

# GOVERNADOR DO ESTADO RECEBE REIVINDICAÇÕES DE EMPREENDEDORES DE VITÓRIA DA CONQUISTA



Págs. 26 e 27



## OUTUBRO ROSA: CONHEÇA OS DIREITOS DAS PACIENTES COM CÂNCER

Págs. 04 a 05

**Casa da Fraternidade promove ação em comemoração ao Dia das Crianças em Guanambi**

Pág. 18

**A Prefeitura de Igaporã e Senac entregam Certificados de conclusão de Cursos Profissionalizantes**

Pág. 19



## ARTIGO



Jornalista, professor  
titular da USP, é  
consultor político e  
de Comunicação

POR GAUDÊNCIO TORQUATO

## POR UM TRIZ

Se Lula ou Bolsonaro, um ou outro, for o vencedor no dia 30 de outubro, será por quase nada. É o que as pesquisas começam a mostrar nesses últimos dias sobre a diferença de votos que separam os protagonistas. Os índices de ambos denotam a divisão da comunidade política em duas grandes fatias, quase do mesmo tamanho.

A duas semanas do pleito, o país vive um clima de alta tensão, como nunca se viu na história dos pleitos eleitorais. Nem na acirrada disputa Collor versus Lula, no 2º turno ocorrido em 17 de dezembro 1989, quando o alagoano foi eleito com pouco mais de 53% dos votos.

A campanha, como era previsível, baixou de nível. A referência a crianças da ilha de Marajó, que teriam sido vítimas de abuso sexual, conforme declaração da ex-ministra da Mulher, Família e dos Direitos Humanos, Damares Alves, mais parece um golpe de marketing para favorecer um candidato. Os pedidos para que a hoje senadora eleita pelo DF mostrasse provas de sua gravíssima fala não foram atendidos.

O uso da religião como anzol para atrair o eleitorado é constante e intenso. Não se trata apenas da presença do presidente Bolsonaro no evento do Círio de Nazaré, em Belém do Pará, ou em Aparecida, na festa da Padroeira do Brasil, dia 12, quarta feira última. Os evangélicos, e principalmente as mulheres, estão no centro das atenções dos candidatos, integrando a agenda política.

Impressiona o volume de espaço que igrejas neopentecostais ganham na mídia, em clara invasão do Estado laico pela religião. O lema “dai a César o que é de César e a Deus o que é de Deus” é jogado do baú das citações. Bispos e pastores, alguns com passagem pelos corredores da Justiça, são assíduos frequentadores de palanques eleitorais.

Outros puxam o voto dos crentes para colocar parentes no Congresso Nacional. (Um deles elegeu dois filhos como deputados federais, um no Rio, outro em São Paulo).

Ondas de fake news inundam as redes sociais, ancorando-se até na participação de parlamentares que assumem publicamente posturas aéticas. As equipes de marketing das campanhas defrontam-se com barreiras intransponíveis, como a divisão desordenada do mando sobre as estruturas de comunicação e a improvisação para corrigir destemperos de candidatos. As gafes brotam dos dois lados, ou melhor, da garganta dos dois contendores. Os integrantes de prestígio das duas bandas –, figuras não eleitas, governadores eleitos no 1º turno, lideranças e afins –, são convocados para gravar falas de apoio aos candidatos na esteira de um esforço para fisgar eleitores indecisos, aqueles que não estão dispostos a votar no dia 30 deste mês, e um grupo que se mostra inclinado a mudar de posição.

Pesquisas mostram que um contingente próximo dos 10% do eleitorado sinaliza intenção de mudar o voto. A abstenção, se aumentar, favoreceria Bolsonaro e prejudicaria Lula. Daí a atenção de ambos para algumas praças, como a região nordestina (27% dos votos) e o poderoso universo eleitoral do Sudeste, reunindo os três maiores colégios eleitorais do país (SP, com 34 milhões de eleitores, MG, com 16 milhões e RJ com 12 milhões).

Lula exhibe avassaladora votação no Nordeste, a partir de Pernambuco, onde tem entre 65% e 70% dos votos. Precisa garantir suas posições e, sob essa razão, se faz presente à região. Bolsonaro carece melhorar a posição em Minas Gerais, e aumentar a votação em São Paulo, sem deixar de olhar para seu reduto original, o Rio de Janeiro. Ambos olham com preocupação os índices de pesquisas, mesmo que Bolsonaro só acredite no que chama de “Datapovo”. Entende que Lula não junta multidão como ele consegue.

Já os Institutos, nessa reta final, tendem a afinar suas metodologias para evitar desmoralização e ganhar credibilidade. Os dados começam a mostrar disputa acirradíssima entre os dois. O que, mais uma vez, faz emergir a questão: e se um candidato ganhar por minguados votos? “Por um triz”? Se Bolsonaro perder por pequena diferença, já se sabe: vai haver grita. Não foi por acaso que convocou suas bases a cercar as seções eleitorais depois de votarem. Pretende jogar suas bases na rua. Juntar a massa para protestar. Se ganhar por pouco, também teria interesse em ver seu eleitor na rua, seja para comemorar, seja para exigir uma vitória maior. As cartas parecem ser essas.

Em suma, a paisagem não deixa ver sombras de harmonia social. Apenas muita poeira no horizonte. Um ciclone tropical, lá pelo final do mês, pode varrer o país com uma tempestade de grande dimensão.

A democracia brasileira terá condições de suportar trancos e barrancos? Mais uma vez, este analista repete: sem apoio social, nenhum movimento de ruptura do tecido institucional resistirá. Fenecerá qualquer tentativa de arruinar nosso edifício democrático.



**A democracia brasileira terá condições de suportar trancos e barrancos?**





(FOTO: DIVULGAÇÃO)



## No dia Mundial de Lavar as Mãos, pesquisa revela que brasileiros têm preocupação acima da média com Doenças Virais e Resistência Antimicrobiana

■ JULIANA DIAS – ASCOM (AGÊNCIA ESSITY BRASIL)  
juliana.dias@agenciamam.com

Comemorado em 15 de outubro, em mais de 80 países, o Dia Mundial de Lavar as Mãos tem como objetivo principal incentivar a lavagem das mãos com água e sabão para prevenir a transmissão de Doenças Infectocontagiosas. A data é uma iniciativa do Unicef (Fundo das Nações Unidas para a Infância) e recebe o apoio de Governos, Instituições Internacionais, Organizações da Sociedade Civil, Ongs e empresas privadas.

De acordo com a Organiza-

ção Mundial da Saúde (OMS), a higiene adequada das mãos previne até 50% das infecções adquiridas durante os cuidados de Saúde, e os brasileiros estão preocupados nesse sentido. A Pesquisa Global de Higiene e Saúde 2022, realizada bianualmente pela Essity, líder global em Higiene e Saúde, que escutou mais de 15 mil pessoas, em 15 países, identificou que a preocupação com a Resistência Antimicrobiana é maior no Brasil, com 65%, do que a média total, 54%. As infecções resistentes aos me-

dicamentos contribuem para quase 5 milhões de mortes todos os anos.

Quando perguntado em quais das áreas a sociedade e a comunidade científica deveriam fazer mais para garantir melhor Saúde e Higiene nos próximos cinco anos, os brasileiros também apresentaram maior preocupação com a Saúde Mental (49%) e com Doenças Virais (46%), sempre acima da média total, de 42% e 35%, respectivamente.

A Essity, junto com sua marca líder em higiene pro-

fissional Tork®, apoiam ativamente este dia, promovendo o tema higiene das mãos aos profissionais de Saúde e a população em geral, por meio de ações de conscientização e comunicação em massa, além de fornecer materiais promocionais e desconto em produtos.

Outros dados relevantes, de acordo com as últimas estimativas do Unicef:

- Duas em cada cinco escolas em todo o mundo não têm serviços básicos de higiene com água e sabão, afetando 818 milhões de estudantes, dos quais 462 milhões frequentam Escolas sem nenhuma instalação. Nos países menos desenvolvidos, sete em cada dez Escolas não têm lugar para as crianças lavarem as mãos.

- Um em cada três estabelecimentos de Saúde em todo o mundo não possui instalações de higiene das mãos em pontos de atendimento onde o profissional de Saúde e o tratamento envolvem o contato com o paciente.

“A Essity trabalha diariamente para quebrar as barreiras pelo bem-estar e essa pesquisa serve de base para entendermos o nível de conhecimento e preocupação da sociedade em relação a diversos temas. Saber que os brasileiros estão preocupados em fazer mais pela sua higiene e saúde e disseminar os benefícios que um simples ato de lavar bem as mãos com água e sabão pode ter, já atua na prevenção de diversas doenças, resultando em uma população mais saudável”, afirma a Diretora Comercial da Tork, Juliana Pereira.

### Sobre a Pesquisa

**Pesquisa Global de Higiene e Saúde 2022**, examina a disparidade entre os atuais comportamentos e as atitudes das pessoas em relação ao bem-estar e como elas gostariam de viver no futuro. O relatório também aborda os déficits de conhecimento e experiências vivenciadas em relação à Saúde e Higiene - para identificar as barreiras e soluções para o bem-estar ao longo do ciclo de vida moderno. O estudo, bianual (2022-2023) reúne informações levantadas com 15.246 pessoas, em 15 mercados, com idades entre 16 e 85 anos.

# OUTUBRO ROSA: CONHEÇA OS DIREITOS DAS PACIENTES COM CÂNCER

## Benefícios vão desde a gratuidade no transporte público até a isenção do Imposto de Renda

■ VAGNER LIMA – ASCOM (AGÊNCIA IDEAL H+K STRATEGIES)  
vagner.lima@idealhks.com

O mês de outubro é tradicionalmente marcado pela campanha “Outubro Rosa”, que tem como objetivo compartilhar informações sobre o Câncer de Mama, promovendo a conscientização sobre as doenças, proporcionando maior acesso aos serviços de diagnóstico e contribuindo para a redução da mortalidade.



(FOTO: DIVULGAÇÃO)

Contudo, muitos pacientes de câncer não sabem, que além do direito básico de acesso ao tratamento de saúde, outros direitos e benefícios podem auxiliar no tratamento e contribuir, de diferentes maneiras, para melhorar a qualidade de vida.

Segundo a professora do curso de Direito da Faculdade Pitágoras, Carla Costa, entre esses direitos estão o Auxílio-Doença, saque Pis/Pasep, dependendo do estágio é possível Aposentadoria por Invalidez, além de todo o suporte médico a partir do momento da descoberta da doença incluindo o tratamento e a Cirurgia de Reconstrução da Mama, tanto pelo Sistema Único de Saúde (SUS) como pela rede privada.

“O Câncer é uma doença devastadora que causa muitos prejuízos e sofrimento não apenas ao paciente acometido pela enfermidade, mas também para a família e cuidadores. A Lei brasileira garante uma série



de benefícios e direitos para esses cidadãos, atenuando as consequências da doença. É importante conhecer esses direitos e fazê-los valer, tendo assim mais dignidade e apoio para enfrentar o tratamento e as fases da doença”, acrescenta Carla.

### **Confira lista de direitos assegurados por lei para qualquer paciente com câncer:**

- **Isenção de IPI (Imposto Federal sobre Produtos Industrializados) na compra de veículos adaptados:** válida quanto o paciente apresenta deficiência física nos membros superiores ou inferiores que o impeça de dirigir veículos comuns. Para ter acesso, o solicitante deve apresentar exames e laudo médico que descrevam e comprovem a deficiência.

- **Isenção de Imposto de Renda:** benefício válido para rendimentos da Aposentadoria, Reforma (para caso de militares) e Pensões.

- **Saques de FGTS e eventuais isenções em tributações (IPVA, IPTU, Imposto de Renda, entre outros):** precisam ser consultados individualmente e variam em cada Estado e município.

- **Lei dos 60 dias:** a partir do Laudo Patológico assinado pelo médico responsável, o paciente tem direito a iniciar o primeiro tratamento no SUS dentro do período de 60 dias;

- **Gratuidade no transporte público municipal e intermunicipal:** o paciente com câncer deverá procurar o órgão responsável pelo transporte coletivo de sua cidade para requerer a isenção tarifária;

- **Andamento Judiciário Prioritário:** é permitido e admitido amplamente na jurisprudência o andamento prioritário de processos judiciais cuja autora é pessoa com Câncer, por analogia ao andamento prioritário disposto no Artigo 1.048, Inciso I, do Código de Processo Civil;

- **Isenção de IPTU em alguns municípios;**

- **Resgate de Seguro de Vida ou Previdência Privada:** o paciente com Câncer que tiver Previdência Privada ou Seguro de Vida deverá consultar a Apólice da Previdência ou o Contrato do Seguro. É comum que essas duas espécies de contrato prevejam o resgate total ou renda mensal de valores em casos de doença grave comprovada por laudo médico;

- **3 dias de folga por ano:** segundo a Lei nº 13.667, que alterou o Artigo 473 da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), o trabalhador com Câncer tem direito a três dias de folga para realização de Exames Preventivos de Câncer, sem prejuízos ao seu salário;

- **Quitação de financiamento de imóvel pelo Sistema Financeiro de Habitação:** o interessado com invalidez total e permanente decorrente de doença ou acidente possui o direito à quitação, desde que seja inapto para o trabalho e que a doença determinante da incapacidade tenha sido adquirida após a assinatura do contrato de compra do imóvel, fato que é avaliado por perícia;

- **Auxílio-doença:** é um benefício mensal para quem fica incapaz de exercer seu trabalho, em razão da doença, por mais de 15 dias consecutivos. Na qualidade de segurado, o trabalhador terá esse direito independente do pagamento de 12 contribuições ao INSS;

- **Aposentadoria por Invalidez:** se restou sequela do Câncer que torne sua incapacidade temporária em permanente, a pessoa terá o direito a se aposentar por invalidez. Também vale para autônomos e Microempreendedores Individuais;

- **Saque do PIS/Pasep:** o trabalhador com cadastro no Fundo de Garantia por Tempo de Serviço pode efetuar o saque, válido também para dependente que tenha Câncer.





(IMAGEM: CANVA)

# MITOS E VERDADES SOBRE A SAÚDE MENTAL

Com o aumento de transtornos mentais na população, cada vez mais é importante falar sobre sintomas e tratamentos que envolvem essas condições

■ **NATHÁLIA MEIRINHO - ASCOM (ORTOLANI COMUNICAÇÃO)**  
nathalia@ortolanicomunicacao.com

A Saúde Mental e seus cuidados estão cada vez mais em pauta. Porém, apesar de esse ser um assunto progressivamente mais discutido, ainda existem muitas ideias falsas que se espalham sobre o tema, bem como mitos que são tidos como verdades. Um exemplo é o fato de muitas pessoas acreditarem, por exemplo, que a insônia é um transtorno mental.

No entanto, segundo o médico psiquiatra e diretor da SIG Residência Terapêutica, Dr. Ariel Lipman, cada vez mais pessoas têm buscado aprender sobre os temas que dizem respeito a saúde da mente e, portanto, “o no-

tável aumento do interesse [pelo assunto] nos últimos anos deve fazer com que, com o tempo, esses mitos sejam descredibilizados por completo”, afirma o especialista.

Além disso, uma pesquisa realizada pela ABPS (Associação Brasileira de Psicologia de Saúde) indicou um aumento de 83,5% na procura por auxílio psicológico nos últimos dois anos, o que comprova que efetivamente existe um crescimento na importância dos cuidados da Saúde Mental. Na sequência, Lipman tece comentários sobre a relevância de buscar ajuda e sobre os mitos que ainda envolvem esse tema.

## Todo mundo pode fazer terapia? VERDADE

Um dos mitos mais comuns sobre Saúde Mental é a ideia de que apenas “pessoas loucas” devem fazer terapia. Na verdade, esse é um conceito preconceituoso e falso, afirma o médico psiquiatra e diretor da SIG Residência



Terapêutica. “Na realidade, a terapia pode beneficiar toda e qualquer pessoa, mesmo alguém que se sinta bem e não apresenta sintomas relacionados a transtornos mentais”, reitera.



(FOTOS: CANVA)

## Toda pessoa com depressão está o tempo todo triste e distante? MITO

A ideia de que uma pessoa que sofre de depressão está constantemente triste e isolada de outras é mentira, uma vez que há a depressão de alto funcionamento. Essa é uma faceta do transtorno que mascara os sintomas tipicamente associados ao quadro depressivo. “

Seu diagnóstico é mais difícil de ser realizado, por conta do estereótipo em relação aos sintomas da depressão”, informa o Dr. Lipman. “Uma pessoa com esse quadro tem menos dificuldade para realizar as atividades do dia a dia se comparada a uma pessoa com um quadro depressivo mais severo. Ainda assim, é preciso buscar ajuda e tratamento antes que a situação se agrave”, completa o psiquiatra.



## Homens também podem ter transtornos alimentares?

### VERDADE

Apesar da maior incidência de diagnósticos de transtornos alimentares (TA) ser em mulheres, homens também sofrem com essa adversidade. A população masculina representa 10% dos pacientes com problemas como a anorexia, por exemplo, afirma estudo realizado pela UNIFESP - Universidade Federal de São Paulo.

“Compulsão alimentar, bulimia e anorexia também ocorrem em homens. A pressão para estar em forma e problemas com distorção de imagem atingem cada vez mais pessoas à medida que, com o passar dos anos, vivemos em uma sociedade cada vez mais obcecada aparência”, declara o diretor da SIG.





## Fobia social e síndrome do pânico são a mesma coisa? MITO

A fobia social é um transtorno fóbico-ansioso e se caracteriza pelo evitamento de situações sociais por parte do paciente, bem como pelo medo irracional de críticas e pela baixa autoestima. Já a síndrome do pânico, também chamada de ansiedade paroxística episódica, é um transtorno ansioso cujas principais características são palpitação e dores no tórax, sensações de asfixia, tonturas e sentimentos de irrealidade.

“Em essência, são dois transtornos bastante distintos, especialmente no que diz respeito aos sintomas. Por isso mesmo é necessário atentar-se aos sintomas a fim de conseguir um diagnóstico correto. Para isso, faz-se essencial procurar ajuda”, aconselha.



## Luto prolongado é um transtorno mental? VERDADE

O luto que acompanha a perda de uma pessoa querida é natural. Porém, segundo a APA (Associação Americana de Psiquiatria), se esse sentimento se estende por mais tempo que o esperado, pode se tratar de um transtorno.

“O luto é algo normal e um sentimento que quase toda pessoa sentirá em algum momento ao longo da vida. No entanto, quando ele passa a durar mais tempo do que deveria e começa a atrapalhar a vida da pessoa que o sente, é preciso avaliar se esse sentimento não se tornou, na verdade, um transtorno que requer tratamento”, afirma o psiquiatra. “Os sintomas do luto prolongado podem se confundir com os da depressão e os da ansiedade, porém, no caso do luto, o gatilho sempre será a perda”.

**Proativa**  
CONTABILIDADE

**15 anos**  
Atendendo Brumado e Região!

(77) 9 8824 - 9163  
(77) 3441 - 1405  
@proativacontabil





## Insônia é um transtorno mental? **MITO**

Engane-se quem pensa que a insônia por si só é um transtorno mental. Na verdade, ela é uma consequência - ou efeito colateral - de diferentes transtornos, a exemplo da ansiedade generalizada. “A perda de sono dificilmente é a raiz do problema. Em geral, ela é o resultado de outra questão não tratada, como a ansiedade ou a depressão”, explica Lipman.



## Prática de exercícios físicos pode ajudar no tratamento de pacientes com estresse pós-traumático? **VERDADE**

Um estudo realizado na Universidade Federal de Uberlândia (UFU) comprovou que a prática de exercícios físicos tem efeito ansiolítico e antidepressivo em pacientes que sofrem de estresse pós-traumático (TSPT). Além disso, a pesquisa também apontou para uma melhora geral na qualidade de vida das pessoas que praticam exercícios físicos com regularidade.

“O exercício físico é essencial para a saúde física, mas, acima de tudo, é necessário para a Saúde Mental. Além de aliviar o estresse do dia a dia, promove uma melhora da autoestima e estimula o paciente a se desafiar positivamente”, esclarece o psiquiatra.







(FOTO: REPRODUÇÃO)

# DIA DA CONSCIENTIZAÇÃO DA PERDA GESTACIONAL: AS FORMAS DE LIDAR COM UM TRAUMA MAIS COMUM DO QUE SE IMAGINA

O abortamento espontâneo acomete cerca de 15% das gestações no Brasil; Psicóloga da Pro Matre Paulista explica como lidar com um dos processos de luto mais complexos que a mulher pode enfrentar.

■ BRUNA RIBEIRO – ASCOM (AGÊNCIA A4&HOLOFOTE COMUNICAÇÃO)  
brunaribeiro@a4holofote.com.br

Há um tema ainda pouco falado na comunidade médica, por envolver dor, luto e emoções complexas. No sábado, dia 15 de outubro, é lembrado o Dia Internacional da Conscientização da Perda Gestacional ou do Recém-Nascido. O Abortamento Espontâneo é mais comum do que se pensa: ele acomete cerca de 15% das gravidezes. E a Taxa de Mortalidade Neonatal no Brasil também é alta: cerca de 13,2 por mil nascidos vivos, segundo dados do Ministério da Saúde. A maior parte dos Óbitos Neonatais ocorre no período precoce, do nascimento ao sexto dia de vida, e cerca de um quarto dos óbitos ocorre no primeiro

dia após o parto.

A complexidade com relação a esse tema são as diferentes situações que podem levar à perda gestacional ou do recém-nascido. Existe o abortamento, que é a morte do bebê até 20 semanas de gestação, com menos de 500 gramas ou estatura menor que 25 centímetros. Já o nascido morto significa a despedida do bebê após 20 semanas de gestação, com peso acima de 500g e tamanho maior que 25cm. Por fim, o Óbito Neonatal é a perda após o nascimento e antes dos 28 dias de vida.

Independentemente da forma, o luto é um processo que envolve perda de expectativas, idealizações e planejamentos, e

tudo isso é intensificado quando se trata de um filho, rompendo a ordem cronológica da morte. Segundo a Psicóloga Isabella Thomé, do Hospital e Maternidade Pro Matre Paulista, é comum haver perda de interesse pelo mundo externo, incapacidade de investir afeto em outra pessoa ou outra coisa por um tempo. “Para a mãe, o pai e toda a dinâmica da família, a perda de um bebê causa uma crise e uma desestruturação. Quando ocorre a perda gestacional, o agravante é por conta de os pais não terem memórias de seu bebê, o que prejudica o processo de luto, no qual as lembranças são importantes”, completa a especialista.

A Pro Matre Paulista é refe-

rência em cuidados com famílias que passaram por uma perda neonatal e está sempre atenta aos processos para acolher esses pacientes desde a entrada no Pronto Atendimento, onde já é encaminhada para um andar com quartos reservados, sem contato com outras gestantes, e conta com sinalização para toda equipe multidisciplinar no tratamento com essas mulheres, amigos e familiares – por serem fundamentais para o conforto, para reduzir a sensação de desamparo e ajudar na saúde mental dos pais. É possível, ainda, pedir à equipe do hospital ajuda para fazer uma caixinha de memórias, guardando lembranças do bebê, como as marcas de seus pés e mãos ou uma mecha de cabelo, ou mesmo para realizar rituais e cerimônias de despedida – que ajudam a família a concretizar o luto ao enfrentar a dor de forma coletiva.

Depois de uma experiência traumática como essa, engravidar de novo pode envolver alegria e esperança, mas também pode gerar medo e ansiedade. “A mulher sente um misto de emoções: ora otimista, ora cautelosa. Também pode vir o sentimento de culpa, como se estivesse esquecendo o bebê que perdeu. O autocuidado é fundamental, fazer caminhadas, massagens, meditação ou apenas manter-se ocupada fazendo o que gosta. A mulher precisa aproveitar os dias em que está se sentindo positiva e feliz para amenizar o processo”, afirma a psicóloga. “É essencial escolher amigos e familiares com quem se possa conversar sobre os sentimentos e, claro, contar com um serviço de psicologia profissional”, comenta a psicóloga.

Para contribuir com o processo de todos envolvidos, a Pro Matre também elaborou um E-book com explicações e orientações sobre Perda Gestacional, que pode ser consultado no site do Hospital (<https://www.promatre.com.br/wp-content/uploads/2022/08/PMP-E-book-Perda-Gestacional-V02.pdf>).



# ARTIGO



\* ITALI COLLINI, ECONOMISTA,  
INVESTIDORA ANJO E DIRETORA DA  
POTÊNCIA VENTURES

POR ITALI COLLINI

## O MERCADO DE INVESTIMENTO PRIVADO NUNCA FOI MERITOCRÁTICO: BOAS EMPRESAS E EMPREENDEDORES TAMBÉM QUEBRAM



**A verdade é: nunca teve e continua não tendo investimento para todo mundo, boas empresas e empreendedores também quebram por falta de dinheiro e de investidores.**



Vocês já ouviram essa história do mercado? “Os investimentos desaceleraram para todo mundo, mas para empresas realmente boas ainda existe dinheiro. Para aquelas mais ou menos, não...”

O investimento realizado em Venture Capital no Brasil no primeiro semestre de 2021 foi 44% menor que no mesmo período em 2020. Muitos fundos estão com caixa (o famoso dry powder), porém sendo mais cautelosos nos critérios de alocação por causa do cenário macro: alta taxa de juros, ano de eleição e conflito na Europa.

É claro que a indústria continua forte e amadurecendo rápido. É claro que a atividade de Private Equity e Venture Capital é de longo prazo e por isso os investimentos vão continuar existindo em grande volume. Mas também é fato que o tom da conversa mudou na hora de buscar investimento para as startups. Na hora de negociar, então, já viu...

Com as bigtechs levando ajuste de preço no mercado aberto de capitais, o efeito cascata chega ao mercado fechado, em que acontecem os investimentos de VC e PE, e impacta diretamente o valuation e as condições de negociação dos empreendedores. Então sim, está mais difícil captar este ano até mesmo para as boas startups.

Na verdade, o mercado de investimento privado nunca foi um lugar meritocrático onde apenas as boas empresas de bons empreendedores ‘vencem’.

O acesso à educação, informação e capital é extremamente assimétrico. As desigualdades se reforçam pela composição dos tomadores de decisão: apenas 12% são mulheres, de acordo com dados da Axios, e apenas 3% são pessoas negras, de acordo com o BLCKVC. Resultado: 2% do volume de VC vai para empresas fundadas por mulheres e 1.2% para empresas de pessoas negras.

Pessoas de alta renda que empreendem e quebram têm rede de suporte para se refazer e empreender de novo, e isso é visto como uma coisa boa pelo mercado, é o “second time founder”. Também vejo como um bom sinal uma pessoa que já empreendeu antes, mas não me impede de ponderar que uma pessoa de baixa renda que empreende e erra não tem a mesma sorte, perde tudo e não tem rede de apoio que bote de pé de novo com um pitch debaixo do braço para captar dinheiro de outras pessoas. Além disso, uma parte mínima do total de startups realmente consegue acessar investimento anjo ou de venture capital.

Com todo o cenário, já está na hora da gente se atentar aos folclores que reproduz.

A verdade é: nunca teve e continua não tendo investimento para todo mundo, boas empresas e empreendedores também quebram por falta de dinheiro e de investidores.

A sua empresa não ter conseguido captar este ano e te forçar a refazer todos os planos para crescer sem adição de capital não significa que sua solução não é boa ou o negócio não é sustentável no longo prazo. Também não significa que você é um empreendedor ou empreendedora sem garra ou poder de execução.

A sua empresa pode quebrar ainda que seja boa. Foque seus esforços na sua esfera de influência e não internalize falas vazias de mercado.



(FOTO: DIVULGAÇÃO)



# Ronco alto pode ser sintoma de Apneia do Sono

## Condição prejudica descanso noturno e provoca outros problemas de saúde

■ CAMILA CREPALDI – ASCOM (AGÊNCIA IDEAL H+K STRATEGIES)  
camila.crepaldi@idealhks.com

Mais do que um barulho incômodo, o ronco alto pode indicar um grave Distúrbio de Sono, como é o caso da Apneia, situação em que pessoa para de respirar por alguns segundos, diversas vezes, durante a noite. A condição atinge 30% da população adulta brasileira, segundo dados do Ministério da Saúde.

Muito além de um problema puramente de sono, hoje, sabe-se que a doença leva a maior mortalidade por Doença Cardiovascular (Hipertensão, Arritmias, Infarto e Derrame), acidentes de trânsito por sonolência excessiva diurna, redução de produtividade no trabalho (tanto física como mental), Disfunção Sexual e Déficit De Aprendizagem se iniciada na infância.

O professor do curso de Medicina da Faculdade Pitágoras, Médico Neurologista Frederico Lacerda, explica que muitas pessoas têm Apneia do Sono sem conhecimento do problema e não fazem tratamento para aliviá-la. “Além da sensação de cansaço por conta da noite mal dormida, outros problemas como Déficit de Atenção, interrupção do sono com vontade de urinar, sonolência excessiva durante o dia e agravamento do estresse/distúrbios de humor podem ser gerados”, destaca.

A condição se divide em dois tipos: a Apneia Obstrutiva do Sono e Apneia do Central do Sono. A primeira é a forma mais comum e se caracteriza pelo relaxamento dos músculos da garganta e língua associado ao depósito de tecido gorduroso e flacidez de partes moles. O Especialista menciona que esse quadro leva à obstrução respiratória. “Há uma redução da concentração de oxigênio no sangue, o que emite um sinal de alerta ao Cérebro dizendo que algo está errado”, explica. Ao sentir dificuldades de respirar, a pessoa desperta do sono e isso acontece várias vezes durante a noite. Nesses episódios, há produção do ronco, muitas vezes com sensação de sufocamento.

Já a Apneia do Sono Central está associada à perda do funcionamento dos centros de controle respiratório (frequentemente associado à Doenças Cardíacas ou Cerebrais) levando à falha do comando para a contração muscular que desencadeia a respiração. Felizmente essa forma é bem mais rara que a primeira. “A Apneia acomete principalmente homens, em geral, com mais de 50 anos de idade e mulheres com excesso de peso e na menopausa. No entanto, vale lembrar que até mesmo crianças podem ter essas condições de saúde”, esclarece o médico.



**Causas e tratamento** -- Na Apneia Obstrutiva do Sono a causa principal é a obstrução do canal respiratório, que pode resultar de condições como obesidade, aumento das Amígdalas, circunferência do pescoço e alterações craniofaciais. Já no outro tipo da patologia, a causa mais comum é a Insuficiência Cardíaca e, em menor ocorrência, o Acidente Vascular Cerebral e uso de medicamentos para dor (Opioides).

Além do ronco alto e sonolência excessiva, os sintomas incluem ainda falta de ar, despertar com a boca aberta, dor de cabeça matinal, insônia, déficit de atenção, falta de memória e episódios de irritabilidade e impaciência. No diagnóstico, o médico pode solicitar um Exame de Polissonografia, que consiste na avaliação noturna do sono, para monitorar a respiração e outras funções do corpo.

O tratamento vai ser prescrito pelo médico envolve diversas abordagens: mudança de hábitos de vida com ênfase na perda de peso; uso de Aparelho de Pressão Positiva (CPAP) associado à máscaras nasais auxiliando no fluxo de ar aos Pulmões (forma mais comumente usada e com melhores resultados); e cirurgia em regiões da boca e garganta, sobretudo em casos com impossibilidade de uso de CPAP e em crianças com anomalias faciais.

Confira as dicas do médico para aliviar os sintomas:

- Evite a ingestão de bebidas alcoólicas;
- Evite dormir de barriga para cima;
- Adote um estilo de vida saudável, com prática de atividade física e alimentação equilibrada, afastando o excesso de peso e obesidade;
- Não fume;
- Pessoas com Rinite Alérgica devem fazer tratamento para evitar obstrução nasal.

**Outubro rosa**

A prevenção é um toque de amor.

**Jornal do Sudoeste**  
24 anos  
Apenas a verdade.



(IMAGEM: CROSP/BRUNO MASAYUKI SAITO ALVES)



## VITAMINAS E ALIMENTOS CONTRIBUEM PARA UM SORRISO SAUDÁVEL

**CTO SP** CONSELHO REGIONAL DE ODONTOLOGIA DE SÃO PAULO

# ALIMENTAÇÃO E SAÚDE BUÇAL

## Vitaminas e alimentos contribuem para um sorriso saudável

■ **AILTON OLIVEIRA – ASCOM (APEX CONTEÚDO ESTRATÉGICO)**  
conteudo@apexagencia.com.br

**A** alimentação equilibrada gera inúmeros benefícios para a manutenção da saúde do corpo, da alma e da mente. Uma dieta balanceada garante o bom funcionamento do organismo e, conseqüentemente, uma vida melhor.

A Saúde Bucal também depende de uma boa alimentação, como explica a Periodontista, Implantodontista, membro da Câmara Técnica de Periodontia do Conselho Regional de Odontologia de São Paulo (CrosP), Dra. Raquel Correia de Bortholi Santos. “A dieta rica em nutrientes ajuda a manter os dentes fortes e saudáveis. Além disso, a alimentação rica e balanceada diminui a quantidade de bactérias nocivas que estão naturalmente presentes na nossa boca. A ingestão de alimentos ricos em nutrientes, em detrimento àqueles que são prejudiciais, garantirá uma boca mais preparada para combatê-las”.

### Vitamina C

Um bom exemplo que ilustra a importância dos alimentos para a Saúde Bucal é a relação da Vitamina C com a manutenção da saúde das gengivas. De acordo com Dra. Raquel, a Vitamina C (substância presente em diversas frutas e vegetais) é muito importante para o nosso organismo e está relacionada com a produção de Colágeno, absorção de Ferro e melhora do Sistema Imune. “A Vitamina C, ou Ácido Ascórbico, possui grande importância e uma óbvia relação com Tecidos Gengivais”.

A Cirurgiã-Dentista acrescenta que a falta de Vitamina C impede a formação de Colágeno Maduro e que, sem ela, produzem-se reações de oxidação dependentes do Ferro que inativam algumas enzimas necessárias à formação de Colágeno. Estudos confirmam que essa falta de Colágeno resulta no sangramento das Gengivas e na reabsorção óssea, levando à perda dos dentes.

Vale lembrar que o Escorbuto é uma doença causada pela deficiência de Vitamina C. “Um dos sintomas do Escorbuto é a ocorrência de sangramento gengival e perda dos dentes. A prevenção é feita mediante à ingestão diária da vitamina”.

A Vitamina C pode ser adquirida em alimentos como caju, tomate, espinafre, laranja, couve, manga, pimentão amarelo, brócolis e acerola.



## Cálcio e vitamina D

Outro elemento fundamental para a Saúde Bucal é o Cálcio. O Cálcio mantém os dentes e as gengivas saudáveis, substituindo as partículas perdidas desse elemento. Portanto, é essencial que a dieta esteja repleta de produtos lácteos, salmão, amêndoas e vegetais de folhas verdes escuras.

Já a alimentação rica em Vitamina D3 ou Colecalciferol, aliada à exposição solar segura, garantirá a fixação desse importante nutriente no organismo. Dra. Raquel lembra que a recomendação de ingestão alimentar diária de Vitamina D para adultos e idosos varia de 600 a 800 UI (Unidades Internacionais).

A gema do ovo, o leite integral, a manteiga, peixes como sardinha, salmão e atum, além de ostras, são excelentes fontes de Vitamina D, que está presente quase que exclusivamente em alimentos de origem animal e em alguns produtos fortificados, como as bebidas vegetais (também chamadas de “leites vegetais”). Sendo assim, não é possível encontrar esse nutriente em frutas, verduras, legumes, sementes, castanhas, cereais e grãos de forma significativa. “O mais perto disso são os cogumelos. Por isso, para quem procura receitas vegetarianas, como saladas ricas em vitamina D, somente aquelas que incluem cogumelos, ovos e alguns tipos de queijos fortificados.

Além da vitamina C, do cálcio e da vitamina D, Dra. Raquel cita mais alguns itens que contribuem para a Saúde Bucal.

**Laticínios** - O leite é fonte de Cálcio, Fósforo, Ácido Lático, Proteínas e vitaminas indispensáveis para que ossos e dentes cresçam fortes e saudáveis. Além disso, o consumo de produtos lácteos durante a vida, tais como queijos e iogurte, ajuda na proteção contra certas substâncias que apresentam maior acidez, no desenvolvimento e na intensificação de sua mineralização, protegendo o esmalte do desgaste.

**Peixes** - Além de serem boas fontes de Cálcio, os peixes também são ricos em Vitamina D, que atua diretamente na absorção de Cálcio nos dentes, deixando-os ainda mais fortes. O salmão, rico em Ômega 3, componente importante para a saliva, é um alimento essencial para a Saúde Bucal, assim como a sardinha, peixe de valor mais acessível e tão rico nessa substância quanto o salmão.

**Água** - Beber água pode prevenir problemas bucais, além de ser uma das principais aliadas da nossa saúde como um todo. A água mantém a higiene dental, auxilia na remoção de restos de alimentos e na manutenção dos níveis de minerais. Ela estimula a salivagem, mantém a boca sempre hidratada, combate a presença de bactérias e até do mau hálito.

**Chá Verde** - Por ser um alimento de Baixo pH, o chá verde diminui as substâncias ácidas da boca, evitando assim o desgaste do esmalte dos dentes, pois colabora com o aumento de produção da saliva que ajuda na limpeza dos dentes e no equilíbrio do pH bucal.

Além disso, seu consumo ajuda na prevenção e combate ao mau hálito e previne a Periodontite, já que contém flúor, mineral que previne o aparecimento de cárie.

**Maça** - Além de ser rica em Vitaminas e Nutrientes, a maçã ajuda a manter os dentes limpos. A mastigação da fruta “massageia” a gengiva, aumenta o fluxo da saliva, evita a formação da placa e ajuda no combate a cárie.

**Castanha-do-Pará** - Possui grande quantidade de nutrientes essenciais para o organismo e os óleos contidos em sua composição ajudam a formar uma película protetora sobre os dentes, o que impede a fixação de bactérias.

**Gengibre** - Possui propriedades denominadas anti-inflamatórias e é também um dos alimentos que ajudam no combate ao mau hálito, assim como o é responsável por equilibrar o funcionamento do aparelho digestivo. Suas propriedades também auxiliam no combate à gengivite e outras inflamações bucais.

**Goma de mascar sem açúcar** - O chiclete, mesmo não sendo um alimento propriamente dito, é importante, pois estimula a mastigação, aumenta o fluxo de saliva na boca, remove partículas de alimentos e neutraliza os ácidos. Ele ajuda na limpeza dos dentes e até na prevenção de formação de cárie.

**Brócolis** - Contém Ferro e Cálcio, que juntos formam uma barreira que protege o esmalte dos dentes. O Cálcio ainda é responsável pela formação e manutenção óssea dos dentes.

**Tomate** - Rico em Vitamina C, o tomate é uma fruta que ajuda a reduzir a presença de bactérias, aumentando a proteção dos dentes e da Saúde Bucal de modo geral.

Portanto, para manter o sorriso saudável, Dra. Raquel recomenda a inclusão desses alimentos no dia a dia. “A alimentação balanceada, aliada aos cuidados preventivos, tipo escovação, uso correto do fio dental e visitas frequentes ao Cirurgião-Dentista, garantirão uma Saúde Bucal equilibrada”.



## ARTIGO

\*ROSANE CASTILHO É AUTORA DO LIVRO "O QUE EU FAÇO COM ISSO? 5 PASSOS PARA A RECONEXÃO COM O EU" E DOUTORA EM EDUCAÇÃO

POR ROSANE CASTILHO

## NÃO DEIXE A RAIVA TE CONTROLAR!

**A** raiva é uma emoção natural, derivada de sensações como frustração ou impotência. Sua intensidade e expressão podem variar a partir de aspectos como idade, gênero e cultura e, quando descontrolada, pode ser o estopim de grandes conflitos.

Por outro lado, apesar de ser percebida socialmente como uma emoção negativa, a raiva pode servir como mecanismo de proteção e, se bem administrada, pode trazer benefícios na direção do autoconhecimento e do manejo interno de emoções e sentimentos.

Frequentemente expressamos a raiva e nos sentimos mal. Antes de adotar o autojulgamento, é importante lembrar que essa emoção pode ser o último recurso para não cairmos em uma profunda tristeza.

O que eu faço com isso? Nos momentos de raiva, tente entrar em contato consigo e identifique a emoção expressa, já que muitas vezes não sabemos sequer o que estamos sentindo.

Após identificar essa emoção, tente perceber o que ela quer dizer, através das sensações corporais. No fundo, tudo o que as nossas dores desejam é alívio e esse alívio acontece quando nos reconectamos com o nosso eu e com tudo o que ele contém.

Observe para essa emoção sem julgamentos e busque encontrar, dentro de si, as ligações entre essa emoção e outras que a potencializam. Às vezes, a raiva está ligada à vergonha, à culpa, ao sentimento de desamparo, por isso toma uma proporção muito maior. Conecte-se a ela! Esse movimento pode revelar um nível de leveza nunca antes percebido...

Tente encaixar essas peças, como um quebra-cabeças, avaliando a possibilidade de realizar esses movimentos antes de reagir à uma situação. Talvez você pense que, sem a raiva, você pode se transformar, como ouvi certa vez, "em uma ameba".

Mas esse pensamento é consequência de um movimento interno de polarização. Nem tanto ao mar, nem tanto à terra, já que, quando nos damos um tempo antes de agir, expressamos o autocuidado, condição necessária a estados mais elevados de consciência.

Lembre-se de que estamos sempre aprendendo e não se martirize se a raiva aparecer tentando invadir seu espaço interno. Se essa emoção é sua, você pode acolhê-la ao invés de permitir que ela te controle.

Essa atitude permitirá alterar comportamentos que não mais expressam o seu modo de ser. Que tal experimentar?



**Antes de adotar o autojulgamento, é importante lembrar que essa emoção pode ser o último recurso para não cairmos em uma profunda tristeza.**





# SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO CONSUMIDOR TEM NOVA REGULAMENTAÇÃO

## Coordenadora do curso de Direito da Anhanguera explica sobre nova regulamentação e condições mínimas para atendimento dos consumidores

■ VAGNER LIMA - ASCOM (AGÊNCIA IDEAL H+K STRATEGIES)

vagner.lima@idealhks.com

Uma das maiores queixas dos consumidores é em relação aos Serviços de Atendimento ao Consumidor (SAC), especialmente nos casos de cancelamento de serviços. Mas esse tipo de situação deve mudar com o Decreto nº 11.034/22, que regulamenta o Código de Defesa do Consumidor e estabelece diretrizes e normas sobre o Serviço de Atendimento ao Consumidor.

A principal medida se refere ao atendimento 24h em todos os sete dias da semana, feito por humano pelo menos oito horas por dia. A nova regulamentação tem o objetivo de dar mais agilidade e eficiência na solução das demandas dos clientes, a fim de reduzir o tempo de resposta e aumentar o índice de solução de problemas.

A Coordenadora do curso de Direito da Faculdade Anhanguera, Wilmara Falcão, afirma que o novo Decreto traz atualizações importantes sobre multicanais e mantém os atuais, como WhatsApp e redes sociais, além de que o consumidor passa a acompanhar seus pedidos com um único número de protocolo.

“O aprimoramento da legislação vai melhorar muito a relação entre empresas e consumidores, com regras claras para aprimorar a comunicação entre as partes, em pontos importantes que geram desgaste para o cliente, como acessibilidade nos canais de contato. Além disso, as opções de cancelamento e reclamação, que costumam ficar escondidas nos menus telefônicos das empresas agora devem estar em destaque para que o consumidor as encontre de forma mais fácil”, explica a docente.

A docente resalta também que é imprescindível anotar todos os protocolos para comprovar datas do processo e guardar todas as notificações que receber. “Avalie cada situação com um profissional de confiança. É importante ter todos os documentos possíveis em mãos para agilizar a resolução do problema”, recomenda a advogada.

Wilmara esclarece as principais mudanças presentes no Decreto:

### - Cancelamento imediato em qualquer canal

O consumidor poderá cancelar serviços em qualquer canal disponível onde realizou a contratação. A solicitação deve ser cumprida imediatamente, se houver necessidade de transferir a ligação, só pode acontecer uma única vez. O comprovante do cancelamento deve ser enviado por correspondência ou e-mail ao cliente.

### - Tempo de resposta

As demandas solicitadas pelo consumidor, com exceção das regras de cancelamento, devem ser respondidas no prazo de sete dias corridos, contado a partir da data de registro.

### - Suspensão de cobrança indevida

Se uma cobrança não for reconhecida ou não tiver sido contratada pelo consumidor, deverá ser suspensa pela empresa no momento de contato com o SAC.

### - Fornecimento de dados

O consumidor não precisará mais compartilhar nenhum dado pessoal, como data de nascimento e CPF, com o atendente do SAC.

### - Acesso ao histórico de conversas

O consumidor poderá pedir o histórico das conversas ao entrar em contato com o SAC, sem nenhuma cobrança. O prazo para recebimento das informações é de cinco dias corridos por e-mail ou correspondência, conforme escolha do cliente.

A Coordenadora resalta que os consumidores já podem exigir que as empresas sigam as novas determinações. “As novas regras e diretrizes já estão valendo desde o dia 03 de outubro. Para o consumidor que não tiver sua demanda atendida por meio dos Canais de Atendimento da empresa, a recomendação é iniciar uma disputa judicial. As empresas precisam tomar para si suas responsabilidades, e o descumprimento da legislação pode, inclusive, gerar sanções e multas”, finaliza a professora universitária.

(FOTO: DIVULGAÇÃO)





# Casa da Fraternidade promove ação em comemoração ao Dia das Crianças em Guanambi

■ BENDA RIOS

jornalismo@jornaldosudoeste.com

Seguindo um dos princípios basilares da Maçonaria, a Fraternidade - laço de união entre os homens, fundado no respeito pela dignidade da pessoa humana e na igualdade de direitos entre todos os seres humanos – a Grande Loja Maçônica Fraternidade Guanambiense, através do Clube da Fraternidade, promoveu no sábado, dia 15, uma ação

voltada para comemorar o Dia das Crianças, que beneficiou crianças dos Residenciais Massaranduba/Aroeiras, na periferia da cidade. Entre organizadores, pais e crianças em situação de vulnerabilidade social atendidas na ação, que além da distribuição de brinquedos e brindes, ofereceu um café da manhã, participaram do evento cerca de setecentas pessoas.

A presidente da Casa da Fraternidade, empresária Juliana Fernandes de Lelis, reforçou o caráter social da iniciativa, que teve por objetivo proporcionar um dia de alegria e entretenimento para as crianças, além de transmitir solidariedade para a sociedade, cultivar o amor ao próximo, estreitar os laços de amizade e respeito e, “incentivar o dom de servir sem esperar nada em troca, através de atos de solidariedade”.

Juliana Fernandes de Lelis apontou ainda que a realização do evento atende a um dos princípios do Clube da Fraternidade, que busca desenvolver ações que contribuam para tornar a sociedade melhor. No final, reforçou a presidente do Clube da Fraternidade, “quem ganha somos nós, que saímos felizes por ter tido a oportunidade e a satisfação de doar um pouco do nosso tempo para tornar feliz o dia de muitas crianças”.

O Venerável Mestre da Loja Maçônica Fraternidade Guanambiense, Bruno Baliza Cotrim, pontuou que a iniciativa atende aos princípios que regem a Maçonaria, que tem na realização de ações efetivas de solidariedade, principalmente voltadas para a parcela da sociedade menos favorecida. Segundo o Venerável Mestre, o Dia das Crianças “é uma data especial para os membros da Fraternidade Guanambiense, na qual nos reunimos para promover uma manhã de muitas diversões para meninos carentes de Bairros periféricos da cidade”.



(FOTO. DIVULGAÇÃO)

Sempre é **HORA DE COMBATER** a Dengue

**FAÇA SUA PARTE**

**Jornal do Sudoeste**  
Apoia essa campanha.



## A Prefeitura de Igaporã e Senac entregam Certificados de conclusão de Cursos Profissionalizantes

■ LUCIMAR ALMEIDA DA SILVA  
lucimaralmeidajs@gmail.com

O mercado da beleza é um dos mais aquecidos do país, por esse motivo a busca por vagas na área se tornou bastante competitiva. O cuidado com os cabelos, as mãos e os pés que fazem da vida das pessoas desde as sociedades mais antigas, vem ganhando mais atenção atualmente. Manter os cabelos bonitos e saudáveis, as unhas sempre bem-feitas, cuidadas e com boa aparência tem sido uma das prioridades da maioria das mulheres e dos homens modernos. E para atender ao público, cada vez mais exigente, o mercado de beleza cada vez mais pede profissionais capacitados.

Consciente desta realidade, a Prefeitura Municipal de Igaporã, através da Secretaria Municipal de Assistência Social, no âmbito das políticas públicas de geração de empregos e renda e reinserção no mercado de trabalho da parcela de pessoas em si-

tuação de vulnerabilidade socioeconômica, formalizou parceria com o Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (Senac)/Regional Bahia para qualificação de jovens e adultos para o empreendedorismo ou a inserção no mercado de trabalho.

A proposta, conforme o prefeito Newton Francisco – Neto – Neves Cotrim (PT), tem por objetivo reforçar papel fundamental do Poder Público Municipal para ajudar a mudar a realidade de uma expressiva parcela da população que engrossa os indicadores de situação de vulnerabilidade e que, por falta de qualificação, estão fora do mercado de trabalho. “Nossa proposta é assegurar a oportunidade a população mais carente de se qualificar através de diversos Cursos e Oficinas de Qualificação para que possam empreender ou entrar no mercado de trabalho”, apontou o gestor.

No último dia 15, a Prefeitura Municipal de Igaporã, através da Secretaria Municipal de Assistência Social, e o Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (Senac)/Regional Bahia, promoveram o ato de certificação das 22 mulheres que concluíram os Cursos de Atualização de Corte e Escova, Manicure e Pedicure iniciado em setembro último, realizados no Espaço de Curso do Bairro Alto do Cruzeiro. Durante a formação, as alunas participantes aprenderam, entre outros, procedimentos técnicos de tintura, escova progressiva, penteados e coloração capilar; de higienização, remoção de esmaltes, cutiletagem, hidratação, esmaltação e decoração de unhas. Com a conclusão dos Cursos e certificação, elas poderão trabalhar em Salões de Beleza ou abrir o próprio negócio.

A secretária municipal de Assistência Social de Igaporã, Ediana Pereira de Oliveira, destacou o apoio que o prefeito Newton Francisco – Neto Neves Cotrim tem emprestado ao Projeto e o empenho da equipe da pasta e do Senac para a realização dos Cursos, que reforçou, é um importante investimento da Administração Municipal no futuro e na melhoria da qualidade de vida das beneficiárias, que ganham uma nova e promissora alternativa para inserção no mercado de trabalho.



(FOTO: ASCOM/PMI)

Vinte e duas alunas dos Cursos Profissionalizantes de Atualização de Corte e Escova, Manicure e Pedicure foram certificadas pela Prefeitura Municipal de Igaporã e Senac/Regional Bahia.



# Ó, Bendito Que Semeia Livros..."

■ JOSÉ WALTER PIRES

**E**stou na Praça Coronel Zeca Leite, mais precisamente ao lado do anfiteatro, onde se instalou uma "Feira Popular de Livros", dos mais diversos autores, desde os grandes filósofos, antigos e modernos, livros científicos, literatura brasileira e estrangeira, romances, poesias, além de fartos produtos infantis, a exemplo das mega livrarias, que não deixo de visitar nas idas a Salvador. Isso se deu há quase um mês, para a visita pública e, naturalmente, compras ao gosto de cada um, desde os mais diversos (não tantos) e exigentes leitores.

Estava viajando e só retornei nesta semana, quando me deparei com esta novidade, em Brumado, cidade não afeita a esse tipo de evento aqui na praça, que fervilha de frequentadores em outros momentos. Con-

fesso o meu êxtase! Assim, logo após de acomodar as bagagens e descansar um pouco da longa viagem, dirigi-me à Feira, para acariciar, isso mesmo, aquela fartura de livros, sentindo o seu cheiro, tocando nas texturas, folheando alguns, lendo orelhas de outros, enfim embevecido. Livros me proporcionam este estado d'alma. Mas só isso não me deixava satisfeito. Eu estava muito aborrecido com as notícias de uma Bienal do Livro, em Salvador, no novo Centro de Convenções construído, pelo seu ex-prefeito, ACM Neto, às portas de uma derrota política por um ilustre desconhecido da Administração Estadual. Todos vamos experimentar o resultado das manobras políticas costumeiras. O que comento apenas pelas minhas expectativas.



(FOTOS: DIVULGAÇÃO)

Pois bem: conversei com os responsáveis e me identifiquei, solicitando-lhes um espaço para exposição dos meus livros e cordéis. Foram solícitos e me instalei entre os famosos autores naquela montanha de livros expostos.

Vendi alguma coisa. Pouco mesmo. Mas indiquei livros à compra aos indecisos, sem impor os meus, claro. Afinal de contas, a minha relação com livros sempre foi

muito grande. As Bibliotecas sempre foram um lugar de constante frequência. Sei como comprar um bom livro, caso me seja desconhecido o autor. Senti-me feliz com isso. Ali permaneci, sob enlevo, por várias horas, conversando com os visitantes, reencontrando ex-alunos, já avós e bisavós, que se lembraram das minhas peripécias pedagógicas e o meu tipo envolvente das aulas, ainda que nos últimos horários da noite.





Entretanto, não me encontrei com pessoas envolvidas com a Cultura local ou que produzem literatura. Gostaria de ter conversado. Discutir perspectivas ou projetos futuros. Durante a pandemia fiz várias participações virtuais ou lives, que me foram pagas. Muitas cidades fizeram isso com recursos da Lei Aldir Blanc. Isso deverá continuar.

Ainda tomei a iniciativa de propor a criação de uma semana específica, promovida pelo município e a participação da comunidade artística brumadense e outros

setores. Para tanto fiz contato com o responsável pela exposição atual, sem custos, como faz pelas diversas cidades interioranas.

Admirável empreendimento.

Mas imaginem: como transportar tantos livros, em caminhões fretados, como vão fazer amanhã, pagando R\$ 1.800,00 reais, até Bom Jesus da Lapa, para onde irão. Mas não quis entrar nesse mérito com eles.

“Quem não tem competência, não se escabece”, diz o provérbio.

Finalmente, gostei do que fiz e dos contatos mantidos sobretudo com ex-alunos e crianças com as quais trabalhei na Monteiro Lobato. Falei-lhes sobre as minhas obras e da importância dos livros e da leitura.

Enfim, estou de alma lavada e satisfeito.





## ARTIGO



\*VICTOR DE ALMEIDA MOREIRA É ENGENHEIRO DE PRODUÇÃO, COM MBA EM ENGENHARIA DE CUSTOS, GESTOR DE PROJETOS DA MINERAÇÃO RIO DO NORTE (MRN), A MAIOR MINERADORA DE BAUXITA DO PAÍS, E AUTOR DO LIVRO (AUTO) LIDERANÇA ANTIFRÁGIL, PUBLICADO PELA EDITORA GENTE.

POR VICTOR DE ALMEIDA MOREIRA

## A MATÉRIA-PRIMA MAIS PRECIOSA DA HUMANIDADE

Sabia que você é um sistema produtivo? As coisas que você faz nessa vida, como trata as pessoas, como trabalha, como resolve problemas... Tudo isso são os produtos que você gera, e são esses produtos que definem o seu destino, que constroem o seu sucesso.

E assim como toda estrutura de produção, você só terá bons resultados inserindo, em sua vivência, os elementos certos por meio de um processo de qualidade.

Explico. Como engenheiro de produção, um dos princípios que logo ficou claro para mim, é que para se criar um produto de qualidade, em qualquer sistema produtivo, é necessário atender a dois principais requisitos: 1) ter uma matéria-prima de qualidade; e 2) ter um processo de qualidade.

Matéria-prima e processo. Veja. Inserir uma matéria-prima de qualidade em um processo desajustado, vai gerar produtos ruins. Da mesma forma, por melhor que seja o processo, sem uma matéria-prima boa, não é possível ter qualidade nos resultados.

Em nossa vida não é diferente. Nossas ideias, pensamentos, ações e até mesmo comportamentos, são, em grande parte, fruto dos elementos e conteúdos (matéria-prima) a que somos expostos, e que internalizamos de alguma forma. Ou seja, geramos resultados de acordo com o que consumimos (filmes que assistimos, pessoas que conversamos, ambientes que frequentamos, entre outros).

Diante disso, de todas as matérias-primas a que nos expomos, não há como não destacar uma das mais valiosas de todas: os livros!

A beleza e a importância da leitura sempre devem ser exaltadas. Porque livros são oportunidades de consumir, deliberadamente, conteúdos de altíssima qualidade, de forma organizada e direcionada para nos transformar e nos levar rumo ao que desejamos.

É poderoso. Pense bem! Diversas pessoas de sucesso, personalidades incríveis que passam pelo mundo, estruturam anos de conhecimento, estudos, experiência e aprendizados em um compêndio de páginas bem escritas, com as ideias bem-organizadas e as disponibilizam para quem quiser consumir tudo isso. Uma verdadeira preciosidade! É como sempre costumo dizer: livros são capazes de nos agregar anos de aprendizagem e conhecimento em apenas algumas horas de leitura. Isso é impagável!

É por isso que os livros são uma das matérias-primas mais valiosas que existem para esse sistema de produção que chamamos “ser humano”. Então, antes de qualquer coisa, se quiser evoluir exponencialmente, consuma livros. Mergulhe no denso mar de conteúdos de alta qualidade que os livros guardam, aprenda, absorva, entenda!

Mas, sabendo o poder que os livros possuem sobre nossa evolução, a pergunta que nos vem em seguida é “como desenvolver os processos para otimizar a aplicação dos conteúdos (matéria-prima) de qualidade que escolhermos absorver?”. Isso você pode desenvolver se autoliderando, e isso também se pode aprender por meio de um livro: (Auto)liderança Antifrágil!

A metodologia da (Auto)liderança Antifrágil é sobre aprender a se estruturar para poder escolher deliberadamente como você vai reagir ao que acontece em sua vida, gerando resultados de crescimento contínuo, independente do desafio que o mundo joga em você.

Adote livros como fonte de matéria-prima e processos antifrágeis como forma de praticar o que aprende. Esse é o caminho do seu sucesso!

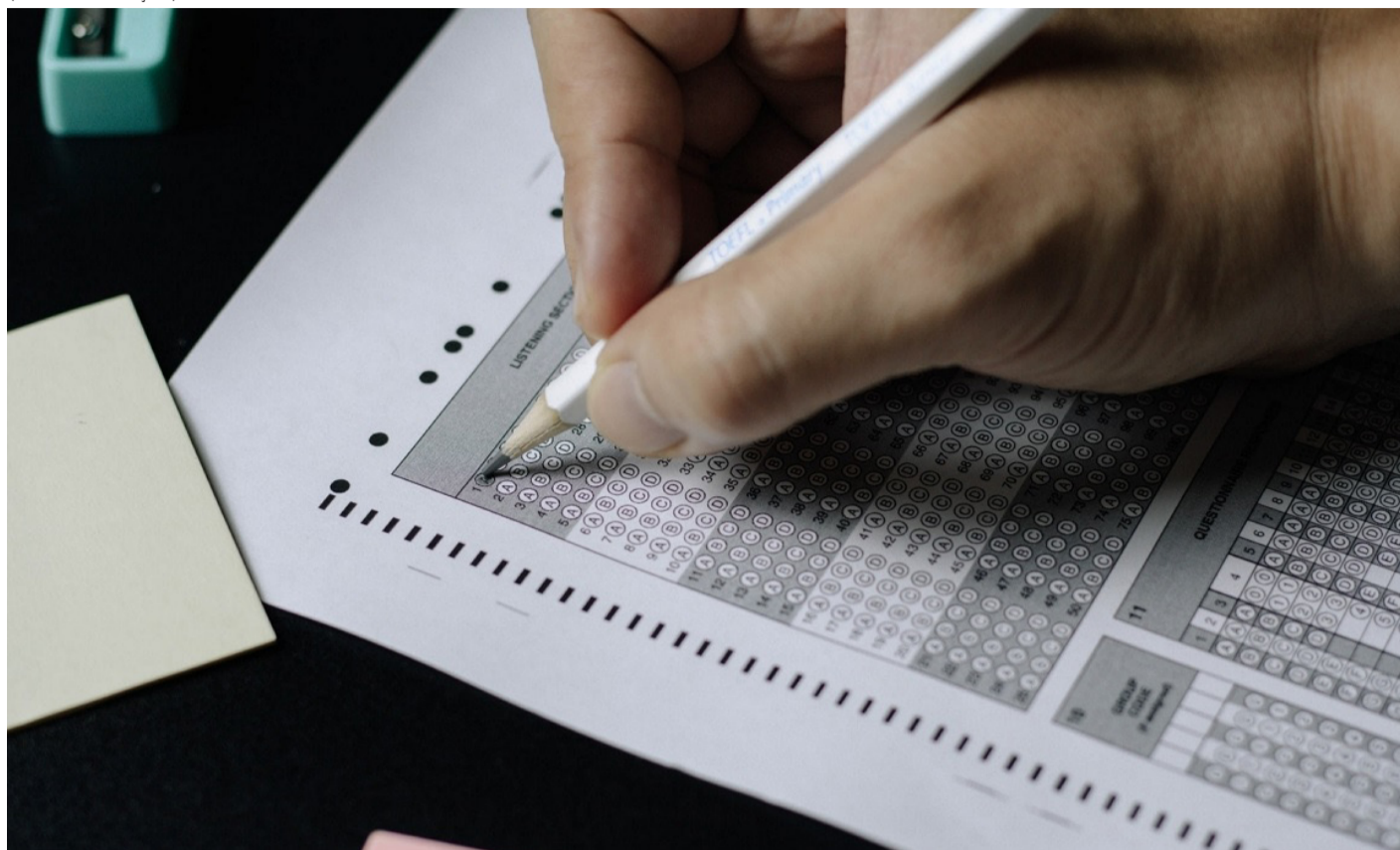


**Mergulhe no denso mar de conteúdos de alta qualidade que os livros guardam, aprenda, absorva, entenda!**





(FOTO: DIVULGAÇÃO)



## Enem 2022: dicas para alcançar nota 1000 na Redação

Um bom resultado no exame do Enem depende muito de entregar um bom texto e para isso é preciso estar atento as exigências cobradas na prova

■ CAROLINE RODRIGUES – ASCOM (P+G COMUNICAÇÃO INTEGRADA)  
caroline@pmaisg.com.br

Faltando menos de 1 mês para o Enem 2022, que será realizado nos dias 13 e 20 de novembro em todo em o Brasil, quem vai prestar o exame esse ano e já vem se preparando sabe que alcançar uma boa nota na Redação é essencial. Para conseguir uma boa avaliação é indispensável estruturar o texto da maneira adequada, seguindo todas as regras especificadas pelo manual de redação do Enem.

Pensando nisso, a equipe de profissionais da startup Kultivi ([www.kultivi.com.br](http://www.kultivi.com.br)), Plataforma online que oferece um Curso Preparatório para o Enem integralmente gratuito, elencou algumas dicas fundamentais para construir uma dissertação clara e bem escrita, dentro das competências que serão consideradas pelos avaliadores. Confira:

**Estrutura do texto:** o Enem exige que o estudante produza de uma dissertação argumentativa, ou seja, é preciso defender um ponto de vista, apresentando fatos, argumentos e questionamentos sobre o tema indicado de forma organizada. O ideal é ler os textos base, elencar ideias e construir um raciocínio lógico, gerando reflexão e abordando as motivações que justificam a opinião exposta no texto e acompanhando a seguinte estrutura: introdução, desenvolvimento e conclusão. “Lembrando que o Enem exige uma proposta que respeite os direitos humanos. Sendo assim, é imprescindível argumentar respeitando essa diretriz, em caso contrário a nota da redação será zero”, comenta Bárbara da Silva, professora de Redação da Kultivi.

**Introdução:** é na introdução

que o autor do texto apresenta as questões que serão debatidas a seguir, é onde o tema da Redação é contextualizado mostrando a importância da discussão. Essas informações devem estar presentes no primeiro parágrafo. “A dica aqui é ser criativo e instigar a curiosidade do leitor para que ele se envolva com a temática e queira prosseguir com a leitura. Uma boa maneira para isso é relacionar espontaneamente o tema com algum aspecto social e com a relevância disso na vida das pessoas, já apresentando a linha de raciocínio que será desenvolvida”, destaca a professora.

**Desenvolvimento:** os parágrafos devem estar interligados para que não haja desconexão de ideias. Ainda assim é preciso que ele seja claro e objetivo o suficiente para fazer sentido se lido sepa-

radamente dos outros. Para isso, a retomada de ideias é uma boa alternativa no desenvolvimento, que também é importante para não “fugir” do tema durante a argumentação. “É nesse parágrafo que as razões e motivações devem ser listados de forma mais intensa, explorando os fatos para justificar a posição do autor. Se a proposta apresentar mais de um aspecto para a discussão o ideal é dividir em parágrafos diferentes para que o tema não seja abordado de forma superficial e a leitura se torne confusa”, explica a especialista.

**Conclusão:** aqui o estudante deve finalizar o texto de maneira clara, simples e coerente, retomando informações expostas na introdução e no desenvolvimento e apresentando a proposta de intervenção se atentando a progressão textual, ou seja, a divisão equilibrada entre as estruturas de introdução e desenvolvimento até chegar ao encerramento da ideia.

Para completar, é fundamental que o estudante tenha conhecimento não só da estrutura da dissertação, mas também sobre os tópicos que serão avaliados no texto. As competências exigidas na avaliação do Enem são as seguintes: Demonstrar domínio da modalidade escrita formal da Língua Portuguesa, considerando o novo acordo ortográfico; Compreender a proposta de redação e aplicar conceitos das várias áreas de conhecimento para desenvolver o tema, dentro dos limites estruturais do texto dissertativo-argumentativo; Selecionar, relacionar, organizar e interpretar informações, fatos, opiniões e argumentos em defesa de um ponto de vista e demonstrar conhecimento dos mecanismos linguísticos necessários para a construção da argumentação. “Por fim, a dica é ler os textos motivadores para ter certeza de que seguiu o tema e passar o rascunho a limpo prestando atenção nas conjunções, pontuação, erros ortográficos, repetição, concordância e, principalmente, na coesão e coerência entre as partes do texto e o tema”, completa Bárbara da Silva.



# RELATÓRIO REVELA SUCATEAMENTO DA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS NO BRASIL

Queda drástica de investimentos derrubou número de matrículas e de escolas públicas que ofertam a modalidade de ensino, aponta levantamento encomendado pelo Movimento Pela Base

■ **JOÃO VITOR RUVOLO – ASCOM (AGÊNCIA 2PRO COMUNICAÇÃO)**  
joao.ruvolo@2pro.com.br

A EJA (Educação de Jovens e Adultos) vem sendo sucateada ao longo da última década. A queda drástica de investimentos no período tem causado reflexo direto no número de matrículas e de Escolas Públicas que ofertam essa modalidade de Ensino. Além disso, desde 2012 o Governo Federal descumpra a Constituição ao esvaziar o Programa Nacional de Livros Didáticos para a Alfabetização desses brasileiros.

Essas são algumas conclusões do relatório “Em busca de saídas para a crise das políticas públicas de EJA” (<https://observatorio.movimentopelabase.org.br/wp-content/uploads/2022/10/dossieaja.pdf>), coordenado pelo Cenpec (Centro de Estudos e Pesquisas em Educação, Cultura e Ação Comunitária) em parceria com a Ação Educativa e o Instituto Paulo Freire. O trabalho foi encomendado pelo Movimento Pela Base, rede não governamental e apartidária que monitora a implementação da BNCC (Base Nacional Comum Curricular) e do Novo Ensino Médio.

O levantamento utiliza dados atualizados de órgãos oficiais, como o Siop (Sistema Integrado de Planejamento e Orçamento), o Ministério da Educação e o Inep (Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira) para fazer um Raio-X do problema e propor soluções.

Os dados apontam forte queda de investimentos na área: os recursos federais destinados à EJAs no Brasil caíram de quase R\$ 1,5 bilhão em 2012 para R\$ 38,9 milhões em 2022. O valor atual equivale a cerca de 3% do montante de dez anos atrás.

“Além da redução do investimento, ocorreu uma mudança importante no destino dos recursos”, afirma Alice Ribeiro, Diretora de articulação do Movimento Pela Base. “Deixou-se de investir no ProJovem (focado em estudantes entre 18 e 29 anos), no Programa Brasil Alfabetizado (para combater o analfabetismo de adultos) e quase nada foi destinado à EJA Escolar.”

Alice Ribeiro,  
Diretora de  
articulação do  
Movimento Pela  
Base.



(FOTO: DIVULGAÇÃO)

Em compensação, explica Alice, o Governo passou, a partir de 2018, a investir no Encceja (Exame Nacional para Certificação de Competências de Jovens e Adultos). “Em 2018, foram R\$ 117,6 milhões para o Encceja e apenas R\$ 24,6 milhões para o EJA. Tal quadro mostra que o Governo Federal apostou muito mais na via da oferta dos exames como política pública para a EJA do que na indução da ampliação da oferta pelos Estados e municípios, causando o encolhimento do número de matrículas.”

De acordo com o Relatório, as matrículas de jovens e adultos passaram de 4,08 milhões em 2011 para 2,9 milhões em 2021, uma redução de 27%. No Estado de Rondônia, por exemplo, a queda de matrículas chegou a 73%.

O número de Escolas Públicas que ofertam a EJA caiu 29%, de 38.769 Unidades em 2010 para 27.472 em 2021. Já o número de Escolas Privadas teve leve variação positiva no mesmo período: de 1.673 para 1.770.



## Material didático

O documento destaca ainda o processo de esvaziamento do PNLA (Programa Nacional do Livro Didático para a Alfabetização de Jovens e Adultos), criado por meio da Resolução nº. 18/2007, que foi ampliado e incorporado ao PNLD EJA (Programa Nacional do Livro Didático para a Educação de Jovens e Adultos).

“Deveríamos ter editais para compra de livros do PNLD EJA em 2011, 2014, 2017, 2020 e 2023. Entretanto, o último Edital foi divulgado em 2013, para utilização em 2014 com as reposições nos anos de 2015 e 2016. Não houve depois de 2017 novas reposições de livros com base no PNLD EJA 2014. E em 2022 deveria ter sido lançado novo Edital de Convocação das Editoras, o que ainda não ocorreu”, lamenta Alice.

Com a defasagem do PNLD EJA, uma das conclusões do levantamento é que o Ministério da Educação e o FNDE (Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação) “vêm descumprindo inequivocamente” a Constituição Federal, a LDB e o PNLD EJA, entre outras normas.

## Soluções

O documento pede o fim do desmonte das políticas públicas de EJA, com a retomada do papel ativo do Governo Federal e efetivo financiamento da modalidade, por meio de Fundos de Educação, além da revisão de suas diretrizes nacionais curriculares.

Para o PNLD EJA, o levantamento mostra a necessidade da elaboração de um novo Edital, com critérios e diretrizes específicos para a modalidade, em diálogo com as diferentes formas de organização da EJA no país (incluindo as Escolas do Campo, as que atendem a populações indígenas, quilombolas e ribeirinhas, bem como pessoas com deficiência, privadas de liberdade, imigrantes e refugiados). “Tal documento precisa considerar a BNCC como uma de suas referências, porém, deve estar aberto a outros parâmetros que respondam às especificidades de seus sujeitos e de seus modos de organização”, diz Alice.

## SAIBA+

### Sobre o Movimento Pela Base

O Movimento Pela Base é uma rede não governamental e apartidária de pessoas e instituições que desde 2013 se dedica a apoiar a construção e implementação de qualidade da BNCC e do Novo Ensino Médio. Sua missão é trabalhar em parceria para garantir os direitos de aprendizagem e desenvolvimento de todas as crianças e jovens brasileiros.



Rua Cel. Tibério Meira, 188 - 1º Andar - Sala 101  
Edf. João A. Lacerda - Centro - CEP: 46100-000  
E-mail: marlito@marlitocontabilidade.com.br

www.marlitocontabilidade.com.br  
Brumado - Bahia  
Telefax: (77) 3441-3033



# Governador do Estado recebe reivindicações de empreendedores de Vitória da Conquista

■ ANNA BARBARA ALMEIDA  
jornalismo@jornaldosudoeste.com

**D**urante a visita a Vitória da Conquista, na sexta-feira (14), o governador Rui Costa dos Santos (PT) recebeu uma pauta de reivindicações de empreendedores atacadistas do segmento hortifrutigranjeiros, representados por Diretores da Associação dos Comerciantes Atacadistas de Hortifrutigranjeiros do Cesa da Juracy Magalhães (Acatace).



Ronaldo Carvalho de Oliveira e Mabel Nunes Pinto de Oliveira destacaram as ações desenvolvidas pela Acatace na conversa com o governador Rui Costa dos Santos (PT).

No encontro, os Diretores da Acatace apresentaram as reivindicações da categoria e as principais demandas dos agricultores familiares, além de relatar ao governador as potencialidades, os desafios enfrentados diariamente e os projetos da Diretoria da Entidade que representam mais de cinco mil famílias de pequenos empreendedores da agricultura familiar e de serviços, envolvidos no fornecimento e abastecimento de Supermercados, Quitandas e Barracas de Feiras Livres em Vitória da Conquista e na microrregião do Sudoeste da Bahia e Norte de Minas Gerais.

Segundo os Diretores da Associação dos Comerciantes Atacadistas de Hortifrutigranjeiros do Cesa da Juracy Magalhães (Acatace), o governador se sensibilizou com o que ouviu e destacou que o Estado não pode deixar de dar atenção a setores da Agricultura Familiar, como o que envolve as ações da Entidade, responsáveis pela geração de empregos, renda e fomento da economia. Rui Costa teria, segundo os Diretores da Acatace, se comprometido a ampliar as ações e investimentos desenvolvidos pelo Estado na Agricultura Familiar e no apoio e incentivo ao empreendedorismo. “Um empreendimento desse nível e que gera tantos empregos diretos e indiretos, movimentando a agricultura familiar de pequeno e médio porte merecem a atenção do poder público e Governo do Estado”, ponderou o governador.



A Microempreendedora Individual e Diretora da Associação dos Comerciantes Atacadistas de Hortifrutigranjeiros do Ceasa da Juracy Magalhães (Acatace), Mabel Nunes Pinto de Oliveira, avaliou positivamente o encontro com o governador Rui Costa. Segundo ela, a conversa com o governador do Estado foi produtiva e restou a expectativa que as demandas apresentadas serão tratadas como prioridades pelo Governo do Estado. “Saímos ainda mais fortalecidos do encontro com o governador e com a certeza de que estamos no caminho certo”, ponderou a Diretora Mabel Nunes Pinto de Oliveira.

O presidente da Associação dos Comerciantes Atacadistas de Hortifrutigranjeiros do Ceasa da Juracy Magalhães (Acatace), Ronaldo Carvalho de Oliveira, destacou que a Entidade tem desenvolvido um importante trabalho social em Vitória da Conquista, assistindo Igrejas, Centros de Recuperação – referenciados no combate, prevenção e tratamento de doenças relacionadas ao uso desenfreado de drogas ilícitas e lícitas – Asilos e Creches, entre outras Entidades Filantrópicas e Sociais do município.

**Microempreendedora Individual e Diretora da Associação dos Comerciantes Atacadistas de Hortifrutigranjeiros do Ceasa da Juracy Magalhães (Acatace), Mabel Nunes Pinto de Oliveira.**



**Diretores da Acatace e empreendedores com o governador Rui Costa.**

Participaram do encontro com o governador Rui Costa dos Santos, os Diretores da Acatace Ronaldo Carvalho de Oliveira (Presidente), Gabriel de Cassia Meira Assis (Diretor Jurídico), Mabel Nunes Pinto de Oliveira e Nailton Santos Jardim; os empreendedores Julia Alves Cerqueira e Rivadavia Miranda de Aguiar.

Também acompanharam os Diretores da Associação dos Comerciantes Atacadistas de Hortifrutigranjeiros do Ceasa da Juracy Magalhães, entre outros, o deputado estadual José Raimundo Fontes (PT) e a vereadora conquistense Márcia Viviane de Araújo Sampaio (PT).



# Brumado - Ba

FONTE: WWW.CLIMATEMPO.COM.BR

18 ter

☀️ ↓ 19° ☁️ 0% Sol com algumas nuvens. Não chove.

☁️ ↑ 31°

☾ Madrugada ☀️ Manhã ☀️ Tarde ☾ Noite

<b>TEMPERATURA</b> ↓ 19° ↑ 31°	<b>CHUVA</b> ☁️☁️☁️ 0mm - 0%	<b>VENTO</b> ← ENE - 18km/h	<b>UMIDADE DO AR</b> 💧 32% 🔴 98%
<b>ARCO-ÍRIS</b> Não há probabilidad.	<b>SOL</b> ☀️ 05:18 - 17:45	<b>LUA</b> ☾ Minguante	

# Digital Total

