Pare para pensar: quem nunca se pegou no meio de uma sessão de cinema ou em uma peça de teatro espreitando o celular para ver o feed de notícias do Facebook? Ou quem nunca, entre uma garfada e outra no almoço ou no jantar, parou para dar várias “olhadinhas” nas últimas postagens do Twitter ou do Instagram? Essa ansiedade de querer sempre estar conectado para, assim, ficar antenado nos eventos, nas informações

e nos últimos posts de amigos e colegas de trabalho é um fenômeno que, segundo pesquisa realizada nos Estados Unidos pela agência de publicidade multinacional JWT, aflige 70% da população mundial. O que poucas pessoas sabem é que essa tendência já tem nome.

Segundo o cientista social inglês e pesquisador sobre o tema Andrew K. Przybylski, o Fomo, sigla que em inglês, significa “Fear Of Missing Out”, isto é,

“medo de ficar por fora”, é definida como uma apreensão generalizada de uma pessoa de que os demais possam ter mais diversão e experiências gratificantes na qual ela não está presente. Sendo assim, o Fomo, um conceito relativamente novo, é caracterizado pelo desejo de permanecer continuamente conectado com o que os outros estão fazendo, sob o medo de perder algo. “A mídia social é como uma distração de outras responsabilidades im- ▶▶



Instagram: @iccaroiccaro
Seguidores: 1.222
facebook.com/iccaro.lelis

portantes na vida cotidiana”, completa o especialista no artigo “Correlatos Motivacionais, Emocionais e Comportamentais de Medo de Perder”, publicado em julho do ano passado no livro “Computadores no Comportamento Humano”.

Segundo a pesquisadora em comunicação digital e professora em comunicação social da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) Joana Ziller, o Fomo é um fenômeno contemporâneo em que, além de as pessoas acreditarem, constantemente, estar perdendo alguma coisa, pensam ainda que certas funções as privam de fazer outras coisas. “No geral, elas vivem uma disputa, em alguns casos, inconsciente, para descobrir quem de nós é o mais feliz. Mas isso é um sentimento que sem-

pre existiu. As redes sociais são apenas uma ferramenta que dá mais visibilidade a isso, proporcionando, assim, a impressão de que esse sentimento se agravou, quando, na verdade, está da mesma forma que há 20 anos, por exemplo. A maneira como nós utilizamos essas mídias é que vai fazer com que elas sejam malélicas ou benéficas para as nossas vidas”, salienta.

A assessora de imprensa Renata Zacaroni, 26, sente isso na pele. Ela fica conectada à internet o tempo todo, tanto para bater papo com os amigos quanto para trabalhar. “Meu celular está sempre ao meu alcance. Não fico sem, infelizmente ou felizmente, e não gosto de perder nada do que está acontecendo. Vou dar um exemplo. Enquanto estamos con-

versando, estou, ao mesmo tempo, no WhatsApp e no Instagram. Checo as redes sociais, pelo menos, umas 20 vezes ao dia. Isso acaba com a minha bateria. Por isso, ando com um carregador no carro, um na bolsa e tenho outro em casa para nunca ficar desconectada. Se tentarem tirar o meu iPhone de mim, vão comprar uma briga feia”, brinca.

Outra situação caricata da sua “obsessão” pela conectividade aconteceu um dia em que a operadora que ela utiliza ficou fora do ar. Na ocasião, ela e sua equipe de comunicação cobriam um evento. “Estávamos usando basicamente o WhatsApp para manter contato e, quando a internet caiu, ninguém conseguiu se falar mais. Houve um estresse generalizado. Mes-

mo em situações comuns do dia a dia, fico nervosa se algo me impossibilita ou dificulta o meu acesso ao que está acontecendo nas redes sociais. Dá uma sensação de impotência”, afirma.

De acordo com a psicóloga Cleuza Prata, Facebook, Instagram, Twitter, entre outros, são canais de comunicação que trazem prazer e preenchem uma lacuna na vida da pessoa, como a falta de contato com outros seres humanos. Com isso, é possível que a rede contribua para que o usuário permaneça mais tempo isolado e faça desse ambiente virtual sua fuga. “Por trás dos relacionamentos virtuais, podem existir pessoas com dificuldades nas relações interpessoais, como uma timidez excessiva, medo ou insegurança de se expor ao outro. Por isso, a virtualidade se torna uma forma de refúgio. Apesar de não ser a grande maioria, há pessoas que se aproveitam da virtualidade para mentirem a respeito de si mesmas, por exemplo, utilizando fotos falsas ou dados inverídicos para estimular o interesse e a curiosidade do outro.”

Ainda conforme a especialista, a compulsão pelo uso das redes sociais define-se enquanto fenômeno clínico quando há um comprometimento ocupacional da pessoa que a impede de dar andamento de suas atividades profissionais, sociais e acadêmicas, envolvendo também um grande sofrimento, que pode ser diagnosticado pela literatura médica e pela psicologia como um transtorno. “Uma pessoa com propensão à depressão e fobia social tende a usar as redes de maneira dependente da mesma forma como acontece com as drogas. Em relação ao selfie – o famoso autorretrato feito com smartphones ou webcam – com excesso, por exemplo, verifica-se uma autopromoção, um eminente comportamento narcisista, uma nova maneira de expressão, que pode induzir transtornos de personalidade, intensificando traços de agressividade e reclusão”, explica Cleuza Prata.

Apesar do uso frequente, Renata acredita que sua relação com as redes sociais não chega a ser problemática, porém, ela admite que a situação irrita, algumas ve-

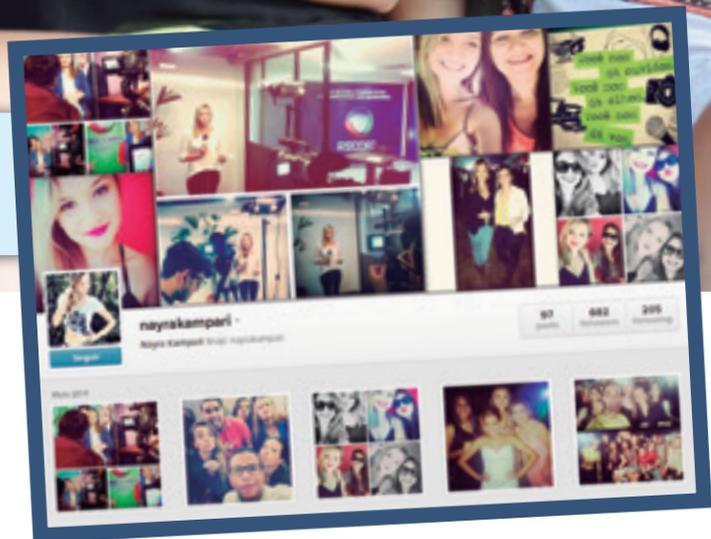
zes, familiares e amigos. “Todos reclamam da frequência com que utilizo meu telefone e das conversas ‘desviadas’. Quando eu comprei o meu iPhone, por exemplo, a coisa que eu mais escutava era: ‘Nossa, agora a mamãe só fica nesse iPhone. Está ridículo isso, mamãe’. Levo bronca do meu filho mesmo. E como já estou com o esse aparelho há quase dois anos, venho escutando as mesmas queixas há um bom tempo. Até a minha mãe, antes de ter o dela, me criticava absurdamente. Hoje, temos um grupo chamado ‘Família Zacaroni’, que tem vários membros, e quem mais manda piadinhas é ela”, conta. No entanto, a jornalista admite estar tentando policiar mais sua relação com as redes sociais. “Se não fosse isso, acho que poderia dedicar mais tempo do meu dia a outros afazeres. Com o celular, acabo me distraindo com muita facilidade”, afirma.

O universitário Iccaro Torres, 22, também conta que sempre foi muito ligado à internet e que, com o lançamento do smartphone, fica conectado em esca- ▶▶

Recanto Azul



Instagram: @nayrakampari
Seguidores: 681
facebook.com/naykampary



la ainda maior. “Ter um celular à mão e poder entrar na internet em qualquer lugar facilita muito as coisas. Não gosto de perder nada. Por isso, checo meu celular de cinco em cinco minutos. Durmo com ele debaixo do travesseiro e, muitas vezes, perco horas em que poderia estar dormindo, para navegar na rede. Se acordo de madrugada, não resisto, tenho de verificar se recebi alguma notificação. Se vou a uma festa com amigos, tento me controlar para não deixar de dar atenção a eles para ficar na web”, revela ele, ao afirmar que se considera uma pessoa “viciada em internet”. “É como o vício do cigarro, você sabe que, se quiser, consegue parar, mas é muito difícil ficar sem”, salienta.

O número de pessoas aficionadas pe-

las redes sociais cresceu substancialmente após o lançamento dos smartphones. Com ele, ao contrário do que acontecia com tablets, computadores e notebooks, o acesso à internet ficou disponível 24 horas por dia e em qualquer lugar que estejamos. O resultado disso: um boom no número de pessoas entregues à “epidemia” do Fomo.

Nos raros momentos em que Iccaro ficou sem o celular, diz que se sentiu iso-

lado e alheio a tudo o que estava acontecendo. “Fiquei receoso de estar perdendo alguma coisa ou de as pessoas não conseguirem se comunicar comigo. Parecia que eu tinha naufragado e estava em uma ilha deserta”, brinca. No entanto, Torres, que é estudante de publicidade e propaganda, diz que desliga o aparelho quando está estudando. “Se ficar ligado, fica impossível de eu me concentrar nas aulas”, confessa.

Apesar de ter conta no Twitter e de utilizar o Snapchat – um aplicativo de mensagens com base de imagens –, o Facebook; o Instagram e o WhatsApp são os seus grandes vícios, sendo os dois últimos os preferidos. “Só no Whats, tenho 400 contatos. Por dia, chego a conversar com uma média de 30 pessoas e, nos fins de semana, esse número sobe para 50. Mas tenho consciência de que, se não houvesse essa conectividade virtual, minhas relações não seriam tão superficiais.”

E dos quase 2.500 amigos que tem no Facebook e no Instagram, alguns já passaram para vida real. “Já fiz muitos amigos e até comecei a me relacionar pela web. As redes sociais acabam proporcionando mais uma oportunidade de as pessoas interagirem. Se eu não tivesse a internet, minha vida social seria super-reduzida, porém, acredito, talvez, mais proveitosa.”

A professora Sherry Turkle, do MIT – considerada a melhor universidade do mundo, pelo QS World University Rankings –, publicou, recentemente, um artigo

no New York Times, nos Estados Unidos, em que afirma que o advento das redes sociais trouxe muitas vantagens. “Ver posts de meus amigos espalhados pelo país me faz sentir conectada a eles. Notícias e fotos de passeios de bicicleta, concertos, jantares e noites na cidade apreciados por pessoas de meu círculo social são fontes incalculáveis de informação informal sobre o que devo fazer na cidade.” Porém, ela também salientou que essa relação também pode trazer prejuízos. “Às vezes, você não tem tempo para seus amigos, exceto, se eles estiverem on-line.”

A estudante de jornalismo Nayra Angélica Silva Andrade, 19, também conta que a internet faz parte do seu cotidiano e é enfática ao afirmar que ficar desconectada, para ela, é o fim do mundo. “Se isso acontecer, fico nervosa, ansiosa, começo até a roer as unhas. Não receber nada e não saber o que está acontecendo no mundo virtual é motivo de estresse. Dá uma sensação de vazio, de que todo mundo sabe o que está rolando e eu não. O tempo todo atualizo

as redes, posto alguma frase, uma música legal. Por isso, até quando vou ao banheiro tomar banho levo meu celular.”

Para a psicóloga Cleuza Prata, deixar de fazer coisas e estar entre amigos e familiares para permanecer conectado caracteriza-se como um mau hábito do uso da rede. Segundo ela, o problema não é a ferramenta, mas, sim, o uso que fazemos dela. “Nas redes sociais, não existe o contato físico. A interação direta com o outro permite que as pessoas se sintam pertencentes a algum grupo real. Quando invertido, somente na fantasia, cria-se um vazio, uma ausência, gerando cada vez mais relações distantes e impessoais, além de muita solidão. Também pode existir uma timidez excessiva, medo ou insegurança de se expor ao outro na vida real, quando a pessoa se esconde através da fantasia, do irreal, fugindo de sua realidade.”

A sua relação com o mundo virtual é tão forte, que, segundo Nayra, isso já causou um sentimento de “amor e ódio” dentro de sua casa. “Nosso dia a dia é ►►

PÓS-GRADUAÇÃO E MBA FGV BETIM



“Além da alta qualidade do corpo docente, o curso qualifica o gestor para as mais assertivas tomadas de decisões. Fazer o MBA contribuiu enormemente para a melhoria do serviço que presto, ampliou a minha visão e percepção de negócio.”

Cristiane Andrade

Presidente da Câmara da Mulher Empreendedora da Federaminas
Presidente Associação da Mulher Empreendedora de Betim
Proprietária da 2You – Escola de Idiomas

Início turmas: agosto/2014
Mensalidades a partir de R\$ 614,00*

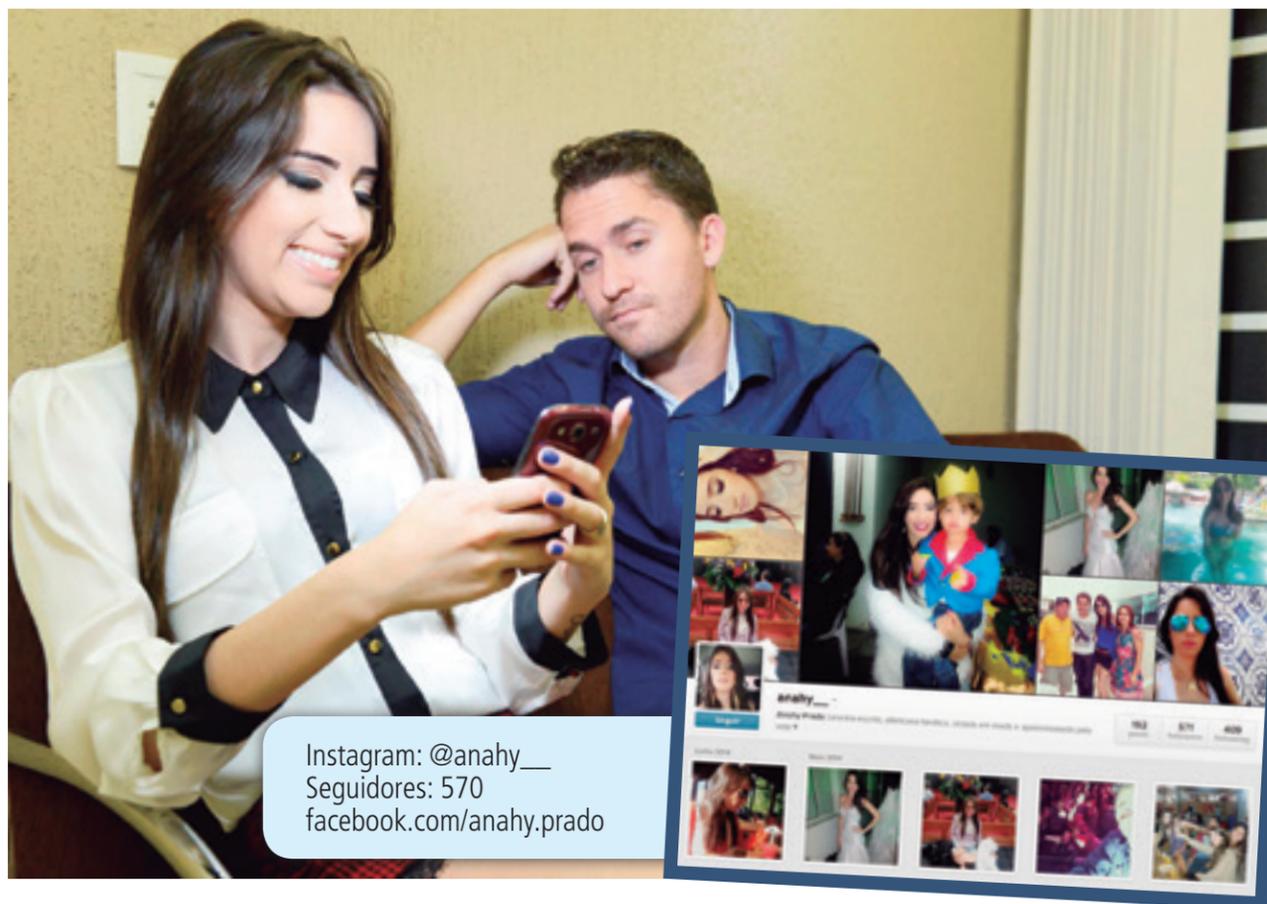
*Incluído desconto de 27,3%, válido para inscrições até 30/06/2014. Valores corrigidos anualmente. Taxa de financiamento de 1%a.m.

(31) 3594-3900

fgv.betim@ibs.edu.br | www.ibs.edu.br



Belo Horizonte | Vetor Norte - BH | Betim | Contagem | Governador Valadares | Montes Claros | Teófilo Otoni



Instagram: @anahy___
Seguidores: 570
facebook.com/anahy.prado

muito corrido e, sempre que meu pai chegava em casa, à noite, reclamava por que meu irmão e eu não tínhamos tempo de conversar com ele e com minha mãe, porque só ficávamos na internet. Para se aproximar da gente, ele resolveu comprar um celular com esses aplicativos. Depois disso, ficamos mais próximos”, conta.

Apesar de considerar que o “amor” pela tecnologia tenha estreitado o convívio com sua família, ela confidencia que a

relação com a internet a consome. “Tenho certeza de que utilizo demais, mas não consigo parar. Até quando vou à igreja rezar e desligo o celular fico ansiosa para saber o que está acontecendo. Cheguei a ficar pendurada na varanda da minha casa quando fiquei sem internet, para utilizar a web do meu vizinho e não perder as postagens. Quando ando pela rua, não paro de mexer. Já quase fui atropelada por causa disso”, recorda. “Mas, por mais

compulsiva que eu pareça ser, a internet é uma necessidade na minha vida. Ela me ajuda nos meus afazeres do dia a dia. Além de usá-la para conversar com meus amigos, como estudante de comunicação social, preciso ficar antenada em tudo o que está acontecendo”, enfatiza.

É o que acontece também com a bancária Anahy Prado, 24. Com receio de deixar de acompanhar as postagens dos amigos, ela não desgruda do seu celular. Só deixa



Instagram: @douglasnogueira
Seguidores: 636
facebook.com/douglas.nogueira.31

de verificar suas notificações, a cada minuto, quando está no trabalho. “Mesmo assim, entre o atendimento de um cliente e outro, dou uma checada. Meu aparelho fica do meu lado quando estou dormindo e, se acordo de madrugada, checo as redes. Às vezes, estou morrendo de sono, mas não consigo dormir porque estou batendo papo com amigos. Fico com a internet ligada 24 horas por dia e, se perco a concentração, fico extremamente estressada”, afirma.

Além da mãe, é o namorado, o empresário Guilherme Brandão, 25, quem mais “sofre” com o “vício” de Anahy. “Tanto ele como minha mãe reclamam muito que não saio das redes sociais. Se posto uma foto nossa no Facebook ou no Instagram, por exemplo, fico monitorando quantas curtidas recebemos. Ele reclama e me ignora. Acho que só não briga comigo porque é uma pessoa muito calma e paciente”, conta a bancária, ao ressaltar

que não deixa de dar atenção ao namorado por causa da internet. “Mas as redes sociais facilitam muito a vida da gente. Combino tudo que vou fazer com meus amigos através dela.”

Pesquisa publicada em 2012, no Brasil, pela Norton, da Symantec, afirma que 44% dos internautas brasileiros necessitam das redes sociais para manter suas amizades. A pesquisa revela ainda que o brasileiro passa, semanalmente, em média, 30 horas do

GRANDES SHOWS,
AMPLA PISTA DE DANÇA,
4 SCOTH BAR, 3 CAMAROTES,
FUMODROMO E ESTACIONAMENTO.

RUA CAPELA NOVA, 431 - BETIM IND.
FACEBOOK.COM/ARRASTAPE
WWW.ARRASTAPEBETIM.COM.BR
(31)2571-2963
(31)3592-3738

Arrasta-Pé
A SUA CASA DE SHOW EM BETIM

**JÁ QUE O MINEIRÃO
ESTÁ LOTADO, VENHA
TORCER COM A GENTE!**

USINA FC

Av. Nsra. do Carmo, 739 Info:
Centro - Betim 3544-9200

seu tempo conectado à internet. É o caso do vendedor Douglas Nogueira, 21. Ele tem uma relação intensa com a internet e fica 24 horas por dia conectado com seu iPhone, aparelho que, segundo ele, permite-lhe resolver a maior parte dos seus afazeres. Com as redes sociais, não é diferente. “Quando acordo de manhã, antes mesmo de me levantar da cama, a primeira coisa que faço é checar se recebi alguma notificação. É sagrado. Isso acontece também se eu acordar de madrugada, para ir ao banheiro, por exemplo”, confessa.

Douglas recorda-se de uma atitude mais extrema que tomou, por causa do “vício” de bisbilhotar o que acontece no mundo virtual. “Saí da loja às 18h, em plena terça-feira, e tinha de pegar serviço no outro dia às 8h. Como tinha esquecido o carregador lá, fiquei transtornado. Peguei o aparelho da minha mãe, baixei os aplicativos das redes sociais que utilizo, só para não ficar algumas horas sem saber as últimas postagens dos meus amigos”, revela. Se isso ocorrer, Douglas afirma que fica extremamente mal-humorado. “Por isso, dou meu jeito. Nem que tenha de pedir o aparelho de celular para um desconhecido”, brinca.

A compulsão por estar o tempo todo conectado, apesar de não o incomodar, é desaprovada por amigos. “Como checo minha timeline e notificações a cada 10 minutos, isso irrita quem está a minha volta. Já aconteceram situações de meus amigos, por brincadeira, confiscarem meu aparelho celular”, explica. “Apesar das reclamações deles, acho que a internet me ajuda a estreitar meus laços de amizade e facilita a minha comunicação com meus amigos”, reforça.

É as fotografias são o lado mais visível do vício do vendedor. Não há lugar em que ele vá, paisagem que veja ou experiência que tenha que não eternize para, depois, pôr online. “Não é raro eu ter de excluir pastas do meu iPhone com 8 mil imagens. Se vou almoçar, tiro foto e posto. Se vou a uma festa, tiro várias fotos e compartilho com meus amigos depois. Também adoro fazer um selfie. Tirar fotos é algo que me diverte, praticamente um hobby. Meus amigos também adoram”, conta Douglas.



FAÇA O TESTE!*

Quanto você sofre de FOMO?
Com que frequência você....

...fica chateado em saber que seus amigos estão se divertindo sem você?

- Raramente
- Diversas vezes
- Sempre

...se incomoda quando perde a oportunidade de encontrar com seus amigos?

- Raramente
- Diversas vezes
- Sempre

...se angustia de saber que eles têm experiências mais satisfatórias que as suas?

- Raramente
- Diversas vezes
- Sempre

...acha importante compartilhar informações sobre você?

- Raramente
- Diversas vezes
- Sempre

...mantém o controle sobre o que seus amigos estão fazendo, mesmo estando de férias?

- Raramente
- Diversas vezes
- Sempre

...fica ansioso quando não sabe o que seus amigos estão fazendo?

- Raramente
- Diversas vezes
- Sempre

VALOR DE CADA RESPOSTA

Raramente: 1 ponto
Diversas vezes: 2 pontos
Sempre: 3 pontos

RESULTADO

Até 8 pontos: nível baixo
De 8 a 12 pontos: nível moderado
Acima de 12 pontos: nível alto

Para a psicóloga Cleuza Prata, apesar de as ferramentas virtuais serem necessárias, é preciso equilíbrio. “É importante termos disciplina pessoal e sabermos utilizar, a nosso favor, os benefícios que cada tipo de relacionamento promove, de modo que possamos viver mais plena-

mente e próximo daqueles que amamos. Devemos, portanto, ter cuidado de como utilizar as ferramentas virtuais. Amizades e relacionamentos afetivos não devem ser baseados, exclusivamente, na forma virtual. Caso esteja indo por esse caminho, peça ajuda a um profissional”, salienta. ■

POR DOMINGOS DE SOUZA NOGUEIRA NETO*



COPA, OLIMPÍADAS E O ROSTO DO BRASIL



As obras da Copa e das Olimpíadas, atrasadas, superfaturadas e banais, do ponto de vista arquitetônico, apresentam para o mundo um Brasil destituído de orgulho, competência e vaidade. É uma pena.

O Brasil pode receber Olimpíadas, Copas do Mundo, campeonatos mundiais, como tem recebido, inclusive, e como sonhou, no governo do então presidente Luiz Inácio Lula da Silva, o Lula, em mostrar-se ao mundo como igual, realizando eventos, influenciando nas relações internacionais e alterando a situação social criada por décadas de oligarquias no poder.

Falhamos, nós falhamos, o governo falhou, os empresários falharam, em tudo. Esse povo insiste em eleger corruptos, de todos os partidos, porque vota olhando para o próprio umbigo, esperando ajudar alguém, ou ser ajudado, no pessoal. Falta ainda votar pensando no Brasil como um todo.

As obras da Copa e das Olimpíadas, atrasadas, superfaturadas e banais, do ponto de vista arquitetônico, apresentam para o mundo um Brasil destituído de orgulho, competência e vaidade. É uma pena.

A infraestrutura para os eventos, a acessibilidade, a mobilidade urbana são apenas um engodo, nada vai sobrar após o carnaval... É fácil verificar que sequer uma política esportiva, a partir das escolas, das comunidades ou das empresas, foi cogitada.

Nossos jogadores de futebol vão continuar ricos, ganhan-

do ou perdendo. Os índices olímpicos vão permanecer medíocres, depois de uma ou de outra vitória obtida através do investimento no alto desempenho. Nada do que está sendo projetado para esses megaeventos, através da proposta de arquitetura, vai surpreender o mundo, ou apresentar como arte certa alma brasileira. Vamos deixar caixotes vazios e caros para a posteridade.

Mas o pior de tudo é que este país que sai às ruas, que protesta, e que percebe suas contradições, como péssima saúde, educação sem investimentos, Judiciário lento, políticos corruptos espalhados por todas as cores do espectro ideológico, empresários gananciosos, fantasmas de ditadores da década de 1960, não tem conseguido criar opções que sejam uma mudança verdadeira.

Penso na Copa que se aproxima, nas eleições depois dela e, aí, nas Olimpíadas, com a sensação de quem está em uma festa à qual não podia deixar de ir, que bebeu, por educação, bebida de péssima qualidade, e que se prepara para uma ressaca, com uma dor de cabeça daquelas... ■

* Crítico de arte, estudioso de direito e de psicanálise e professor de judô – domingos_nogueira_consultoria@yahoo.com.br.

Fotos: Müller Miranda

Juventude bem representada

Referência em Betim quando o assunto é políticas públicas voltadas para os jovens, o advogado e superintendente da prefeitura, Marco Túlio Lara, 29, revela curiosidades da sua vida e aborda temas polêmicos

Luna Normand

SABE AQUELA PESSOA SEM TEMPO RUIM, que sempre está disposta a ajudar e a aprender coisas novas? Assim é o advogado Marco Túlio de Freitas Rezende Lara, 29, nome à frente da Superintendência Municipal de Juventude, pasta criada, no início do ano passado, pela Prefeitura de Betim, com o intuito de efetivar e pautar ações do governo municipal direcionadas ao público jovem.

Morador de Betim desde que nasceu, ele conhece muito bem a realidade da juventude da cidade. E foi por vivenciar todos os problemas e as dificuldades da sua geração que ele resolveu ingressar na política. “Via muita coisa errada e isso sempre me incomodou muito. É muito cômodo para o jovem só reclamar. A mudança tem de partir de nós. Essa insatisfação e a vontade de ajudar as pessoas é que me motivaram a trabalhar pelos jovens betinenses.”

A experiência em buscar soluções e melhorias para a população veio da participação em movimentos estudantis, na adolescência e início da juventude. Formado em direito pela PUC Betim, Marco Túlio já atuou em grêmios estudantis e foi diretor do DCE (Diretório Central de Estudantes) da PUC Betim. “Atualmente, sou conselheiro da OAB (Ordem dos Advogados do Brasil) Jovem, diretor jurídico da CDL (Câmara dos Dirigentes Lojistas) Jovem e vice-presidente metropolitano



do PSDB Jovem. Sempre busco participar de todos os movimentos que envolvem política e juventude”, salienta.

Hoje, à frente da Superintendência da Juventude, ele e sua equipe desenvolvem uma série de políticas sociais com o objetivo de proporcionar aos jovens acesso à informação, cultura e lazer. “Betim é uma cidade muito diferente das outras. As pessoas não valorizam as coisas daqui, preferem ir para fora para se divertir. Isso é cultural, vem de anos. É preciso mudar esse pensamento e começar a participar mais das atividades daqui”, diz.

De família de classe média, Marco Túlio comanda uma pasta que trabalha, em sua maioria, para o público da periferia. “A partir do momento em que assumimos um cargo público, temos de esquecer o ‘eu’ e pensar no todo. Não me vejo como um jovem da classe média que está à frente desta pasta, mas, sim, como uma pessoa que tem condições de olhar esse ‘todo’ de uma maneira sensível, cuidadosa e responsável”, afirma.

Um exemplo bem-sucedido do trabalho realizado pelo advogado foi a primeira edição do Circuito Juventude de Cultura, em 2013, evento que, além de possibilitar a fusão da cultura e do esporte local, integrou jovens das mais variadas tribos. Segundo ele, na ocasião, ele pôde perceber que, diferentemente dos anos anteriores, as políticas públicas direcionadas ao público jovem não vão mais ocorrer apenas em ano de eleição. “Pelo fato de o projeto ter percorrido as 10 regionais da cidade e integrar diversas modalidades, o jovem se sentiu acolhido, viu que tem alguém que olhe por ele. Neste ano, queremos promover o Circuito novamente. O evento é uma tentativa de criar oportunidades para o jovem, mas de nada adianta fazer tudo isso se ele não abraçar esse e outros projetos que são desenvolvidos no município”, salienta.

POLÊMICA

Já que o assunto é juventude, o superintendente se posiciona acerca de temas polêmicos que fazem parte da vida do jo-

vem, como as drogas. Para ele, o assunto é complexo, pois envolve usuários, traficantes, governos, sociedade e parte para outros questionamentos relacionados à saúde e à segurança pública. “O governo federal tem de chamar para si a responsabilidade e promover amplos debates e discussões envolvendo todos os setores diretamente ligados às drogas, para que sejam analisados e confrontados dados concretos, como estimativa de usuários, impacto no Judiciário, na saúde, no sistema prisional”, explica.

Sobre a legalização da maconha, ele diz que ela pode, sim, ser considerada, neste momento, mas apenas no que diz respeito ao seu uso medicinal. “Há estudos que comprovam que o seu uso, em determinadas doenças, produz resultados extremamente satisfatórios no sentido de alívio de dor e aumento da qualidade de vida. Recentemente, o Uruguai tratou o tema da seguinte forma: consumidores são registrados e podem comprar até 40 gramas nas farmácias, de modo que o Estado exerça ►►

No Dia dos Namorados,
comemore a sorte de ter
encontrado o seu amor.

Venha conhecer as novas suítes
com spa, poltrona erótica, barra
de pole dance, ar condicionado,
frigobar e TV 32" com canal
erótico e musical.

pepper
MOTEL

(31) 3596.1755

Rua das Acácias . 56.
(marginal da BR 381) . Betim



Especialmente nos dias
11 e 12 de junho, as tarifas
serão cobradas com
valores de fim de semana.

FAVORITOS



➤ **Cruzeiro:** É a minha terapia. Sempre quando posso, vou aos jogos. Tenho várias camisas e o cartão de sócio-torcedor. Já chorei muito pelo time, mas hoje estou mais controlado.



➤ **Celular:** Não fico sem. Fico ligado nas 24 horas do dia, sete dias da semana. Morro de medo de precisarem de mim e ele estar desligado. É um vício.



➤ **Relógio:** Não consigo ficar sem. Esse, em especial, tem aproximadamente 12 anos. É uma mania, desde criança. Lembro que, quando eu ganhava dinheiro dos meus pais, ia ao camelô só para comprar um relógio. Tiro só para dormir e tomar banho.

➤ **Escapulário:** Ganhei da minha sobrinha (Luiza) e não tiro do pescoço. Sou muito religioso, devoto de Nossa Senhora do Carmo. Estou sempre rezando e agradecendo a Deus.

➤ **Amuleto:** Essa montagem de fotos reúne as pessoas mais importantes da minha vida. Lógico que tem gente que não está aqui, como meu pai e alguns amigos, mas é por falta de fotos. Ando sempre com ela na carteira.

um controle efetivo. Esse é um modelo a ser observado a longo prazo”, enfatiza.

Outro fato preocupante é em relação à violência na cidade, onde os índices envolvendo os jovens são muito altos. Por isso mesmo, Marco Túlio revela que enviou ofícios às polícias Militar e Civil acerca dos crimes envolvendo jovens em Betim. “Queremos saber o tipo de crime, o local e a idade dos envolvidos. Com essas informações, buscaremos entender a motivação dos delitos, a fim de direcionar e aperfeiçoar a atuação da prefeitura, por meio da Superintendência de Juventude. Mas, infelizmente, até o momento não obtivemos respostas”, lamenta.

HERANÇA

O gosto pela política, ele afirma que herdou do pai, o aposentado Maurício Lara, 60. “Meu pai lia muito jornal e aprendi a gostar de ler com ele. Lembro que, no meu aniversário de 10 anos, ganhei de presente a assinatura de um jornal. Enquanto meus amigos falavam de futebol e desenho, eu conversava sobre política”, recorda o superintendente, que ainda conserva o

costume. “Sou viciado em notícias”, revela.

A família e a religião são as grandes bases na vida de Marco Túlio. Por isso mesmo, ele diz que não abre mão de sempre frequentar a igreja e agradecer a Deus por sua vida. “Toda semana vou à missa. Hoje, mais agradeço do que peço, porque Deus tem sido muito bom comigo e com as pessoas que amo”, conta.

Com a timidez típica de um bom mineiro, ele não fala muito sobre o futuro e diz preferir viver um dia de cada vez. “Mas meu grande sonho é constituir uma família e ser muito feliz com ela”, confessa. Nos momentos de lazer, ele gosta de ouvir uma boa música, mas se diz eclético quando questionado sobre o estilo musical que prefere. No som do carro dele, por exemplo, há de tudo um pouco, mas confessa que o ritmo que mais aprecia é o sertanejo. “Gosto de tudo. Não há nenhum ambiente em que eu me sinta mal, a não ser perto da torcida do Atlético Mineiro”, brinca.

Cruzeirense “roxo”, o time celeste é uma das coisas que, hoje, o faz dar uma pausa na agenda atribulada. E entre vitórias e derrotas, ele se recorda de uma das maiores lou-

curas que já fez pela Raposa. “Em 1998, eu treinava tênis de mesa, inclusive, disputava campeonatos. Por isso, tinha uma raquete profissional, importada. Na época, o Cruzeiro ia disputar a final do Campeonato Brasileiro com o Corinthians e, como eu não trabalhava e não tinha dinheiro, vendi minha raquete para comprar o ingresso”, lembra.

Apesar de o futebol ser um grande prazer, ele questiona a realização da Copa do Mundo no Brasil. Enxerguei nela a oportunidade de ver obras e melhorias há anos esperadas pelos brasileiros de fato saírem do papel, em especial, obras de mobilidade, como o metrô. Acontece que o povo foi enganado. Todo o dinheiro gasto daria para construir não apenas estádios, mas todas as outras obras prometidas. Observando todo esse descaso com o dinheiro público e a reação da população, acho que a Copa contribuiu para que o jovem aumentasse seu senso crítico, passando a se interessar mais pela política, acompanhar os gastos públicos e a atuação dos políticos. Espero que não seja momentâneo esse interesse e que o jovem perceba que sua fiscalização constante resultará em melhorias para o país”, reflete. ■



A felicidade
é feita de
bons momentos.



Fotos: Müller Miranda

A força da cultura afro

Praticantes de religiões afro-brasileiras perpetuam costumes e lutam contra o preconceito



Há 39 anos, Marcos Adelino Ferreira, o Tatetu (nosso pai) Arabomi, dedica-se à cultura afro-brasileira; ele é sacerdote em um terreiro de candomblé, em Mateus Leme

Viviane Rocha

A DIVERSIDADE RELIGIOSA é uma das características mais fortes do nosso país. Cerca de 0,3% da população total, de acordo com o Censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), divulgado em 2010, pratica as religiões de matrizes africanas, ou seja, a umbanda e o candomblé. No Estado, segundo o presidente da Associação de Umbanda e Candomblé de Minas Gerais (AUC-MG), João Magalhães, existem mais de mil espaços de celebração, entre terreiros de umbanda e barracões de candomblé. “Muitos deles estão na região metropolitana de Belo Horizonte. São comunidades e representantes que lutam, diariamente, para preservar a cultura afro-

-brasileira e desmitificar o preconceito que sempre perseguiu tais religiões.”

Em Mateus Leme, por exemplo, está localizado o terreiro de candomblé Bakise Bantu Kasanje, cujo sacerdote é Marcos Adelino Ferreira, 56, o Tatetu (nosso pai) Arabomi. Desde criança, ele tem profunda relação com as religiões afro-brasileiras. “Iniciei-me na umbanda aos 9 anos e, aos 14, recebi meu chamado para o candomblé.” Desde então, são 39 anos de dedicação aos trabalhos religiosos. Para o sacerdote, a prática das religiões afro-brasileiras é mais do que um exercício de espiritualidade. “Essas religiões chegaram ao Brasil por causa do tráfico de escravos, no período colonial, e estão diretamente ligadas à cultura negra”, afirma.

Contudo, ele explica que, já no período colonial, os praticantes eram bastante perseguidos pelos líderes católicos, que demonizavam as doutrinas e impunham a prática do catolicismo entre escravos e indígenas. O chamado “sincretismo religioso” foi uma forma de resistência encontrada pelos africanos escravizados em nosso país de continuarem praticando sua fé, mas com correspondentes na Igreja Católica. “Nessa época, a intolerância religiosa era muito grande”, ressalta.

ALVO DE INTOLERÂNCIA

Porém, mesmo nos dias atuais, o preconceito contra os praticantes do candomblé e da umbanda ainda existe. Para o sacerdote, ele tem raízes fincadas na

DIFERENÇAS ENTRE CANDOMBLÉ E UMBANDA

O candomblé cultua os orixás, deuses das nações africanas de língua iorubá dotados de sentimentos tipicamente humanos, como ciúme e vaidade. Sua chegada ao país, entre os séculos XVI e XIX, ocorreu através do tráfico negreiro oriundo da África Ocidental. Já no período colonial, os praticantes da doutrina já eram perseguidos. Com isso, eles passaram a associar os orixás aos santos católicos, no chamado “sincretismo religioso”. Por exemplo, Iemanjá tem como correspondente, na Igreja Católica, a Nossa Senhora da Conceição; Iansã é Santa Bárbara; Oxossi é São Jorge; entre outros. Os cultos do candomblé acontecem nos terreiros e são celebrados em língua africana, com cantos e com o ritmo dos atabaques, que variam de acordo com o orixá. No Brasil, a religião cultua apenas 16 dos mais de 300 orixás existentes na África Ocidental.

Já a umbanda, no Brasil, é datada na década de 1920, no Rio de Janeiro, e mescla crenças e rituais africanos e europeus. As raízes umbandistas encontram-se em duas religiões trazidas da África pelos escravos: a cabula, dos bantos; e o candomblé, da nação nagô. Para essa religião, o universo é habitado por entidades espirituais, os guias, que entram em contato com os homens através de um iniciado, que os incorpora. Esses guias se apresentam como caboclo e preto-velho, por exemplo. Como no candomblé, catolicismo e elementos africanos estão misturados, e os orixás também correspondem aos santos católicos. Outra influência é o espiritismo kardecista, que acredita na possibilidade de contato entre vivos e mortos e na evolução espiritual após a vida carnal. A religião ainda possui ritos indígenas e outras práticas europeias pagãs.



Segundo a militante de movimentos da igualdade racial e integrante da Associação Afro Cultural Betim Cor Brazil Ofélia Hilário, líderes religiosos e praticantes da cultura afro ainda são muito perseguidos no Brasil

0,3%

Esse é o percentual aproximado de pessoas no Brasil que praticam a umbanda e o candomblé, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), divulgados no Censo de 2010.

ciação Afro Cultural Betim Cor Brazil (com z, de Zumbi dos Palmares) Ofélia Hilário, muitos líderes religiosos e praticantes são perseguidos por pessoas de outras religiões. “As religiões de matrizes africanas são importantíssimas para a formação cultural do povo brasileiro”, declara, ao ressaltar que a melhor forma de combater o preconceito é a informação.

discriminação étnica e na falta de informação. “Por serem religiões africanas e ligadas ao povo negro, imediatamente, foi propagado que as religiões afro-brasileiras possuem ligação com o demônio ou com ações de satanismo, o que não é verdade”, reforça. Outro grande equívoco apontado pelo líder religioso é sobre o sacrifício de animais. “Eles são uma prática na nossa religião, mas apenas fazemos isso com os que possam ser consumidos, como as galinhas, até porque não podemos desperdiçar absolutamente nada”, esclarece. “São cultos de sacralização, que acontecem em tantas outras religiões, como o judaísmo”, completa.

Conforme a militante de movimentos da igualdade racial e integrante da Asso-

No Brasil, alguns dos Estados que mais concentram praticantes da umbanda e do candomblé são o Rio Grande do Sul e o Rio de Janeiro. “Principalmente, na Baixada Fluminense”, afirma João Magalhães. Na Grande BH, cidades como Betim, Igarapé, Mateus Leme e São Joaquim de Bicas possuem um número grande de praticantes. “Em Minas, existem muitos adeptos, porém, de forma mais discreta que em outros lugares. Os mineiros praticam seus ritos de forma mais reservada”, explica.

Outro grande aspecto ressaltado pelo sacerdote Arabomi é que tanto a umbanda quanto o candomblé reúnem a preservação secular de dialetos, receitas culinárias, cantos e outras manifestações culturais. “Temos um celeiro de costumes que não podem se perder no tempo”, finaliza. ■

Fotos: Túlio Isaac/Divulgação

Clique de emoções

Fotógrafo profissional há seis anos, o betinense Túlio Isaac tem seu trabalho reconhecido nacional e internacionalmente



Pollyanna Lima

A FOTOGRAFIA VAI MUITO ALÉM do registro de rostos bonitos e de poses diferenciadas. Ela é capaz de retratar emoções e sentimentos, eternizando momentos únicos na vida de cada um. O betinense Túlio Isaac, 36, sabe bem disso. Fotógrafo profissional há seis anos, sua habilidade em captar, de forma majestosa, a emoção vivenciada pelas pessoas já lhe rendeu diversos prêmios e fez com que suas imagens fossem divulgadas pelo mundo inteiro.

Durante sua carreira, Túlio já ganhou 14 prêmios internacionais, todos de conceituadas associações de fotógrafos de casamentos nos Estados Unidos. “Ter meu trabalho reconhecido ao lado de profissionais que sempre admirei é motivo de muito orgulho”, afirma. Ele acaba de receber o maior prêmio nacional no ramo: o Wedding Awards. Conhecida como o Oscar dos Casamentos no Brasil, essa pre-

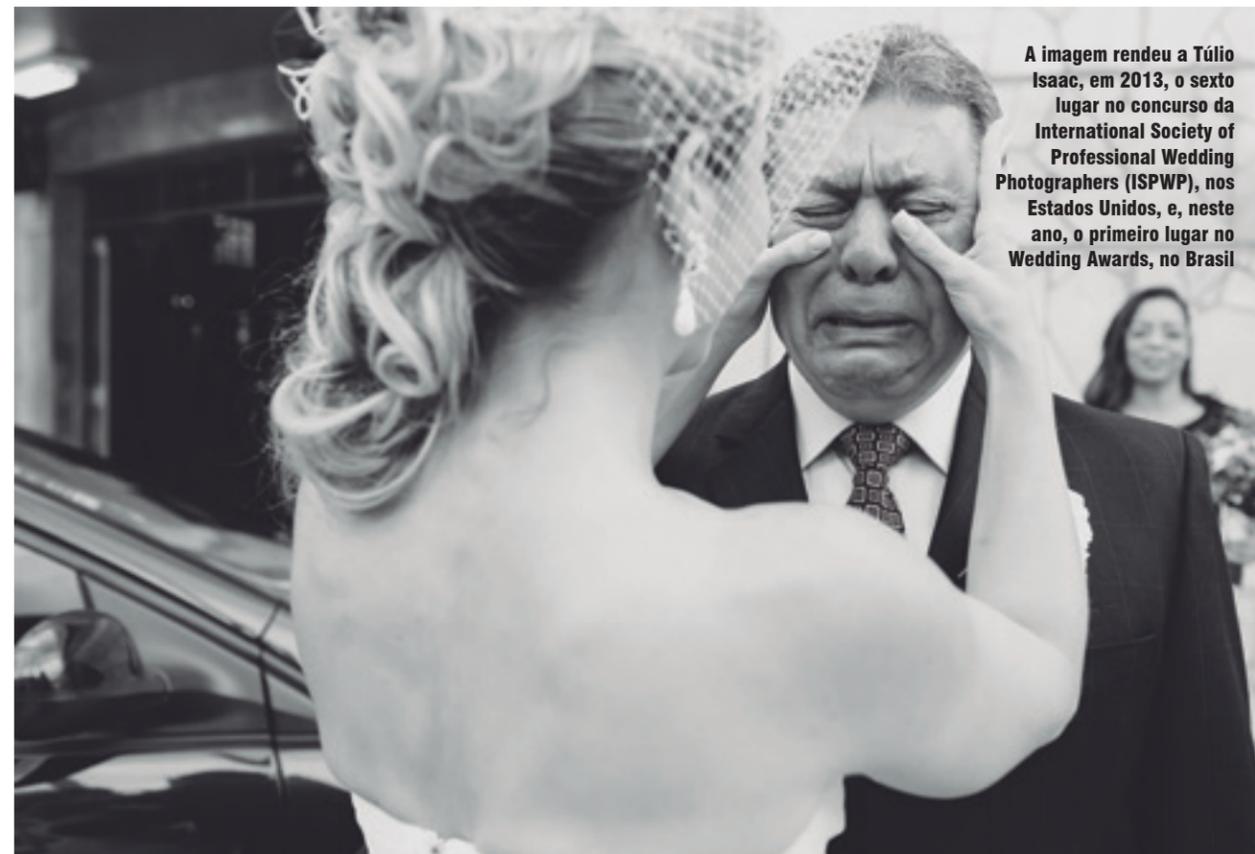
miação é a primeira iniciativa do país que premia noivos, reconhece anualmente os melhores casamentos e valoriza os profissionais do segmento. “Recebi o primeiro lugar na categoria Emoção e fiquei extremamente feliz”, comemora.

Em maio deste ano, Túlio ganhou, pelo segundo ano consecutivo, o concurso The Best Of The Best, pela Junebug Weddings, uma das mais conceituadas e influentes empresas do mercado de casamentos norte-americano. “Fiquei entre os 50 melhores fotógrafos de casamento do mundo, numa competição que reuniu 5 mil imagens e mais de 430 países”, conta. Suas fotografias também já rodaram em periódicos e em revistas pelo mundo, tal como um book promocional de Natal da Samsung, que foi veiculado, em 2010, em diversos países da Europa. “A única imagem de casamento deste prospecto era a minha”, explica o fotógrafo, ao ressaltar que, além do reconhecimento, o mais importante de uma premiação é a possi-

bilidade de poder mensurar seu trabalho. “É a oportunidade que tenho para identificar pontos de melhoria e de crescimento”, salienta.

DESPERTAR DO TALENTO

Apesar de ter cursado algumas disciplinas de fotografia durante a faculdade de comunicação, foi somente depois de algum tempo que Túlio descobriu o seu amor pela fotografia. Tudo aconteceu por acaso, enquanto ele fazia fotos de parentes, em uma festa de família. “A partir de então, a fotografia entrou na minha vida e não saiu mais. Ela me possibilita viver o trabalho e o lazer, ao mesmo tempo. Leva-me a conhecer pessoas e lugares que eu nunca poderia imaginar. Funciona como um passaporte, abrindo portas para aventuras incríveis. A fotografia também me ajuda a ver a vida de uma forma diferente, podendo dar mais valor a pequenas coisas e momentos. É algo que me desafia e me faz questionar sobre tudo. É uma forma



A imagem rendeu a Túlio Isaac, em 2013, o sexto lugar no concurso da International Society of Professional Wedding Photographers (ISPWP), nos Estados Unidos, e, neste ano, o primeiro lugar no Wedding Awards, no Brasil

de celebrar a vida com estilo e originalidade”, declara.

E o segredo do sucesso desse talentoso fotógrafo está na dedicação e no empenho dispensado a todos os trabalhos que desenvolve. “Todo casamento que eu fotografo é sempre o mais importante da minha vida. Sou apaixonado por cada etapa, cada momento de uma cerimônia. Estar entre pessoas felizes, celebrando um momento importante na vida de uma família, é algo maravilhoso. Sou totalmente apaixonado por minha profissão e amo o que faço”, confidencia.

Por outro lado, mesmo com tanto amor à profissão, Túlio diz que, muitas vezes, os profissionais dessa área também passam por situações “embaraçosas”. “Recentemente, aconteceu um caso engraçado comigo. Tomei um tombo no altar de uma paróquia, em Belo Horizonte, em plena cerimônia. A vergonha foi enorme, porém, incidentes como esse fazem parte do meu trabalho. Ainda bem que consegui

me restabelecer rapidamente. Outro fato marcante ocorreu no fim do ano passado, quando fui literalmente ‘atropelado’ por umas 30 mulheres, quando a noiva jogou o buquê”, brinca.

O diferencial do trabalho de Túlio Isaac é nítido. Ele produz fotos impactantes, com contexto e forte apelo emocional, de modo que a imagem fale por si só. “Além disso, minha equipe e eu criamos fortes laços de amizade e muito respeito com cada casal e familiares com quem temos a oportunidade de fotografar. Para mim, é importantíssimo querer oferecer o melhor e cuidar com muito carinho desse momento, que é um sonho realizado para cada um deles.”

NOVOS PROJETOS

Recentemente, o estúdio fotográfico de Túlio, em Betim, lançou o serviço “Consultoria Individual” para fotógrafos de casamento iniciantes. “Trata-se de uma transferência de conhecimento,

mas, também, uma maneira que encontramos para colaborar com a profissionalização e o enriquecimento do mercado”, explica. Outro projeto idealizado por ele é o “Retratos”, uma sessão de fotos com o objetivo de valorizar e/ou deixar em evidência a beleza das mulheres. “Muitas noivas, após o casamento, nos procuravam com o interesse de ter imagens em diversos momentos de suas vidas, e não somente as fotos do casamento. Elas querem fazer uma recordação importante para o futuro e, então, desenvolvemos esse projeto para retratar de forma única o estilo de vida delas. Com essa sessão, buscamos valorizar a beleza de nossas noivas e demais mulheres nos momentos mais informais”, finaliza. ■

CONTATOS

Site: www.tulioisaac.com
Facebook: facebook.com/tulioisaac
Instagram: [@tulioisaacstudio](https://instagram.com/tulioisaacstudio)

Müller Miranda

Sérgio Magalhães, 36, e a mulher, Júlia Bravim, 35, começaram a lidar com os questionamentos do filho, Lucas Bravim, 4, há pouco tempo; é na leitura que o casal busca respostas às perguntas do primogênito



É hora de falar sobre **SEXO**

A orientação adequada deve começar com a primeira pergunta, ainda na infância; eliminar tabus e manter o diálogo claro e aberto ajudam os pais a não parecerem caretas ou repressivos

Luna Normand

“MÃE, COMO MEU IRMÃOZINHO foi parar na sua barriga?” A pergunta direta e objetiva foi feita por Lucas Bravim, 4, à mãe, a fisioterapeuta Júlia Bravim, 35. O pequeno Lucas espera, ansioso, a chegada do irmão, Gabriel, previsto para nascer em setembro. E assim como outras crianças da sua idade, ele já começa a ter sua curiosidade despertada para assuntos que envolvem o parto, o nascimento e a diferença entre os sexos.

A sexualidade do ser humano está presente em qualquer forma de manifestação da nossa afetividade e se desenvolve desde o nascimento. Por isso mesmo, a sua descoberta faz parte do crescimento saudável da criança. Porém, para muitos pais, identificar e lidar com esses momentos são um dos principais dilemas vividos na sociedade atual, que oferece uma grande demanda de estímulos para gerar curiosidade sobre sexo. É preciso se desdobrar para dar conta de responder adequadamente a todas as perguntas da criança.

Júlia e o marido, o também fisioterapeuta Sérgio Rezende Magalhães, 36, começaram a li-

dar com os questionamentos do filho há pouco tempo. “Ele já perguntou por que menina faz xixi sentada e ele, em pé. Questionou também como o irmãozinho foi parar na minha barriga. Eu disse que foi uma sementinha que brotou e que é igual planta: vai crescendo devagar e, quando fica grande, não cabe mais, por isso, nasce”, conta a mãe.

De acordo com a sexóloga e educadora sexual Cida Lopes, que atua há 15 anos com crianças e adolescentes, agir com naturalidade e usar palavras adequadas para a idade é fundamental no diálogo com as crianças. Para ela, os pais devem responder aos questionamentos dos filhos da forma mais clara, simples e sucinta possível. “Não é preciso elaborar uma explicação científica. Uma ideia é usar como exemplo a relação sexual de outras espécies. Se a família tem um animal de estimação, use esse exemplo e diga que eles tiveram de namorar para ter seus filhotes. Ou ainda que ‘o papai namora a mamãe, e, por isso, nascem os filhos’. Assim, a criança aprenderá que o sexo faz parte da vida como algo natural”, explica.

FONTE DE INFORMAÇÃO

Buscar fontes alternativas de informação ajuda a ampliar o conceito sobre sexualidade e construir uma visão positiva sobre ela. “Dificilmente uma pessoa que vê o sexo como algo sujo e proibido consegue falar sobre o assunto de forma natural com seu filho. Por isso mesmo, buscar livros, orientação de um profissional ou conversar com pessoas para conhecer outros pontos de vista também podem

ajudar”, afirma a sexóloga Cida Lopes.

É na leitura que a fisioterapeuta Júlia Bravim busca respostas para as perguntas do primogênito. “Tem uma autora que gosto muito: Tania Zagury. Ela tem uns livros muito bons sobre sexualidade infantil. As revistas direcionadas, como a ‘Crescer’, também têm reportagens muito bacanas. Estou sempre lendo e me informando para me preparar não só para isso, mas tam-

bém para outras questões que surgirão ao longo do crescimento dele”, diz.

Já Waleska afirma que não descarta nenhuma fonte de informação, mas, por enquanto, apenas a experiência de vida dela tem ajudado nas questões que são levantadas pelo filho. “À medida que as dúvidas vão surgindo, nós explicamos e conversamos. Assim, o assunto fica mais natural e mais fácil de ser conversado”, acredita.

Geraldo Lara/Divulgação

Waleska Chaban, 39, confessa não ser tão aberta para falar sobre sexo com o filho, Pedro Martinelli Chaban, 8; porém, diante de questionamentos e situações, ela busca ser o mais natural e esclarecedora possível



A HORA CERTA

Dúvida recorrente entre os pais, o momento certo de falar sobre sexo com os filhos não existe, segundo especialistas. O ideal é conversar sobre o assunto à medida que surgir a curiosidade e de acordo com a idade. Situações como hora do banho, por exemplo, podem ser boas para iniciar um diálogo sobre as partes do corpo. Já uma gravidez ou o nascimento de um bebê dão a oportunidade de falar sobre como ocorre o nascimento de uma criança. “Aos 2 ou 3 anos, a criança percebe a diferença entre os sexos e o seu interesse estará voltado para essas diferenças. Também nessa faixa etária, ela desperta curiosidade sobre o parto e o nascimento”, revela a sexóloga.

Já aos 6 anos, a especialista explica que a criança se interessa mais pela função do par e consegue diferenciar uma relação afetiva de uma relação amorosa. E aí começam as perguntas sobre namoro, por exemplo. “Conforme pesquisas feitas sobre o assunto, uma criança de aproximadamente 9 anos tem capacidade de ter suas curiosidades sexuais esclarecidas (sobre qualquer tema)”, afirma.

Lucas, por exemplo, apesar dos 4 anos, já entendeu que é preciso namorar/casar para ter filhos. “Meus pais (avós de Lucas) fizeram aniversário de

SAIBA MAIS

Para quem quer se informar mais sobre o assunto, a psicóloga e sexóloga Cida Lopes indica alguns livros. Vale a pena conferir:

PARA CRIANÇAS

“De Onde Viemos”

Peter Mayle e Arthur Robins
Editora: Zastras

“De Onde Venho”

Bernard This e Claude Morand
Editora: Scipione

“Educação Sexual”

- **Literatura infantojuvenil**
 Cida Lopes
Editora: Todolivre

PARA ADOLESCENTES, A PARTIR DE 13 ANOS

“Sexo para Adolescente”

Marta Suplicy
Editora: FTD

Mais informações:
www.cidalopes.com.br



casamento recentemente e ele perguntou se, então, eles teriam um filho. Já relacionou uma coisa à outra”, conta Sérgio Magalhães. “Ele também falou comigo há alguns dias que namora a Isabella, colega de sala dele, e que quer casar e ter filhos com ela. Eu fiquei de boca aberta, mas vemos que é uma coisa muito natural e superficial”, destaca Júlia.

INFLUÊNCIA

O fácil acesso a mídias como televisão e internet colabora, e muito, com a precocidade do despertar das crianças para a sua sexualidade. Por isso mesmo, hoje é comum as perguntas serem muito mais diretas e virem cada vez mais cedo. “Elas têm muito mais acesso às mídias, com isso, acabam participando de uma roda de piadas entre adultos, brincadeiras, entre outras situações, o que gera mais curiosidade sobre sexualidade”, afirma Cida.

A assessora de imprensa Waleska Chaban, 39, procura controlar o que o filho assiste, limitando o seu acesso à televisão

e à internet. “É tudo muito fácil e sem restrição. A naturalidade com que cenas de sexo são transmitidas chega a constrianger. À noite, meu horário de assistir à televisão com ele é até as 23h. Nessa hora, eu o coloco para dormir. Sobre internet, o interesse dele, por enquanto, é apenas por sites de jogos, principalmente, os que ele aprende a navegar nas aulas de informática na escola”, conta.

Mãe de Pedro Martinelli Chaban, 8, ela diz que não é tão aberta para falar sobre sexo com o filho, sobretudo, por ter sido criada com muita rigidez. “Mas tento ser o mais natural e esclarecedora que posso. Ele já apresenta alguma curiosidade, mas ainda é física. No início deste ano, ele estava com mania de ficar sem blusa e, quando ele me pedia, eu percebia que era com um olhar diferente, não só pelo calor. Um dia, ele pediu para tirar a blusa e, logo depois, a prima dele, de 4 anos, também pediu. Dei um tempo e fui ver o que eles estavam fazendo. Quando cheguei, eles estavam brincando em cima da cama,

abraçados. Falei para eles brincarem na sala e coloquei blusa nos dois”, conta ela.

A sexóloga Cida Lopes diz que Waleska agiu certo. “Quando o pai vê um filho manipulando seu órgão sexual ou em situações relacionadas, indico que não reprimenda nem elogie. É algo natural, mas é preciso orientar o filho para que ele faça dentro da sua privacidade. É preciso preparar a criança para a convivência em sociedade e explicar que isso não pode ser feito na frente das pessoas”, afirma.

Para ela, a grande dificuldade está, geralmente, nos adultos, que se embolam ao responder e lidar com situações simples. “Se a criança toca no assunto em casa, é porque existe curiosidade. Nesse caso, o indicado é ouvir, tirar as dúvidas e orientá-la de forma clara. Se os pais, que são, normalmente, as primeiras pessoas que os filhos buscam como referência, não criarem um ambiente de confiança, eles vão procurar outras fontes de informação, por exemplo, os amiguinhos, a internet, os tios e, talvez, até pessoas estranhas”, garante. ■

SPECTRA™
 Laser Toning™

AGORA SÓ FICAM AS MANCHAS QUE VOCÊ REALMENTE QUER.

- MELASMA
- REMOÇÃO DE TATUAGEM
- ACNE ATIVA
- POROS DILATADOS
- OLHEIRAS
- ONICOMICOSSES



YAGA
 LASER E COSMIATRIA

Sintonia perfeita

yaga.com.br

31 2571-2575

Av. Juscelino Kubitschek, 474, Centro, Betim - MG
 ESTACIONAMENTO PRÓPRIO AO LADO
 (PADARIA DONADEH)





OUTONO/INVERNO X PELE

A UMIDADE DO AR DIMINUI DURANTE as estações frias do ano e as temperaturas mais baixas levam à diminuição da transpiração corporal, fazendo com que a pele fique mais seca. Os banhos mais quentes provocam uma remoção da oleosidade natural da pele, diminuindo o manto (cobertura) lipídico que retém a sua umidade.

O fato é que nossa pele está mais propensa ao ressecamento no inverno, apresentando-se, às vezes, com aspecto esbranquiçado e com certa coceira, principalmente, nos pacientes mais idosos, ou nos portadores de dermatite seborreica, psoríase e dermatite atópica. Para evitar tais sintomas, é importante fazer, sobretudo, hidratações intensivas, ter uma alimentação saudável e beber bastante água, entre outros hábitos.

PROCEDIMENTOS DERMATOLÓGICOS

A baixa intensidade da radiação UVB nas estações mais frias facilita os tratamentos dermatológicos por reduzir os efeitos indesejáveis que podem ocorrer durante a recuperação da pele, que ocorre após o paciente realizar alguns procedimentos. Algumas delas são irritações, queimaduras, hiperchromias pós-inflamatórias (escurecimento da pele) e intolerância aos ácidos de uso domiciliar e em consultório. Lembramos que a utilização do protetor solar se faz necessária durante todo o ano, mesmo nos dias chuvosos. Eles devem conter fator de proteção contra UVA e UVB.

Os procedimentos dermatológicos mais procurados nos meses frios são os peelings; retirada de lesões cutâneas; os tratamentos a laser para estrias, cicatrizes de acne, clareamento de manchas, remoção de tatuagens e rejuvenescimento da pele e



a depilação a laser. As tecnologias mais usadas nos consultórios para atingir essas demandas são: DualDeep (laser de CO2 fracionado), IPL Quantum (Luz Intensa Pulsada), Spectra e Light sheer Duet.

O importante é entrar em sintonia perfeita com o outono/inverno, saber aproveitar os benefícios e as atividades típicas dessas estações, permitindo-nos deliciar com a época mais elegante do ano e nos aquecer ao lado de pessoas importantes e queridas da nossa vida. ■

*Membro da Academia Brasileira de Dermatologia, da Sociedade Brasileira de Laser em Medicina e Cirurgia e diretora administrativa da Clínica Yaga Laser & Cosmiatria – adriana@yaga.com.br.

DICAS PARA MANTER A PELE HIDRATADA*

- Beba, no mínimo, dois litros de água por dia
- Evite banhos quentes e muito demorados, além de se ensaboar demais e usar buchas, que também contribuem para alterar a composição do manto hidrolipídico (hidratante natural produzido pelo organismo), que protege a pele
- Use o hidratante logo após o banho, com a pele ainda úmida
- Evite hidratante comum no rosto, caso sua pele seja oleosa e acneica. Nesses casos, use produtos oil-free nas áreas de maior oleosidade, como rosto e tórax
- Utilize hidratantes labiais para evitar rachaduras. Os lábios também costumam ressecar muito no inverno
- Use filtro solar diariamente

*Segundo orientação da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD)



AMDH CLASSIFICADO

Depois de muita luta, a Associação Mineira de Desenvolvimento Humano (AMDH) conseguiu a tão sonhada classificação para o hexagonal, na final do Campeonato Mineiro Sub 20, após derrotar o Boa Esperança por 5 a 0, no dia 24 de maio, em Florestal. A equipe betinense caiu no grupo do Cruzeiro, Santa Cruz, Funorte de Montes Claros, Boa Esperança e Guarany. Pelo regulamento da competição, apenas duas equipes do grupo se classificam, sobrando somente seis equipes. E para quem pensa que Atlético, Cruzeiro e América põem medo nesses garotos, está redondamente enganado. Na primeira fase da competição, a AMDH venceu uma das duas partidas contra o Cruzeiro, por 1 a 0, também em Florestal.



Fotos: Divulgação



VERNÓPOLIS É TRI DOS VETERANOS

Após ter se sagrado campeão do Campeonato Betinense Veteranos, em 2008 e 2011, o Vernópolis chegou ao tricampeonato no dia 17 de maio. A equipe, comandada pelo técnico/presidente Guilherme, conseguiu também os prêmios individuais da competição, com goleiro menos vazado e artilheiro do torneio. Os nomes desses talentos são Xuxa e Roque, respectivamente.

RENASCENÇA É VICE NO CORUJÃO

Na final do torneio Corujão, realizado pela TV Globo Minas, o Renascença, representante betinense, ficou com a segunda posição, tendo feito uma partida histórica contra o Brumadinho, campeão de 2013. A equipe da cidade vizinha mandou bem e conquistou seu segundo título consecutivo do campeonato ao bater a equipe da Colônia Santa Isabel, por 1 a 0, no campo do Santa Cruz. Parabéns ao Renascença, campeão da edição de 2012 do torneio e vice, agora.

PERFIL

Nome: Marcelo Meira

Apelido: Manga Rosa

Naturalidade: Belo Horizonte

Formação acadêmica: educador físico, especialista em treinamento esportivo e em fisiologia do exercício

No esporte: piloto, treinador e narrador de corridas de bicicross

Títulos: campeão mineiro de Bicicross em 2000, 2001, 2004, 2006, 2007, 2008 e 2012; campeão betinense em 2003; vice-paulista em 2001; terceiro colocado no Campeonato Brasileiro em 2007 e 2012; terceiro colocado no campeonato sul-americano, no Chile, em 2008; vice-campeão sul-americano em 2013, em Lima, no Peru; e quarto colocado no sul-americano e no pan, em 2014, em Quito, no Equador

Estilo musical: forró pé de serra

O que mudaria no bicicross em Betim?

A estrutura dos circuitos. Para isso, acrescentaria a largada com o gate (onde os pilotos largam), nos padrões atuais, com seis metros de altura, e modernizaria o circuito com uma pista toda remodelada, com novos obstáculos, adequados conforme os padrões internacionais, para aumentar o nível de ações técnicas.

*Jornalista e apresentador do programa "Arena 53 - Esporte e Cultura", da TV Betim – vitor@tvbetim.com.br

Renata Nunes



DEZ PERGUNTAS PARA O VOCALISTA DA BANDA CACHORRO GRANDE...

BETO BRUNO

1 | Qual a origem do nome Cachorro Grande?

Nós só tocávamos covers dos anos 60, como The Beatles, The Rolling Stones e The Who. Brigávamos para ver quais músicas seriam tocadas. Cada um tinha as suas preferidas e alguém da banda falou: "Pô, isso é uma briga de cachorro grande, essas bandas só têm músicas boas". Tínhamos que colocar o nome da banda em um cartaz, então, decidimos colocar esse.

2 | O Lobão ajudou vocês no início da carreira?

Ele acabou lançando nosso segundo disco. Era um CD que estava sendo repellido pelas grandes gravadoras. Ele ouviu, gostou e lançou na revista dele, que saía em todas as bancas do Brasil. Foi o motivo de convites para tocarmos no país inteiro. Aí, depois, uma gravadora do Rio de Janeiro nos convidou para gravarmos o terceiro CD. Foi a época mais importante da banda.

3 | Depois do recente show que fizeram em Betim, vocês foram curtir a noite no bar Portas da Percepção. Costumam fazer isso sempre?

Não, porque, geralmente, os shows são tarde. Mas em Betim foi mais cedo. Não tínhamos o que fazer depois, então, fomos para esse bar e ficamos amigos de um pessoal lá.

4 | O último trabalho de vocês foi gravado em 2011. Algum álbum inédito?

Gravamos um CD na Costa do Marfim, neste último verão, e, quando terminar a Copa do Mundo, vamos lançar o disco. Os shows que estamos fazendo, incluindo os de Betim, são os últimos da turnê. Na próxima vez que passarmos pela cidade, pode ter certeza, será um show completamente diferente. No começo de agosto o disco sai.

5 | Vocês brigam muito?

Pra caramba. Mas ainda visitamos a casa um do outro. É uma coisa tipo de irmão. A gente se

ama, mas estamos sempre brigando. Às vezes, chegamos da turnê e, logo em seguida, saímos juntos para tomar uma cerveja, mas, às vezes, chegamos e não queremos nos ver por um bom tempo.

6 | Você disse que não tem e-mail, então, é totalmente desconectado do mundo virtual?

Só eu que sou completamente desconectado. A banda tem vários seguidores. Os outros se amarram, trocam ideias nas redes sociais. Acho importante para eles, mas eu, pessoalmente, não tenho interesse. Gosto mais de ficar no meio dos meus discos de vinil, fumando um baseado.

7 | Uma vez você falou que a Cachorro Grande não é uma banda grande, mas também não é pequena. Como você a classifica, então?

Uma banda que cresce pouco a pouco. Que disco após disco cresce um pouco a turnê, o palco, o equipamento, a experiência. A gente se diverte e quer só estar todo fim de semana em cima do palco, cada vez em condições melhores. O que eu posso dizer é que os anos que passei ao lado deles (integrantes da Cachorro Grande) foram disparados os melhores da minha vida e

quero continuar fazendo isso.

8 | Vocês já abriram shows do Oasis, do Aerosmith. Foram os melhores da banda?

Não. A gente fez outras coisas como a Virada Cultural, em São Paulo, o Planeta Atlântida, o Festival do Ceará. Abrir o show do Oasis foi muito importante porque estávamos tocando com a banda de quem somos fãs, aliás, os maiores fãs do Oasis no Brasil. Para nós, eles são demais. Mas, com certeza foi um dos shows mais importantes. A turnê com o Supergrass foi legal. Mas, às vezes, tem shows menores que têm alguma coisa especial, que marcam muito, como o lançamento dos discos. Nós estivemos em São Paulo tocando para cem pessoas e isso é importante para nós também.

9 | O Marcelo Gross, guitarrista da Cachorro Grande, lançou um disco solo. O que você achou do trabalho?

Achei uma m...eu não deixaria o disco dele ser lançado.

10 | Foi ruim então?

Não, eu disse que é bom, mas põe aí que foi uma m...É coisa nossa!

Fotos Divulgação

NO EMBALO SERTANEJO

A dupla Fred & Geraldinho marca presença, todas as quintas-feiras, na mais nova casa noturna de Contagem: Havana. "Para nós é um privilégio estar no projeto 'Havana Saloon', dessa casa maravilhosa, que temos certeza que, em breve, será referência na Grande BH. Aproveitamos a novidade e reformulamos o show para que, além da Havana, possamos, cada vez mais, ter uma fidelidade e interação com o público que, em cada show, tem sua peculiaridade", explicam.

Informações:
www.clubehavana.com.br
e (31) 9197.0206.



CHORINHO E SAMBA EM SUA MELHOR FORMA

O Clube do Choro está com a bola toda. Isso porque o grupo se apresenta quinzenalmente no projeto "Prata da Casa", aberto ao público, às quintas-feiras, às 20h, na Casa da Cultura. Os músicos também fazem shows gratuitos em todas as regionais da cidade. "São oito apresentações na regional centro, na praça São Cristóvão, no bairro Angola, e mais sete em todas as regionais de Betim, por meio da Lei de Incentivo à Cultura", revela o cavaquinhoista, Dudu Braga. O repertório é regado a músicas dançantes. "O nosso show é mesclado de chorinho, maxixe, uma parte instrumental e outra com sambas cantados. Fazemos um apanhado, desde os anos 40, com o surgimento do samba, com Pixinguinha, Cartola, até o estilo de hoje, como o samba tradicional de Zeca Pagodinho", finaliza.

Informações: (31) 9271.2764

ELES DETONAM

Com a proposta de fazer releituras de grandes clássicos e lançar o trabalho autoral, a banda de heavy metal Dynamite Stars surgiu em meados de 2009. Os sortudos tiveram a honra de se apresentar para alguns integrantes da banda Cachorro Grande, no show que fizeram no Portas da Percepção, no dia 17 de maio. "Esperamos o pessoal da Cachorro Grande chegar para começarmos o show. O Beto, vocalista, mandou uma energia superpositiva para a gente detonar no palco. Foi mais do que especial", revela o vocalista da Dynamite Stars, César Felipe. A banda já se apresentou em algumas cidades mineiras, como Betim, Florestal, Contagem e Juatuba, e neste ano prepara está preparando o seu álbum enraizado nas influências de grandes bandas da década de 80. **Informações:** (31) 8503.0200 ou (31) 9106.0004.

Jack Pereira (baixo), Matheus Trombetta (bateria), Guill Presswell (guitarra e vocal), César Felipe (vocal) e Ademir Santos (guitarra e vocal)



Delícias de Minas



FOGÃO DE MINAS

Endereço: rua Juriti, 155, Imbiruçu (próximo à Trincheira), Betim

Funcionamento: de segunda a sexta, das 11h30 às 14h30, e, aos sábados e domingos, das 11h30 às 15h30

Telefone: (31) 3591.1929

Dona Ester Pinto de Oliveira Guimarães ensina a preparar um prato e uma sobremesa do restaurante Fogão de Minas que são de dar água na boca



ROCAMBOLE DE LOMBO

Ingredientes

2 kg de lombo
Sal com alho a gosto
Caldo de 1 limão
½ copo americano de vinho branco seco
1 cebola batidinha
200 g de bacon em fatias

RECHEIO

Ingredientes

Farinha de rosca
100 g de presunto picado
100 g de ameixa preta picada
100 g de linguiça picada
50 g de azeitona verde picada
1 cebola picada

Modo de preparo

Abra o lombo como um bife, bata e deixe o tempero por mais ou menos cinco horas. Tire do tempero. Espalhe o recheio e enrole-o como rocambole. Amarre com barbante ou prenda com palitos. Coloque o bacon sobre o lombo enrolado. Cubra com papel-alumínio e leve ao forno para assar (cerca de uma hora, dependendo do forno). Quando estiver cozido, retire o papel e deixe dourar. Depois, retire o barbante ou os palitos, fatie. Faça um caldo com o fundo do tabuleiro (caldo do lombo) e regue as fatias. Depois, sirva.

COMPOTA DE MAÇÃ COM MARACUJÁ

Ingredientes

1 kg de maçã fuji ou gala
2 maracujás grandes
500 g de açúcar cristal

Modo de preparo

Descasque as maçãs, parta ao meio, tire os caroços. Faça uma calda com mais ou menos 800 ml de água, açúcar e maracujá. Quando ferver, coloque as maçãs e deixe cozinhar por aproximadamente 40 minutos, em fogo baixo. Sirva gelado.

Aconteceu



Monessa Oliveira e Wesley Allan



Guilherme Vieira, Hannelley Johana, Gregore Martins e Dâmaris Priscila



Emo Fernandes, Fernanda Nayara, Bárbara Macedo e Marcela Rabelo

Fotos: Muller Miranda

Shows com Chimarruts e Celso Moretti

O cantor Celso Moretti, um dos pioneiros do reggae em Minas Gerais, e a banda Chimarruts foram atração, em 9 de maio, na Casa da Cultura Josephina Bento. O evento marcou o início das comemorações do aniversário de 27 anos do espaço, considerado um dos principais patrimônios artísticos e históricos do município.



Livia Melchior e Rayane Raphaela



Álvaro Rinco e Jéssica Flister



Anne Gabrielle e Gabriel Sousa



Erick Henrique, Renata Sara e Helen Tatiane



Monique Ingrid, Ayla Couto e Mirella Couto



Ana Teresa e Marina Maia



Walquíria Vianna, Janete Mendes e Cíntia Ribeiro



Daniela Gomes



Daniela Gomes e Issac Fernandes



Equipe Hair Baton e parceiros



Coquetel na Hair Baton

O coquetel promovido pelo salão de beleza e estética Hair Baton, em 7 de maio, foi um sucesso. Na ocasião, as clientes tiveram o Hair Day Keune, puderam conferir demonstrações de penteado e de maquiagem com a cabeleireira, maquiadora e também proprietária do espaço, Janete Mendes, além de se deliciarem com os saborosos quitutes do bufê Walquíria Vianna e de se encantaram com os belíssimos vestidos disponibilizados na loja Cantinho da Noiva. A cantora Anna Karina também abrilhantou o evento com sua belíssima voz.



A alegria de torcer com quem cuida bem da gente.

Estar ao seu lado é fundamental pra nós. Sempre que precisar, atendemos você com todo carinho, nas clínicas, no Hospital Clinicare, na sua empresa e até mesmo na sua casa.

3532-2100 • [/laborclinica](https://www.facebook.com/laborclinica)
www.laborclinicalaboratorio.com.br



Consulte sempre seu médico.

valentino vest

DURANTE OS JOGOS, FIQUE NA MODA.

10%

DE DESCONTO EM TODA A LOJA.

Metropolitan Shopping
31 3117-1179
www.valentinavest.com



Flander Resende, Paulinho Matos e Edifran Marques



Ciro Silveira, Chico Cardoso, Edson Almeida, Júlio Gonsalves e Reinaldo Silva

Fotos: Muller Miranda



Lindomar Oscar, Leila Carla, Nuth Loboy e Daniele Ohashi



Silvana Alckimin e Atila José



Gabriely Andrade

Fotos: Muller Miranda

Aniversário com rock

Em mais um dia de comemoração do aniversário de 27 anos da Casa da Cultura Josephina Bento, Betim recebeu diversas bandas de rock para agitar o local. Em 17 de maio, os betinenses puderam escutar o rock autoral das bandas Carne de Segunda, Fusile e Cachorro Grande.



Marcos Vinicius Faria e Wanessa Freire



Tatiane Santos, Maria Eduarda e Fernanda Medeiros

Cavalgada de São Jorge

Milhares de pessoas foram prestigiar, no dia 18 de maio, a 34ª edição da Cavalgada de São Jorge. Durante o tradicional evento, representantes do congado entregaram a bandeira de Nossa Senhora do Rosário aos cavaleiros, que, depois, percorreram as principais ruas e avenidas da cidade. O encontro teve ainda a bênção do padre Willamy Feijó, da paróquia Nossa Senhora do Carmo.



Maria Zilda e Guilherme Resende



Mara Cristina



Adilson Teixeira e Fábio Alves



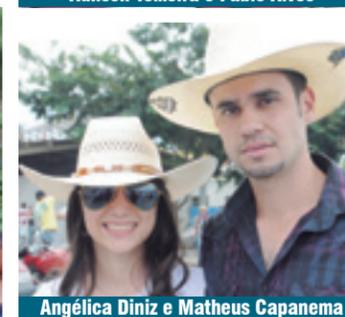
Silvia Philippe, Sabrina Olteanu e Josiléia Ornelas



Bianca Victoria, Maria Elena Varotto e Priscilla Varotto



Lorraine Tereza e Gabriella Tavares



Angélica Diniz e Matheus Capanema



Washington Rodrigues e Isabella Amaral



Bárbara Ribeiro e Isabelle Blanc



Eduardo Gonçalves e Danilo Teixeira



Tiago Mogli e Thomas Nedison

O beijo encanta, mas só um belo olhar conquista

Aproveite o Kit Dia dos Namorados R\$ 99
My Make Spa das Sobrancelhas. Gloss para Sobrancelhas, Blush e Batom Líquido Hidratante por

Spa das Sobrancelhas

Lançamento Batom Líquido Hidratante

TEL. (31)3532-0419

* Promoção válida até 30/06/2014 ou enquanto durarem os estoques. Av. Nossa Senhora do Carmo, 252 - Centro - Betim/MG

Aconteceu



Elba Cristina, Carmo Vieira e Francielle Gonçalves



Willian Alves, Bruno Batista e Márcio Batista



Marco Aurélio Lara e Marlin Paula



Alexandra Marianelle e Alexandre Marianelle



fgdfgdfgdfgck
fgdfgdfgdf



Abelanito Oliveira Jr., Abelanito Oliveira, Rosângela Oliveira e Guilherme Oliveira



Bárbara Marianelle, Anderson Simão e Rosiane Ferreira



Ubirajara Barros e Nádia Palhares



Eduardo Barreto e Leandro Argolo



Denise Alpino, Rosângela Oliveira e Sandra de Souza

CONFORTO E SEGURANÇA

é tudo que sua família precisa.



A nova Bandeirantes conta com uma linha completa de fechaduras, ferramentas, bricolagens e muito mais.



BANDEIRANTES

Bricolagem, parafusos & fechaduras.

Informações: (31)3596.3888
www.parafusosbandeirantes.com.br

NOVO ENDEREÇO:
Avenida das Américas, 510
Centro, Betim - MG
Próximo ao DETRAN/MG

Fotos: Muller Miranda



Patrícia Melo, Roberta Cabral e Vanessa Mesquita



Joice Caldeira, Théo Guimaraes, Samira Morena, Geraldo Assis e Rafael Machado



Poliane Martins e Frei Kauê



Rosângela Rocco, Luciana Trindade, Livia Alessia e Laura Soares



Lucas Henrique, Maria Luíza Assis, Willian Rocha, Josiane Rocha e Théo Guimaraes



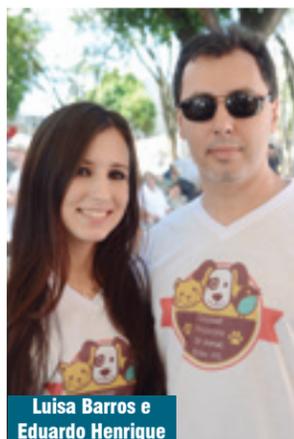
Renata Martins, Vilma de Freitas e Anna Júlia

Marcha pelos animais

No dia 24 de maio, foi realizada na cidade a primeira Marcha pelos Animais, evento promovido pela Sociedade Protetora dos Animais de Betim. O objetivo do encontro, que contou com a participação da população e de diversos protetores de animais, foi, além de colher assinaturas para que uma viatura móvel de castração seja disponibilizada pelo município, denunciar qualquer tipo de maus-tratos a animais.



Wanderlane Godoy, Zilda da Silva, Adriana Cristina e Dimas do Caxias



Luisa Barros e Eduardo Henrique



Manu Benfenatte, Luisa Barros, Cristiane Ribeiro e Josiane Rocha

Caipirão do Lapinha
A casa que é show!
APRESENTA

DJ Marlboro

14 de junho

A&A ALLES & ADRIANO

PROMOÇÃO: **92.9 LIBERDADE FM**
INFOS: 3595-5995 ou caipiraodolapinha.com.br

APOIO: **JUMP**
Objetos CASA & PRESENTES



Túlío Stochiero, Karina Rigamont, Priscila Mendonça e Rodolfo Pinheiro



Vinícius Resende, Edilson Amaral e Maurinho Resende



Rafaela Lara, Loyane Diniz, Laura Pinheiro e Bianca Marques



Magno Vilela, Diego Morango, Karina Santos, Leandro Regly e Karina Rigamont

Inauguração da loja Scolha

O coquetel de inauguração da loja Scolha, ocorrido no dia 30 de maio, foi um sucesso. Os presentes se encantaram com a estrutura do empreendimento, que vai oferecer ao público feminino e masculino, principalmente, os jovens, as melhores marcas de vestuário, como Reserva, Eva, Dudalina, Acostamento, Morena Rosa e Maria Valentina. Para quem quiser conferir, a loja fica localizada na rua Rubens do Pinho Ângelo, 18, no bairro Guarujá.



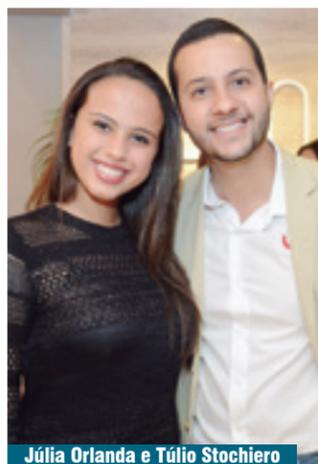
Rafael Eleutério, Elaine Amaral e Renato Madrugo



Túlío Stochiero e Augusto Freitas



Túlío Stochiero, Ana Stochiero, Rafael Eleutério e Rúbia Amaral



Júlia Orlanda e Túlío Stochiero



Jussara Lara e Nilda Marques

Novidade!

SCOLHA

moda masculina - feminina - acessórios - calçados



Multimarcas

Morena Rosa

ZINCO



CARINA DUEK

BOBSTORE

IODICE

FYI

Acostamento

eva



INFORMAÇÕES

(31) 3511-9206 / 9830-4015

RUA RUBENS PINHO ANGELO, 18 - BAIRRO GUARUJÁ - BETIM / MG

(ESQUINA COM AV. BENJAMIN BATISTA BORGES - PRÓXIMO AO SEMINÁRIO)

Tem coisas que você só
compartilha com seu amor

PUB



Namorados

XOCOALT

Chocolates Finos

xocoalt.com.br

3594 2308

Trufas • Bombons • Bem-casados
Páscoa • Natal • Projetos Especiais
Lembranças (Aniversário - Casamento
Nascimento - Formatura)

Rua Espanha, 757
loja 6. Ingá
Próximo à PUC. Betim