

Incêndio em escola de Santo Antônio de Posse é controlado por brigada local com apoio da ROMU e Corpo de Bombeiros

Na noite de 24 de outubro, por volta das 19h, um incêndio atingiu a EMEF Professora Isaura de Carvalho Coelho, localizada no bairro Vila

Rica, em Santo Antônio de Posse. A rápida atuação da brigada de incêndio do município, com o auxílio da ROMU foi essencial para evitar que

o fogo se alastrasse para outras áreas da escola.

De acordo com o secretário de Segurança do município, Dr. Valter Lourenço, o incêndio foi

inicialmente reportado por uma vizinha da escola, que ligou para ele por volta das 19h12. Imediatamente, o secretário acionou a Defesa Civil, que se

dirigiu ao local junto com a brigada de incêndio e a equipe da ROMU. O próprio secretário acompanhou de perto todo o trabalho de controle das

chamas.

Quando o Corpo de Bombeiros de Jaguariúna chegou para prestar apoio o fogo já havia sido controlado.

Pág 3.

Festival 'Jaguariúna 70' terá Paulo Ricardo e mais cinco atrações



O Festival Jaguariúna 70, que será realizado nos dias 14 e 15 de novembro, terá várias atrações de renome nacional, entre eles o cantor Paulo Ricardo, um ícone da geração dos anos

1980 e 1990 e ex-líder da banda de pop rock RPM. Outra atração especial também será George Israel, ex-integrante da banda Kid Abelha, que também fez sucesso nos anos 80.

Pág 5.

Renovias tem vagas para motorista de guincho leve e operador de pedágio

Pág 3.

Guarda de pets pós-divórcio: o que diz a legislação brasileira?



No divórcio ou fim da união estável do casal, definir com quem o pet ficará pode ser tão complexo quanto a guarda de filhos. Animais como cães e gatos, antes considerados meros bens, são agora reconhecidos por muitos como parte essencial da família,

formando, assim, o que se chama de "família multiespécie". Luciana Musse, especialista em Direito de Família e Sucessões do Centro Universitário de Brasília (CEUB), explica como o Direito brasileiro aborda a guarda de pets em situações de disputa entre ex-casais.

Pág 7.

Confira o que abre e fecha em Jaguariúna nesta sexta-feira, dia 1º de novembro

Pág 4.

Equipe ROMU Alfa desarticula ponto de tráfico em Santo Antônio de Posse

Na noite de 31 de outubro, uma ação de patrulhamento preventivo da equipe ROMU Alfa, composta pelo Inspetor Pereira e os guardas Vanildo, Guimarães e Mendes, resultou na apreensão de grande quantidade de entorpecentes e na prisão de um suspeito por tráfico de drogas em Santo Antônio

de Posse.

A equipe realizava patrulhamento ostensivo nas proximidades da Creche Maria Carolina quando avistou dois indivíduos em uma motocicleta que, ao perceberem a presença policial, fugiram rapidamente, dificultando sua identificação.

Pág 4.

Banda Negritude Júnior e dupla Felipe & Rodrigo prometem agitar aniversário de Holambra neste fim de semana

A banda Negritude Júnior e a dupla Felipe & Rodrigo estarão neste fim de semana em Holambra para shows especiais na Rua da Amizade (Rua Coberta). As apresentações musicais

gratuitas fazem parte da programação preparada pela Prefeitura para celebrar os 33 anos de emancipação político-administrativa da cidade, comemorados em 27 de outubro.

Pág 6.

Assistência técnica especializada

Consertos e venda de celulares, notebook e tablet

19 991903766 @consertasmartdaposse

R. Dr. Jorge Tibiriça, 1042 - Centro - Santo Antônio de Posse

moda feminina e masculina

19 98182-7530

19 98428-8014

@naativabrasil

@naativabrasil

Rua Doutor Jorge Tibiriçá, 931

Santo Antônio de Posse

Transformando vidas, inspirando o futuro.

Vestibular 2025 Medicina UniFAJ

Inscreva-se → Prova online dia 26/10

MEDICINA UniFAJ

NOTA MÁXIMA MEC

☆☆☆☆☆

Centro Universitário de Jaguariúna

JOÃO VICTOR CARDOZO FERRAZ, ALUNO DO CURSO DE MEDICINA

Artigo

A complexidade de identificar o Narcisismo

*Adelmo Marcos Rossi

Por ser adquirido na infância, o conceito de Narcisismo é um dos mais difíceis de ser percebido. Ao ver um filme ou ler um livro, é comum considerá-lo peça de ficção, algo fora da realidade. Mas ele causa espanto no espectador ao descobrir que o que viu em cena está acontecendo também em si.

Tolstói fez enorme sucesso com suas grandes obras, Anna Kariênina e Guerra e Paz. Na época, ele estava “bem casado” e “bem de vida”, mas não se deu conta que nar-

rava sobre si mesmo. Estava, talvez, tão separado do que produzia que não percebia como aquela ficção representava a ele mesmo. Em 1878, passou por uma crise existencial, então publicou Uma confissão e logo a seguir A morte de Ivan Ilich. Mas havia uma diferença essencial entre as obras: nestas últimas, os textos eram mais pessoais, o eu lírico era o autor.

Esse fenômeno de disjunção acontece pelo fato de o Narcisismo não ser inerente ao ser humano, ele vem de fora, sem que seja percebido no período de formação, que vai

de zero a cinco anos. Uma vez adquirido, a inconsciência do Narcisismo estará em ação no sujeito, que segue adiante sem perceber ter assimilado um conceito necessário para o cuidado de si, para a responsabilidade e o desejo de ter sucesso na vida - mas que também é fonte de doenças.

Essa aquisição inconsciente do Narcisismo faz com que ele seja um dos conceitos mais difíceis de ser percebido.

Na literatura, Machado de Assis introduziu, desde bem jovem, o conceito de Narcisismo como princípio de seu pensamento,

o que o protegeu de surpresas. E ele passou oculo junto com sua psicologia sem que tivesse sido até hoje descoberto, e apresentado no recém-lançado “O Imortal Machado de Assis – Autor de si mesmo”.

O conceito de Narcisismo foi percebido logo cedo por Machado, aos 17 anos, ao estudar o relacionamento humano, e o combinou com outras perspectivas – Petalografia, Rubicon, Diógenes, Caiporismo, Ponto de Admiração, Prometeu no Cáucaso, Espelho –, posteriormente descobertas por Freud.

No lado de Freud,

ele não tinha uma escolha profissional definida. Por acidente, tornou-se médico aos 26 anos, vindo a criar, depois dos 40, uma psicologia dentro da medicina para atender aos pacientes. Nesse campo, que nomeou psicanálise, tomou como princípio o inconsciente. Em 1914, aconteceu uma reviravolta quando Freud se deu conta de que o que se encontrava oculto por detrás das doenças era, na verdade, a inconsciência do Narcisismo.

Para perceber isso, Freud partiu das doenças causadas pela inconsciência do Narcisismo que empurra a se

fazer notar a qualquer custo - engolindo fogo, como os artistas de circo -, e não de um inconsciente que existe por si mesmo. É aí que está o diferencial de Machado de Assis: ter tomado o Narcisismo como princípio de seu pensamento protegeu-o de ser surpreendido como aconteceu com Tolstói ou Freud.

*Adelmo Marcos Rossi é psicólogo, filósofo e escritor. Coordena o Grupo de Pesquisa do Narcisismo e publicou “A Cruel Filosofia do Narcisismo” (2021) e “O Imortal Machado de Assis – Autor de si mesmo” (2024).

As prefeituras e a fiscalização do terceiro setor

Dimas Ramalho

Em meados da década de 1990, foram lançadas as bases da reforma do Estado brasileiro, marcado por ineficiências e excessiva burocratização. Em linhas gerais, esse projeto buscava adaptar e transferir os conhecimentos gerenciais desenvolvidos no setor privado para a esfera pública, a fim de tentar aumentar a capacidade estatal de governar com eficácia e qualidade.

Um dos elementos-chave dessa mudança de paradigma foi a inserção do terceiro setor no âmbito dos serviços públicos essenciais e não exclusivos, como saúde, educação, cultura e tecnologia. O modelo se expandiu rapidamente. Hoje, as organizações da sociedade civil atuam nos três níveis

de governo e ocupam um espaço significativo nas mais diversas áreas.

Esse crescimento tornou a análise dos repasses públicos para as entidades do terceiro setor uma das atribuições mais relevantes dos Tribunais de Contas. Os valores envolvidos falam por si. Tomando apenas o estado de São Paulo, o governo estadual e as prefeituras –com exceção da capital– transferiram, em 2023, nada menos que R\$ 40,8 bilhões às organizações privadas sem fins lucrativos.

A fiscalização dessas atividades, contudo, não cabe apenas aos Tribunais de Contas. Os municípios têm um papel tão ou mais importante a exercer, por meio do controle interno. Tal dever é consagrado em uma série de leis, da

Constituição Federal ao Marco Regulatório do Terceiro Setor.

Em outras palavras, se um governante decide executar determinada política pública por meio do terceiro setor, ele tem a obrigação legal de criar instrumentos que garantam que os recursos serão aplicados conforme os termos pactuados.

O que se observa no dia a dia do Tribunal de Contas do Estado São Paulo (TCESP), porém, é que muitas prefeituras têm, no mínimo, negligenciado essa obrigação. Embora os mecanismos de vigilância interna até existam no papel, com frequência servem apenas para inglês ver. Assim, a Corte de Contas, que deveria ser o último elo da cadeia de controle e fiscalização, não raro se converte no único.

São costumeiros os casos de falhas nas prestações de contas das entidades. O resultado se vê nas reiteradas reprovações de parcerias, que terminam por gerar multas e até a devolução dos recursos. Entretanto, por mais que o tribunal cumpra a sua função, quando se atinge esse ponto, o estrago muitas vezes já está feito. Os serviços essenciais que não foram prestados corretamente, a política pública que deveria ter sido implementada e não foi –nada disso pode ser reparado.

Em 2022, uma operação conjunta do TCESP, do Ministério Público e do Ministério Público de Contas analisou 67 parcerias firmadas na área da saúde com municípios e o governo estadual, totalizando cerca de R\$ 6,7 bil-

hões. A fiscalização apontou problemas em nada menos que 60% delas, e recomendou a devolução de quase R\$ 70 milhões.

Nas sessões semanais do tribunal, nos departamentos com inúmeros casos em que gestores públicos emitem pareceres avaliando gastos impróprios, sem qualquer relação com o objeto da parceria, quando não imorais ou ilegais. Em processos relacionados a contratos de gestão de unidades de saúde, as auditorias frequentemente encontram pagamentos de serviços e horas extras que extrapolam os limites do tempo e do espaço.

Há também situações em que a administração pública simplesmente distorce a realidade. Recentemente, o TCESP foi induzido a erro por um

parecer de uma prefeitura, que afirmou não ter recebido a prestação de contas da entidade contratada. Isso gerou sanções que depois tiveram de ser anuladas em ação de revisão, para que não se penalizasse a organização social injustamente. A lista de problemas poderia se prolongar.

Já está mais do que na hora de mudarmos esse estado de coisas. Para isso, é crucial que os prefeitos que assumirão no ano que vem estejam mais comprometidos com o dever de fiscalizar as entidades do Terceiro Setor, como determina a lei. A população e os cofres públicos agradecem.

Dimas Ramalho é Conselheiro do Tribunal de Contas do Estado de São Paulo.

A priorização do bem-estar integrado como estratégia organizacional

Walderez Fogaroli, diretora de gestão de saúde da WTW

No cenário corporativo atual, o bem-estar dos empregados tem se tornado um pilar fundamental nas estratégias organizacionais, sendo essencial para o sucesso sustentável das empresas. De acordo com um estudo recente da WTW, 82% das empresas entrevistadas afirmam que a preocupação com o bem-estar dos empregados é uma parte importante de sua cultura, e 78% planejam diferenciar e personalizar seus programas de bem-estar nos próximos três anos.

Apesar desse reconhecimento crescente, a implementação de programas

de bem-estar ainda enfrenta desafios significativos. Um dos principais obstáculos é o custo elevado associado à criação e manutenção desses programas, aliado à falta de apoio financeiro interno. Como resultado, muitas empresas optam por soluções fragmentadas, focando apenas em aspectos isolados, em vez de adotar uma abordagem holística e integrada.

Por exemplo, o bem-estar financeiro dos empregados é um fator crítico, pois influencia diretamente outros aspectos de sua saúde e produtividade. No entanto, priorizar benefícios que aliviem as pressões financeiras pode ser uma tarefa complexa e, muitas vezes, subestimada pelas organizações. A fal-

ta de iniciativas financeiras robustas acaba limitando o impacto positivo que esses programas poderiam ter.

Outro desafio significativo é a dificuldade em medir o impacto dos programas de bem-estar, especialmente em áreas como saúde mental e coesão social. Esses benefícios, por sua natureza, são mais difíceis de quantificar em termos de retorno financeiro, o que pode complicar a justificativa de investimentos para a alta liderança. A ausência de métricas claras muitas vezes leva à subvalorização desses programas, mesmo quando seus benefícios são amplamente reconhecidos.

Apesar dessas dificuldades, os benefícios de um programa de

bem-estar verdadeiramente integrado são inegáveis. Empresas que investem de forma estratégica nesses programas observam melhorias substanciais em engajamento, lealdade e produtividade. Segundo a Gallup, organizações com altos níveis de engajamento alcançam uma produtividade 21% maior.

Além de melhorar a qualidade de vida dos colaboradores, um ambiente de trabalho que promove o bem-estar fortalece a marca empregadora da empresa, tornando-a mais atraente para novos talentos. Em um mercado altamente competitivo, onde a retenção de talentos é um desafio constante, um programa de bem-estar abrangente pode ser o diferencial

que coloca a empresa à frente da concorrência.

Adotar uma abordagem estratégica e integrada ao bem-estar dos empregados não é apenas uma tendência, mas uma necessidade para empresas que almejam prosperar a longo prazo. A implementação bem-sucedida desses programas exige um compromisso genuíno com a cultura organizacional e uma

visão estratégica que compreenda a complexidade das necessidades dos colaboradores

Os benefícios, como maior engajamento, lealdade e produtividade, justificam cada esforço investido, refletindo o compromisso da empresa com a sustentabilidade e o sucesso contínuo.

Dra. Walderez

EXPEDIENTE



Jornal Possense

LC Benedito e Vicenzotti LTDA
CNPJ 68.282.656/0001-88

Endereço: Travessa Joaquim Alves Barbosa - 65 - Centro -
Santo Antônio de Posse - SP

F. (19) 3896 1916 / 3896 1581 / 9 9685 4255

Tiragem 3.000 exemplares gratuitos

Incêndio em escola de Santo Antônio de Posse é controlado por brigada local com apoio da ROMU e Corpo de Bombeiros



Na noite de 24 de outubro, por volta das 19h, um incêndio atingiu a EMEF Professora Isaura de Carvalho Coelho, localizada no bairro Vila Rica, em Santo Antônio de Posse. A rápida atuação da brigada de incêndio do município, com o auxílio da ROMU foi essencial para evitar que o fogo se alastrasse para outras áreas da escola.

De acordo com o

secretário de Segurança do município, Dr. Valter Lourenço, o incêndio foi inicialmente reportado por uma vizinha da escola, que ligou para ele por volta das 19h12. Imediatamente, o secretário acionou a Defesa Civil, que se dirigiu ao local junto com a brigada de incêndio e a equipe da ROMU. O próprio secretário acompanhou de perto todo o trabalho de

controle das chamas.

Quando o Corpo de Bombeiros de Jaguariúna chegou para prestar apoio o fogo já havia sido controlado. O incêndio foi contido ainda na secretaria da escola, sem se espalhar para outras áreas do prédio, graças à ação rápida das equipes envolvidas.

O local está agora preservado para a chegada da perícia, que irá investigar

as causas do incêndio. O secretário de Segurança, Dr. Valter Lourenço, agradeceu ao Corpo de Bombeiros de Jaguariúna e a todas as equipes que participaram da operação, destacando o empenho e a eficiência no atendimento à ocorrência.

“Foi uma ação conjunta bem-sucedida, e felizmente conseguimos evitar danos maiores”, afirmou Lourenço.

Renovias tem vagas para motorista de guincho leve e operador de pedágio

Da Renovias

A Renovias, concessionária responsável pelas rodovias que fazem a interligação entre Campinas, o Circuito das Águas e o Sul de Minas Gerais, está com vagas de trabalho abertas para operador (a) de tráfego I (motorista de guincho leve) e operador (a) de pedágio.

Para a oportunidade para operador (a) de tráfego, o candidato deve ter ensino fundamental completo, CNH categoria “D” e residir em São João da Boa Vista. Já a vaga para opera-

dor (a) pedágio indica a necessidade de ensino fundamental completo e residência em Campinas (nos bairros Jardim Miryan e Jardim do Bosque).

A Renovias tem o compromisso de construir uma cultura cada vez mais diversa e inclusiva, valorizando a diversidade e promovendo a inclusão de mulheres, negros, profissionais PcD's, pessoas que pertencem às comunidades LGBTQIAP+ e profissionais de qualquer idade a se candidatarem às vagas.

O prazo de candidatura

para a vaga se encerra na segunda-feira (4). Os interessados devem se cadastrar, obrigatoriamente, através dos dois canais de comunicação destinados a este processo. Envie e-mail para recrutamento.renovias@grupoccr.com.br e para vagas@renovias.com.br.

A concessionária oferece salário compatível com a função, bem como diversos benefícios, dentre eles assistência médica e odontológica, participação nos lucros, previdência privada, seguro de vida, vale alimentação, licença materni-

dade de 6 meses e paternidade de 20 dias, Gympass (academia) e Day off (folga) no dia do aniversário.

Sobre a Renovias: A malha viária da Renovias liga Campinas, Circuito das Águas e sul de Minas: SP-340 (Campinas/Mococa), SP-342 (Mogi Guaçu/Águas da Prata), SP-344 (Aguai/Vargem Grande do Sul), SP-350 (Casa Branca/São José do Rio Pardo) e SP-215 (Vargem Grande do Sul/Casa Branca), com extensão de 345,6 quilômetros. A concessionária administra as rodovias através



do Programa de Concessões Rodoviárias do Governo do Estado de São Paulo. O Sistema de Ajuda ao Usuário (SAU) da Renovias está à disposição 24 horas por dia. Para acioná-lo, basta

ligar 0800 055 9696 ou usar um dos fones de emergência implantados a cada quilômetro. Condições antecipadas do tráfego podem ser obtidas pelo site www.renovias.com.br.

Possíveis mudanças na Funasa abrem portas para investimentos nas Bacias PCJ



A possibilidade de investir nas Bacias PCJ (Rios Piracicaba, Capivari e Jundiá) e em outras bacias hidrográficas brasileiras por meio de repasses de recursos federais para instituições como a Agência das Bacias PCJ está em análise na Funasa (Fundação Nacional de Saúde), vinculada ao Ministério da Saúde. A informação foi divulgada na terça-feira, dia 29 de outubro, pelo atual presidente da fundação, Alexandre Ribeiro Motta, que visitou as dependências da Agência PCJ, em Piracicaba (SP).

Atualmente, a Funasa só pode firmar contratos com municípios, mas as regras deverão ser alteradas, com a nova reestruturação, que está em andamento, após a extinção temporária da instituição em 2023 e sua recriação em julho do mesmo ano. “Temos percebido a necessidade de ampliar nosso leque de interlocutores. Vamos trabalhar para abrir essa possibilidade, com uma luta jurídica para adequar os regimentos. Dois grupos de interesses são as agências e os comitês de

bacias, além das organizações não governamentais. Precisamos continuar dialogando com os municípios, mas também abrir espaço para outros atores importantes na discussão sobre o saneamento básico”, explicou Motta.

O presidente da Funasa foi recebido pelos diretores da Agência PCJ, Sergio Razera (presidente), Ivens de Oliveira (administrativo e financeiro) e Patrícia Barufaldi (técnica). Ele também participou como palestrante no VII Seminário de Saúde Ambiental dos Comitês PCJ, realizado virtualmente no dia 29 de outubro.

Na avaliação de Razera, essa mudança na Funasa seria crucial para ampliar os investimentos nas Bacias PCJ, especialmente em saneamento rural. “Nosso grande sonho, enquanto agência de bacia, é uma parceria em que a estrutura da União, no caso aqui a Funasa, compartilhe recursos conosco - uma parte da cobrança federal, uma contrapartida do município e recursos federais. Na França, eles

chamam isso de contrato de território, onde várias instâncias contribuem com um percentual”, comentou o diretor-presidente da Agência PCJ.

Motta assegurou que essa proposta será considerada. “Precisamos de todo o apoio possível. Consórcios, comitês e agências são elementos preferenciais para isso, porque detêm um conhecimento. Não queremos qualquer parceiro, a gente precisa de parceiros que tenham o domínio da temática, que entendam de gestão, tenham capacidade de operação e que entendam do finalismo. É nesse sentido que a gente quer ampliar. Então, fiquem tranquilos que o desejo de vocês encontra eco aqui neste presidente e na Funasa como um todo”, garantiu.

O presidente da Funasa ainda elogiou o trabalho desenvolvido pelos Comitês e Agência PCJ. “Hoje, eu olho para o futuro e vejo nos comitês e nas agências que gerem as bacias um papel absolutamente decisivo, porque nós temos um quadro já suficientemente grave e com todos os indicativos de que piorará. A atuação do PCJ, assim como a de outros comitês de bacia, é essencial para difundir conhecimento, sensibilizar a população e melhorar efetivamente os serviços, especialmente para pequenos municípios. Se não for o PCJ, não será ninguém. Em algumas regiões, se não for a Funasa, também não será ninguém”, afirmou.

ASSISTÊNCIA

TÉCNICA

Em reunião com a diretoria da Agência PCJ, Motta destacou que a Funasa voltará a atuar na área de assistência técnica. “Se olharmos a história do saneamento no Brasil, não tem como ignorar a contribuição da Funasa ao longo de décadas, estimulando a criação de inúmeros serviços municipais de água e esgoto. A maioria e os que vieram depois foram inspirados por uma

ação da Funasa”, ressaltou. “Além da assistência técnica, precisamos promover a sensibilização da sociedade, difundindo conhecimento sobre Educação Ambiental. Saneamento básico é vital, não apenas para a qualidade de vida e saúde, mas também para a sobrevivência em meio à crise climática”, declarou.

Motta revelou planos de criar um centro de formação e qualificação em saneamento básico

em Brasília (DF), com o objetivo de ser referência em difusão de conhecimento, além de oferecer capacitações nas demais regiões do país. “A Funasa sempre esteve comprometida com a melhoria da qualidade de vida e os indicadores de saúde da população. Hoje, precisamos também garantir a sobrevivência e a continuidade da vida humana, pois eventos climáticos extremos colocam isso em risco” concluiu.



Para melhor atendê-lo,
agora estamos também em

SANTO ANTÔNIO DE POSSE/SP

☎ (19) 98167-8062

☎ (19) 3867-4676

Avenida Saudades, nº 311, Jardim Luciana
Santo Antônio de Posse/SP

Equipe ROMU Alfa desarticula ponto de tráfico em Santo Antônio de Posse

Na noite de 31 de outubro, uma ação de patrulhamento preventivo da equipe ROMU Alfa, composta pelo Inspetor Pereira e os guardas Vanildo, Guimarães e Mendes, resultou na apreensão de grande quantidade de entorpecentes e na prisão de um suspeito por tráfico de drogas em Santo Antônio de Posse.

A equipe realizava patrulhamento ostensivo nas proximidades da Creche Maria Carolina quando avistou dois indivíduos em uma motocicleta que, ao perceberem a presença policial, fugiram rapidamente, dificultando sua identificação.

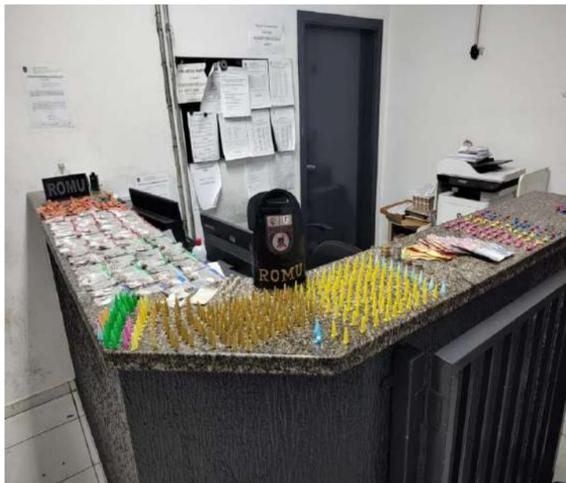
Durante a averiguação, os agentes notaram o portão aberto e visualizaram entorpecentes sobre uma mesa no local. Ainda na inspeção, um suspeito foi flagrado tentando fugir pelo telhado, mas foi detido pela equipe após breve perseguição.

Durante as buscas no local, a ROMU Alfa encontrou um fundo falso em um dos quartos, onde foram localizados mais entorpecentes armazenados em uma mochila preta. No total, foram apreendidos R\$ 263,90 em dinheiro, 294 pinos com substância análoga à cocaína, 190 porções de maconha, 102 pedras de crack, 11 tubetes com substância análoga ao K2, e dois rádios comunicadores da marca Baofeng, possivelmente utilizados para facilitar o tráfico.

Após a detenção, o indivíduo foi encaminhado ao Pronto-Socorro Municipal para exames de praxe e, em seguida, levado à Delegacia de Jaguariúna. A autoridade de plantão, ratificou a prisão em flagrante, e o detido permanecerá à disposição da Justiça até a audiência de custódia.

Após a detenção, o indivíduo foi encaminhado ao Pronto-Socorro Municipal para exames de praxe e, em seguida, levado à Delegacia de Jaguariúna. A autoridade de plantão, ratificou a prisão em flagrante, e o detido permanecerá à disposição da Justiça até a audiência de custódia.

Após a detenção, o indivíduo foi encaminhado ao Pronto-Socorro Municipal para exames de praxe e, em seguida, levado à Delegacia de Jaguariúna. A autoridade de plantão, ratificou a prisão em flagrante, e o detido permanecerá à disposição da Justiça até a audiência de custódia.



RANKING: Holambra é a terceira cidade da RMC, nesse 2º quadrimestre do ano, com o melhor desempenho na Atenção Primária à Saúde



Holambra ocupa 3º lugar na RMC em ranking do Ministério da Saúde

O ranking do Programa Previne Brasil, do Ministério da Saúde, revela que Holambra é a

terceira cidade da Região Metropolitana de Campinas, nesse 2º quadrimestre do ano, com o melhor desempenho na Atenção Primária à Saúde. A cidade obteve a nota 8,75 e somou 492,72 pontos.

O programa avalia a qualidade dos serviços oferecidos aos usuários pela rede pública municipal por meio de sete indicadores, que fornecem uma visão geral do desempenho do sistema de saúde em áreas como: atendimento de hipertensos e de diabéticos, vacinação, saúde da mulher e cuidado pré-natal. A nota é calculada a partir dos indicadores que mensuram o desempenho do município, com base nos dados registrados no Sistema de Informação em Saúde para Atenção Básica (Sisab) a cada quadrimestre.

“O Previne Brasil tem como princípio a estruturação de um modelo de financiamento focado em aumentar o acesso das pessoas aos serviços da Atenção Primária e o vínculo entre a população e a equipe, com base em mecanismos que induzem à responsabilização dos gestores e dos profissionais pelas pessoas que as-

sistem”, explicou a enfermeira coordenadora da Atenção Primária à Saúde de Holambra, Érica Roberta Escotom de Souza.

As notas para cada indicador podem ser acessadas por meio do endereço eletrônico <https://esusfeedback.com.br/previne-brasil/regional>.

“Esses resultados são fruto do empenho e dedicação dos profissionais da saúde de nossa rede, além das políticas públicas eficazes adotadas nos últimos anos”, disse o diretor municipal de Saúde, Valmir Marcelo Iglecias.

“A boa colocação no

ranking do Ministério da Saúde reflete o compromisso de nossa gestão com a qualidade e a acessibilidade dos serviços de saúde, abrangendo desde o atendimento básico até as ações preventivas”, falou o prefeito Fernando Capato. “É extremamente importante manter e aprimorar esses indicadores, buscando constantemente melhorias na infraestrutura e na formação dos profissionais.”

A Cidade das Flores ficou à frente de municípios como Jaguariúna (5º), Valinhos (12º) e Artur Nogueira (19º).

Saúde de Holambra realizará mutirões de combate à Dengue em novembro

O Departamento Municipal de Saúde de Holambra irá realizar nos dias 9 e 23 de novembro, dois sábados, mutirões de combate ao mosquito Aedes Aegypti, transmissor da Dengue. A ação será realizada entre 8h e 12h.

O primeiro bairro a receber o trabalho será o Centro, no dia 9. Duas semanas depois (23) é a vez do Imigrantes. A iniciativa irá contar com agentes de saúde que farão visitas

nas residências, retirada de possíveis criadouros, orientações ao morador e entrega de material informativo.

De acordo com a médica veterinária da Vigilância Ambiental da cidade, os servidores estarão uniformizados e identificados com crachá. “O trabalho será realizado aos sábados para facilitar a entrada dos agentes nas casas já que, durante a semana, muitas residências estão fechadas

pois os moradores estão trabalhando fora”, falou. “É importantíssimo que todos colaborem e permitam a entrada dos agentes.”

O último balanço divulgado pelo Departamento Municipal de Saúde revela que Holambra registrou este ano 1313 casos de dengue.

O diretor municipal da pasta, Valmir Marcelo Iglecias, reforça a importância do trabalho em conjunto entre a Prefeitura e a popu-

lação. “Toda a comunidade precisa fazer a sua parte, evitando o acúmulo de água parada e sempre monitorar o jardim e o quintal”, alertou.

No site do Governo, em www.holambra.sp.gov.br, está disponível para impressão um panfleto com ações que devem ser realizadas semanalmente. Além disso, é possível que a população contribua denunciando possíveis criadouros por meio da

Ouvidoria. O telefone da Vigilância em Saúde é o (19) 3802-7978.

Em caso de suspeita de dengue a orientação é procurar a unidade de saúde o mais breve possível.

Como combater o mosquito:

- Vedar caixas d'água
- Não manter água parada em calhas ou outros recipientes
- Evitar o acúmulo de lixo e manter lixeiras

fechadas

- Trocar por areia a água dos pratos de flores e de plantas

- Lavar e esfregar vasilhames e potes de animais domésticos pelo menos uma vez por semana

Sintomas da dengue:

- Febre alta
- Dor de cabeça
- Dor atrás dos olhos
- Dor nos ossos e articulações
- Manchas vermelhas no corpo

Confira o que abre e fecha na cidade nesta sexta-feira

Nesta sexta-feira, 1º de novembro, haverá ponto facultativo nas repartições públicas da Prefeitura de Jaguariúna devido ao Dia do Funcionário Público, comemorado no dia 28, e o Dia de Todos os Santos.

As repartições da Prefeitura encerrarão o expediente nesta quarta-feira, dia 30, às 17h, pois na quinta-feira, dia 31, também houve ponto facultativo, e retornarão na próxima segunda, 4, às 8h.

Os atendimentos feitos pelos serviços essenciais da Prefeitura de Jaguariúna funcionarão em esquema de plantão da seguinte forma:

DEFESA CIVIL
Atendimento 24h, com chamadas pelo telefone 199 e (19) 3867-1339.

CENTRO DE OPERAÇÕES E INTELIGÊNCIA (COI)

Funcionará 24h pelo telefone 153.

BOMBEIROS

Plantão 24h pelo telefone 193.

GUARDA MUNICIPAL
Plantão 24h pelos telefones 153 e (19) 3837-3936.

POLÍCIA CIVIL
Plantão 24h. Os atendimentos serão feitos presencialmente ou pelo telefone (19) 3837-1373.

POLÍCIA MILITAR
Plantão 24h pelo telefone 190.

SERVIÇO DE COLETA SELETIVA

A coleta seletiva será realizada normalmente, de acordo com o calendário.

SERVIÇO DE ÁGUA E ESGOTO

A equipe de manutenção de rede de água e esgoto permanecerá de plantão 24h. Chamadas pelo telefone (19) 97124-1069.

PAT

O atendimento estará suspenso durante o período de recesso, voltando ao normal na segunda-feira,

dia 4 de novembro.

UNIDADES DE SAÚDE

As UBSs e o Centro de Especialidades Médicas estarão fechados durante o período de recesso e voltam ao funcionamento normal no dia 4 de novembro, segunda-feira. Já a UPA, o serviço de ambulância e o Hospital Municipal Walter Ferrari (maternidade, internações e cirurgias de urgência) seguem funcionando normalmente 24h por dia.

PROCON

O atendimento estará suspenso nos dias 31 de outubro e 1º de novembro, voltando ao normal no dia 4, segunda-feira. Durante esse período, a população poderá enviar suas demandas pelo www.procon.sp.gov.br ou pelo e-mail: procon@jaguariuna.sp.gov.br.

FEART

Será realizada no sábado (2) e domingo (3), das 9h às 15h.

Festival 'Jaguariúna 70' terá Paulo Ricardo e mais cinco atrações

O Festival Jaguariúna 70, que será realizado nos dias 14 e 15 de novembro, terá várias atrações de renome nacional, entre eles o cantor Paulo Ricardo, um ícone da geração dos anos 1980 e 1990 e ex-líder da banda de pop rock RPM. Outra atração especial também será George Israel, ex-integrante da banda Kid Abelha, que também fez sucesso nos anos 80.

Além deles, o festival também vai contar com as apresentações de Os Decris, as duplas Lucylla e Lucyana e Mateus e Cristiano, além da cantora Paula

Falcão. Todas as apresentações acontecerão no Parque Santa Maria e terão entrada gratuita (Confira programação completa abaixo).

Promovido pela Prefeitura de Jaguariúna, por meio da Secretaria Municipal de Turismo e Cultura, o Festival Jaguariúna 70 foi lançado oficialmente no último dia 22 de outubro e faz parte da programação em comemoração aos 70 anos da cidade.

O evento será inteiramente patrocinado pela iniciativa privada, sem usar recursos públicos e será em prol do Lar Feliz de Jaguariúna, que atende crianças e

adolescentes em vulnerabilidade social.

O evento é patrocinado por: Jaguar Plásticos, Alea, UniFAJ, Ceaflor, Band FM Campinas e Nativa FM. Os artistas também irão contribuir com o evento, doando total ou parcialmente seus cachês.

PROGRAMAÇÃO
Parque Santa Maria
DIA 14/11
19h – Os Decris
21h – George Israel (do Kid Abelha)
23h – Mateus e Cristiano
DIA 15/11
18h – Paula Falcão
20h – Lucylla e Lucyana
22h – Paulo Ricardo

ACE Holambra já atende por Câmara de Mediação e Arbitragem Empresarial



Agora é oficial. A Associação Comercial e Empresarial de Holambra (ACE Holambra) já é uma unidade da Câmara de Mediação e Arbitragem Empresarial, podendo atender a todos com demandas jurídicas nessa área – empresarial/comercial. Nesta quarta, 30 de outubro, a Associação e o diretor técnico da Câmara Empresarial de Mediação e Arbitragem da Associação Comercial (Cemaac), Guilherme Giussani, de São Paulo, apresentaram oficialmente o serviço a associados e interessados.

Disponibilizar o serviço, significa que, com redução de custos e segurança jurídica, tanto na mediação quanto na arbitragem, os interessados podem resolver conflitos de relação

empresarial com “drástica redução de custos, solução rápida nas disputas e redução do desgaste de relacionamentos importantes para a empresa, além de sigilo/confidencialidade”, conforme citou Giussani, da Cemaac, órgão ligado à Confederação das Associações Comerciais e Empresariais do Brasil (CACB).

Quem pode recorrer à Câmara?

De acordo com a gerente da Associação Comercial, Suzi Celegatti, todas as empresas, associadas ou não, podem procurar a unidade da Câmara de Mediação e Arbitragem que funciona na ACE Holambra. Todo o processo é conduzido, posteriormente, por profissionais qualificados e preparados

da Cemaac. “O serviço é indicado para conflitos de relação empresarial, entre parceiros comerciais, ou entre pessoas jurídicas e físicas. Estas também podem recorrer à unidade de atendimento da ACE para mediar conflitos com pessoas jurídicas”, explica.

Os interessados já podem procurar a Associação Comercial de Holambra, que tem todas as informações sobre o funcionamento e o atendimento pela Câmara de Mediação e Arbitragem. Informações na sede da ACE – Avenida das Tulipas, 103, Centro de Holambra, ou pelo WhatsApp 9 9994-2711. Associados têm condições especiais para uso do serviço.

ENTENDA MAIS

O que é uma Câmara de Arbitragem?

Uma Câmara de Mediação e Arbitragem Empresarial administra procedimentos para a resolução de conflitos, por meio da mediação e da arbitragem em demandas empresariais/comerciais:

Mediação - Uma terceira pessoa, neutra e capacitada, facilita a comunicação e a geração de novas opções para solução da disputa entre as partes.

Arbitragem - As partes indicam árbitros que irão dar a solução para o caso, sem a participação do judiciário.

Validade jurídica - As câmaras de mediação e arbitragem podem ser acionadas por pessoas físicas ou jurídicas. As decisões tomadas em câmara de arbitragem têm a mesma validade do Poder Judiciário.

InovaEduK firma parcerias com a Biominas Brasil, LivFul e R-CRIO

O InovaEduK, hub responsável pela gestão da pesquisa e da inovação nos Centros Universitários de Jaguariúna (UniFAJ) e no Centro Universitário Max Planck (UniMAX Indaiatuba), do Grupo UniEduK, é o novo parceiro da Biominas Brasil, da R-CRIO Células-Tronco e da LivFul. O acordo com empresas renomadas nos setores de inovação em saúde e biotecnologia foi assinado no dia 24 de outubro, durante a 1ª edição do Deep Learning Talks, promovido no campus 2 da UniFAJ.

As parcerias firmadas entre o hub de inovação e as empresas têm como principal objetivo a construção de um ecossistema de inovação e fomento ao desenvolvimento da pesquisa translacional na Região Metropolitana de Campinas (RMC). Essa é proposta tanto do InovaEduK quanto do Instituto de Pesquisas Clínicas e Transacionais de Indaiatuba (IPCTI).

“Um dos grandes desafios no Brasil é colocar em prática as boas propostas que alguns pesquisadores têm. Muitas vezes essas ideias ficam dentro do ambiente de laboratório ou

das universidades, mas não chegam ao mercado em forma de diagnóstico ou tratamento. Chamamos isso de gargalo na translação e ele precisa ser vencido”, explica o diretor de Pesquisa e Inovação do Grupo UniEduK e CEO do InovaEduK, Dr. Márcio Sanches. “A experiência que essas empresas possuem, somada a todo o nosso contexto de universidade, permitirá que conquistemos mais força para criar esse ecossistema e capacitá-lo verdadeiramente para promover esse processo de translação na pesquisa.”

A parceria possibilitará que Biominas, LivFul e R-CRIO tenham, na estrutura física do InovaEduK e IPCTI, espaços para desenvolverem seus trabalhos, caso necessitem, em formato de hub tradicional. Serão desenvolvidos ainda projetos para realização de atividades na área educacional, exatamente para trabalhar uma trilha de formação de pesquisadores, empreendedores e inovadores.

Além disso, os novos parceiros criarão um ambiente de pré-aceleração e de aceleração de soluções

que tenham potencial de irem para o mercado, buscando incentivos de fomento e outras fontes de recursos com o intuito de ajudar a financiar projetos, etapas de pesquisas e de estudos clínicos que sejam necessários para que essas inovações possam chegar ao mercado.

“Na Biominas temos uma trilha de desenvolvimento, que começa em programas de educação, que é hoje uma das nossas maiores prioridades. Queremos levar conhecimento em empreendedorismo e inovação para o máximo de alunos, de empreendedores e de pesquisadores na área de saúde. Não somente para pesquisador acadêmico, mas também aquele profissional que tem uma ideia, que ‘vê uma dor’ e quer resolver um problema. Já realizamos isso em alguns lugares, mas obviamente São Paulo é um estado que tem um número grande de alunos e de startups”, salienta o diretor e presidente da Biominas, Eduardo Emrich.

Futuro da indústria farmacêutica

Além da assinatura do contrato de parceria, a 1ª edição do Deep Learning

Talks trouxe como debate o futuro da pesquisa e do desenvolvimento no setor farmacêutico. Participou do evento o Dr. John Ridden, que é PhD em Bioquímica pela Universidade de Oxford (EUA), além de fundador e CEO da Blueberry Therapeutics e diretor científico da LivFul, uma das parceiras do InovaEduK.

“Muitos fatos estão ocorrendo pelo mundo atualmente, especialmente com o advento da IA (inteligência artificial) e o impacto que ela agrega em diagnósticos e no desenvolvimento de novas medicações. Eu acho que com o tempo, como as pessoas estão ficando idosas, precisaremos encontrar um jeito de tratá-las melhor. E, como isso está ficando cada vez mais caro, é preciso olhar para diferentes maneiras de criar novos medicamentos, de facilitar o seu acesso e de torná-los mais eficazes para os pacientes”, destaca Ridden.

Quem também marcou presença no evento foi o médico Dr. Francisco Maciel Jr., que é médico neurorradiologista, além de membro cofundador da Sociedade Brasileira de

Neurorradiologia e diretor médico da R-CRIO Células-Tronco, também nova parceira do InovaEduK. “Esse é um momento para celebrar e agradecer, pois estamos caminhando para um futuro cheio de inovação. Precisamos falar sobre assuntos como esse e buscar soluções que tragam mais benefícios e uma longevidade com mais qualidade de vida para a população”, afirma Maciel Jr.

A mesa de debate foi composta ainda pelo Dr. Márcio Sanches e pelo gestor do curso de Medicina da UniFAJ e presidente do IPCTI, professor Dr. André Pinto. Alunos e professores dos cursos de Medicina, Farmácia e Medicina Veterinária também estiveram presentes. “Acredito que esses eventos me ajudam a me preparar de diversas formas, como aprimorando a minha comunicação e abrindo a minha visão para temas essenciais para a minha carreira, além da oportunidade de networking”, ressalta a estudante de Medicina Veterinária, Beatriz Miranda.

Sobre o InovaEduK

O InovaEduK foi criado para oferecer para a comunidade um portfólio

de serviços e ecossistema de inovação, ajudando a impulsionar negócios, promover culturas inovadoras e desenvolver estratégias vencedoras para empresas em atividade ou para negócios em fase de ideia e startups.

Para isso, conta com áreas de coworking desenvolvidas para empresas inovadoras e startups residentes. Esses espaços possuem diferenciais exclusivos como acesso aos laboratórios, a um ecossistema multidisciplinar e à grande rede de parceiros da UniFAJ e da UniMAX. O InovaEduK oferecerá ainda uma variedade de serviços, com os programas Consultoria Corporate, Aceleração Scale-UP, Aceleração Ideação e Aceleração GetReal.

Vale destacar que o InovaEduK também gerencia o Instituto de Pesquisas Clínicas e Transacionais de Indaiatuba (IPCTI), que contempla a gestão de estudos clínicos, direcionado principalmente à indústria farmacêutica, que envolve desde a documentação, monitoramento do protocolo e procedimentos estabelecidos para o estudo, garantindo a qualidade de cada processo.

Banda Negritude Júnior e dupla Felipe & Rodrigo prometem agitar aniversário de Holambra neste fim de semana

A banda Negritude Júnior e a dupla Felipe & Rodrigo estarão neste fim de semana em Holambra para shows especiais na Rua da Amizade (Rua Coberta). As apresentações musicais gratuitas fazem parte da programação preparada pela Prefeitura para celebrar os 33 anos de emancipação político-administrativa da cidade, comemorados em 27 de outubro.

Na sexta-feira, 1º de novembro, a partir das 20h, os cantores Felipe e Rodrigo levarão ao palco sucessos do sertanejo universitário. O repertório dos artistas possui canções como “Média boa”, “Já que cê gosta tanto de rua” e parcerias com

Luan Santana, Fernando & Sorocaba e Simone Mendes. Bruno Valentte fará o show de abertura.

No dia seguinte, 2 de novembro, é a vez do pagode tomar conta da Rua Coberta. O Grupo Pura Opção irá agitar o início de noite dos holambrenses e, em seguida, integrantes da formação original da banda Negritude Júnior - Claudinho, Feijão e Nenê - desembarcarão na cidade com clássicos do samba e pagode; sucessos como “Cohab City”, “Gente da gente”, “Beijo geladinho” e as gravações recentes “Sextou” e “Nosso Rolê”.

“Para garantir a segurança dos participantes, não será permitida a en-

trada no local com garrafas e copos de vidro”, explicou a diretora municipal de Turismo e Cultura, Alessandra Caratti. “Será uma grande festa familiar, com muita animação e alegria. Estão todos convidados.”

Confira a programação gratuita de aniversário:

1º de novembro, a partir das 20h

Show de abertura: Bruno Valentte

Show principal: Felipe e Rodrigo (Sertanejo Universitário)

Local: Rua da Amizade (Rua Coberta)

2 de novembro, a partir das 20h

Show de abertura: Grupo Pura Opção

Show principal: Negri-



tude Júnior

Local: Rua da Amizade (Rua Coberta)



Cemitério Municipal de Jaguariúna terá missas no Dia de Finados

O Cemitério Municipal de Jaguariúna vai ter duas missas neste sábado, 2 de novembro, Dia de Finados. O local estará com os portões abertos para visita

ção das

7h às 17h. Além de visitar os túmulos dos familiares e amigos, a população também poderá assistir às missas na capela do cemitério em dois horá-

rios: às 7h, com o Padre Ademir, e às 10h, com o Padre Bruno.

O Cemitério Municipal de Jaguariúna fica na Rodovia João Beira, s/nº, no Jardim Santa Cruz.

PROJETO **MiGO** EXCEPCIONAL APRESENTA

Maurício Manieri
TOUR Classics 2024

JAGUARIÚNA
13 DE DEZEMBRO

LOCAL: **RED**

INGRESSOS EM: **agoraingressos**

PROJETO: **PROJETO MiGO**, **BRAHMA**, **PTX**, **JAGUAR**, **GP**, **CULT SP**

REDAÇÃO: **Secretaria da Cultura, Economia e Indústria Criativas** | **SÃO PAULO**

ORIGINAL
CONFECÇÕES & ESTAMPARIA

original10camisetas@outlook.com

19 99217-7771 | originalconfeccoes

19 3891-4545 | Guacu Silkscreen

24 anos de Tradição

netaki
telecom

INTERNET EM TODOS OS LUGARES,
para todos os momentos!

www.netaki.com.br
(19) 3877 2700

VARIETADES

Guarda de pets pós-divórcio: o que diz a legislação brasileira?

Da Redação

No divórcio ou fim da união estável do casal, definir com quem o pet ficará pode ser tão complexo quanto a guarda de filhos. Animais como cães e gatos, antes considerados meros bens, são agora reconhecidos por muitos como parte essencial da família, formando, assim, o que se chama de “família multiespécie”. Luciana Musse, especialista em Direito de Família e Sucessões do Centro Universitário de Brasília (CEUB), explica como o Direito brasileiro aborda a guarda de pets em situações de disputa entre ex-casais.

Apesar de a legislação brasileira, por meio do Código Civil, ainda classificar animais de estimação como “bens semoventes”, a especialista explica que os avanços na jurisprudência já permitem interpretações mais modernas, que recon-

hecem essa nova configuração familiar. “Assim, os tutores podem ter o direito de residir com seus animais em condomínios e, em casos de separação, podem buscar a guarda e a convivência com o pet, além de alimentos para seu cuidado. Outro direito, recentemente reconhecido, é a possibilidade de levar o animal na cabine em viagens aéreas, em vez de transportá-lo no bagageiro.”

Para a professora de Direito, mesmo com esses avanços, nenhum direito é absoluto. A jurista reforça que os tutores devem seguir regras que garantam o bem-estar do animal, evitando maus-tratos e abandono. Para ilustrar esse compromisso, ela menciona a Lei Sansão (Lei n. 14.064/2020), que aumenta as penas para maus-tratos contra cães e gatos e proíbe que o agressor mantenha a guarda do

animal maltratado. “Além disso, o respeito às normas de convivência em condomínios e à legislação são limites fundamentais que os tutores precisam observar.”

Quanto às responsabilidades legais atribuídas aos pais de pet, estão previstas a provisão de alimentação adequada, abrigo, espaço seguro e companhia frequente. Em situações de negligência, o tutor pode perder a guarda do animal. “Os tutores devem garantir consultas regulares ao veterinário, vacinas e medicamentos, se necessários, além de um espaço protegido de clima extremo e dimensões adequadas para o bem-estar do animal. Caso deixem de cumprir com esses deveres e seja constatada negligência, a guarda do pet poderá ser modificada”, enfatiza a docente do CEUB.

Desafios para os pais de pet no Brasil

Diferentemente de

países como Espanha, França, EUA, Áustria, Nova Zelândia, Austrália, Suíça e Canadá, o Brasil ainda não possui legislação específica sobre a temática e, por isso, têm sido utilizadas, por analogia, as normas de Direito de Família sobre guarda e convivência com filhos. “Assim, a guarda será unilateral caso o pet fique sob a responsabilidade de apenas um dos tutores ou compartilhada, se ambos os tutores mantiverem os deveres para com o animal.”

De acordo com Luciana Musse, na falta de uma legislação específica para famílias multiespécies, as decisões sobre guarda e alimentos para pets oscilam entre as varas cíveis e de família, conforme a interpretação de cada juiz. Para orientar os tutores sobre direitos e representá-los em disputas judiciais, a especialista revela que já existem advogados e es-



critórios especializados em Famílias Multiespécie e Direito Animal no Brasil. “Esses profissionais podem representar os tutores perante o Poder Judiciário, caso o conflito seja levado para a apreciação da justiça.”

Entre as mudanças jurídicas previstas em casos envolvendo pets, está o projeto de reforma do Código Civil, que promete reconhecer o vínculo afetivo entre pessoas e seus animais, além

de definir direitos e deveres para os ex-casais em relação aos animais de estimação. “Outra novidade é a emissão da ‘IdentPet’ em alguns cartórios, uma certidão de nascimento e adoção que garante a identidade do animal e facilita seu transporte, em viagens e resgate em caso de fuga ou furto. O documento também serve para comprovar o vínculo com os tutores, algo útil em processos de guarda”, acrescenta a jurista.

Respiração, pensamentos positivos e sono regulado são os principais fatores para controlar a ansiedade para o Enem

Da Redação

Com a proximidade das provas do Enem, nos dias 3 e 10 de novembro, a ansiedade tende a aumentar, intensificada pela pressão do exame e pela importância do momento que é uma porta de entrada para o ensino superior. Esse cenário gera insegurança e estresse nos estudantes, impulsionados pela autocobrança e expectativas da família e das escolas. Para ajudar os candidatos a enfrentarem esse momento com mais tranquilidade, o professor Caíque dos Santos Sousa, coordenador do curso de Psicologia da Estácio, traz orientações que podem ser fundamentais para se manter calmo no exame.

Uma técnica importante para o controle da ansiedade é a respiração,

que pode ser feita nos dias que antecedem a prova ou até mesmo durante o exame. O professor sugere exercícios como a respiração diafragmática. “Existem muitas técnicas que inclusive são trabalhadas em cursinhos de pré-vestibular como ferramentas valiosas para o autocuidado emocional na preparação para as provas. Exercícios de controle de respiração, como a respiração diafragmática, respirando pelo nariz, enchendo o abdômen e soltando lentamente pela boca, por um período de dois a cinco minutos, facilitam o relaxamento, a regulação emocional e o autocontrole em períodos de crises de ansiedade”, afirma.

Para manter a mente mais equilibrada, Sousa recomenda o cultivo de

pensamentos positivos e o uso de técnicas de mindfulness (ou atenção plena), que ajudam a manter o foco no presente. “É muito recomendado que em situações de pressão, antes do exame, o estudante possa se colocar em um pensamento positivo. Há uma forte relação entre o cultivo de pensamentos positivos e bem-estar, como mecanismos mentais que regulam a resolução de conflitos internos e o autoconhecimento. Isso tende a ajudar a construir autoconfiança”, completa.

Além dessas técnicas, a rotina de sono adequada pode ser um diferencial no controle da ansiedade. Dormir bem ajuda na consolidação da memória e melhora o desempenho cognitivo, fatores essenciais para um bom rendi-

mento na prova. Assim, o especialista recomenda que os estudantes adotem hábitos de higiene do sono, como evitar o uso de telas antes de dormir e criar um ambiente escuro e silencioso.

“Deixar de dormir, ou ter uma noite de sono ruim, pode aumentar significativamente os níveis de cortisol, o hormônio do estresse, aumentando sintomas de ansiedade. No Brasil, a ABSono (Associação Brasileira do Sono) recomenda que os estudantes adotem uma rotina de sono regular nas semanas que antecedem o Enem, dormindo entre sete e nove horas por noite”, conclui.

Para apoiar os candidatos na reta final do Enem, a Estácio oferece uma plataforma gratuita com conteúdos exclusivos. No

site, os estudantes podem explorar o Guia de Carreiras e o Viva Estácio, que ajudam na escolha da profissão ideal. Além disso, encontram o Manual de Estudo por Inteligência Artificial para otimizar o aprendizado e dicas de uso do ChatGPT, que podem acelerar os estudos e tornar a preparação mais eficiente.

Sobre a Estácio
A Estácio se orgulha de liderar o caminho da inovação educacional no Brasil, com o compromisso de promover as habilidades e competências necessárias para o sucesso profissional e o crescimento pessoal de seus mais de 700 mil alunos. Com mais de 54 anos de experiência acadêmica, a Instituição oferece uma ampla gama de serviços educacionais em cursos técnicos, de

graduação e de extensão, pós-graduação, MBA, mestrado e doutorado, além de centenas de opções em cursos livres de aperfeiçoamento profissional. Reconhecida por sua excelência acadêmica, a Estácio aposta na tecnologia e na inovação como diferenciais para aprimorar o aprendizado e possibilitar o acesso democratizado ao ensino de qualidade. Presente em unidades de ensino em 25 estados e no Distrito Federal e em mais de dois mil Polos de Educação a distância em todo o país, a Estácio possui um dos mais sólidos e atuantes programas de Responsabilidade Social do setor educacional, e apoia diversas iniciativas nas áreas de educação, cultura, esporte e cidadania. Saiba mais em estacio.br.

Sabia que células tronco podem ajudar a tratar transtornos mentais? Estudos apontam nessa direção

Da Redação

As células tronco têm a capacidade de se transformar em diferentes tipos de células no corpo, uma habilidade que chama a atenção da ciência desde que foram descobertas e até hoje são alvo de diversos estudos que buscam entendê-las melhor.

Apesar de existirem vários estudos em andamento sobre elas, as células-tronco estão longe de ser uma terapia experimental, elas já são

amplamente usadas, por exemplo, para regenerar tecidos e tratar diversas doenças e lesões.

No entanto, elas podem ter muito mais benefícios que isso, novos estudos apontam que as células-tronco também podem ajudar a tratar transtornos mentais, como analisa o estudo “Tratamento de Transtornos Mentais com Células-Tronco: Uma Área Promissora em Evolução”, produzido pelo Médico Psiquiatra Dr. Flávio H. Naschi-

mento, em parceria com neuro-ortopedista Dr. Luiz Felipe Carvalho, com o cirurgião plástico, Dr. Bora Kostic e com o Pós PhD em neurociências, Dr. Fabiano de Abreu Agrela.

“[...] [Esta] análise sobre o uso de células-tronco pluripotentes induzidas (iPSCs) na pesquisa de doenças mentais, fica evidente que estamos presenciando um marco transformador na área da biomedicina”.

“As iPSCs represen-

tam uma conexão entre a pesquisa genética e clínica, fornecendo modelos celulares inovadores para transtornos psiquiátricos complexos, como esquizofrenia e transtorno bipolar”, afirma o estudo.

As iPSCs e seu poder no cérebro

As iPSCs (ou células-tronco pluripotentes induzidas) são células-tronco que, originalmente, vêm de partes do corpo, como a pele, depois são tratadas para se tornarem versáteis, ou

seja, podem se transformar em diferentes tipos de células, inclusive as do cérebro (Habilidade que também é chamada de pluripotente).

Esse processo permite estudos mais aprofundados sobre doenças mentais, como esquizofrenia e transtorno bipolar, de uma forma mais personalizada, considerando a genética de cada pessoa, isso ajuda a entender melhor essas doenças e como tratá-las de forma mais eficaz.

“Embora [ainda] ex-

istem desafios a serem superados, especialmente relacionados à complexidade da reprogramação e diferenciação celular, o potencial das iPSCs em revolucionar a pesquisa e o tratamento de doenças mentais é inegável”.

“Ao olhar para o futuro, espera-se que os avanços continuem a expandir os limites do conhecimento em neuropsiquiatria, levando a uma era de intervenções mais precisas e eficazes”, afirma o estudo.

NOVO CITROËN BASALT

ESPAÇO E ESTILO

COMO VOCÊ NUNCA VIU

AGENDE UM TEST DRIVE

MOGI MIRIM  **19 3814.5000**

Paz no trânsito começa por você.

DIVEM



CITROËN



TIGGO 8 PRO PLUG-IN HYBRID

O SUV com **317cv** mais econômico do Brasil!

VENHA FAZER UM TEST DRIVE

MOGI MIRIM - 19 3814.2600
SÃO JOÃO B. VISTA - 19 3635.2000

 **19 3814.2600**

Paz no trânsito começa por você.

XIAN

 **CAOA CHERY**




NISSAN KICKS 2024

AGENDE UM TEST DRIVE

MOGI MIRIM  **19 3022.8888** **KENTO**

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY Paz no trânsito começa por você. **KENTONISSAN.COM.BR**

NISSAN



NEW HR-V

Grandioso em cada detalhe

AGENDE UM TEST DRIVE

MOGI MIRIM  **19 3814.5500** **KODYVE.COM.BR**

Pense bem, vá de Honda.

Oferta válida até 31/10/2024. IPVA e Documentação GRÁTIS. Bônus de R\$5.000 para avaliação do seu usado ou acessórios. Promoção válida para preço de tabela vigente da montadora até data de validade desta oferta. Imagens ilustrativas.

Paz no trânsito, começa por você!

HONDA
Kodyve



Novo Hyundai HB20.

O hatch mais completo da categoria que combina tecnologia e eficiência.

5 ANOS Garantia
Sem limite de quilometragem

AGENDE UM TEST DRIVE

HMB | Hymax  **Mogi Guaçu - Av. Brasil, 4615**
 **19 3851.5050**

Paz no trânsito começa por você!
HMAXVEICULOS.COM.BR

HYUNDAI