

Mais

ANO III - Nº 27 - Novembro de 2014

www.revistamais.com

Grávida de 7 meses,
Thayanne Lima se
prepara para ter um
parto domiciliar

De volta às origens

Corajosas, elas
contrariaram o censo
comum ao serem
protagonistas do
nascimento do próprio
filho através do
parto humanizado

Paladar

Henrique Fogaça, do
"Masterchef", fala sobre
o reality e ensina a receita
de um saboroso prato

Pet

Após a separação,
vem o dilema:
quem ficará com
o bichinho?





decore sua casa com arte e beleza



Reconhecido no Brasil e exterior, o Salão do Encontro completa 44 anos esculpindo arte com cidadania. A entidade resgata a dignidade através do artesanato e transforma matérias-primas em produtos que representam a identidade de Minas Gerais. Visite o showroom, adquira móveis e peças de decoração exclusivos e tenha um pedacinho dessa grande obra de arte social na sua casa.

- Preços e condições especiais de pagamento.
- Renda voltada para trabalhos sociais da instituição.

40%
DESCONTO
À VISTA*

20%
DESCONTO
EM 4X*

*Descontos válidos somente para móveis.

salaodoencontro.org.br

[31] 3532 4911

R. João da Silva Santos,
34 Santa Lúcia . Betim



Salão do
Encontro 

SUA EMPRESA NO CENTRO DAS ATENÇÕES!

- ◆ SALAS COM GARAGEM A PARTIR DE 31,20m²
- ◆ ANDARES CORPORATIVOS COM 319,68m²
- ◆ GRUPOS DE SALAS ◆ LOJAS COMERCIAIS

Alguns diferenciais que fazem do Spazio Betim a melhor opção do mercado



SE VOCÊ QUER MAIS NA HORA DE INVESTIR, INVISTA NO SPAZIO BETIM.



- ◆ **Quatro Elevadores Inteligentes de Última Geração**
Sendo um elevador para uso exclusivo do estacionamento rotativo até o Hall.
- ◆ **Menor preço por m² da região com garagem já incluída**
Sem dúvida, o melhor custo benefício do mercado
- ◆ **Fachada em pele de vidro refletivo com película laminada.**
Tecnologia e sustentabilidade:
 - Um excelente isolante térmico
 - Propaga a luz natural e reduz em até 80% a passagem de calor
 - Eficaz barreira contra raios UV
 - Diminui a necessidade do uso de ar condicionado e iluminação artificial, reduzindo o consumo de energia.
- ◆ **Obras já iniciadas**
Entrega em 30 meses

ENTREGA EM 30 MESES

PAGAMENTO EM ATÉ 30 MESES

DIRETO COM A CONSTRUTORA

OBRAS JÁ INICIADAS

PLANTÃO PARA INFORMAÇÕES:
RUA SANTA CRUZ, 402 -CENTRO

ANTECIPE-SE AO LANÇAMENTO,
FAÇA SEU CADASTRO E GARANTA SUA UNIDADE!
LIGUE: 031-3544-9778

A PARTIR DE R\$ 111

VISITE A UNIDADE DECORADA E CONHEÇA A MAQUETE

INCORPORAÇÃO E CONSTRUÇÃO



CONSTRUÇÃO



PROJETO ARQUITETÔNICO



INFORMAÇÕES



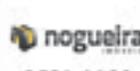
3531-9988



3511-7739



3593-3600



3531-1133



3593-0900

IMAGENS MERAMENTE ILUSTRATIVAS. MATERIAL PARA USO DAS IMOBILIÁRIAS E CORRETORES NA CAPTAÇÃO DE CADASTROS. O EMPREENDIMENTO SO SERÁ CONTROLADO APÓS O REGISTRO DE INCORPORAÇÃO. CONDIÇÃO APTITUDE DOS AMBIENTES, SUGESTÕES DE DECORAÇÃO, MOBILIÁRIOS, LUSTRES, REVESTIMENTOS, MÓVEIS E UTENSÍLIOS NÃO FAZEM PARTE DO CONTRATO. AS UNIDADES E ÁREAS COMUNS SERÃO ENTREGUES CONFORME O MEMORIAL DESCRITIVO. PROJETO ARQUITETÔNICO: SÉZIO REGIS. RESPONSÁVEL TÉCNICO: EMERSON REGIS - CREA/SP/10. INCORPORAÇÃO E CONSTRUÇÃO: CASANOVA EMPREENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS LTDA. CNPJ 06.407.884/0001-05 - TELEFONE: 31-3203-8495.



Superamos nossas expectativas

A COMPLEXIDADE DOS TEMAS TRAZIDOS a lume, principalmente em nossa matéria de capa, merece destaque para esta edição, que antecede o mês das comemorações natalinas.

Quem diz que ser humano não é movido por emoções está completamente enganado. O que poderia fazer com que as mães deixassem de acreditar na sugestão de médicos e do senso comum para optar pelo parto humanizado? Só mesmo o instinto materno. Logicamente que não acredito que somente os humanos é que possam ter dentro de sua concepção o que caracterizamos como sentimento. Mas, sem ele, grande parte de nossas entrevistadas talvez não encontrasse motivos para voltar às origens e lutar pelo direito a ter seus filhos da maneira mais natural possível.

Quem nunca ouviu frases como: "parto natural ou normal dói muito mais que uma cesárea", "você é louca por querer sentir dor para ter seu filho", "cesarianas são muito mais rápidas e seguras para o bebê". Tais afirmações constituem um grande preconceito e compõem uma lógica de mercado, cuja preocupação está somente com o mercantilismo do parto.

Ao lermos os depoimentos de nossas mães, percebemos que todas essas convicções contrárias ao parto natural estão diretamente ligadas a questões econômicas. Toda mãe tem o direito de gerar seu filho da maneira mais humanizada possível. Por meio dos relatos que apresentamos, alguns tabus serão desmistificados. Obrigado às mães que se colocaram à disposição de nos ajudar com esta belíssima matéria. Trabalho exímio de nossa editora chefe, Lisley Alvarenga.

Nas linhas de nosso doutor Domingos Nogueira, dá para compreender que, historicamente, os métodos modernos foram inspirados nas mais covardes concepções e visões machistas contra as mulheres. Afinal, a elas cabia conceber a prole de maneira segura, mesmo que isso lhes custasse a vida.

Quando falamos de nosso sistema carcerário nos vem logo à mente a ideia de que entrar dentro dele é como uma pós-graduação do crime. Não que seja uma inverdade. Sem mesmo levar em conta os direitos humanos, sabemos que temos um dos piores sistemas carcerários do planeta. Mas era surreal pensar que, mesmo com todo esse caos no sistema penitenciário, surgiria um projeto que permitisse melhor expectativa aos presos. Era impossível acreditar que existem dentro desses calabouços pessoas capazes de abraçá-lo como maneira de atenuar sua penas ou mesmo de poder fazer algo para escapar do inferno das prisões. No entanto, o projeto "Mãos pela Paz" nos sensibiliza e dá uma lição que deve ser objeto dos centros de cárcere privado. Uma grande ideia que mereceu destaque nesta edição. Presos que, por meio do trabalho, adquirem dignidade e uma nova chance de integração social. Não se trata somente de ser um belo trabalho, mas de uma ação que dignifica o ser humano e surge em um momento em que o sistema carcerário está em pleno colapso.

Apreendi muito sobre os diversos temas abordados nesta edição e o quanto somos bombardeados com informações distorcidas sobre os mais variados assuntos que circulam na sociedade. Buscar a verdade deveria ser o objetivo de todo veículo de comunicação. Estamos fazendo a nossa parte. Cabe a você, cidadão consciente, fazer a sua.

Tenho convicção de que nosso leitor sairá desta edição com uma opinião diferente. E esta é nossa maneira de mover a sociedade em que vivemos: levar informações que muitas vezes são tratadas de maneira tendenciosa pela grande mídia. Também nos deixamos levar pelas emoções.

Começamos pelos partos naturais, passamos pelas mazelas sociais e terminamos com uma profunda reflexão sobre até onde tudo isso interfere em nossas vidas. Acredite: interfere muito mais que possamos imaginar. ■



PUBLICAÇÕES E EVENTOS

entre
vias **Mais**
Revista de Mulheres e Família

www.revistamais.com



facebook.com/revistamaisbetim



revista_mais

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, Leonardo Dias, Luna Normand, Pollyanna Lima e Viviane Rocha redacao@assispublicacoes.com.br
Diagramação	Roger Simões rogersimoes@assispublicacoes.com.br
Equipe de fotografia	Hilário José, Jéssica Nery e Rômulo Ozólio
Gerente Comercial	Poliana Silva polianasilva@assispublicacoes.com.br
Financeiro	Mayra Assis e Paula Vidal
Eventos e Mídias Sociais	Amanda Rodrigues
Revisão	Lilian de Oliveira
Impressão	Gráfica Del Rey
Tiragem	10 mil exemplares

Uma publicação da Autogestão, Publicidade e Consultoria Ltda.

CNPJ: 02.841.570/0001-30

Rua Cremerie 216, Jardim Petrópolis - Betim/MG

CEP: 32600-282

Tel.: (31) 3593-0042

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS

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

A **MAIS** não se responsabiliza por textos opinativos assinados. "As opiniões expressas nos artigos assinados são de responsabilidade de seus autores. Informes publicitários são de responsabilidade das empresas que os veiculam, assim como os anúncios são de responsabilidade das empresas anunciantes."

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

SOBRE A MATÉRIA "ADRENALINA PELOS ARES"

Gostaria de fazer um elogio à matéria sobre aviões de acrobacias que li recentemente. Além de transmitir uma experiência muito interessante, posso dizer que tive a sensação de eu mesma estar naquele avião de acrobacias. Tãmanha foi a emoção descrita! Ler matérias como essa com tanto zelo na escrita e fidelidade nas sensações sentidas no voo, me trouxe muita alegria e desejo de também passar por essa experiência. É impressionante como os riscos ficaram de fora nesse momento. Foi muito bom!! Parabéns ao jornalista Leonardo Dias.

Kátia Tristão

Admiro a coragem desses pilotos, mas são de Minas Gerais, a terra de Santos Dumont. Você, Leonardo Dias, como repórter, fez a narrativa leve como parece ter sido o voo comandado pelos irmãos Traugott. Só uma coisa: quem tirou as fotos? A experiência para um medroso como você (repórter Leonardo Dias) deve ter sido fenomenal! Se eu tivesse uns 70 anos a menos, iria fazer o que você fez. Não por não confiar na experiência dos pilotos, mas por desconfiar do meu velho coração. Gostei da reportagem!

Guido Araújo

SOBRE A MATÉRIA "PEQUENAS ESTRELAS"

Muito obrigada pela oportunidade de participar e poder mostrar o quanto meu pequetito é querido e amado por todos. Fiquei muito feliz em vê-lo na revista. Obrigada a fotógrafa Jéssica Nery e a toda equipe da revista, que nos tratou com muito carinho.

Marta Santana

Muito lindo os dois fofinhos terem se saído tão bem. Também não tinha como não vencer. Bernardo (Santana, classificado em terceiro lugar no concurso "O Mais Queridinho") e Lucas (Rezende Santana, vencedor do concurso) são realmente crianças dignas de qualquer concurso infantil. Foi demais!

Norma Santana



Maria (Chagas Rezende, classificada em segundo lugar no concurso "O Mais Queridinho") você é muito linda. Parabéns pela classificação, vitória e, principalmente, aos pais, que sei o quanto estão e são orgulhosos com seu tesouro maior que é a linda Maria.

Regina Maria Alves Rodrigues

Maria nossa princesa! Está linda a matéria, parabéns!

Grazi Oliveira Fotografia

A Maria é uma bonequinha mesmo, não tem jeito. Muito linda!

Jéssica Gomes

Enzo (Menezes Nunes, classificado em quarto lugar no concurso), príncipe!

Nanda Kibon

Luquinha (vencedor do concurso), você é um máximo! Muito lindo!

Raquel Almeida

Ficou linda a matéria, parabéns! Carla Kênia Menezes, (mãe de Enzo Menezes Nunes), que Deus continue abençoado você e sua família.

Jucele Trivelatto

MAIS NO INSTAGRAM

Temos uma novidade! A partir desta edição, você poderá aparecer na **Mais**. 📷

Poste sua foto no Instagram com a hashtag do mês. Selecionaremos as melhores imagens, que irão para voto popular em nossa fan page. A foto mais curtida aparecerá aqui. Participe e boa sorte!



Nosso primeiro desafio foi com o tema Outubro Rosa, com a tag #OutubroMaisRosa e #RevistaMais. A vencedora foi @graanfinna, que publicou a foto de Laisa Felicíssimo. 🌹

Próximo desafio: em homenagem à capa desta edição, o tema será Minha Gravidez. Tire uma foto da sua gestação, publique no Instagram com a tag #MinhaGravidezNaMais. Sua foto passará por uma seleção e, se for escolhida, irá para votação em nosso Facebook. Fique ligado(a)! 📷

Não deixe de conferir nossa Agenda Cultural toda quinta-feira em nosso site www.revistamais.com/novidades. Lá você encontra várias opções de lazer e entretenimento.

www.revistamais.com

facebook.com/RevistaMaisBetim

@revista_mais

@Mais_Betim

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@assispublicacoes.com.br

Sumário



8 Conversa Refinada

Único deputado de Betim eleito na Assembleia Legislativa, Ivair Nogueira fala sobre sua trajetória política e pessoal

20 Relacionamento

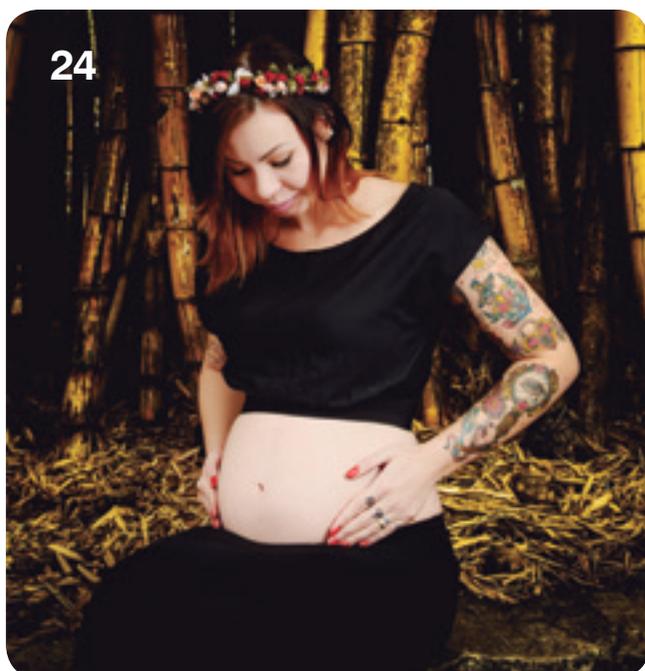
Histórias de casais que, apesar da distância, conseguem viver em harmonia

33 Cuidar

No esquentado do verão

34 Saúde e Vida

Novembro Azul: campanha nacional incentiva a prevenção do câncer de próstata



36 Cultura

A cultura do nascer

38 Bom Exemplo

Detentos participam de projeto social que ajuda a atenuar o tempo de prisão

42 Talento

Cineasta betinense ganha reconhecimento nacional com filme sobre Elza Soares

48 Paladar

Henrique Fogaça, do “Masterchef”, fala sobre a experiência no reality de gastronomia

52 Música

Programação cultural e de entretenimento

54 Esporte

O melhor do esporte na região

55 Aconteceu

Saiba o que rolou em Betim e região



Foto Capa: Jéssica Nery

- | | | | |
|---|-------|---|-------|
| 1 Massa Italiana La Molisana Conchiglione 500g..... | 7,49 | 8 Espumante Italiano Torrini Prosecco Doc 750ml..... | 38,98 |
| 2 Massa Italiana La Molisana Spaghetti/Fettuccine/Penne 500g..... | 4,28 | 9 Espumante Francês Kraemer Brut /Demi Sec 150ml..... | 32,98 |
| 3 Molho Francês Salada Lesieur Sabores 450/500g..... | 7,48 | 10 Espumante Argentino Omnium Brut 750ml..... | 22,98 |
| 4 Molho Francês Lesieur Batata/Samourai 230g..... | 6,48 | 11 Chocolate Belga Isis Sabores 100g..... | 7,98 |
| 5 Tomate Italiano Sem Pele La Doria 400g..... | 3,78 | 12 Biscoito Francês Boulevard Baumilha 100g..... | 3,98 |
| 6 Sardinha Portuguesa Bon Appetit Sabores 120g..... | 4,98 | 13 Chocolate Ao Leite Belga Cupido Língua de Gato 100g..... | 5,98 |
| 7 Atum Português Bon Appetit Palitos Natural 150g..... | 14,98 | 14 Batata Malasiana Mr Potato Sabores 160g..... | 5,98 |



LOJAS
BETIM: Av. JK, 339 - Centro - Fone: (31) 3512 4600
 Rua Amin Fares Debian, 301 - Centro - Fone: (31) 3512 4500
 Av. Juiz Marco Túlio Isaac, 50 - Jardim da Cidade - Fone: (31) 3529 2000
SARZEDO: Rua José Luis de Rezende, 27 - Centro - Fone: (31) 3580 0100
BRUMADINHO: Rua Quintino Bocalóva, 339 - Centro - Fone: (31) 3571 9500
IGARAPE: Av. Professor Clóvis Salgado, 1467 - Padre Eustáquio - Fone: (31) 3522 4900

Assinaturas: **VISA** Ticket Alimentação (sob consulta) ECV

Convênios: Aasmube (Betim e Mário Campos) / Copasa / Cesta-Escola / Cesta Servidor

Delivery: Para você que não mora em Betim, entregamos em domicílio para grupo de clientes

“Sempre fui vítima de campanhas negativistas e acho até que é certo preconceito, por acharem que serei sempre bem votado, ou que pretendo ser prefeito de Betim. Mas eu consegui dar a volta por cima, tive 53 mil votos em todo o Estado e me orgulho muito de cada um deles.”

“Sou um político a serviço de Betim”

Eleito para seu sexto mandato consecutivo como deputado estadual, há quase 30 anos ele é um dos políticos mais influentes da região. Ex-prefeito de Betim e único representante da cidade na Assembleia Legislativa neste pleito, Ivair Nogueira do Pinho, 64, fala da sua trajetória política, faz uma avaliação do atual governo e diz não descartar a possibilidade de disputar novamente a prefeitura

Leonardo Dias

REVISTA MAIS – Como começou sua história política?

IVAIR NOGUEIRA - Sou betinense, nascido e criado aqui, e continuo morador da cidade, apesar de algumas pessoas dizerem que não vivo mais em Betim. Minha história na política começou com movimentos estudantis na década de 1960, mas o político lá em casa era meu irmão, Célio Nogueira. Em 1976, ele concorreu à prefeitura, contra o professor Osvaldo Franco, e eu fui seu coordenador de campanha. Anos depois, fui convidado pelo então prefeito Newton Amaral para ser secretário de Obras de Betim, cargo que ocupei mesmo após sua morte (em 1985) e no qual aprendi muito. Meu nome chegou a ser ventilado, em 1988, para concorrer à prefeitura, mas acabei saindo como vice do Osvaldo Franco, que venceu a disputa naquele ano. Com a trágica morte dele, que era um dos meus grandes mentores políticos, acabei assumindo a Prefeitura de Betim, em 1991, e governei a cidade durante um ano e 11 meses, consolidando definitivamente minha carreira política.

Como foi assumir o cargo naquelas condições e como o senhor destaca seu trabalho à frente da Prefeitura de Betim?

Apesar do pouco tempo, pude aproveitar para colocar em prática alguns projetos, mesmo com a pequena receita da prefeitura na época. Construímos quase 30 escolas, mais de 100 km de asfalto, começamos a avenida Juiz Marco Túlio Isaac, desapropriamos o terreno onde hoje fica o parque de exposições, entre outras importantes conquistas. Orgulho-me muito do meu trabalho à frente da Prefeitura de Betim e de ter deixado um grande le-

gado para meus sucessores. Minha única frustração foi não ter conseguido a construção de um teatro em Betim, mesmo tendo elaborado o projeto na época.

E como foi sua transição para o cargo de deputado estadual?

Em 1994, fui convidado para concorrer a deputado, e Betim, até então, nunca tinha tido um representante na Assembleia Legislativa. Na época, foquei minha campanha em Betim, Igarapé (São Joaquim de Bicas ainda não era emancipada), Contagem e Belo Horizonte, e fui o quinto mais votado, com 34 mil votos, sendo 25 mil em Betim. Agora, fui reeleito para meu sexto mandato. Infelizmente, fui o único candidato eleito, pois acho que poderíamos ter feito quatro ou cinco deputados estaduais e, no mínimo, dois federais na cidade. Fiquei feliz pela minha vitória, mas triste pela perda dos companheiros. Por exemplo, a cidade de Montes Claros tem mais ou menos o mesmo número de eleitores de Betim e fez cinco deputados estaduais.

PERFIL

Ivair Nogueira

Idade: 64 anos

Naturalidade:
Betim

Formação: engenheiro civil e advogado

Currículo: ex-prefeito de Betim, empresário e deputado estadual reeleito para seu sexto mandato

A não eleição de algum dos candidatos de Betim o surpreendeu? Contava com a vitória de outros além do senhor?

Ninguém tem bola de cristal para saber quem será eleito, depende da vontade do povo. Mas confesso que esperava a eleição da maioria dos candidatos da cidade. Acho que o resultado é um recado das urnas de que muita coisa precisa ser mudada na política do município. Estamos vivendo um momento de falta de credibilidade da classe política, com tantos escândalos acontecendo. As pessoas têm mania de generalizar, mas tenho orgulho de andar de cabeça erguida pelo meu trabalho no Estado. Sou nascido e criado aqui, tenho carinho especial pela cidade, mas todos sabem que só um município não elege um deputado. Apesar disso, confesso que esperava uma votação mais expressiva em Betim.

Ficou frustrado com seu resultado em Betim, já que teve 8.127 votos na cidade?

Não fiquei frustrado, acho que o povo, de um modo geral, mandou um recado para a classe política de Betim. Não fui eu que tive diminuição na votação, foi o maior número de candidatos e o trabalho de campanha de cada um que geraram essa fragmentação dos votos. Sempre fui vítima de campanhas negativistas e acho até que é certo preconceito, por acharem que serei sempre bem votado, ou que pretendo ser prefeito de Betim. Mas eu consegui dar a volta por cima, tive 53 mil votos em todo o Estado e me orgulho muito de cada um deles. É o equivalente a um estádio lotado, é muita coisa. Só tenho a agradecer ao povo pela oportunidade dada.



Tem pretensão de concorrer novamente à Prefeitura de Betim?

Trabalho com a seguinte filosofia: ninguém é dono do seu destino. Estou sempre sendo procurado por pessoas comentando isso, dizendo que agora é a minha vez, mas minha preocupação maior é com o fortalecimento de um grupo político que lute pelos ideais da cidade. Fico lisonjeado e honrado quando ainda lembram o meu nome, é sinal de que meu trabalho é reconhecido e que eu tenho o aval da população para colocar meu nome em disputa. Mas digo a você que nesse momento devemos dar as mãos e ajudar o município da melhor forma possível. Posso dizer que nunca vou fugir à responsabilidade, se meu nome for lembrado e chamado. Da minha parte, nunca vou colocar meu nome como candidato a nada, sou um soldado a serviço de Betim. Se amanhã entenderem que meu nome pode voltar à prefeitura, contem sempre comigo.

Depois de anos polarizada entre duas vias, o senhor vê a possibilidade de surgimento de uma terceira opção em Betim?

Claro que vejo. Betim tem vários bons nomes. Não podemos confundir eleição para deputado com eleição para prefeito. Por exemplo, em 1994, fui candidato a deputado e tive 25 mil votos em Betim, o Jésus (Lima, ex-prefeito de Betim) teve 5 mil votos. Na eleição para prefeito, em 1996, não conseguimos reunir forças e acabamos saindo candidatos Carlaile (Pedrosa), Jésus e eu. Na divisão, o Jésus ganhou. Não é porque a pessoa não foi bem votada para deputado que não possa ganhar para prefeito. A cidade clama por uma terceira via, vejo esse sentimento da população. É preciso renovar. Quando falo em renovação, não é só em idade, mas é óbvio que é importante darmos chances aos que estão começando. Precisamos de renovação de ideias, de planejamento, de visão. Estamos carentes de bons gestores públicos. Precisamos combater e acabar com essa impunidade e colocar na cadeia aqueles que vêm roubando a administração pública.

Como avalia o atual mandato do prefeito Carlaile Pedrosa?

Sou amigo pessoal do Carlaile, de longa data, tenho uma amizade fraterna com ele. Apesar de amigos, já estivemos em lados opostos, mas nem por isso perdemos a amizade. Ele é uma grande figura humana, uma pessoa boa, mas que está passando por momentos difíceis na sua administração, por causa de brigas internas, que têm prejudicado o município. Em minha opinião, acho que ele deveria fazer um choque de gestão, buscar alternativas de mudar o atual cenário. O momento não é promissor, ele tem passado por dificuldades, mas, por sua experiência, capacidade e espírito de liderança, ele pode mudar os rumos da administração e buscar novos caminhos. Ele tem buscado melhorias para a cidade e sabe que pode sempre contar com meu apoio. Tenho liberdade para falar com ele e, da mesma forma que elogio, também critico, se for preciso.

Em janeiro, será eleita a nova direção da Assembleia Legislativa, da qual o senhor é atualmente o primeiro vice-presidente. Vai tentar a presidência desta vez?

Nosso mandato lá se encerra no dia 31 de janeiro, e, normalmente, a tradição é que o partido com mais deputados e o do governador eleito faça o presidente da Casa. É uma tradição, não quer dizer que será assim. Meu nome é lembrado para a disputa como possível presidente, mas isso ainda está sendo discutido. Existem muitos nomes bons que podem assumir o posto, mas, se meu nome puder somar, estou à disposição.

Fale um pouco sobre sua história no Decamão. Qual a importância do bairro em sua trajetória?

Morei 30 anos da minha vida lá, até me casar. É um lugar que faz parte da minha história. Minha família morou lá toda a vida, meus pais e irmãos têm história lá. Tenho lembranças boas dessa época, quando íamos para as noites dançantes e voltávamos a pé para lá, coisa impossível de se fazer hoje devido à violência. Na época, não imaginávamos que seria construída aquela avenida de ligação, e é um orgulho ver como aquela região progrediu com o passar dos anos.

Como foi o início da sua carreira profissional? É verdade que o senhor teve dificuldades para custear seus estudos em engenharia civil?

Meu primeiro emprego foi na Ikera e, inclusive, tenho meu crachá de lá até hoje. Guardo com muito carinho as lembranças dessa época. Depois disso, fui trabalhar no Cartório João Lara, onde fiquei durante cerca de cinco anos. Em 1970, eu e meu irmão montamos uma imobiliária e começamos a trabalhar com compra, venda, administração e aluguéis de imóveis. Depois, começamos a mexer também



com construção civil. Fui muito feliz nessa profissão, que me ensinou a administrar não só a empresa, mas minha vida pessoal. Com o dinheiro da imobiliária, pude pagar meus estudos, quando me formei, em 1976, na Escola de Engenharia Kennedy. Após a conclusão, eu ainda era solteiro. Decidi estudar direito, em Divinópolis, onde também me formei. Trabalhei muito para custear meus estudos, tinha pouco tempo para o lazer e me dedicava bastante. Minha mãe sempre ensinou aos filhos a importância de trabalhar para sobreviver e sempre fomos muito dedicados lá em casa, graças a essa criação.

Como conheceu sua mulher, Leia Nogueira? Ela foi sua funcionária quando mais jovem?

A Leia veio para Betim para estudar e morar com uma irmã que vivia aqui. Pouco depois, ela foi trabalhar comigo na imobiliária e foi assim que nos conhecemos e começamos a nos relacionar. Hoje, graças a Deus, tenho uma família maravilhosa e tudo que sou eu devo a ela: meus filhos e minha família. Ser mulher de político não é fácil, mas ela tem esse sangue político nas veias e sempre me apoiou. Só tenho a agradecê-la.



O médico falou que a situação do meu filho era complicada, que ficou mais de cinco minutos submerso e que se ele escapasse sofreria graves sequelas. Mas, graças a Deus, tive mais essa bênção na minha vida. Ele conseguiu escapar sem sequelas e, hoje, está aí, um rapaz bonito, saudável, casado”



É verdade que um dos seus filhos quase morreu afogado quando criança?

É verdade, sim, foi em 1990. Nessa época, eu era vice-prefeito e morava no bairro Guarujá. Havíamos chegado de viagem e estávamos fazendo uma festa na área da piscina, quando todos entraram para dentro de casa e esquecemos o Vinícius (Nogueira, filho caçula) do lado de fora. Ele estava com uma roupa de frio, e um sobrinho, de repente, comentou: “O que aquele boneco está fazendo na piscina?”. Fomos ver, e era o Vinícius, que estava se afogando. Corremos com ele para a Famub (Fundação de Assistên-

cia Médica de Urgência de Betim), onde ele recebeu o primeiro atendimento. De lá, fomos para um hospital no Barreiro, em Belo Horizonte. O médico falou que a situação dele era complicada, que ficou mais de cinco minutos submerso e que se ele escapasse sofreria graves sequelas. Mas, graças a Deus, tive mais essa bênção na minha vida. Ele conseguiu escapar sem sequelas e, hoje, está aí, um rapaz bonito, saudável, casado. Só tenho a agradecer a Deus por ele ter escapado.

Já pensou em um herdeiro político?

Quero avisar que ainda não estou pensando. Não está me aposentando não, né? (risos). Brincadeiras à parte, é claro que chega um momento que você tem de dar espaço para outros, mas política não se pode impor nada a ninguém. Meu filho mais velho (Vitor Nogueira) foi candidato a vereador e bem votado, assim como minha mulher, no passado. Não forço ninguém a nada, mas, se for da vontade deles, é claro que vou apoiar. Não penso em um herdeiro necessariamente como alguém da família, mas, sim, em alguém que possa contribuir com o povo, em quem eu acredite que possa dar prosseguimento ao meu trabalho. Sendo da minha família ou não, terei o maior prazer de apoiar no futuro alguém que esteja dentro desses ideais.

O que pretende fazer depois que deixar a política?

Acabei de ser eleito para mais quatro anos, mas o amanhã não nos pertence. Enquanto eu puder contribuir com o povo, não penso em me aposentar. Essa é uma decisão que não cabe só a mim, existe um grupo de pessoas envolvidas. Já poderia ter parado, estar cuidando da minha vida, passeando, viajando, mas a política é como uma cachaça, e eu sinto muito prazer em fazer política. Acho que já fiz muita coisa pela cidade e vou continuar fazendo enquanto contarem comigo. Qualquer discussão sobre isso daqui para frente, eu estou aberto a conversas. Se me disserem um dia: “Ivair, acho que é hora de dar lugar a outros”, vamos sentar e discutir so-

bre isso democraticamente. Enquanto precisarem de mim, estarei sempre à disposição.

O que costuma fazer nos momentos de folga?

Meu horário de lazer é muito curto, mas, sempre que posso, gosto de ficar com minha família. Tenho um neto, agora, Lorenzo, e espero ter outros em breve, então, procuro dedicar meu tempo livre à família.

Pratica esporte?

Já gostei de futebol, mas, em razão de uma cirurgia que fiz nos olhos, parei. Deixo só para os filhos agora. Gosto de fazer uma caminhada de vez em quando e fazer academia também.

Torce para que time?

Cruzeiro.

Satisfeito com seu time, mesmo com a pressão do Atlético nos últimos anos?

Muito satisfeito (risos). Independentemente, acho que temos de torcer pelos times mineiros, não só o Atlético, mas também América, Villa Nova e todos os outros. Futebol é igual política, você pode ter preferência, mas não pode ser contra os outros. Outro dia estava vendo o jogo Atlético e Corinthians, pela Copa do Brasil, e foi uma das melhores partidas que vi nos últimos tempos. Torço pelos times mineiros, mas prefiro o Cruzeiro, que vai ser campeão de novo. Que me desculpem os atleticanos (risos).

Tem algum sonho? Por exemplo, algum lugar que queira conhecer?

Nós podemos viajar e aprender muito, e eu sou uma pessoa que gosta de aprender cada dia mais. Mas meu verdadeiro sonho é construir em Betim uma política construtiva, onde podemos juntar ideais, agregar lideranças em busca de uma cidade melhor. Meu sonho é ver entidades de classe, prefeito, vice, vereadores, deputados, imprensa, todos juntos para fazer de Betim uma cidade referência. Sem dúvida, este é meu grande sonho a ser realizado. ■



Adrenalina nas ladeiras

Esporte radical com manobras de derrapagens, que mistura a adrenalina de correr pelas ruas, é a nova mania dos betinenses



Leonardo Dias

QUEM VIVEU A TENRA INFÂNCIA no fim dos anos 1980 e início da década de 1990, com certeza, se lembra dos famosos carrinhos de rolimã. Tradicionalmente montados com uma base de madeira e com rolamentos de aço servindo como rodas, esses carrinhos eram diversão garantida na época em que brincar ao ar livre com outras crianças ainda era moda. Em algum lugar no tempo, essas atividades foram perdendo força. A meninada passou a se divertir mais em casa, os videogames e computadores tomaram o lugar das brincadeiras de rua, e o mundo ficou um pouquinho mais chato. Contudo, para uma turma de Betim que já passou da casa dos 30, essa velha diversão dos tempos de infância não ficou para trás. Mas, como tudo acaba evoluin-

do, não são os carrinhos de rolimã que fazem a cabeça desta galera, e sim os trikes, ou Drift Trikes, como são originalmente conhecidos.

Os trikes são uma espécie de evolução híbrida dos carrinhos de rolimã, misturados com frente das bicicletas de BMX e rodas de kart ou PVC. A ideia da modalidade é descer ladeiras íngremes em altas velocidades, ou praticar o drifting (técnica que consiste em deslizar nas curvas, deixando a parte traseira “escapar”) e os giros no próprio eixo. Dependendo da descida, os trikes podem atingir mais de 70 km/h.

Em Betim, o esporte vem ganhando adeptos há cerca de um ano, e já são dezenas de praticantes se jogando ladeira abaixo em busca de adrenalina e diversão. O principal ponto de encontro dessa turma é no bairro Guarujá Mansões, que oferece grande número de descidas >>

retas e em curva, além de ainda ser pouco habitado, o que reduz significativamente a quantidade de veículos e pedestres nas ruas, favorecendo ainda mais a prática do esporte no local.

Um dos pioneiros em Betim, o empresário Rodrigo Lobo, 33, conheceu o trike pela internet. “Comecei há pouco mais de um ano depois de ver alguns vídeos na internet e logo me interessei em começar a praticar. Para mim, o mais empolgante é a adrenalina que o esporte proporciona, com as manobras e a velocidade que atingimos”, destaca.

Como envolve altas velocidades, o trike pode ser, sim, considerado um esporte de alto risco, por isso, a importância de os praticantes darem atenção especial aos itens de segurança, que chegam a custar

quase o mesmo valor do próprio veículo, como explica o técnico em eletrônica Antônio Alves Cruz, 33. “Para se montar um bom trike, o investimento fica na casa dos R\$ 800, enquanto os equipamentos de segurança exigem mais uns R\$ 700”, afirma.

O quesito segurança, inclusive, é um dos aspectos mais importantes para os praticantes da modalidade. Para segurança dos pilotos, é importante o uso de capacete, luvas, protetor de joelhos, pernas, cotovelos e antebraços, além de um calçado adequado. Que o diga o autônomo Jonathan Silva, 30. Morador de Juatuba, ele vem a Betim pelo menos duas vezes para praticar e já sofreu com alguns acidentes. “Já sofri algumas quedas em alta velocidade, e todo acidente, por mais simples que seja, é sempre bem dolorido”, afirma.

COMPETIÇÕES

Com o aumento do número de adeptos no país nos últimos anos, as competições de trike estão se tornando mais comuns, e os praticantes de Betim já começam a se arriscar nas ladeiras Brasil a fora. As disputas são realizadas em duas categorias, basicamente: slider, em que vence quem percorrer o circuito no menor tempo; e drifting, em que as manobras e saídas de traseira durante o percurso determinam como vencedor aquele que tiver as notas mais altas.

Recentemente, Antônio Cruz participou de etapas do Campeonato Brasileiro e Mineiro, na modalidade slider, tendo, inclusive, vencido uma das baterias da competição. “É um desafio muito grande participar dessas disputas, já que concor-





R\$ 1.500

Para se montar um bom trike, os praticantes desse esporte vão gastar, em média, esse valor. Desse total, cerca de

R\$ 800

serão para montar o trike e

R\$ 700

para adquirir os equipamentos de segurança.



rem pessoas de todo o país, muitas delas mais experientes e com equipamentos melhores. O importante, no fim das contas, é se divertir. Mas, com certeza, pretendo melhorar e disputar títulos da categoria em pouco tempo”, afirma.

Mesmo com o espírito de competição afiado, os praticantes de Betim ainda levam o trike mais como recreação e, para isso,

vêm agregando cada dia mais pessoas ao grupo, promovendo a interação e a troca de experiências entre os membros. “Criamos um grupo que hoje se reúne com frequência para andar e se divertir. No começo éramos três ou quatro, hoje já somos quase 15 pessoas”, conta Rodrigo Lobo.

Para apresentar melhor o trike, o grupo conta com uma página no Facebook,

o “Betim Drift Trike”, onde são postadas informações sobre campeonatos, compra e venda de acessórios e dicas para novos praticantes. Se você tem coragem e vontade de conhecer um esporte novo, não deixe de passar pelo Guarujá Mansões nos fins de semana. Pode ser o início de uma nova paixão, como foi para muitos desses guerreiros das ladeiras de Betim. ■



PUMP
JUMP
PILATES
TÊNIS (quadra
de saibro)

Treinamento
Funcional

Com tanta novidade, todos da casa vão querer malhar.

Natação
Hidroginástica
Hidroterapia
Musculação
Yoga

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

3531.3783 Bairro Filadélfia . Betim



Karen Porfiro

Idade: 23 anos

Altura: 1,74 cm

Peso: 56 kg

Beldade mineira

Vencedora do Miss Minas Gerais 2014, essa bela mulher exala brasilidade e foge de todos os estereótipos de beleza já apresentados

Pollyanna Lima

QUEM PODERIA IMAGINAR que a vencedora do Miss Minas Gerais 2014, um dos títulos mais almejados entre as beldades mineiras, já foi uma garota complexada? Pois é assim que a modelo Karen Porfiro, 23, sentia-se na adolescência com relação aos seus belos cabelos e sorriso. “Eu tinha os dentes para frente e grandes. Sofri muito com isso até que, a partir dos 13 anos, me submeti a um tratamento ortodôntico, com uso de aparelho, o que resolveu o problema. Por ter os cabelos cacheados, tinha dificuldade de penteá-los. Queria usá-los soltos, mas não podia. Via minhas amiguinhas de escola com os cabelos lisos e soltos e tinha vontade de ser como elas, até que minha mãe deixou que eu os alisasse. Fiz isso por sete anos, quando, em 2010, resolvi

me libertar da química e me aceitar como sou. Hoje, meu cabelo se tornou um motivo de orgulho para mim”, salienta.

Mineira da cidade de Timóteo, Karen demorou para aceitar que seu destino estava ligado ao mundo da moda. “Sempre fui alta e magra, mas nunca pensei em ser modelo, apesar de ter recebido muito incentivo”, conta. O primeiro contato com as passarelas aconteceu quando ela foi comprar o vestido de casamento da irmã. “A loja estava promovendo um desfile e precisava de modelos, então, a proprietária me convidou. Aceitei e, desse dia em diante, muita coisa mudou em minha vida”, recorda a modelo.

Nesse mesmo desfile, a mineira conheceu a proprietária de uma agência de modelos da região, o que despertou nela o interesse pelo ramo. “Comecei a fazer alguns desfi- »

“Nunca fiz cirurgia plástica nem senti necessidade de fazer. Porém, não sou contra. Acredito que, com equilíbrio e colocando a saúde sempre em primeiro lugar, é válido modificar algo que nos incomoda.”



FAVORITOS

BRINCOS

Os brincos dão vida e brilho ao rosto das mulheres. Para mim, sair sem eles é quase como sair sem roupa.

RÍMEL

O rímel é uma maquiagem curinga. Penso que o nosso olhar deve chamar a atenção, por isso, nunca deixo de usar.

PROTETOR SOLAR

Sempre uso e recomendo a todas as pessoas usar o protetor solar. Ele está sempre comigo e é o melhor cuidado com a pele que podemos ter.

les em feiras de noivas e em lojas. Foi, inclusive, por meio dessa agência que concorri e ganhei, em 2012, o título de Miss Timóteo, minha cidade natal. Nesse mesmo ano, fiquei entre as oito finalistas de um concurso estadual, em Divinópolis”, recorda.

Decidida sobre o que queria para sua vida, Karen dedicou o ano de 2013 para correr atrás de sua carreira. Ela passou o ano estudando teatro, dança, canto e viabilizando uma possibilidade para ir a São Paulo tentar a carreira de modelo. Em 2014, foi morar em Belo Horizonte para conhecer mais o mercado, onde viveu por quatro meses, até conseguir um trabalho na capital paulista. “Nessa época, meus pais não acreditavam muito na carreira de modelo. Mesmo assim, eles acreditaram no meu sonho, fizeram um empréstimo e me ajudaram financeiramente por pelo menos um mês. Fiquei em São Paulo por cinco meses e, nesse período, consegui muitos trabalhos”, explica. Karen fez campanhas publicitárias

para Nextel, Renner, O Boticário, a chamada da novela da Rede Globo “Boggie Oggie” e também fechou um grande contrato com a mineira Bio Extratus. “Foi então que voltei para cá”, explica.

MISS MINAS GERAIS

Mesmo tendo conquistado o Miss Timóteo, Karen Porfiro confia que entrou para o Miss Minas Gerais sem muita esperança de ganhar o título. “Queria mesmo era ter visibilidade e mostrar meu trabalho. Mas, quando percebi que havia ali possibilidade de uma vitória, comecei a me preparar e me dedicar mais”, salienta.

Durante a preparação, Karen ficou em Betim, na casa do namorado. “Aqui, consegui patrocínios da Bio Extratus e da Luciana, proprietária do salão de beleza Contorno do Corpo. Lá fiz tratamentos de beleza e estética, massagem redutora, drenagem e mantive minha dieta em seu espaço de Vida Saudável. O carinho e a atenção dela foram de grande importân-

cia para eu vencer o concurso. Quando anunciaram que eu havia ganhado, quase não acreditei”, recorda.

Hoje, mesmo com tantos compromissos, a bela ainda consegue conciliar a vida profissional aos estudos, retornando a sua graduação. “Faço um curso de ciências contábeis a distância, pois, como viajo muito, é impossível assistir às aulas presenciais. Fora isso, vou começar a fazer cursinhos para minha carreira de modelo, curso de teatro e de TV, aula de canto e voltar para minha dança contemporânea, que é meu maior prazer”, diz satisfeita.

Apesar de não ter sido agraciada com o título de Miss Brasil, Karen sente-se orgulhosa por ter representado seu Estado. “O concurso já passou. Agora, continuarei a representar Minas da melhor forma, investir na minha carreira e continuar representando quem tem cabelos crespos e cacheados. Quero ser um exemplo para muitas mulheres que querem se aceitar como são, assumirem sua beleza natural”, enfatiza. ■

STALO

CONCURSO CULTURAL
CARROSSEL PREMIADO

QUAL A MAGIA DE EMBARCAR EM UM CARROSSEL ENCANTADO?

Vá até o Betim Shopping, retire o cupom em uma das lojas, de 06/11 a 24/12, responda a pergunta e concorra.

AS 3 RESPOSTAS MAIS CRIATIVAS GANHAM:

- 1º Vale viagem
- 2º Xbox 360 4GB + Controle + Jogo
- 3º Tablet Samsung Galaxy

BETIMSHOPPING

Acesse o regulamento: betimshopping.com.br

Tão longe, tão perto

Alimentar o amor exige maestria. Driblar a falta do contato físico, o ciúmes, cuidar do relacionamento e conviver com a saudade é desafiador, mas não são raros os casais que conseguem superar essas adversidades e viver em harmonia, isso, é claro, quando ambos estão dispostos a fazer o romance acontecer

ARQUIVO PESSOAL



Da Redação

GLEND A MOURA, 26, desembarcava em Londres em janeiro de 2012 para um curso de inglês. A betinense levava na bagagem a expectativa de que aquele mês lhe trouxesse bons frutos. O que não imaginava, entretanto, é que naquela viagem conheceria o alemão Christoph Nann, 27 – hoje, seu noivo e responsável por fazê-la morar fora do Brasil no próximo ano. O casal se conheceu no curso de línguas londrino e, apesar de não terem firmado compromisso quando, um mês depois, cada qual voltou para seu país de origem, com o tempo, a saudade os fez repensar se valia a pena manter um relacionamento a distância. “Quando voltei para o Brasil e ele para a Alemanha, nós continuamos nos falando. A saudade ficou apertada e vimos que havia a possibilidade de continuarmos o relacionamento. Em agosto, ele veio ao Brasil, e é assim desde então: eu vou para lá no fim do ano, e ele vem para cá no meio do ano. A saudade é grande, mas tentamos manter o máximo possível de contato para que possamos alimentar o relacionamento”, explica ela.

A betinense Glenda e o alemão Christoph (foto) se conhecerem em Londres, quando ela fazia um curso de inglês; hoje, eles estão noivos, e, para matar um pouco a saudade, conversam todos os dias pelo Skype



DISTÂNCIA MELHORA RELACIONAMENTOS

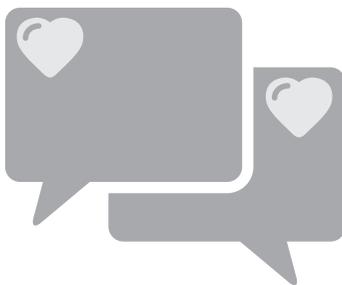
Pesquisadores da Universidade da Cidade de Hong Kong, na China, e da Universidade de Cornell, nos Estados Unidos, garantem, com base no estudo “Absence Makes the Communication Grow Fonder: Geographic Separation, Interpersonal Media, and Intimacy in Dating Relationship, publicado no Journal of Communication”, que a distância só melhora os relacionamentos.

O estudo, realizado com 63 casais de ambos os países, revela ainda que aqueles que namoravam a distância se sentiam mais íntimos de seus parceiros e seguros na relação do que os casais que viviam mais próximos. E você, concorda com a pesquisa?

ALGUMAS DICAS PARA MANTER O NAMORO A DISTÂNCIA

- Evite criar fantasmas; segurança emocional é a peça-chave
- Busque ser sempre sincero
- Quando for dizer algo, seja claro para evitar ruídos na comunicação
- Sempre converse quando algo o incomodar, mas evite discussões bobas
- Evite postar situações em suas redes sociais que possam gerar desconfiança no parceiro
- Abuse da tecnologia para matar a saudade
- Interesse-se pelos assuntos cotidianos do outro
- Demonstre seu amor
- Não se aborreça quando o parceiro fizer programas sociais sem você; afinal, com respeito, que mal há nisso?

Fonte: Cleide Loiola



Glenda conta que o relacionamento enfrentou não somente fronteiras geográficas. “Apesar de não ter sido um problema, a língua foi uma fronteira que tivemos de ultrapassar. Precisávamos nos comunicar bem – afinal, com a distância, o que nos resta é a linguagem verbal e textual. Acontece que o inglês não é nossa língua natal, e eu não sabia alemão. Mas sempre demos um jeito de nos entendermos e, diante da perspectiva de um futuro juntos, eu me empenhei e fiz um curso de alemão. Ele aprendeu um pouco de português também, mas, no fim, acabamos conversando mais em inglês mesmo”, conta.

E, comprovando que o amor realmente não tem fronteiras, Glenda e Christoph estão noivos. Ela vai se mudar para a Alemanha e o casamento será em julho de 2015. Para que o relacionamento de 10 mil quilômetros de distância perdurasse, o alemão Christoph Nann acredita que foi necessário ter muita disciplina e confiança mútua. “Nós temos perspectivas de futuro e isso é muito importante – esse é um objetivo em comum que construímos juntos, mesmo a distância. Além disso, nos falamos e nos vemos todos os dias pelo Skype, buscando compartilhar situações e histórias cotidianas e matar um pouco da saudade”, explica.

Para a terapeuta Cleide Loiola, 39 – que também já viveu um relacionamento a distância que resultou, hoje, em seu casamento –, esse tipo de relação possui >>



Antes de começarem a namorar, o paulista Elton e a betinense Silvana trocaram mensagens pela internet por dois anos; o casamento já está marcado para o ano que vem e ela vai se mudar para São Paulo

alguns desafios específicos. “Acredito que o maior seja alimentar a relação a distância. Sentir-se amado e fazer com que o outro também se sinta é fundamental, mas nem sempre é fácil fazê-los sem o contato físico. Além disso, nesse tipo de relacionamento, tudo tem dimensões diferentes. Esse é outro desafio. Por isso, a comunicação precisa ser bem clara, para evitar ruídos. É essencial exercer o ‘estar no lugar do outro’ e ter cuidado em como as coisas serão ditas”, explica. Cleide ressalta também a importância da segurança emocional. “Sentir-se seguro é o primeiro passo para o amadurecimento da relação. Se você se propôs a viver esse tipo de romance, para que criar fantasmas? É preciso confiar plenamente no outro”, enfatiza.

Glenda e Christoph não são o único

casal a viver em harmonia neste tipo de relacionamento. Elton Lima de Moura, 31, de São Paulo, e a betinense Silvana dos Santos Moreira, 33, não só vivem uma relação a distância, como se conheceram pela internet. “Nós nos conhecemos em um site de relacionamentos, em 2010. Eu procurava amizade e ele, uma paquera. Eu puxei papo com ele primeiro, pois a frase do seu status me tocou. Trocamos mensagens por dois anos e acabamos nos afastando”, conta. “Mas o destino parecia mesmo certo. Na Páscoa de 2012, mandei uma mensagem para ele e, no momento que ia escrever, ele me enviou um texto. A coincidência foi muito grande e, pela primeira vez, nos falamos por telefone. Logo ele veio me visitar. Confesso que fiquei um pouco receosa, mas precisava vê-lo. Os encontros continuaram

acontecendo. Ele queria firmar um compromisso, mas eu tinha muito medo de não conseguir me relacionar a distância. Nesse caso, o amor falou mais alto. Hoje, somos noivos e vamos nos casar no ano que vem”, conta.

Para Silvana, o mais difícil na relação do casal, além da despedida, é passar, separados, datas comemorativas. “Muita gente achou que não daria certo. Não é fácil, mas com amor superamos tudo. Vivemos cada dia de uma vez e isso é muito importante. Acredito que o maior desafio, além de aprender a conviver com as despedidas, seja passar algumas datas longe. Dá um aperto forte no peito. O que nos dá força para continuar são o amor e a perspectiva de que um dia vamos ficar juntos, pois vamos nos casar e vou me mudar para São Paulo”, revela. ■



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



Camila conta que assim como o primogênito, Jimi, o parto da pequena Gaia foi natural dentro da água, no Sofia Feldmam; ela conta que a caçula nasceu devagar e, para surpresa dela e do marido, Israel, a menina ainda estava dentro da bolsa. “Assim que nasceu, ela abriu os bracinhos e rasgou a bolsa, dentro da banheira. Quando a soltei, ela nadou. Foi lindo. Depois, meu marido cortou o cordão umbilical.”

Por um parto mais natural

Contrariando as estatísticas no país, em que 80% das mulheres fazem cesáreas, estas mães querem ser protagonistas do nascimento do próprio filho e decidiram dar à luz de uma forma natural e humanizada

Lisley Alvarenga

UMA MULHER PRESTES A DAR À LUZ, gritos de dor, suor, risco de morte e desespero. Essa cena exagerada de sofrimento no parto, retratada repetidas vezes em telenovelas no país, revela, além da influência da mídia no medo e na desvalorização do parto normal ou natural, como é deturpada a visão de grande parte das brasileiras sobre esse momento único na vida de quem sonha em ser mãe. E o fortalecimento desse imaginário, infelizmente, não é apenas cultural; reflete-se em números. Segundo levantamento recente da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), no Brasil, atualmente 40% das mulheres fazem cesárea na rede pública e cerca de 80% dos nascimentos pela rede privada também é feito por cirurgias, percentual bem superior ao recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS), que é de apenas 15%.

De fato, para alguns especialistas da área da saúde, além de ser um procedimento considerado seguro para as mães, é muito mais confortável. Isso porque o tempo gasto durante esse tipo de parto, se comparado ao natural, é muito menor, e a remuneração paga pelos planos de saúde, em contrapartida, é similar. Contudo, muitas mulheres hoje, dispostas a vivenciar esse momento único e proporcionar bem-estar para si e para o filho, decidiram contrariar o senso comum para se tornarem protagonistas do próprio parto, buscando a humanização do seu parto.

É o caso, por exemplo, de Camila Santos da Volta, 25. Mãe de três filhos, Jimi, Zion e a pequena Gaia, ela faz parte de um contingente cada vez maior de mulheres que enxergaram no parto humanizado a melhor opção para o nascimento do filho. Camila conta que tanto o primogênito, Jimi, hoje com 5 anos e meio, quanto sua caçula, de apenas 3 meses, nasceram via parto natural humanizado, dentro da água, na casa de parto (primeira de Minas Gerais) do Hospital Sofia Feldman, unidade de saúde de Belo Horizonte considerada referência no país quando o assunto é realizar partos normais e promover a assistência humanizada à gestante. “Depois da experiência que tive no parto dele, senti que não havia caminho melhor a escolher e optei novamente pelo parto natural. O nascimento de Gaia foi >>

lindíssimo e uma experiência incrível. No meu caso, tive dois partos na água, mas sempre digo que o mais importante é que a mãe se sinta segura e bem para dar à luz em qualquer que seja o local de sua escolha: no chuveiro, na cama, de cócoras, entre outros”, enfatiza.

Muitos especialistas consideram que o parto na água é menos traumático para os bebês, já que, ao nascer em uma banheira confortável, a criança entra em contato com a água em uma temperatura semelhante à corporal: em média 36,5° C. “Assim, não ocorre choque térmico no momento do nascimento do bebê. Quando ele nasce dentro da água, normalmente, não tem percepção de que nasceu. Isso, muitas vezes, é confundido com um bebê deprimido, o que não é verdade”, garante o médico obstetra Renato Janone, do Núcleo Bem Nascer, que acolhe dúvidas, receios e desejos da mulher, com o intuito de garantir uma assistência perinatal segura e humanizada.

Mais que indicar o parto na água, Camila afirma que o primordial é que a mãe decida por um parto natural e humanizado. “Se mais profissionais dessa área e mães optassem por esse caminho, com certeza, teríamos bebês mais felizes nascendo por aí, e cada vez mais mulheres compreendendo que o parto não é nada daquela cena de gritos e medo que a mídia sempre divulga. Elas entenderiam que um procedimento cirúrgico como a cesárea não é o modo mais legal de trazer seu filho ao mundo e, acima de tudo, entenderiam que dar à luz pode e deve ser belo, simples e encantador. É o resgate das origens, do feminino, do natural. O ciclo natural da vida”, garante Camila.

Mas na primeira gestação de Camila, no que dependesse do marido, o tatuador e body piercer Israel Motta Fialho, 25, o nascimento do filho mais velho, Jimi, aumentaria as estatísticas de cesáreas no país. “No início, ele ficou um pouco receoso, porque eu só tinha conhecimento de um hospital que realizava esse tipo de parto em Belo Horizonte. Além disso, o Sofia é uma unidade de saúde pública, e, infelizmente, o SUS não tem uma fama boa. Meu marido temia que pudesse ocorrer algum erro ou negligência médi-

DICAS PARA MÃES QUE QUEREM ADERIR AO PARTO NATURAL*

*Por Renato Janone, obstetra e integrante do Núcleo Bem Nascer

- Cuide da sua saúde, controlando seu peso e tendo uma alimentação balanceada
- Tenha um pré-natal bem conduzido
- Faça alongamento corporal
- Faça um preparo perineal
- Exercite técnicas de respiração
- Faça um plano de parto
- Peça o acompanhamento da doula durante o parto
- Utilize métodos naturais de alívio da dor
- Tenha consciência do seu corpo
- Acredite que você pode vivenciar um parto prazeroso, ao resgatar o seu protagonismo no trabalho de parto



BENEFÍCIOS DA ATUAÇÃO DA DOULA NO PARTO



ca. Além disso, como o parto natural lá é realizado por enfermeiros obstetras, ele não tinha total segurança sobre a capacidade deles de realizar partos”, explica ela.

O receio de Israel é justificado. No parto natural, não há intervenções, e o nascimento da criança acontece de forma espontânea, sem anestesia, cortes ou indução à dilatação. Tudo isso, a não ser que haja alguma indicação médica. Nesse tipo

de procedimento, que pode ser rápido ou durar horas (podendo chegar a 16 e 18 horas ou, no mínimo, seis horas), o acompanhamento é feito pelo ritmo, frequência e normalidade dos batimentos cardíacos do bebê e pelos dados vitais da mãe, para assegurar que ambos estejam bem. “Apesar do receio, meu marido sempre esteve ao meu lado, respeitando minhas escolhas e me apoiando a seguir o caminho no qual



As luzes na penumbra, palavras de carinho do marido, a assistência de duas enfermeiras e o acompanhamento de duas queridas doulas: Kalu Brum e Raquel Leffäs. Foi nesse ambiente acolhedor, na casa de parto do Sofia Feldmam, que Carina Jorge teve seu primeiro filho, Bernardo. Apesar de estar ansiosa e sentindo dor, ela diz que tudo que pensava naquele momento mágico era ver o filho bem e com saúde.

eu me sentisse mais segura. No nascimento do Jimi, ele pôde vivenciar de perto todo o trabalho desses profissionais e todo o processo do parto natural e, assim como eu, ficou encantado e muito emocionado com tudo que vivenciamos. Hoje, tanto quanto eu, ele sabe da importância desse tipo de parto para o bebê e para a mulher e defende o parto natural e humanizado tanto quanto eu”, afirma Camila.

O pequeno Bernardo Jorge Machado Nobli, hoje com mais de 2 meses, também chegou ao mundo através de um parto dentro da água, no Sofia Feldmam. Na ocasião, a mãe, a designer de interiores Carina Jorge Machado Nobli, 26, estava acompanhada de duas enfermeiras e duas doulas (mulheres sem experiência técnica na área da saúde, que orientam e assistem a nova mãe no parto e nos cuidados com o bebê):

Kalu Brum e Raquel Leffäs. “Quando engravidamos, a Carina achava lindo o parto natural, principalmente, na água. Porém, pensava que esse tipo de experiência não seria para ela. Sempre acreditamos que o parto normal é o melhor para a criança e para a mãe. Com o passar da gestação, fomos nos informando e descobrimos que o parto natural é uma das melhores condições de nascimento para a criança. Percebemos que é possível aliviar as dores com outros tipos de soluções não farmacológicas e, assim, fomos ficando cada dia mais empolgados com o dia do nascimento do nosso Bernardo. Escolhemos o parto na água por ser mais uma das formas não farmacológicas de alívio da dor e por acharmos lindo esse tipo de parto”, afirma o marido, Tiago Guilherme Nobli, 26. »

Carina conta que a preparação fez com que Tiago estivesse sempre ao seu lado, o que ajudou a estreitar sua relação com seu marido. “Ele acompanhou todas as consultas da gestação e se interessava muito pelo desenvolvimento do nosso filho. Também acho que a escolha desse tipo de parto fez com que eu me aproximasse ainda mais do meu filho. Desde o início, fui a primeira a tocar nele e a pegá-lo nos braços, mostrando que estamos juntos para o que der e vier. O amor aumenta, e muito, no momento sublime do parto”, completa.

Respeitar e reconhecer as singularidades de cada gestante são, sem dúvida alguma, os principais pilares do parto humanizado. É nesse tipo de procedimento que a mulher se torna protagonista do próprio parto e dona do próprio corpo, e não o médico. Tudo fica por conta da natureza, e é a mãe que conduz tudo, desde a decisão do local onde dará à luz e quem acompanhará o parto até o tempo que ela deseja ficar com o bebê no colo logo depois do seu nascimento. “No parto humanizado, a mulher é o foco do cuidado. Ela tem uma atitude ativa no parto e no nascimento. Atende aos desejos e aos anseios que essa mulher tem, então, ele é muito mais individualizado, no sentido de tentar criar um ambiente ideal que favoreça, para que o parto seja uma realização dela como gestante e mãe”, explica o obstetra Renato Janone.

Foi pensando nisso que a empresária Gabrielle Christina Faria, 28, optou por ter seu segundo filho, Hugo Faria Cardoso, hoje com 1 ano e 7 meses, através de um parto natural. Traumatizada com a cesárea da primeira filha, Ísis Faria Cardoso, hoje com 7 anos, Gabrielle não hesitou em buscar informações, pesquisar e trocar ideias com outras mulheres antes de se decidir pelo parto humanizado. “Quando meu marido (Luciano Cardoso Reis, 37) e eu resolvemos ter outro filho, decidi também que não passaria por todo o sofrimento de uma cesárea desnecessária, sem escolha e cruel, na qual eu e minha filha fomos jogadas pela pressa, ganância e insensibilidade do sistema e da médica na época. Algo que me levou a ter sequelas físicas e psicológicas”, revela. “Após



Vítima de uma cesárea desnecessária na gravidez da primeira filha, Ísis, Gabrielle diz que ver o segundo filho, Hugo, nos seus braços, olhando-a com tanta ternura e carinho, foi indescritível e maravilhoso. Após um parto natural bem-sucedido, no Hospital Odete Valadares, ela afirma que só conseguia agradecer a Deus por ter lhe dado a oportunidade de ser mãe.



O pequeno João Pedro veio ao mundo via parto normal humanizado. A mãe, Jéssica, diz que a experiência foi incrível e que tudo aconteceu como ela sonhou. Para Jéssica, o momento mais especial do nascimento do filho foi quando ela o pegou nos braços pela primeira vez, ainda ligado ao cordão umbilical.

conhecer algumas maternidades, optei pelo Odete Valadares. Encontrei-me ali e sabia que, por ter toda uma estrutura hospitalar, poderia ser socorrida, em caso de emergência”, enfatiza.

Gabrielle teve um parto sem nenhuma intervenção e com duração de 13 horas. Antes de o pequeno Hugo nascer, ela conta que aguardou em uma área individual dentro do Odete Valadares, onde recebeu acompanhamento constante de médicos, enfermeiras, além de equipamentos a sua disposição, como bolas, bastão, barra e um chuveiro quente, debaixo do qual ficou por quase uma hora. “Quando a bolsa estourou, a anestesista me perguntou se eu iria querer analgesia, mas me mantive firme e recusei. Enquanto aguardava, meu marido fazia massagem nas minhas costas, e eu simplesmente ouvia meus mantras pelo fone e ficava de olhos fechados, fazendo movimentos para controlar a dor. Quando ela aumentou, me levaram para o bloco. Cercada de todos os profissionais, fiz apenas duas forças: uma, em que saiu a cabecinha do Hugo, e a outra, o corpo. Foi maravilhoso sentir meu filho nos meus braços e vê-lo me olhando com tanta ternura. Só conseguia agradecer a Deus por ter a oportunidade de parir”, lembra Gabrielle, ao ressaltar que, para ela, o maior benefício do parto natural foi a recuperação. “Quando tive alta da maternidade, fiz questão de descer as escadas, andar e tomar banho sozinha”, reforça.

Segundo o diretor clínico do Sofia Feldmam, João Batista Marinho de Castro Lima, na humanização do parto, a assistência é centrada na mulher, que é o foco principal, e na família. “Nele, é respeitado as bases fisiológicas do processo de nascimento e há intervenções somente se houve necessidade. Respeita-se a adoção de práticas que estejam respaldadas em evidências científicas de qualidade e que não sejam inúteis e prejudiciais à mãe e ao bebê. Permitir que a mulher escolha a posição que quer ficar e não obrigá-la a ficar sem ingerir água durante o processo são algumas delas”, explica.

MEDO DA DOR

Segundo o obstetra Renato Janone, o maior temor das mães no parto natural é »

a dor. “Imagina-se que ela seja insuportável e que não se possa ter o parto com o mínimo de prazer, o que não é verdade. Temos, inclusive, relatos de partos com orgasmo, com altas taxas de ocitocina endógena (conhecida como hormônio do amor) liberadas pela mulher”, afirma o especialista. “Evidências científicas mostram, inclusive, que um parto natural bem conduzido, com a inclusão da doula na equipe de assistência de forma criteriosa e métodos naturais de alívio, é muito mais saudável e traz muito mais prazer e retorno satisfatório para a mulher, em detrimento do parto industrializado (com intervenções), conduzido de forma ativa”, afirma.

Por tudo isso, é imprescindível a preparação emocional e física do casal. “Massagens da musculatura pélvica e alongamento da musculatura perineal, por meio de técnicas de fisioterapia e do ioga, que preparam o corpo e o emocional da gestante, ensinando posturas e respirações específicas para a gestação e o parto, são muito importantes. Também é imprescindível o plano de parto, no qual discutimos com os pais todos os seus desejos e todas as possibilidades do nascimento do bebê”, acrescenta o médico. “Fiz um plano de parto em que detalhei como eu gostaria que ele acontecesse. Aconselhei todas as mulheres a fazer o mesmo. No dia do nascimento do meu filho, os profissionais do Sofia respeitaram tudo o que eu queria e, quando algum imprevisto acontecia, tudo era bem conversado e encontrávamos juntos uma solução”, revela a dona de casa Camila Volta.

No caso do polidor automotivo Jonathan Michel, 28, e da depiladora Jéssica Matias Ribeiro, 22, a cada consulta pré-natal de João Pedro, hoje com 1 ano e 4 meses, eles buscavam mais informações sobre o processo natural de nascimento do filho. Ela, além disso, aprendia como fazer exercícios, tanto físicos como respiratórios, para preparar seu corpo para o grande dia. “Também fiz terapias que me ajudaram muito. No dia em que João nasceu, foi a experiência mais incrível de nossas vidas. O nascimento dele foi da forma que eu sempre sonhei. Um parto normal humanizado”, conta.



Antes de sonhar com a experiência de ter um parto domiciliar, Thayanne, hoje grávida de 7 meses, teve a primeira filha, Sofia, através de um parto natural a jato, em um hospital. Agora, ela diz que para o nascimento da segunda filha, Valentina, Thayanne contará com uma equipe preparada, além de dispor de todos os aparatos de primeiros socorros e intercorrências.



Também vítima de uma cesárea desnecessária na primeira gestação, Rivania conta que o nascimento do segundo filho, Raul, aconteceu em casa, na mesma cama em que ele foi concebido. Sempre apoiada pelo marido, Paulo Augusto, ela diz que seu último parto foi um momento muito reservado, no qual sua liberdade foi sempre respeitada.

PARTO DOMICILIAR

Considerado um tabu e condenado por muitos especialistas que acreditam que, por ocorrer em casa, ele coloca em risco a vida da mãe e do bebê, já que em caso de algum problema não seria possível socorrer eventuais intercorrências, o parto domiciliar é a forma que a hairstylist Thayanne Ferreira Lima, 25, decidiu que terá sua segunda filha, Valentina. Segundo Thayanne, que em sua primeira experiência como mãe, de Sofia, hoje com 2 anos e 11 meses, teve um parto natural de cócoras, o parto domiciliar sempre a encantou. “No meu caso, que não sou uma gravidez de risco, esse tipo de parto não é tão contraindicado. De qualquer forma, estamos (ela e o marido, o tatuador Osvaldo Fonseca, 34) nos preparando muito bem, para que tudo ocorra da melhor forma possível. Além de uma ótima equipe e uma piscina para alívio natural da dor, contarei com todos os aparatos para primeiros socorros e intercorrências”, garante. “Não temo sentir dor nem que algo dê errado, pois tenho total confiança na equipe que escolhi. Estou me preparando muito bem e minha gestação, até o momento, não teve intercorrências. Minha única expectativa, agora, é que tudo corra bem e que meu segundo parto seja tão rápido quanto o primeiro”, diz Thayanne, que completa em novembro sete meses de gestação.

De acordo com o obstetra Renato Janone, o parto domiciliar não oferece riscos à saúde do bebê ou da mãe, desde que sejam seguidos critérios prévios e a gestante tenha um suporte à mão, caso seja necessário que ela seja encaminhada a um hospital. “Ele é aceito em vários países, principalmente, naqueles que possuem uma política de saúde pública que incentiva esse tipo de atendimento. Porém, para que ocorra bem, devem-se levar em consideração critérios para que a paciente possa ter um parto domiciliar seguro, não sendo indicado em caso de gravidez de risco”, reforça.

Quem também optou por esse tipo de procedimento foi a Rivania Rosa. Com o apoio do marido, Paulo Augusto Dias, ela decidiu dar à luz seu segundo filho, Raul Rosa, através de um parto normal. Segundo ela, que, assim como Gabrielle, sofre uma »

Arquivo pessoal



Após viver a experiência de um parto domiciliar, a jornalista Kalu Brum decidiu se tornar doula; hoje, quatro anos depois, ela garante que, a cada nascimento que acompanha, tem certeza de que essa é a sua vocação. “Quando vejo a mulher ali, com dor, perdendo a fé nela mesma, e sei que posso dar o conforto com minhas mãos e palavras, sinto-me realizada, plena e agradecida”

cesárea desnecessária no nascimento do primeiro filho, hoje com 7 anos, durante o parto ocorrido em sua casa ela não precisou usar nenhuma medicação, nem natural nem alopatia. “Foram 16 horas de trabalho de parto ativo, com contrações ritmadas de cinco em cinco minutos. Confesso que senti dor, mas, ao mesmo tempo, senti uma força descomunal, além de muita tranquilidade e segurança. A única coisa que temia, mesmo, era ter de precisar ir para um hospital e sofrer violência obstétrica, uma triste realidade vivenciada hoje por muitas mulheres brasileiras”, salienta. De acordo com uma pesquisa da Fundação Perseu Abramo, uma em cada quatro mulheres é vítima de violência obstétrica durante o parto no Brasil.

Para Rivania, o nascimento de Raul sobre sua cama, mesmo local em que ele foi concebido, foi um dos maiores acontecimentos da sua vida. “É até difícil explicar, porque meu parto foi e continua sendo uma experiência muito intensa. No meu caso, ele foi um momento muito reservado, no qual minha liberdade sempre foi respeitada. Aqui na minha casa, eu posso fazer o que quiser e receber quem eu desejar. No meu parto, eu escolhi quem eu queria comigo: meu marido, as parteiras e a doula, ninguém mais”, finaliza.

VERDADEIROS ANJOS DA GUARDA

No ambiente impessoal dos hospitais, onde estão presentes inúmeras pessoas desconhecidas em uma hora tão íntima da mulher, ou mesmo dentro de casa, com a presença de familiares e profissionais, uma personagem de extrema importância, mas nem sempre conhecida por muitas gestantes, ajuda a transformar a experiência do parto em um momento ainda mais especial e tranquilo. Essa é a doula, palavra de origem grega que significa “mulher que serve”.

Antes do parto, é ela quem orienta o casal sobre o que esperar do parto e pós-parto, explicando todos os procedimentos comuns e ajudando a mulher a se preparar, física e emocionalmente, para dar à luz. Durante o procedimento, a doula funciona como uma interface entre a equipe de atendimento e o casal, traduzindo para a mãe os complicados termos médicos e os procedimentos hospitalares e atenuando a eventual frieza da equipe de atendimento num dos momentos mais vulneráveis de sua vida. “Nós também ajudamos a parturiente a encontrar posições mais confortáveis para o trabalho de parto, mostramos formas eficientes de respiração e propomos medidas naturais que podem aliviar as dores, como banhos, massagens e relaxamento”, explica a jornalista Kalu Brum.

Foi por se encantar pelo trabalho dessas mulheres e por ser apaixonada pelo parto que ela também resolveu se tornar uma. “Em 2007, cheguei a Belo Horizonte para parir meu filho aqui. Na época, morava em São Paulo e tinha um médico tradicional. Quando percebi que ele iria fazer o que sabia, que iria me enganar e me levar para uma cesárea, resolvi vir para BH para, em princípio, parir no Sofia Feldman. Depois conheci a equipe de parto domiciliar e resolvi que teria meu filho em casa”, recorda. A experiência, segundo ela, foi tão maravilhosa que Kalu resolveu compartilhá-la no blog Mamíferas, criado por ela. “Fez tanto sucesso que fiquei conhecida nacionalmente. Em 2010, depois de ajudar muitas pessoas virtualmente, fiz o curso de doula. Quando terminei, dois dias depois, já estava fazendo meu primeiro atendimento. Nunca mais parei e hoje sou a doula autônoma mais ativa de Belo Horizonte”, afirma. De lá para cá, já somam-se 148 partos, mais de 50 em casa.

Já Luciana Moraes, que também atua como doula e consultora de amamentação, conta que decidiu se tornar doula após passar por cesárea desnecessária, no nascimento do primeiro filho. “O sentimento que ficou depois disso foi a certeza de querer ajudar outras mulheres a não passarem pelo que passei. Desde então, soube que queria auxiliá-las na construção de seus partos, na disseminação de informações e boas práticas de parto. Para isso, formei-me enfermeira e há um ano atuo como doula, área que sempre sonhei”, afirma ela, ao ressaltar que a cada nascimento de que participa se sente agradecida por poder ajudar mais uma mulher. “Sinto-me extasiada. Cada parto é como se fosse o primeiro, a emoção nunca é a mesma”, finaliza. ■



NO ESQUENTA DO VERÃO

Reprodução internet

QUE O VERÃO COMEÇA OFICIALMENTE no dia 22 de dezembro todo mundo sabe, mas, neste ano, parece que ele resolveu antecipar sua chegada para novembro, mês que também marca o início do horário de verão em grande parte dos Estados brasileiros. Uma alimentação mais leve, repleta de saladas, legumes, carnes magras, menos carboidratos, mais produtos integrais e bastante água, associada à intensificação das atividades físicas, são a base para melhorar a saúde e o contorno corporal, e devem ser seguidas durante todo o ano. Contudo, é neste período que esses hábitos se intensificam.

As roupas ficam mais leves, e o corpo, em maior evidência. As gordurinhas que se acumularam nos meses mais frios e a celulite que se escondia nas calças jeans, agora, passam a incomodar mais as mulheres. Para entrar em forma, podemos nos beneficiar também de tecnologias para ajudar a reverter a via metabólica da gordura, de reserva (estoque) à perda (queima), o que melhora também a saúde e, conseqüentemente, o contorno corporal. Conheça os métodos não cirúrgicos mais utilizados na atualidade para combater a gordura localizada e a celulite:

Criolipólise: tratamento que age através do congelamento seletivo e controlado do tecido adiposo, promovendo a cristalização da gordura. Neste processo, há ruptura das membranas das células adiposas e, assim, a gordura é eliminada gradativamente pelo organismo entre quatro e oito semanas. As regiões do corpo mais indicadas para o tratamento são: abdome, flancos, costas, coxas, culotes e braços. Durante o tratamento, a área a ser tratada sofre ação do vácuo e é submetida a um resfriamento por 40 a 60 minutos. Os resultados, geralmente, atingem a expectativa dos seus adeptos, reduzindo cerca de 1/3 do volume adiposo local com apenas uma sessão.

Ultracavitação: realiza a “quebra” das células de gordura localizada no subcutâneo através do fenômeno de cavitação por ondas de ultrassom, disponibilizando-a para ser transformada em energia e ser “queimada” durante as nossas atividades. São necessárias, no mínimo, de oito a dez sessões para uma redução satisfatória da gordura da área tratada.

Intradermoterapia: tratamento médico que consiste na aplicação de medicamentos diretamente na camada gordurosa do subcutâneo através de uma fina agulha, com o objetivo de “romper” as células gordurosas através de reações químicas. Tem excelentes resultados para a gordura localizada na “barriguinha” abaixo do umbigo, flancos (regiões abaixo e ao lado da cintura) e culotes.

Radiofrequência multipolar com vácuo e laser de baixa potência: realiza a modelação da camada gordurosa e o estímulo das fibras de colágeno, renovação celular e a melhora da celu-



lite. O vácuo realiza trabalho simultâneo, estimulando a drenagem linfática dos “lixos” celulares da região, imprescindível para um bom resultado. Os tratamentos são indolores, confortáveis e eficazes para celulite e flacidez. Essas novas ponteiros de técnicas combinadas otimizam os resultados e reduzem o tempo necessário das sessões (em torno de oito a dez), permitindo o tratamento de várias áreas de uma só vez, dando maior versatilidade às mulheres modernas.

Se os métodos tecnológicos acima forem bem indicados e realizados por fisioterapeutas e médicos capacitados e com bons aparelhos registrados pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), para garantir a integridade da pele, o sucesso do tratamento é muito maior. A pele pode sofrer queimaduras e necrose, se o aparelho não estiver registro na Anvisa. Fica o alerta: desconfie de tratamentos muito baratos, pois os aparelhos sem registro são muito mais em conta do que os que já passaram por testes e têm regulamentação no país.

O que na prática observamos é o maior sucesso do tratamento do contorno corporal quando há associação dos métodos supracitados e, sabidamente, regulamentados, com dieta equilibrada e atividade física regular, o que exige disciplina e vontade de adquirir melhores hábitos de vida, que vão refletir na nossa saúde, aparência e autoestima. ■

*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.

Novembro Azul



Campanha nacional incentiva a prevenção do câncer de próstata, segunda doença que mais mata os homens no país

Pollyanna Lima

DEPOIS DO SUCESSO do Outubro Rosa, campanha nacional para a prevenção do câncer de mama, o país está voltado agora para o Novembro Azul, que incentiva a prevenção do câncer de próstata, segundo tipo de câncer que mais atinge os homens brasileiros, perdendo apenas para o câncer de pele não melanoma. Em Betim, a campanha teve início em 2013, com divulgação nos principais meios de comunicação e a realização de palestras em indústrias ministradas por profissionais da clínica Organização Regional de Combate em Câncer (Orcca).

A próstata é uma glândula localizada abaixo da bexiga e que envolve a uretra, canal que liga a bexiga ao orifício externo do pênis. Ela produz cerca de 70% do sêmen e representa um papel fundamental na fertilidade masculina. De acordo com o médico oncologista clínico Charles André Joseph de Pádua, esse câncer é a neoplasia maligna mais comum entre os homens. “Ele é o que mais mata a população masculina, no entanto, esse tipo de câncer pode trazer muitas complicações aos pacientes. Desta forma, em homens com risco elevado, é fundamental fazer exames periodicamente para rastrear a enfermidade, que ocorre mais comumente após os 55 anos, aumentando a incidência com o avançar da idade”, explica o especialista.

Segundo levantamento de 2009 do Instituto Nacional de Câncer José Alencar

Hilário José



Para o aposentado José Maria dos Santos, que descobriu a doença em 2013, a campanha ajuda a erradicar o preconceito de muitos homens

Gomes da Silva (Inca), em parceria com Sistema de Mortalidade Datasus, o único fator de risco bem estabelecido para o desenvolvimento do câncer de próstata é a idade. Aproximadamente 62% dos casos diagnosticados no mundo ocorrem em homens com 65 anos ou mais. Com o aumento mundial da expectativa de vida, é esperado que o número de casos novos de câncer da próstata aumente cerca de 60% até 2015.

“O rastreamento significa a procura do câncer sem que esse ainda tenha apresentado sintomas. Ele é feito por meio do toque retal, exame de sangue (PSA – substância produzida pelas células da próstata), exame ultrassonográfico da

próstata e, quando indicado, a biópsia”, explica Pádua, ao ressaltar que nenhum desses procedimentos causa dor, exceto a biópsia, que poderá proporcionar algum desconforto.

A rotina da realização desses exames é fundamental, já que, quanto antes o homem descubra a doença, mais provável será sua cura. “Em casos avançados, não é possível livrar-se da doença, porém, existem muitos tratamentos que poderão ajudar a prolongar a sobrevida e a proporcionar bem-estar aos pacientes. Nessas situações, a cura completa torna-se impossível pelo fato de as células malignas já acometerem outros órgãos”, detalha o médico.

O pintor automotivo Djalma dos Santos, 57, conta que nunca tinha feito exames, mas resolveu procurar um médico quando começou a sentir algumas dores no corpo. “Estava passando muito mal e, então, resolvi ir ao médico. Hoje, faço tratamento e vou ao médico tomar injeção uma vez por mês. A doença não atrapalha muita coisa na minha vida, mas, devido às idas e vindas à clínica, tive de parar de trabalhar por um tempo. Agora, tenho consciência de que nós, homens, precisamos ter mais cuidado com a nossa saúde. Por isso, a campanha Novembro Azul é de grande valia para a população masculina. Quanto antes se descobrir a doença, maior a chance de recuperação e cura completa”, salienta Santos.

ALERTA

De acordo com Charles de Pádua, nem sempre o câncer de próstata produz sintomas, por isso, os exames não devem ser descartados. “Na maioria dos casos, a doença não causa sintomas, principalmente, nas fases iniciais, porém, os pacientes podem evoluir com jato urinário fino, dor na micção, noctúria (ato de levantar muitas vezes à noite para urinar), sangramento na urina e no esperma, emagrecimento e dor óssea”, esclarece.

O aposentado José Maria dos Santos, 57, descobriu a doença em 2013 e conta que a diagnóstico foi um choque para ele e toda a família. “Eu estava sentindo muitas dores no peito e nas costas, fiz aproximadamente sete exames e não descobriam nada. Então, refiz o exame de sangue e detectaram que eu poderia estar com câncer. Foi muito difícil, minha família chorou muito. E olha que sempre

NÚMEROS

68.800

Segundo dados do Inca, esse é o número estimado de aumento do número de homens que terão câncer de próstata no Brasil neste ano. Em Minas, são previstos quase **8 mil** casos.

13.354

Somente em **2012**, o câncer de próstata matou essa quantidade de homens no país. No Estado mineiro, foram **1.365 mortes** no mesmo ano.

780

De **2011 a 2014**, essa quantidade de usuários solicitou tratamento pelo SUS Betim para câncer de próstata, de acordo com a Secretaria de Saúde de Betim.

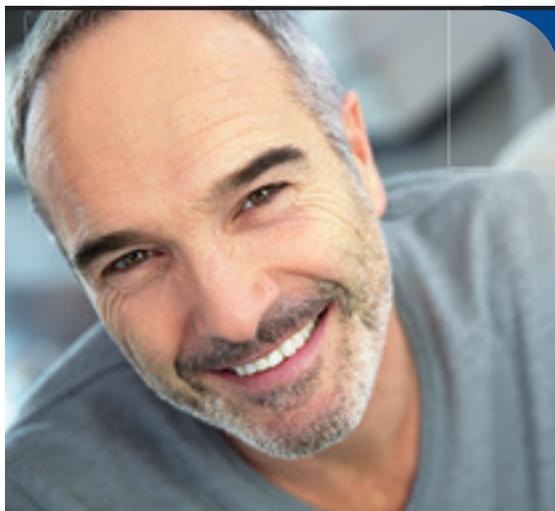
fui cuidadoso com minha saúde, imagine se eu não me cuidasse? Apesar de todo o susto, tenho fé em Deus. Enquanto tiver tratamento, vou correr atrás da minha qualidade de vida”, garante ele.

“Em fevereiro deste ano, eu passei por uma cirurgia e, depois disso, as coisas começaram a melhorar. O câncer já tinha começado a atingir meus ossos, mas, com os tratamentos, 80% já foi revertido. De-

vido a esses avanços, minha família ficou mais confiante e me apoiando ainda mais para prosseguir o tratamento. Minhas dores acabaram quando fiz a radioterapia, hoje, estou na minha terceira sessão de quimioterapia. O tratamento tira o meu sono, durmo apenas duas horas por noite, também não posso carregar peso, devido à metástase nos ossos, mas, fora isso, tenho procurado manter uma vida normal”, salienta Santos.

Para ele, aderir à campanha Novembro Azul é de grande importância para a população masculina, pois os homens ainda têm muito preconceito. “Eu mesmo conheço muitos que dizem que é bobeira fazer exames periódicos e, principalmente, o exame do toque. Acredito que essa campanha tem conseguido mudar a mentalidade masculina, mostrando que é preciso se cuidar mais. A vida é muito boa para desperdiçá-la com machismos”, conclui.

Charles de Pádua explica ainda que a cirurgia nem sempre é realizada, mas é o primeiro tratamento indicado para pacientes jovens que apresentam doenças em fases iniciais. “Em pacientes em que não é possível a retirada do câncer, pode-se indicar o tratamento radioterápico associado ou não a medicamentos que reduzem os níveis de testosterona. É importante salientar que, durante a campanha, nem todos os homens serão submetidos ao rastreamento inicial para o câncer de próstata. Uma coleta de informações sobre o histórico familiar associada a fatores de risco para a doença nortearão os médicos a prosseguir com o exame físico e os exames complementares necessários para o diagnóstico”, finaliza o médico. ■



DICA PARA VIVER MELHOR
Homem que se cuida aproveita o melhor da vida. Na Laborclínica você realiza o PSA, exame que pode diagnosticar o câncer de próstata.

Nós apoiamos o Novembro Azul.

31 3532-2100

www.laborclinicalaboratorio.com.br / laborclínica

 **Laborclínica**
LABORATÓRIO



A CULTURA DO NASCER

A HISTÓRIA DA HUMANIDADE está envolta na relação entre a cultura e o mistério. Somos o que compreendemos, mas também aquilo que procuramos entender, muitas vezes, sem qualquer chance, porque não passamos de partículas em universos infinitamente maiores que nós.

A vida e a morte sempre estiveram no centro do mistério da existência humana. E foi talvez assim que tenham surgido nossas inúmeras religiões, com a promessa da vida eterna. Não é então banal que o nascimento seja uma celebração da vida, de nossa perpetuação enquanto espécie, e que, em muitas culturas antigas, esteja vinculado a ritos mágicos, que só poderiam ser praticados por pessoas iniciadas. Ao longo de toda a história, curandeiros, feiticeiros e sacerdotisas surgiram como personagens que auxiliaram as mulheres a enfrentar as dores na hora do parto.

A associação, metafísica, feita entre a dor e o mal, e que levou a nossa história à prática de castigos físicos, e a nossa cultura a associar os infernos das diversas religiões com a tortura e a imposição de sofrimentos “físicos” como punição para os nossos pecados morais, criou uma medicina voltada para o combate à dor. A dor, mais ainda que a doença, é a inimiga da medicina moderna. E a morte sem dor, neste contexto, é até mesmo uma bênção.

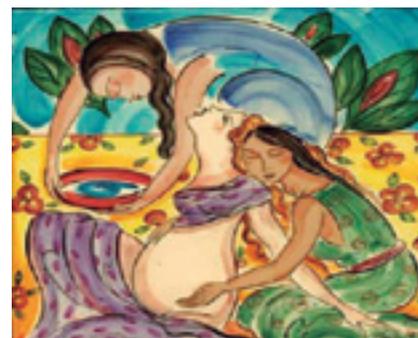
Assim, as sacerdotisas, os xamãs, depois, as parteiras, os sacerdotes, os barbeiros-cirurgiões e as enfermeiras-obstetras foram substituídos, pouco a pouco, pelos médicos modernos.

Para tratar do assunto, importante salientar que o principal objetivo do parto era a vida do nascituro, e que a vida da parturiente – ainda mais quando se tratasse de filho homem – era considerada, em muitas culturas, de importância secundária.

Foi assim que as mulheres foram perdendo ao longo do tempo o direito de influir nas condições de realização do parto, e que a posição natural, de cócoras, foi sendo substituída por posições menos naturais para o nascimento do filho, de forma que o profissional encarregado do parto pudesse melhor realizar o seu ofício.



Pintura O Parto, de Paz Treuquil, pintora da região de Catambria, Espanha



Pintura representativa de doula, a mulher que acompanha o parto

Foi assim que as mulheres foram perdendo ao longo do tempo o direito de influir nas condições de realização do parto, e que a posição natural, de cócoras, foi sendo substituída por posições menos naturais para o nascimento do filho, de forma que o profissional encarregado do parto pudesse melhor realizar o seu ofício.

A “medicalização” do parto, a introdução, a generalização e a banalização das cesarianas, levadas para o ambiente estéril de uma sala hospitalar, surgiu com o grave problema de generalizar a crença de que a gravidez (e, com ela, o parto) é quase uma doença associada à gravidade da dor. E esconde algo sério: o fato de que

o risco cirúrgico é – no mais das vezes – maior que o do parto natural.

Essa ojeriza à dor mistifica ainda o entendimento de que, no momento do parto natural, há muito prazer para a mãe. Mas, no meu sentir – e tenho que expressá-lo –, aquelas luzes brancas, os uniformes e as máscaras sepultam os sons de tambores antigos que anunciam a vida que surge, como a mágica sempre além da cultura humana e um dos seus maiores mistérios! ■

* *Crítico de arte, estudioso de direito, filosofia, sociologia, psicanálise e professor de judô*

BANDEIRANTES, TUDO QUE SUA CASA PRECISA!



Pendente Pequim



Pendente Bali



Pendente Clean



Pendente Xangai



Plafon redondo



Tartaruga



NOVO ENDEREÇO:

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



BANDEIRANTES

Bricolagem, parafusos & fechaduras.

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

Arte por detrás das grades

Projeto "Mãos pela Paz" utiliza a técnica do origami para promover a ressocialização e reduzir o tempo de prisão dos detentos do Ceresp Betim

Fotos: Hilário José



Viviane Rocha

DESENVOLVIDO NO CENTRO DE REMANEJAMENTO do Sistema Prisional (Ceresp) de Betim desde 2013, o projeto social “Mãos pela Paz” utiliza a milenar arte japonesa da dobradura de papel para auxiliar a reconstrução da autoestima e a promoção da ressocialização de detentos na cidade. Segundo a assistente social, coordenadora e criadora do projeto Rosemary Ramos, o sucesso das oficinas, que já beneficiaram mais de uma centena de presos, é objeto de estudo até na sua pós-graduação. “Nossa proposta é dar um voto de confiança aos detentos e, por meio da arte, fazer com que eles se sintam mais confiantes e capazes de reconstruir suas realidades”, explica.

Em pouco tempo de execução, o projeto tem apresentado resultados surpreendentes. “As peças feitas aqui já foram utilizadas como objeto de decoração na final do Betiquim (festival gastronômico realizado anualmente no município) e um dos nossos alunos participou, inclusive, da Virada Cultural de Belo Horizonte, ensinando a técnica do origami”, conta. Neste momento, os integrantes da oficina estão produzindo 8 mil tsurus prateados, encomendados para servir de cenário para um desfile de joias da AngloGold, previsto para o fim de novembro. Além disso, os detentos estão confeccionando um livro teórico e prático que visa ao ensino didático do origami e à divulgação do projeto. “Estamos em busca de patrocinadores para publicarmos a obra”, revela a assistente social.

Um das histórias mais emocionantes é a do detento Eduardo da Costa Lima, 41. Ex-morador de rua, ele já passou várias vezes pelo sistema prisional por crimes como roubo para sustentar a sua depen-

dência química. “Eu ficava muito nervoso, tinha muitas crises, tomava remédios controlados e até tentei me matar”, conta ele. “Com o origami, minha vida passou a fazer sentido. Aprendi uma profissão, não preciso mais tomar remédios, ajudo outros colegas e quero uma vida nova”, afirma. A evolução do detento foi tão impressionante que ele é chamado pelos outros alunos de “gerente”. “Ele fiscaliza tudo, controla o estoque de material e fica muito atento à qualidade do trabalho”, revela Paulo Henrique Martins, 23, que, dos oito meses de detenção, já está há três no projeto. A descoberta do talento de Eduardo gerou frutos que vão perdurar após a sua saída do sistema prisional. “Ele já está sendo preparado para ser oficinheiro no programa”, revela a assistente social Rosemary.

Outro exemplo de reabilitação é o de Luiz Gonzaga Leandro Fernandes, 57. Veterano no projeto, ele, que já foi ourives (profissional que trabalha com metais preciosos na fabricação de joias e ornamentos), dominava a arte dos origamis antes mesmo de aderir ao “Mãos pela Paz”. “Depois de 16 anos de idas e vindas no sistema prisional, o origami contribuiu para que as horas enclausurado aqui passem mais rápido, além de ter me ajudado a estabelecer vínculos, afinal, somos uma família”, afirma ele. Na última Virada Cultural de Belo Horizonte, Gonzaga teve a oportunidade de sair por algumas horas do presídio e ter a surpresa de reencontrar seus familiares. “Foi o dia mais bonito da minha vida. Cheguei à Praça da Liberdade e minha irmã veio me abraçar”, conta emocionado.

Por falar em família, dois integrantes do projeto são irmãos e estão dividindo as novas experiências juntos, ao resgatar o respeito e o afeto mútuo. Paulo e o irmão, que não quis ter o nome revelado, são de Betim e foram presos por assalto. “Antes do projeto, tínhamos que sempre separar os dois por causa de brigas”, revela a diretora de atendimento e ressocialização do Ceresp Betim, Tatiane Lídia Costa. Depois de entrar para o projeto, Paulo conversou com os coordenadores e solicitou que seu irmão também participasse. “Aqui descobri que tenho um talento e posso voltar >>

Júnio Sena, o irmão de Paulo Martins (que pediu para não ser identificado), Eduardo Lima, Paulo e Luiz Gonzaga Fernandes tiveram a vida transformada após entrarem para o projeto



As peças feitas pelos detentos já foram utilizadas como objeto de decoração na final do Betiquim e um dos alunos participou, inclusive, da Virada Cultural de Belo Horizonte



para a sociedade com uma nova visão do mundo e com a cabeça erguida”, garante Paulo. “Esse programa nos ajuda a sermos melhores, e eu só tenho a agradecer essa oportunidade de me tornar uma pessoa melhor e trazer o meu irmão junto comigo nessa transformação”, acrescenta ele.

A arte do origami também tem sido uma grande companheira para o jovem Júnio Sena Viana, 19. Há nove meses na prisão por assalto, Sena reencontrou na arte a autoconfiança e a autoestima que ficaram abaladas após a sua prisão. “Antes de entrar para o projeto, ele chorava bastante e sentia-se sozinho”, revela Tatiane. Além da recuperação e da interação entre os presos, o origami serve como uma forma de agrado para os visitantes da unidade prisional. “No Dia das Crianças, demos tsurus (o pássaro – peça mais tradicional da arte) de presente para as crianças que vieram até aqui visitar seus parentes”, conta Luís Gonzaga. “Também presenteados nossos parentes, que ficaram surpresos e felizes com o nosso trabalho aqui dentro. Foi uma emoção enorme”, acrescenta Júnio Sena.

Contudo, mesmo proporcionando tantos benefícios, para incluir os detentos no projeto social, são observadas algumas características comportamentais de cada um deles, como a baixa autoestima, depressão, ansiedade e outros distúrbios emocionais. “Temos uma equipe mul-

tidisciplinar com assistentes sociais e psicólogos que nos dão um parecer completo sobre cada um deles”, explica Tatiane. “Os próprios alunos também nos indicam colegas que têm potencial para se encaixar na atividade”, acrescenta Rosemary.

DIMINUIÇÃO DE PENA

Além dos benefícios sociais e psicológicos, outro importante benefício do “Mãos pela Paz” está relacionado com a diminuição da pena dos presos. Para se ter uma ideia, a cada três dias trabalhados, o tempo de reclusão deles é diminuído em um dia. “Além da remissão da pena, nós presenciamos a melhora nos relacionamentos, o resgate da autoestima e da esperança de cada um deles”, afirma. Apesar das oito horas diárias de atividades com o origami, é permitido ainda que os presos pratiquem a arte dentro das celas. “É uma arte que depende apenas da habilidade deles e de um pedaço de papel”, finaliza Rosemary. ■

PARA ADQUIRI AS PEÇAS

Diretoria de Trabalho e Produção
da Suapi: (31) 3915.5624

MBA FGV

- ✓ **Gestão Empresarial**
- ✓ **Gestão Financeira, Controladoria e Auditoria**
- ✓ **Gerenciamento de Projetos**

A excelência da FGV no seu currículo.
Parcelas a partir de R\$ 599,00

UNIDADE BETIM
(31) 3594.3900
www.ibs.edu.br



Faculdade
IBS
CONVENIADA

FGV IDE

Management
Corporativo
Online



Sintonia perfeita

Tecnologias dermatológicas
que rejuvenescem e melhoram
a sua auto estima!

ANVISA nº 10343650037



SPECTRA

ANVISA nº 10354340050



IPL QUANTUM

ANVISA nº 10343650035



DUAL DEEP

ANVISA nº 10354340079



LIGHTSHEER DUET

ANVISA nº 10245230018



HYGIALUX

ANVISA nº 80520090001



POWERSHAPE
PLATFORM

ANVISA nº 80827000002



CRIOLIPOLISE

SPEEDWEB
Management

31 2571-2575

yaga.com.br

Av. Juscelino Kubitschek, 474, Centro, Betim - MG
ESTACIONAMENTO PRÓPRIO AO LADO

Talento da sétima arte

Betinense de coração, Elizabete Martins ganhou reconhecimento nacional com “My Name Is Now, Elza Soares”, longa-metragem que conta a história da cantora, atriz e compositora Elza Soares

Viviane Rocha

Nascida em Conselheiro Pena, Elizabete Martins Campos é uma nômade da arte que tem raízes fincadas em Betim. “Moro na cidade desde os 4 anos, por isso, considero que aqui é a minha casa”, afirma. Com 14 anos de carreira, ela ganhou muita visibilidade recentemente em todo o país por conta de seu primeiro longa-metragem, o filme “My Name Is Now, Elza Soares”, sobre a cantora, atriz e compositora Elza Soares, que foi exibido pela primeira vez em setembro passado na mostra competitiva do Festival de Cinema do Rio de Janeiro. Formada em jornalismo pelo Uni-BH, a cineasta, que sempre foi uma entusiasta da cultura nas mais diversas frentes, não se contentou apenas com a superficialidade das notícias, realizou um mergulho profundo nas águas da sétima arte e colocou Betim no mapa da produção cinematográfica nacional.

A cineasta conta que seus laços com a sétima arte foram estabelecidos, inicialmente, ao assistir aos famosos enlatados (seriados) norte-americanos, seja na TV seja no cinema. Com mais maturidade e um desejo latente de saber mais sobre



Fotos: Divulgação

cinema, Elizabete ingressou na faculdade de jornalismo e começou a cursar matérias isoladas sobre o tema. “Na escola de jornalismo, comecei a conhecer os filmes de arte”, conta. Certa de que esse era o seu objeto de devoção e sua grande missão artística, a cineasta não mediu esforços e aprimorou os seus conhecimentos na Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Sua afinidade com a cultura brasileira em toda a sua diversidade contribuiu para que ela trabalhasse nos bastidores da produção cultural mineira.

Como jornalista, foi repórter do programa “Agenda”, da Rede Minas. Também foi funcionária do Centro de Referência Áudio Visual de Belo Horizonte, o Crav. “Foi um período de muito aprendizado, no qual eu tive o prazer de conviver com grandes profissionais”, relembra. Além disso, Elizabete é uma das maiores entusiastas da produção audiocultural de Betim, já que foi correalizadora da Mostra

Udigrudi Mundial de Animação no município. “Foi um período maravilhoso, porque nós realizamos um desejo antigo de fazer projeção de filmes em Betim. Além disso, incentivamos a criatividade de pessoas que, provavelmente, não teriam chance de descobrir um talento para arte e mostrá-lo a outras pessoas”, aponta.

Para Elizabete, o cinema é um instrumento de transformação e emoção. Por isso, ela imprime em suas produções um caráter plural, cru e impactante. Influência direta de alguns dos seus mestres cinematográficos, como Nelson Pereira dos Santos, Kléber Mendonça Filho, Glauber Rocha, Éder Santos, Laís Bodanski e o norte-americano David Lynch. “Sou grande admiradora do cinema nacional, principalmente, do político”, revela. Entre suas obras preferidas estão “Vidas Secas” e “Rio 40 Graus”, ambos dirigidos por Nelson Pereira dos Santos, e “Soy Cuba”, de Mikhail Kalatozov.



Antes de “My Name Is Now, Elza Soares”, a cineasta dirigiu outras obras. Sua estreia aconteceu em “Feira Hippie”, que foi exibido pela TV Brasil. Outra obra de grande notoriedade foi o curta-metragem “Que Coso”. O filme sobre Elza foi uma empreitada iniciada após Elizabete, ainda como repórter do programa “Agenda”, ter sido escalada para entrevistar a cantora. “Depois eu assisti a um show dela no Palácio das Artes e fiquei impactada pela força artística e humana de Elza”, afirma. “Eu já estava amadurecendo a ideia de fazer um longa e Elza surgiu para que eu a colocasse em prática.” A obra não é uma passagem linear sobre a vida dela, que já foi tema de outro documentário, lançado em 2010. “Ela tem quase 60 anos de carreira, é uma artista consagrada e eu não queria retratá-la como ‘a carne mais barata’ no plástico”, diz, em referência aos versos da canção “A carne”, composta por Seu Jorge, Marcelo Yuca e Wilson Capelletto, que ganhou uma interpretação marcante da

OBRAS DA CINEASTA

- My Name Is Now, Elza Soares
- Feira Hippie
- Que Coso (<http://itcanal.com.br/mynameisnow/>)

artista. “O filme é um primeiro plano de rosto de Elza, mesclado com muitas imagens da natureza, porque ela é uma força da natureza”, explica a cineasta.

No longa, a cantora narra as suas experiências sem pudor, com muita emoção e uma dose cavalariada de frases de impacto. Uma obra do cinema experimental que contempla a criatividade e a pluralidade de uma artista que sempre mergulhou de cabeça na vida, no amor e na arte. Elizabete ressalta ainda que Elza Soares é uma “multidão de minorias”. “Ela é uma figura do povo e tornou-se um ícone da cultura brasileira”, explica. “My Name Is Now, Elza Soares” também é marcado por grandes performances da cantora, que também foi a diretora musical do filme.

Foram cinco anos de muito trabalho realizado com parceiros como o banco BMG, o Studio Cerri e a Agência Articulação Comunicação e Marketing. “A realização desse filme não é uma vitória apenas para a equipe que trabalhou, mas para a cidade de Betim, porque trabalhou com muitos parceiros e companheiros que estiveram comigo durante a produção e a filmagem são betinenses”, ressalta. Depois do Festival do Rio, o filme será exibido em outros festivais pelo país e a cineasta está em busca de parceiros que queiram contribuir para a distribuição do filme. Elizabete também pretende realizar uma exibição da obra em Betim, com a presença e um show de Elza Soares.

FILHA DE BETIM

Elizabete é proprietária da It Canal, produtora de vídeo com sede na região do bairro Imbiruçu, em Betim. “Faço questão de que a sede seja na cidade, mesmo que, por conta do filme, precisa ter um ‘QG’ no Rio de Janeiro e em São Paulo”, explica. Apesar de vir pouco à cidade por causa dos compromissos profissionais, Elizabete faz questão de manter a sua casa no bairro Santa Cruz. No campo artístico, a cineasta destaca a efervescência do movimento hip hop local e a vontade de realizar mais atividades da produção audiovisual no município. “Tenho vontade de fomentar a produção audiovisual em Betim, porque a cidade tem grandes talentos”, revela. Nas suas recordações, estão sempre presentes os amigos e as ruas da cidade. “Tenho lembranças muito especiais da região do Horto, onde joguei muito vôlei. Sinto muita falta de andar por Betim”, conta. ■

Cuidamos do que é importante para você.

Conheça o nosso Plano de Proteção Familiar.

3532-1145 / 3597-6007

Compromisso e Tranquilidade para sua Família!



Redentor

www.funerariaredentor.com.br

AV. Nossa Senhora do Carmo, 367 - Centro

Separamos. E agora, quem fica com o pet?

Após a separação, Karoline e o ex-marido Marcos optaram pela guarda compartilhada de João, um bernese de dois anos e meio que ele ganhou quando eles ainda eram casados



O amor acabou, mas e o bichinho de estimação? Dividir a guarda é uma boa opção para ex-casais, enquanto a legislação brasileira se adapta aos novos tempos

Luna Normand

SEPARAÇÕES QUASE SEMPRE são muito dolorosas para o casal. Pior ainda é quando há outros envolvidos, deixando a situação ainda mais complicada – ou não. Imagine se, nesse caso, o terceiro membro da família é um animal de estimação? Com quem deve ficar o bichinho?

Na Câmara dos Deputados, em Brasília, tramita o Projeto de Lei nº 1.058/2011, que pretende regulamentar a guarda dos animais em casos de divórcio, aplicando a eles normas parecidas com aquelas em vigor sobre a divisão dos cuidados com os filhos. Por enquanto, a Justiça se baseia na Lei nº 7.196/2012, que estipula que a guarda é de quem comprovar ser o legítimo proprietário do animal por meio de documento considerado válido, como pedigree, ou demonstrar maior capacidade de cuidado, a chamada guarda unilateral.

Enquanto a legislação brasileira se adapta aos novos tempos, compartilhar a guarda do animal amigavelmente, dividindo o carinho, os cuidados e as brincadeiras, é a solução para quem não quer abrir mão totalmente do “bichinho”. Foi o que fez a advogada Karoline Dionísio, 30, desde que se separou, há quatro meses, optando pela guarda compartilhada de João, um bernese de dois anos e meio de idade. Ela e o ex-marido ganharam o animal de estimação quando ainda eram casados. Com a separação, porém, eles tiveram de decidir sobre o destino de João. “Nem discutimos, porque era óbvio que ele ficaria comigo. O Marcos adora cachorro e eu não posso negar que ele tratava o João igual a um filho, mas ele tinha muita coisa comigo e filho fica é com a mãe”, afirma Karol.

Não foi preciso nem acionar a Justiça. Tudo foi definido na base da conversa, por isso mesmo a guarda compartilhada entre eles não tem regra e os dois são livres para ficar com João

CUIDADOS DEVEM IR ALÉM DA QUESTÃO FINANCEIRA

Assim como uma separação é conturbada e dolorida para seres humanos, para o animal também pode ser um momento de mudanças e adaptações. Sensíveis às emoções dos donos, cães e gatos, muitas vezes, absorvem a dor relacionada ao término, apresentando mudança de comportamento.

A advogada Karoline Dionísio lembra que o seu cão, o bernese João, ficou muito triste quando se mudou com a sua dona para a casa nova. “Ele é muito dócil, mas ficou nervoso, começou a estranhar as pessoas, latia muito e começou a rosnar, coisa que nunca fez”, lembra.

Professora do curso de veterinária da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), Adriane Val da Costa afirma que não há estudos que comprovem alteração no comportamento do animal em casos de separação ou guarda compartilhada. “O que nós sabemos é que os seres humanos passam o que sentem para o animal. Por exemplo, pessoas ansiosas afirmam ter animais ansiosos, mas nem sempre isso é uma realidade. Por isso mesmo, em casos de separação, a alteração no comportamento do animal pode ser apenas uma projeção dos pais”, afirma.

Ela diz que em casos de mudanças bruscas na conduta do animal é importante o proprietário procurar a ajuda de um especialista. “Deve-se avaliar com maior precisão o que está acontecendo, analisar se a alteração é patológica ou não e se é necessária alguma intervenção”, afirma.



Para MOMENTOS especiais

f /USINACHOPERIA

DELIVERY
3544-9200

USINA
CHOPERIA E RESTAURANTE

AV. N. SRA DO CARMO, 739
CENTRO (PRÓXIMO A PCA
MILTON CAMPOS)



Antes de se reconciliarem, Jéssica e Felipe chegaram a disputar quem ficaria com os bichinhos; ela quis, inclusive, levar a questão à Justiça, mas desistiu porque achou o processo muito burocrático

quando quiserem. “No início, por causa da separação, o Marcos não tinha muito contato com o João, mas eu sempre disse a ele que animal é como um filho: tem de dar assistência, porque ele sente falta. De dois meses para cá, ele passou a pegar o João quando quer. Assim, quando quer vê-lo, ele me liga e vem”, conta.

O advogado Frederico Zerlottini Isaac, associado do escritório Isaac & Ezequiel Advogados e assessor jurídico da ONG de animais Bem Viver, afirma que tentar conversar e estabelecer normas informalmente é sempre melhor, mais rápido e

menos traumático do que judicialmente. “Já existem casos de casais que, assim que adquirem animais, celebram contratos que dizem com quem ficará o bicho em caso de separação. Deve-se ingressar em juízo apenas quando o casal não conseguir entrar em acordo quanto à guarda do animalzinho”, explica.

FALTA INFORMAÇÃO

Apesar de ser cada vez mais comum nos dias atuais, a guarda compartilhada de animais de estimação ainda provoca uma série de dúvidas, e o motivo é a fal-

ta de informação. A bacharel em direito Jéssica de Almeida, 25, chegou a procurar especialistas em direito animal quando terminou o relacionamento de cinco anos com o bancário Felipe Bretas Lage, 27. O casal ficou seis meses separado e, durante esse tempo, criou-se um impasse para definir quem ficaria com o casal de yorkshires Berilo e Mel, de 4 e 3 anos, respectivamente.

“Começou uma disputa para ver quem ficaria com os cachorros. A princípio, nós falamos que um ia ficar com a fêmea e o outro com o macho, mas depois vimos

que não dava para separá-los. Nós brigamos demais e até querer levar a questão à Justiça eu quis. Procurei informações para ver como funcionava, mas ficou só no desejo, porque eu vi que era tudo muito burocrático”, revela Jéssica, que decidiu sentar com o namorado, que era ex na época, e entrar em um consenso.

Como ela tinha mais tempo livre para ficar com os animais, Felipe resolver ceder. “Eu sabia que com ela os cachorros estariam bem cuidados. Seria até egoísmo da minha parte querer ficar com eles sabendo que eu não poderia dar tanta atenção como ela. Nessas horas, temos de pensar no bem-estar do animal também”, salienta o bancário.

Segundo o advogado Frederico Zerlotini, quando é preciso buscar ajuda judicial, demonstrar condições de cuidar do animal pode ser um diferencial. “Quem cuida alimenta, oferece cuidados médicos, leva para passear, demonstrando, dessa forma, ter mais amor, tempo e/ou até mesmo condições financeiras para fi-

DICAS PARA UMA TRANSIÇÃO TRANQUILA

Com a constante mudança de ambiente e de rotina em casos de guarda compartilhada, algumas medidas podem ajudar na adaptação do animal à nova vida:

- Mantenha ou crie uma rotina na vida do animal
- Acorde sempre no mesmo horário
- Passeie e alimente-o no mesmo horário
- Dê sempre carinho e atenção ao animal, buscando equilibrar ou melhorar a energia que está transmitindo para o “bichinho”



car com o pet. O magistrado, no momento de proferir a sua decisão, fica atento a todos esses fatores, entre outros, para evitar uma injustiça, que pode ser motivada apenas e tão somente por um pedido egoísta e egocêntrico por parte de um dos divorciandos”, afirma.

CUSTOS

Cabe ao ex-casal decidir pela divisão de custos e até mesmo de tarefas. Jéssica e Felipe compartilharam não só a guarda de Beliro e Mel, mas também as despesas. “Já existem pedidos de pensão alimentícia para animais. Entretanto, o entendimento dos juízes têm sido o de que eles não têm direito a pensão alimentícia porque esta só é devida a seres humanos”, explica o advogado.

Apesar do período conturbado, a história do casal teve final feliz: os dois reataram o relacionamento logo depois e estão noivos; já o casal de yorkshires ganhou mais três integrantes – Catarina, Luighi e Murilo. ■

promoção

AMIGAS COMPRAM UNIDAS

Traga sua amiga em uma das lojas da **Valentina Vest** e ganhe **10%** na compra.


valentina
vest



Galeria Gontijo - Av. Amazonas, 471, Lj 11, Centro, Betim - 31 2571-2563 | Metropolitan Shopping - 31 3117-1179

Um chef pra

Henrique Fogaça, 40, é um dos jurados do “MasterChef”, renomado reality da TV Band que busca novos talentos da cozinha por meio de provas que são avaliadas por veteranos da gastronomia nada sutis

Lisley Alvarenga

REVISTA MAIS - A que atribui o sucesso do programa “MasterChef”? Esperava essa grande repercussão?

HENRIQUE FOGAÇA - O “MasterChef” é um programa de sucesso no mundo todo. Eu, particularmente, já esperava uma repercussão muito boa, mas confesso que não com a proporção que tudo acabou tomando. A produção que há em cima de cada episódio, em cima de cada prova, é algo imenso. A Band investiu bastante no programa. Nada mais justo que o sucesso que tem tido como retorno.

Faz parte do programa essa maneira árdua de abordar os participantes ou é uma conduta típica dos chefs?

Não acredito que tenhamos abordado os candidatos de maneira árdua. Estamos apenas mostrando para eles que vencerá quem for o melhor. MasterChef não é lugar para quem quer brincar. A pressão que eles sofrem ali não é nem metade do que qualquer cozinheiro passa em sua rotina.

Não acha os comentários feitos por Erick Jacquin ácidos demais?

Vejo no Jacquin uma pessoa muito profissional e divertida.

Você, às vezes, também é áspero em seus comentários. Considera-se uma pessoa grosseira?

Não acho que sou áspero, muito menos grosseiro. Sou um profissional exigente. Eu apenas cobro padrão de qualidade, que é fundamental para quem trabalha com comida.

Você é sócio, com sua mulher, do restaurante Sal Gastronomia, em São Paulo, e de dois bares. Continua em atividade mesmo depois do início do programa?

Continuo! Tudo fica um pouco mais corrido, mas continuo comparecendo normalmente ao Sal e também ao Cão Véio e Admiral’s Place. Cozinha é minha vida. Trabalho por prazer, a cozinha me acalma.

Fernanda Corvo/Divulgação



lá de radical

Após o início do reality, a movimentação no restaurante e nos dois bares aumentou?

Tivemos um aumento no número de clientes sim. Percebo que algumas pessoas ficam curiosas em me conhecer, conhecer meu restaurante e meus dois bares.

É exigente com seus funcionários, assim como no reality?

Sou até mais exigente. A pressão que passamos na cozinha é muito maior do que a que os candidatos sofrem no “Master-Chef”. Padrão é fundamental. É inadmissível que um cliente coma um prato em um dia e no outro dia o mesmo prato não tenha a mesma qualidade.

Concorda com a fama adquirida no reality de ser o “bady boy de coração bom”?

Não acho que sou bad boy. Sou no programa quem eu sou fora dele. A gente se sensibiliza com algumas situações, mas isso é coisa do ser humano.

Você é muito assediado pelas fãs. Como lida com isso em casa, já que é casado?

Nunca percebi esse tipo de assédio. Tenho, sim, algumas pessoas que gostam da minha comida, mas nossa relação sempre foi de muito respeito. Quem visita meus restaurantes, no máximo, pede para tirar uma foto, batemos um papo rápido e apenas isso. Sempre houve respeito do meu lado e também do lado das fãs.

É um dos mais consagrados chefs do país. A que atribui o sucesso?

Perseverança, força de vontade e curiosidade por novos ingredientes. Comecei na gastronomia vendendo lanches em uma Kombi, de lá fui vender lanches na rua (para lojas de conveniência, batendo de loja em loja). Era o que eu gostava e sabia que daria certo de alguma forma. Eu não podia me desanimar, não podia jogar tudo para o alto e resolver fazer outra coisa. Aí vieram alguns estágios em excelentes restaurantes (D.O.M, do Atala, por exemplo) e a oportunidade de abrir meu próprio restaurante. Se estou onde estou, tudo se deve à muita força de vontade e persistência.

Por que defende que os restaurantes brasileiros não devem ser muito caros?

Não é que eu defenda que os restaurantes brasileiros não devem ser caros, defendendo que qualquer restaurante não deva

ser caro. Comida é essencial para nossa vida! Nós nascemos comendo e morremos comendo. Só não se alimenta quem já morreu. Ela não pode ser considerada um artigo de luxo. Sempre acreditei nisso. Com o propósito de levar comida de qualidade e acessível para uma população que não tinha isso, abri O Mercado (em parceria com o chef Checho Gonzalez). Em nossos eventos, vendemos comidas de todos os cantos do país. Comidas de qualidade diferenciada por preços que variam entre R\$ 5 e R\$ 15. É um sucesso desde a primeira edição. Somos pioneiros nesse atual modelo de comida de rua, criamos o formato.

Conte-nos um pouco mais sobre a época em que vendia sanduíches em uma Kombi.

Eu trabalhava com compensação de cheques em um banco, mas não era o que eu realmente gostava. Como eu sempre gostei de comer bem, há um tempo que eu vinha preparando minhas próprias refeições. No começo, quando cheguei a São Paulo, eu comia muita coisa congelada: como lasanha e pizza. Mas chegou uma hora que eu não aguentava mais. Não tinha outra saída, tinha de aprender. Sempre gostei da cozinha. Então, eu ia pegando algumas dicas com minha avó e fazia algumas experiências. Foi aí que decidi me especializar e fazer o curso de Chef Executivo de Cozinha (FMU). Meu cunhado, sabendo de tudo isso, propôs comprar uma Kombi. Meu papel era fazer os hambúrgueres e abastecer a Kombi diariamente. O começo foi muito bacana, vendíamos bem, estava engrenando. Mas acabou que por vários motivos meu cunhado decidiu parar com a Kombi. Então, para não ficar parado, eu fazia meus lanches e saía vendendo na rua, até que eu consegui um estágio no D.O.M (do Alex Atala). Fiquei lá por um mês. Aí veio a oportunidade de abrir meu próprio negócio. Um amigo me ofereceu um espaço no pátio de uma galeria de arte. Eu aceitei. Hoje, no mesmo espaço é o Sal Gastronomia, meu restaurante. Depois disso, em parceria com o Badauí e com o Kichi (promoter), eu abri o bar Cão Véio; em parceria com o Matthias Prill (agenciador de bandas e grande entendedor de uísque), abri o Admiral’s Place; e, em parceria com o chef Checho Gonzalez, fundei O Mercado.

O que pode ser considerada a boa culinária?

Para se ter uma boa culinária, é fundamental utilizar ingredientes de qualidade. É o que eu penso para todos os meus empreendimentos. Não se pode chegar a um nível de excelência com ingredientes mais ou menos. Esse é o primeiro ponto. >>>

Apresentação também é fundamental. Antes de comer com a boca, todos nós comemos antes com os olhos. Por isso uso muitas cores em todos os meus pratos. Não basta apenas o sabor, aparência é fundamental. Acho que esses são pontos fundamentais.

Cozinhar é um dom?

Em minha opinião, muita coisa pode ser aprendida. Mas ser um chef de cozinha é como ser engenheiro, jornalista, médico. Dom e paixão pela profissão são fundamentais para qualquer um. Só isso vai nos dar força de vontade para seguir em frente nos momentos mais difíceis.

Você é vocalista de uma banda de hardcore, um ritmo musical conhecido por letras que falam de protesto político e social. Como é essa relação de participar de um reality voltado para o público elitizado e, ao mesmo tempo, ser um chef da alta gastronomia?

Nossa sociedade é muito desigual. A miséria, a violência e a corrupção estão por todos os lados. Eu, enquanto alguém esclarecido, procuro fazer minha parte no dia a dia. Nessa época de eleições é muito fácil colocar a culpa de tudo nos políticos, mas ninguém pensa em fazer sua parte. Nas letras da banda Oitão, nós protestamos contra tudo isso. Além disso, faço parte de um clube de motoqueiros, o Moto Clube. Frequentemente, nós nos reunimos para levar cestas básicas a comunidades, computadores para escolas carentes. Acho que, se cada um fizesse sua parte, viveríamos em um Brasil melhor.

Quantas tatuagens tem?

Perdi a conta de quantas tatuagens tenho. Fiz minha primeira aos 15 anos, hoje tenho 40. Cada uma simboliza um momento da minha vida, uma fase, uma história.

Tem algum hobby?

Adoro cozinhar e adoro música. Consegui unir as duas coisas em minha vida. Sou chef de cozinha e sou vocalista da Oitão, fazemos show pelo Brasil inteiro. É muito gratificante. Faço o que eu gosto e ganho a vida com isso.

Quem é seu ídolo da culinária?

O Saint Germain. É uma pessoa que me deu muita força no começo da carreira. Ele me colocou em um evento muito grande de comida brasileira e eu estava apenas começando. Naquela época ele me disse: “Siga em frente, você tem potencial, vai dar certo”. Eu me motivei muito com isso. Hoje ele não possui mais restaurante, mas mantemos contato.

Qual conselho daria para quem quer se tornar um cozinheiro?

Tenha força de vontade. Não desista com facilidade. Se é realmente o que você gosta, vá até o fim. Não desanime com as dificuldades, use-as como um estímulo para conseguir mais e crescer na carreira.

Nessa época de eleições é muito fácil colocar a culpa de tudo nos políticos, mas ninguém pensa em fazer sua parte. Nas letras da banda Oitão, nós protestamos contra tudo isso. Além disso, faço parte de um clube de motoqueiros, o Moto Clube. Frequentemente, nós nos reunimos para levar cestas básicas a comunidades, computadores para escolas carentes. Acho que, se cada um fizesse sua parte, viveríamos em um Brasil melhor.

Costela de porco

INGREDIENTES

300 g de costela de porco
50 g de mel
30 g de melado de cana
20 ml de cachaça
15 g de sal
150 g de tomate tipo carmem maduro
100 g de farinha de milho
25 g de cebola
20 g de manteiga
20 g de minirrúcula
5 g de tomilho

MODO DE PREPARO DA COSTELA

Misture o mel, o melado e a cachaça até obter uma mistura homogênea. Perfure a costela e adicione a mistura. Deixe marinando por um dia. Leve ao forno por quatro horas a 130°C. Após elas terem esfriado, frite-as em óleo deixando dourar bem a parte da gordura.

MODO DE PREPARO DOS TOMATES

Retire a tampa dos tomates e as sementes. Tempere com tomilho e azeite. Leve ao forno embrulhado em papel-alumínio por 18 minutos.

FAROFA

Doure a cebola na manteiga e adicione farinha de milho e sal. Retire do fogo e acrescente a minirrúcula.



CIA. DE DANÇA CREPÚSCULO MOVIMENTA O INHOTIM

O espetáculo de dança "Conatus – a essência do ser", da Crepúsculo Cia. de Dança, é a atração cultural entre os dias 22 e 23 de novembro, a partir das 15h, no Inhotim, em Brumadinho. As apresentações acontecem no Teatro do Centro de Educação e Cultura Burtle Marx, no instituto. A proposta é instigar o público a gerar sentimentos que vão da alegria à tristeza, da raiva ao medo – e, a partir disso, estimular pensamentos e atitudes. "Buscamos mostrar que é a própria vida que nos põe em contato com nossa natureza humana: a essência do ser – que é a definição de conatus", diz Luciane Kattaoui, diretora e coreógrafa. Ela destaca que os movimentos dos bailarinos expressam as múltiplas possibilidades humanas. "Estas se mesclam e escrevem a história da vida, que segue, sempre, coreografada por cada ser", complementa. Informações: (31) 3571.9700.

NOITE NORDESTINA

A cantora Elba Ramalho, o grupo instrumental SaGRAMA, o quarteto de cordas Encore, o baterista Tostão Queiroga e os sanfoneiros Beto Hortis e Marcelo Caldi são presença garantida, no dia 21 de novembro, a partir das 21h, no teatro do Sesc Palladium. Os shows fazem parte do projeto pernambucano Cordas, Gonzaga e Afins, que celebra o Rei do Baião, Luiz Gonzaga, e comemora os 35 anos de lançamento do primeiro álbum de Elba Ramalho, "Ave de Prata", além de trazer uma nova roupagem para as canções de Mestre Lua e o universo que o inspirava. Informações: (31) 3270.8100.



VIAGEM MUSICAL

Um dos rappers mais conhecidos da atualidade, o paulista Criolo dará o ar da graça nas terras mineiras no mês em que é comemorada a Semana da Consciência Negra. O músico faz shows no dia 22 de novembro, a partir das 14h, no Parque das Mangabeiras, para apresentar seu novo disco, recém-saído do forno, "Convoque seu Buda". O evento, que faz parte do projeto "BH Sarará", terá ainda outras atrações, como Bloco Chama o Síndico, Baianas Ozadas e os DJs Xeréu e Jahnu. O lote promocional de ingressos custa R\$ 30 (feminino) e R\$ 50 (masculino). Já o segundo lote, R\$ 40 (feminino) e R\$ 60 (masculino). Vendas pelo site: www.sympia.com.br/bhsarara ou nas lojas Boundless.



BLOCO PIRRAÇA ESTÁ DE VOLTA

Um dos mais famosos blocos de carnaval de Salvador, o Pirraça volta à capital mineira entre os dias 15 e 16 de novembro. Sucesso garantido, a quinta edição do evento, que ocorrerá no Mega Space, promete tirar mais uma vez do chão os amantes do sertanejo e da música eletrônica com a dupla Jorge e Mateus, os cantores sertanejos Gusttavo Lima e Israel Novaes, além do agito do duo Dimitri Vegas & Like Mike. A abertura dos portões acontece às 16h e o uso do abadá é obrigatório. Os ingressos estão à venda no Buy Ticket do Shopping Cidade, no Itáú Power Shopping e no Shopping Del Rey. Informações: (31) 3284.7447 e (31) 3298.8800.



BALADA SERTANEJA

A dupla sertaneja mais falada do momento vem para Belo Horizonte para apresentar sua nova turnê. Com uma mistura de boa música e ilusionismo, o novo show de Fernando e Sorocaba promete interatividade com os fãs do começo ao fim. Apresentada pela Kaiser, com realização da Time For Fun, a apresentação da dupla acontecerá no Chevrolet Hall, no dia 21 de novembro, a partir das 22h. Os ingressos já estão disponíveis para compra pela internet (www.ticketsforfun.com.br), na bilheteria do Chevrolet Hall e nos demais pontos de venda espalhados pelo Brasil.



POR VITOR NOGUEIRA*

FC BETINENSE

Tiago Resende entrou para a história do futebol profissional da nossa cidade, sendo o primeiro jogador a marcar um gol pelo Futebol Clube Betinense. O jogo foi contra o Funorte, no início de setembro, pela segunda divisão do Campeonato Mineiro. De lá para cá, a equipe comandada pelo técnico Fred Pacheco se classificou em primeiro da chave. Na segunda fase, o betinense vai digladiar no hexagonal final com CAP Uberlândia, Funorte de Montes Claros, Valério de Itabira, Nacional de Muriaé e Uberaba. Avante, Betim! No fim dos jogos de ida e volta, caso fique em primeiro ou em segundo, o betinense poderá subir de divisão logo no seu primeiro ano de vida. Para mais informações, consulte regularmente o site da Federação Mineira: www.fmfnet.com.br.

Carolina Lisboa/Divulgação



Arquivo Passoa

VÔLEI FEMININO FATURA O JIMI

O vôlei feminino betinense sagrou-se campeão dos Jogos do Interior de Minas Gerais (Jimi). A conquista quebrou um jejum de 24 anos, de uma geração de ouro na cidade, na época, comandada por João Colete e Weslei Silva. As novas campeãs foram a Varginha para derrotar o Minas por 3 sets a 1 e voltar com o troféu para casa, ao lado do comandante Giu Sucupira. Parabéns!



Vitor Nogueira, o técnico Fred Pacheco, o atacante Thiago Resende e Pedro Cirino

TÊNIS BETINENSE

A jovem betinense Ana Clara Zaidan, 14, pratica tênis há quatro anos no Teuto Esporte Clube. Ana Clara conquistou em duas etapas do campeonato brasileiro um troféu de vice e, na última etapa disputada no Minas Tênis Clube, subiu ao topo do pódio, desbancando as favoritas! Avante Ana Clara e Guilherme (seu professor). Que Deus consiga abrir as portas dos patrocinadores para os seus talentos.



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

Aconteceu



Daniele Andrade, Roseli de Fátima e Maria Elena



Ana Flávia Silva e Matheus Lagoas



Célia Gomes e Cláudia Goes

Show de Moraes Moreira

O cantor e compositor Moraes Moreira mostrou seu brilhantismo, no dia 23 de outubro, em sua apresentação no Monte Carmo Shopping. O show faz parte do projeto "Monte Carmo Cultural", que tem como proposta oferecer aos betinenses, gratuitamente, lazer, cultura e entretenimento com qualidade.



Thaylane Cristina, Ingrid Magalhães e Kalili Danieli



Jessé Carvalho e Adriana Mello



Carlos Lima e Bárbara Mello



Sheila Saraiva e Maicon Emídio

divulgue o aniversário do seu queridinho na revista mais.

Fotógrafo Exclusivo • Cobertura completa no Facebook da Revista Mais
Fotos selecionados pelos pais, na Coluna Aconteceu • DVD personalizado

@revista_mais f Revista Mais Betim
www.revistamais.com
Tel: 3593.0042

revista
Mais



Dimas do Caxias e José Coelho



Marcos Antônio da Paz e Aldo Carvalho



Vinícius Resende e Márcio de Freitas

Justa homenagem

A Câmara de Betim realizou no dia 31 de outubro, no Auditório Ady Rosa de Freitas, no Centro Administrativo, sessão solene da entrega de diplomas de Cidadania Honorária, Honra ao Mérito e Mérito Desportivo. O evento foi uma homenagem do Poder Legislativo betinense às personalidades que contribuem para o desenvolvimento do município em todos os setores.



Marilene Torres e Carlos Roberto de Carvalho



Eutair dos Santos e Isnar Carneiro



Joaquim Pereira e Fabrício Freire



Elza Marques e Rosângela Leite



Marilene Torres e Luiz Carlos Elói



Klebinho Rezende e Manoel Venâncio



Tiago Santana e Egedemervil da Silva



Fernanda Magalhães, Henrique Lapinha, Edgar Lapinha e Paola Henriques



Naldo Benny

Naldo no Caipirão

Sensação do funk carioca, o cantor Naldo Benny foi atração, no dia 24 de outubro, da casa de shows Caipirão do Laipinha. Em sua apresentação, que reuniu centenas de pessoas, o funkeiro cantou seus maiores sucessos, como “Amor de Chocolate”, “Caipifruta” e “Chantilly”.



Amanda Di Barcelos, Jéssica Moreira e Mariana Moreira



Carlos Lapinha e Marcus Vinícius Barbosa



Paulo Afonso e Sabrina Ribeiro



EMPRESÁRIO, QUER VALORIZAR A SUA EQUIPE E AINDA PROMOVER A SUA EMPRESA?

DIVULGUE SUA CONFRATERNIZAÇÃO
DE FIM DE ANO NA REVISTA MAIS.

- Fotógrafo Exclusivo
- Cobertura completa no Facebook da Revista Mais
- Fotos selecionados pela empresa, na Coluna Aconteceu
- DVD personalizado

www.revistamais.com
@revista_mais Revista Mais Betim
Tel: 3593.0042

revista Mais



Chitãozinho, Felipe Tiradentes, Xororó e Lucas Vereza



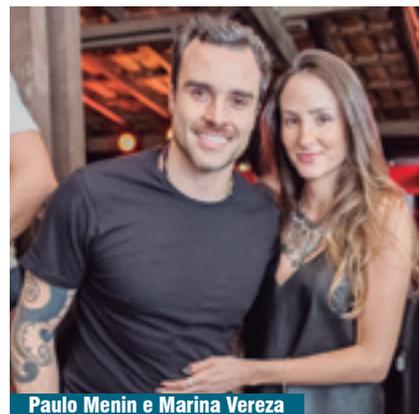
Marcela Barcelos e Natália Borges



Lucas Vereza, Anderson Lambertucci e Felipe Tiradentes



Marinana Tomasi e Tadeu Tito



Paulo Menin e Marina Vereza

Camarim Nutreal, no Condomínio Miguelão

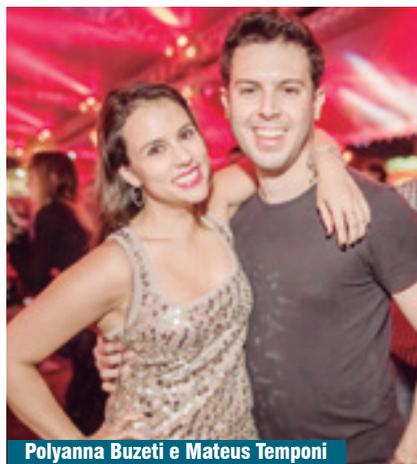
Uma das festas mais badaladas de Belo Horizonte, a Camarim Nutreal agitou, no dia 18 de outubro, o Condomínio Lagoa do Miguelão, em Nova Lima. O evento comemorou o aniversário de 5 anos da Camarim e os 20 anos do renomado restaurante Nutreal. Ao som da dupla Chitãozinho e Xororó, da banda Classic e da discotecagem do DJ Vavá, os 3 mil presentes curtiram uma noite de muita animação e repleta de gente bonita.



Lais Iara e Thais Ude



Letícia Henriques e Inês Yamaguchi



Polyanna Buzeti e Mateus Temponi



Dupla sertaneja Dênis e Renan



FAÇA SUA FESTA NO



Casamentos, Formatura, Confraternização de Empresas, Aniversário 15 anos, Infantil

- Capacidade para pequenas, grandes recepções
- 02 ambientes
- 02 sistemas de som
- Iluminação para Boate
- TVS e Telões
- Sistema de ar climatizado
- 02 Camarins
- Estacionamento asfaltado
- Mesas e cadeiras



Rua João Silva Evangelista, 16 - Betim/MG
Contato@caipiraodolapinha.com.br
31 3595-5995

oBoticário

Você vira sereia,
as outras
viram lenda.

Encante com
as cores e brilhos
da nova coleção

Descubra-se a cada look.

intense
SEREIAS URBANAS



encontre.boticario.com.br

#agoratôsereia



loja



revendedora



site