

ANO NOVO PÁGS. 24 a 26

2024 será o ano da colheita, diz Yalorixá Patrícia de Oyá

FOTO: LARA DALVA RAMOS



SAÚDE GESTACIONAL PÁGS. 06 a 09

Nutrição na Gravidez:
Nutricionista
barrachocense Stéfane do
Prado Vilarin orienta sobre
hábitos saudáveis

SAÚDE MENTAL PÁGS. 14 a 17

“A família precisa lembrar que ela é a primeira referência, que ela é a grande referência de formação do sujeito”, pontua **Psiquiatra conquistense Katiene Rodrigues Menezes de Azevedo**

JS MULHER PÁGS. 31 a 33

O que é ser Mulher?

A partir desta edição, tendo por objetivo ampliar o espaço e a cobertura e refletir sobre

temas de interesse das mulheres – autocuidado, saúde, moda, empreendedorismo, e cultura, entre outros – além de dialogar diretamente com elas, o JS estreia a Editoria JS Mulher

E dentro dessa proposta, nesta primeira edição da JS Mulher, não poderia ser outra a pauta que não abrir espaço para que as mulheres pudessem refletir sobre o que é ser mulher.

E, para responder a essa pergunta (o que é ser Mulher?), cada vez mais presente nos debates relacionados à igualdade de gêneros, nada melhor do que ouvir as próprias protagonistas. Porque cada mulher, além de ter sua própria essência, que é resultado de suas escolhas e ideais, tem suas particularidades, o JS foi às ruas e ouviu mulheres de diferentes perfis e áreas de atuação para compartilhar suas próprias visões sobre o que é ser mulher.

CIDADES – MEIO AMBIENTE PÁGS. 03 e 04

Prefeitos da região falam das expectativas para 2024



FOTO: REPRODUÇÃO



FOTO: DIVULGAÇÃO



FOTO: ASCOM/PMC



FOTO: ASCOM/PMI

O DEBOCHE DA TROCA DE FAVORES

POR: ANTÔNIO LUIZ

editor@jornaldosudoeste.com

Os políticos brasileiros, especificamente os que conseguem ascender ao cargo mais alto da estrutura administrativa do país, graças à vontade expressa pela maioria da população, ressalte-se, podem ser acusados de tudo – abuso do poder, corrupção, etc – nunca de ingratidão ou deslealdade com seus iguais que, de alguma forma contribuíram para que seus projetos pessoais ou de seus apauados e da súa que os cercam, deixem de ser recompensados, às custas do erário, evidentemente.

Não poupam, no entanto, aqueles outros que, por compromisso com a ética e a decência, ou mesmo com suas consciências, não se curvaram aos seus caprichos. Como bem definiu, na desditosa reunião ministerial realizada no Palácio do Planalto em 22 de abril de 2020, em que ficou evidenciado a inaptidão do então presidente da República Jair Messias Bolsonaro para o cargo que ocupava e, mais ainda, seu desprezo pela probidade e pelo cumprimento dos preceitos previstos na Constituição Federal, quando estabeleceu como critério para compor seu ministério (assim como tem sido tradição no Brasil) a lealdade acima da legalidade.

Quando afirmou que não admitiria que seus familiares (leia-se filhos) e amigos, envolvidos em ações lesivas ao erário fossem alcançados por investigações que naturalmente serviriam para fundamentar ações judiciais e suas consequências, antes, demitiria o ministro (“Eu não vou esperar f... a minha família toda, meus amigos, para trocar segurança, chefia de segurança ou ministro), reforçou a tese do “é dando que se recebe” e deixou claro que o convite feito (e aceito) ao ex-juiz federal Sérgio Fernando Moro, para que assumisse o Ministério da Justiça e Segurança Pública para ser, mais à frente, indicado para ocupar uma vaga a ser aberta no Supremo Tribunal Federal, havia “subido no telhado”. E, como de fato ocorreu. Sérgio Moro poucos dias depois antecipou-se à inevitável exoneração e deu adeus ao sonho de chegar à Suprema Corte. E como deslealdade no dicionário dos políticos deve ser tratada como uma declaração de guerra, o ex-juiz, embora eleito Senador da República, caiu em desgraça e, além de ter suas decisões anuladas na Suprema Corte, continua exercendo o mandato graças à morosidade da Justiça, uma vez que sua cassação pela Justiça Eleitoral depende apenas de formalidades.

A bem da verdade, o ex-presidente apenas repetiu, no caso do ex-juiz e hoje Senador Sérgio Moro, o que todos os seus antecessores fariam. Em alguns casos até fizeram. Estes, apenas, foram mais inteligentes e não se expuseram publicamente a infâmia.

Importante ressaltar também que essa disposição para reconhecer e agradecer pelos “favores” ou pela subserviência cega ou mesmo omissão delituosa, não tem ideologia. Os políticos, que se autointitulam de esquerda, de direita e de centro, com o fito único de arregimentar o formidável exército de seguidores, todos, ou quase todos, que não se preocupam em filtrar as ações para realmente ter clareza do perfil daquele que escolheu para líder, não necessariamente agem de acordo com os princípios que pregam nos palanques, sejam nas praças públicas, nos eventos oficiais ou privados, velórios, Templos Religiosos, até mesmo, a maioria das vezes sem dar muita publicidade, nos Terreiros de Candomblé e Umbanda.

Desde que o país reconquistou sua democracia, embora seja cada dia maior o número de idiotas (e eles, já dizia Nelson Rodrigues, são muitos) que cultuam e pregam a volta da ditadura, muitos deles, inclusive, invocando, até mesmo o nome de Deus, trinta e oito anos atrás, todos os políticos que foram eleitos presidente da República, mantiveram a tradição de reconhecer e agradecer publicamente, oferecendo cargos e vantagens financiados pelo erário, a seus benfeitores e representantes da escória política que não se constrangeram com a própria biografia para agradar o chefe.

Foi assim, apenas para lembrar as indicações para a Suprema Corte da Justiça Brasileira, com Gilmar Mendes, agraciado pelo presidente Fernando Henrique Cardoso, depois de destacar-se como advogado do ex-presidente Fernando Collor de Mello no processo de impeachment, em 1992 e ocupar, entre 1995 e 2003, os cargos de Assessor Jurídico do Ministério da Justiça, Consultor Jurídico da Secretaria Geral da Presidência da República e Advogado Geral da União – todos nos Governos Fernando Henrique Cardoso – quando prestou “relevantes serviços”, principalmente para o chefe do Executivo, contribuindo para que não avançassem investigações sobre as evidências das negociatas que culminaram com a aprovação da Proposta de Emenda Constitucional que instituiu, a partir de então, a possibilidade de reeleição para quem ocupava cargos no Poder Executivo em todos os níveis de Governo.

Foi assim, também, mais recentemente, na gestão do ex-presidente Jair Messias Bolsonaro (PL), com a indicação do então Desembargador Kássio Nunes Marques, apadrinhado pelo advogado do presidente, o suspeitíssimo Frederick Wassef, e por ninguém menos que o filho 01 do ex-mandatário, Senador da República Flávio Bolsonaro, de tantas transações suspeitíssimas. Foi também, com a indicação por Jair Bolsonaro, do “terrivelmente evangélico”, entregue como um troféu para mercadores da fé, entre eles Silas Malafaia, RR Soares, Apóstolo Valdemiro e Edir Macedo, além dos parlamentares que se escondem atrás da Bíblia para fartar-se das verbas públicas.

E, para manter o princípio do “é dando que se recebe”, na atual gestão, o descondenado Luiz Inácio Lula da Silva (PT), colocou na Suprema Corte seu advogado e homem de confiança Cristiano Zanin Martins, além do seu ex-ministro de Estado da Justiça e da Segurança Pública, Flávio Dino, importante peça no primeiro ano do Governo, que com seu notável saber jurídico travou embates e calou a oposição, inibindo muitas ações que poderiam ser desastrosas para o presidente.

Não satisfeito, o ex-detento não se constrangeu em escolher, em meio a uma longa lista de pretendentes, o nome do ex-ministro do Supremo Tribunal Federal, Enrico Ricardo Lewandowski, coincidentemente por ele indicado para atender a um pedido da mãe, amiga íntima da então ex-primeira-dama Marisa Leticia, que na Corte Suprema, na defesa intransigente do petista e seus apauados, em diversas oportunidades chegou a afrontar a Constituição Federal que, em tese, deveria defender. Como no caso da cassação do mandato da ex-presidente Dilma Vana Rousseff, quando na condição de presidente da Suprema Corte presidiu a Sessão do Senado da República que deliberou pelo impeachment da petista, e despuadoradamente apagou parte do texto do Artigo 52, mantendo os direitos políticos da presidente cassada.

Não há que se discutir os conhecimentos jurídicos, para o bem ou para o mal, do futuro titular da pasta da Justiça e da Segurança Pública, Enrico Ricardo Lewandowski. Discute-se, além dos aspectos políticos partidários envolvidos e da inevitável anulação do que resta das robustas provas colhidas no âmbito da Operação Lava Jato, que embora possam ter sido contaminadas por vícios processuais, são reais e demonstram de forma inequívoca as ações e achaques perpetrados ao erário pela horda de políticos e empresários malfetores, todos ou quase todos com os processos anulados e tentando vender a ideia de que são inocentes, a certeza de que o que mais teria pesado para que a indicação fosse formalizada foi o pagamento, a premiação, pelo que Ricardo Lewandowski, enquanto ministro da Corte Suprema da Justiça, fez por Luiz Inácio Lula da Silva e muitos da sucia que o idolatra.

Há, ainda os precedentes de decisões do então ministro da Corte Suprema, Ricardo Lewandowski, que já são usadas pelas defesas de empresários que foram flagrados pela Lava Jato extorquindo o erário, como os irmãos Wesley e Joesly Batista, da JBS, também clientes do seu Escritório no pós aposentadoria do Supremo Tribunal Federal, cuja defesa conta ainda com a consorte (bota com sorte nisso) do “amigo do meu pai”, como foi identificado pelo empreiteiro-delator Marcelo Odebrecht o ministro José Antônio Dias Tofoli.

Resta evidente, impossível ignorar, que além de demonstrar sua gratidão ao ex-ministro da Suprema Corte que se desdobrou para ser fiel aos seus interesses, Luiz Inácio Lula da Silva sinaliza positivamente para a impunidade ao colocar em um cargo estratégico para o combate à criminalidade, inclusive a que tem como protagonistas os políticos, acenando para formatação de uma sintonia fina entre o Gabinete do 3º andar do Palácio do Planalto, onde despacha o presidente da República, e a maioria dos membros da Suprema Corte, em tese, sublinhe-se, a guardião da legalidade, alguém que tem não só intimidade com a Corte, mas, sobretudo, com seus membros.

Pena que o futuro titular da pasta da Justiça e da Segurança Pública não tenha tido a grandeza que se exige de um homem público que ocupou o cargo de ministro do Supremo Tribunal Federal para, ou declinar do convite, ou desde já, antes mesmo de ser provocado, declarar sua suspeição e pedir a anulação das decisões que tomou em benefício de Luiz Inácio Lula da Silva e outros delinquentes de alto coturno da política e do empresariado, assim como fez quando o ex-juiz Sérgio Moro aceitou compor a equipe de Governo do adorador de torturadores, rachadinhas e milicianos, Jair Bolsonaro, restabelecendo, dessa forma, a decência ao reconhecer que, ainda que supostamente afrontando normas processuais, as provas juntadas são inquestionáveis.

E evitando que futuras investigações, quando identificar afrontas à legalidade praticada por políticos e empresários de alto coturno possam prosseguir e seus autores possam vir a ser, assim como são os cidadãos comuns quando cometem crimes, punidos com os rigores da Lei e nas mesmas condições desumanas às quais são submetidos pelo aparelho estatal.

Agência Sudoeste – Jornalismo, Assessoria e Pesquisas Ltda
Cnpj: 36.607.622/0001-20
LM Sudoeste Comunicação Ltda
Cnpj: 11.535.761/0001-64
Publicado desde 1998

Conselho Editorial
 Antônio Luiz da Silva
 Antônio Novais Torres
 Leonardo Santos

Editor-Chefe/Coordenador de Redação
 Antônio Luiz da Silva
 (77) 99838-6283
 (77) 991196080
 editor@jornaldosudoeste.com

Redatora-Chefe Adjunta
 Gabriela Oliveira de Jesus
 (77) 98816-6680
 jornalismo@jornaldosudoeste.com

Gabriela Costa Matias
 (77) 99997-5679
 jornalismo@jornaldosudoeste.com
Reportagem
 Cássio da Silva Bastos – (77) 99919-1997
 Cassiobastos_45@gmail.com

Evandro dos Santos Braz – (77) 99940-6496
 esbraz@hotmail.com

Lucimar Almeida da Silva – (77) 99195-2858
 lucimaralmeidajs@gmail.com

Social Media
 Mariana Almeida da Costa Silva
 (77) 99857-7493
 socialmedia@jornaldosudoeste.com

Diagramação/Fotografia/Edição de Imagens/arte final
 Evandro Maciel Miranda Miguel
 (77) 99805-3982
 diagramacao@jornaldosudoeste.com

Corrija o JS
 erramos@jornaldosudoeste.com

Departamento Financeiro
 Maria Augusta dos Santos e Silva
 (77) 99838-6265
 augusta.bdo@jornaldosudoeste.com

Administração – Atendimento ao Cliente
 Máira Bernardes Pinto
 (77) 3441-7081
 (77) 99804-5635
 secretaria@jornaldosudoeste.com

Departamento Comercial
 Luciene Pereira Costa – (77) 98804-5661
 Lucilene Pereira Costa – (77) 98809-1255
 Shirley Ribeiro Alves – (77) 98801-3338

Endereço
 Luciene Pereira Costa – (77) 98804-5661
 Lucilene Pereira Costa – (77) 98809-1255
 Shirley Ribeiro Alves – (77) 98801-3338

Redação Telefone
 (77) 3441-7081
 (77) 99872-5389
 E-mail:
 redacao@jornaldosudoeste.com
 jornalismo@jornaldosudoeste.com

Redação Telefone
 (77) 3441-7081
 (77) 99872-5389
 E-mail:
 redacao@jornaldosudoeste.com
 jornalismo@jornaldosudoeste.com

Comercial: Publicidade/Publicidade Legal/Atos Oficiais/Editais
 E-mail: secretaria@jornaldosudoeste.com
 Telefone: (77) 3441-7081 – 99804-5635
 WhatsAAp: (77) 99804-5635
 E-mail: secretaria@jornaldosudoeste.com
 Endereço eletrônico: www.jornaldosudoeste.com

Prefeitos da região falam das expectativas para 2024

DA REDAÇÃO

redacao@jornaldosudoeste.com

O início de um novo ano é sempre marcado por expectativas, projetos para enfrentamento de desafios e propostas de investimentos em novas oportunidades. Para os gestores públicos não é diferente. A chegada do novo ano sempre surge como uma oportunidade para avançar e projetos,

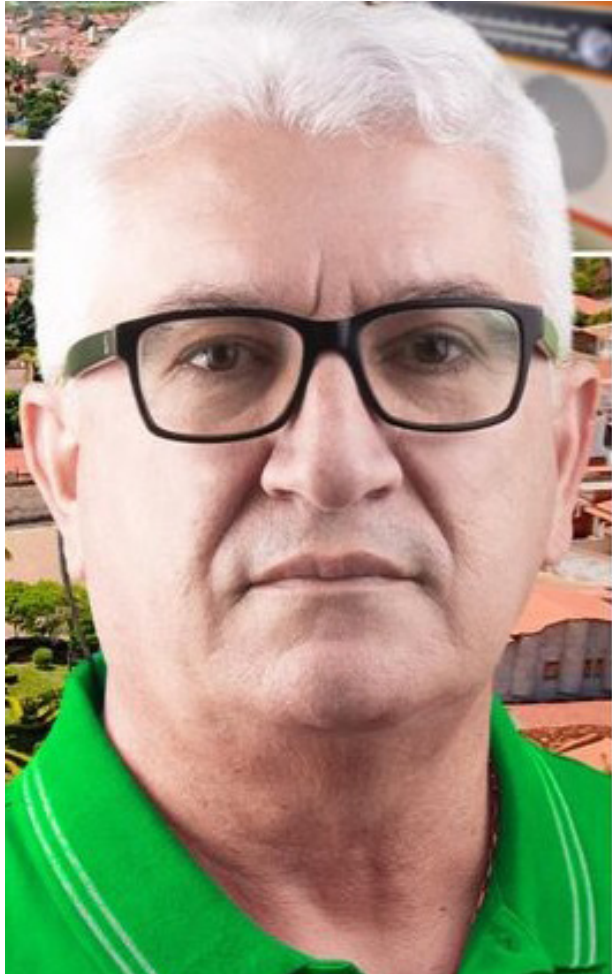
corrigir eventuais equívocos cometidos e, especificamente em anos como 2024, quando já está previsto um encontro dos eleitores com as urnas, projetar ações que atendam às demandas da sociedade e sirvam para pavimentar seus projetos políticos.

Na última semana, a reportagem do JS ouviu

os prefeitos dos municípios de Caetité (Valtécio Neves Aguiar, do PDT), Itambé (José Cândido – Candinho - Rocha Araújo, do PSD), Riacho de Santana (Tito Eugênio Cardoso de Castro, do Progressistas) e Sebastião Laranjeiras (Pedro Antônio Pereira Malheiros, do PSD), que falaram de suas expectativas para 2024.

Confira:

FOTO: REPRODUÇÃO



TITO EUGÊNIO CARDOSO DE CASTRO (PSD) PREFEITO DE RIACHO DE SANTANA:

Para 2024, minhas expectativas são esperançosas, positivas no sentido de poder inaugurar muitas Obras que já estão em andamento e iniciar outras a exemplo da reforma do hospital municipal e Maternidade Amália Coutinho, construção do campo society do Bairro Belém e o asfaltamento da pista dos motoqueiros. É um ano que precisamos trazer as finanças da prefeitura ajustadas devido ao exercício fiscal que termina no dia 31 de dezembro, e temos que ter a responsabilidade de estar atendo a esta questão também, mas esperamos ainda que a arrecadação municipal melhore, pois os municípios sofreram muito em 2023 com a queda da arrecadação.

FOTO: ASCOM/PMC



VALTÉCIO NEVES AGUIAR (PSD) PREFEITO DE CAETITE :

Em 2024, tenho a plena certeza de que Caetité continuará no caminho certo. Seguiremos cuidando da nossa terra com honestidade, transparência e eficiência na gestão.

Não mediremos esforços para melhorar a saúde, com mais investimentos em exames, atendimentos e marcação de consultas. Todos os meus esforços são para ofertar à população serviços de alto padrão, com mais humanização e resultados, garantindo mais qualidade de vida para os moradores de Caetité!

Ampliaremos a atuação na infraestrutura, com mais construções, reformas, recapeamentos asfálticos, pavimentações e instalações. Além disso, continuaremos a gerar emprego e renda para potencializar o desenvolvimento do nosso município.

Iniciamos o novo ano com esperança e muita energia para seguir trilhando o caminho da prosperidade para toda a população de Caetité. A construção de um Novo Tempo acontece há três anos, dia após dia, e em 2024 não será diferente. Seguiremos, juntas e juntos, trabalhando para fazer cada vez mais!

FOTO: ASCOM/PMI



JOSÉ CÂNDIDO - CANDINHO ROCHA ARAÚJO (PSD) PREFEITO DE ITAMBÉ

É com grande satisfação que compartilho com todos vocês as expectativas e metas para o ano de 2024, na condição de prefeito de uma cidade que amo profundamente, Itambé. Ao longo destes anos de gestão, temos trabalhado incansavelmente para fazer de nossa cidade um lugar cada vez melhor para se viver.

Uma das conquistas que me enche de orgulho é a instalação da iluminação pública em 100% em LED, não apenas em Itambé, mas estendendo-se aos Distritos e à Zona Rural. Este investimento moderniza nossa infraestrutura, mas também contribui para a preservação do meio ambiente, reduzindo significativamente o consumo de energia.

Além disso, a pavimentação asfáltica em todos os Bairros representa um compromisso cumprido com todos os cidadãos. Sabemos o quanto uma infraestrutura de qualidade impacta na qualidade de vida da população, facilitando o acesso, valorizando os imóveis e, sobretudo, proporcionando mais dignidade a todos.

Ao longo desses anos, governar Itambé tem sido uma jornada marcada pelo "Compromisso com o Povo". Esse slogan não é apenas uma frase de efeito, mas sim o lema que norteia cada decisão e ação da nossa administração. Estamos aqui para servir, para ouvir e para agir em prol da nossa população. É com alegria no coração que olho para trás e vejo as transformações positivas que conseguimos implementar em nossa cidade. E, com a mesma determinação, olho para frente, pois temos muitos desafios a superar e novos projetos a concretizar. Conto com a confiança de cada cidadão, pois juntos somos mais fortes.

Rogo a Deus para que, sob a intercessão de São Sebastião, nosso padroeiro, tenhamos um ano repleto de saúde, paz e realizações. Que Ele nos conceda sabedoria para superar os desafios e sermos instrumentos de amor e justiça em nossa amada cidade.

Que 2024 seja um ano de mais realizações, prosperidade e, acima de tudo, de fortalecimento dos laços que unem nossa comunidade. Agradeço a todos pelo apoio contínuo e reitero meu compromisso de continuar trabalhando incansavelmente por uma Itambé cada vez melhor.

Nunca foi sorte, sempre foi Deus.

FOTO: DIVULGAÇÃO



PEDRO ANTÔNIO PEREIRA MALHEIROS (PSD) PREFEITO DE SEBASTIÃO LARANJEIRAS

As nossas expectativas sobre as eleições de 2024, primeiro o desejo de que em todo o país, principalmente na Bahia seja mais um momento de fortalecimento da nossa democracia, onde o povo possa escolher bons representantes para o executivo e legislativo municipal.

A nível do nosso município, graças a Deus em função de termos realizado mudanças no paradigma político e administrativo, abrindo a gestão para o povo, dialogando com a câmara, com associações, com lideranças políticas e comunitárias, nos permitindo transformar Sebastião Laranjeiras em um cantiço de obras, articulando parcerias com o governo do estado e federal, nossos deputados, nos credenciou a colocar nossa pré-candidatura à reeleição com apoio do nosso grupo, do nosso vice Nozinho, eu diria atendendo um apelo da população para que tenhamos um novo mandato, para realizar mais, para mais um período completando nosso projeto que deu certo como mostram os índices de aprovação do nosso governo.

Fizemos muito, porém enfrentamos dificuldades, superamos muitos desafios, mas temos muito a fazer.

Nesse contexto é que colocamos nossa pré-candidatura a prefeito para a nossa reeleição.

Mesmo nesse período eleitoral estamos focados em continuar administrando o nosso município para todos, sem discriminação política, mas evidentemente iniciando os entendimentos para que possamos obedecer ao calendário eleitoral, as normas legais que prevê a legislação e viabilizarmos esse nosso projeto de colocar nosso nome para de novo ser apreciado pela nossa gente.

CREDIBILIDADE

Mais que uma conquista
Um voto de confiança que renovamos todos os dias nos últimos
25 anos



Percival Puggina

(76), MEMBRO DA ACADEMIA RIO-GRANDENSE DE LETRAS E CIDADÃO DE PORTO ALEGRE, É ARQUITETO, EMPRESÁRIO, ESCRITOR E TITULAR DO SITE CONSERVADORES E LIBERAIS (PUGGINA.ORG); COLUNISTA DE DEZENAS DE JORNAIS E SITES NO PAÍS. AUTOR DE CRÔNICAS CONTRA O TOTALITARISMO; CUBA, A TRAGÉDIA DA UTOPIA; POMBAS E GAVIÕES; A TOMADA DO BRASIL PELOS MAUS BRASILEIROS. MEMBRO DA ADCE. INTEGRANTE DO GRUPO PENSAR+.

No mundo do faz de conta

As formas de vida que se desenvolvem no ecoambiente do Estado brasileiro se nutrem da crença em suas narrativas, como Lula ensinou a Nicolás Maduro. Quanto maior o número de crentes, melhor a vida no ecoambiente estatal.

A difícil tarefa exige um imenso, oneroso e multiforme aparato, quase do tamanho daquele que afirmavam ter operado em favor do governo Bolsonaro. O fato de tantos haverem acreditado em sua existência demonstra que o aparelho petista é extremamente eficiente, capaz de criar um fato a partir de nada. Dezenas de milhões de brasileiros viveram e vivem num mundo de “faz de conta” onde o ex-presidente, apesar de pouco gastar em publicidade oficial e ter, por isso, toda imprensa contra si, comandaria esse gabinete que ninguém jamais viu. Fazer de conta é o nome do jogo.

Fazem de conta que o comunismo não existe e que as relações de Lula com governos de extrema-esquerda são um delírio da ultradireita fascista. Como consequência, o governo Lula pressiona para entregar o Brasil aos indígenas, desacreditando o direito à propriedade privada, a segurança jurídica e a Constituição vão para as urtigas com a mãozinha dos “progressistas”.

Fazem de conta que os professores têm direito de expressar suas opiniões políticas além da mesa do bar, levando-as para a sala de aula e influenciando os alunos, abusando de sua autoridade porque essa é a melhor parte do aparelho que calcifica a pobreza sem a qual murcham exangues as formas de vida em torno do Estado.

Fazem de conta que Paulo Freire foi um gênio, que não reverenciava tiranos de esquerda em seus livros, que sua pedagogia libertadora realmente liberta, que os dedicados e militantes professores que o têm como referência merecem o apoio das comunidades interessadas no seu desenvolvimento econômico e social. Fazem de conta que o produto do sistema educacional brasileiro não se mede em conhecidos e pífios resultados que decaem ao ponto de derrubar o QI médio da população. O petismo militante em sala de aula emburrece o Brasil. Mas fazem de conta que não.

Fazem de conta que em 8 de janeiro de 2023, um domingo de recesso geral das instituições, na ausência dos objetos da ação golpista e de qualquer liderança conhecida, pessoas desarmadas promoveram uma tentativa de abolição violenta do Estado Democrático de Direito, em sessão única, no período das 15h às 17h. Fazem de conta que a excepcionalidade do momento beatificou todas as exceções ao devido processo e aos direitos individuais no decurso dos últimos meses.

Fazem de conta que a democracia foi salva e permaneceu inabalada em que pesem a surdez à voz das ruas, a omissão do Senado Federal, os maus tratos dedicados à oposição em forma de censura, supressão de direitos, cassação de mandatos e imposição de inelegibilidades.

Fazem de conta que bandido não virou herói e que herói não virou bandido.

Enfim, faça sua lista. E faça de conta que não estão de brincadeira com você.

OBSERVAÇÃO: Os artigos publicados não traduzem a opinião do Jornal do Sudoeste. Sua publicação tem como objetivo estimular o debate de ideias no âmbito político, cultural, científico e social.

Nutrição na Gravidez: Nutricionista orienta sobre hábitos saudáveis

Nutricionista Stéfane do Prado Vilarin alerta sobre as precauções que devem ser aplicadas para impedir os problemas durante a gravidez, e aponta quais são os componentes alimentares deais para uma gestação, parto e pós-parto tranquilos.

GABRIELA COSTA MATIAS

jornalismo@jornaldosudoeste.com

Manter uma rotina com alimentação saudável, favorece resultados positivos por todas as fases da vida. Durante o período gestacional, os cuidados devem ser redobrados para garantir o bem estar da gestante e do bebê. O Ministério da Saúde por meio da Secretária de Atenção Primária à Saúde (SAPS) divulga o Guia Alimentar: Hábitos saudáveis podem evitar complicações durante a gravidez (<https://aps.saude.gov.br/noticia/17979>), que reúne uma série de infor-

mações sobre quais alimentos beneficiam as gestantes, assim como traz o alerta quanto aos componentes que devem ser evitados durante a gravidez.

Evitar o consumo de bebidas adoçadas, como refrigerante, suco de caixinha, suco em pó e refrescos (bebidas ultraprocessadas), além de reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados como hambúrgueres, embutidos, macarrão instantâneo, bolachas salgadas, doces ou recheadas e guloseimas, leva a prevenção

de complicações durante a gestação, como a diabetes gestacional, náuseas e má digestão.

Algumas ações positivas podem contribuir com a melhor digestão durante o período gestacional, como: manter a alimentação regular, sem se envolver em outras atividades, como assistir televisão, mexer no celular ou computador; é essencial comer devagar, com atenção e mastigar mais vezes os alimentos. Essas práticas ajudam na digestão e podem reduzir o desconforto gástrico, como sensação de estufamento e refluxo.

FOTO: GABRIELA COSTA MATIAS



Barrachocense Stéfane do Prado Vilarin - Nutricionista Clínica e Esportiva.

Em entrevista exclusiva ao JS, a Nutricionista Stéfane do Prado Vilarin aponta os cuidados com a alimentação da gestante e o que deve é indicado para reduzir complicações durante esta etapa na vida da mulher.

JORNAL DO SUDOESTE: Qual a importância de uma alimentação saudável e equilibrada durante a gestação?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: A alimentação saudável deve ser mantida em todas as fases da vida, mas na gestação é de suma importância que a gestante tenha uma alimentação saudável, balanceada, para que o crescimento fetal seja garantido de maneira eficiente. Porque a gente quer que o feto cresça de maneira normal, saudável; que a gestante não tenha uma gravidez de risco, uma Diabetes Gestacional e assim ter um parto seguro. Então, é importante que ela venha já tendo os cuidados necessários com a alimentação saudável para no final, até na amamentação mesmo, consiga manter tudo de maneira correta.

JS: Há uma estimativa de quantos quilos a mulher deve engordar durante a gestação?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: Uma mulher saudável pode engordar até doze quilos e meio. E isso vai variar de pessoa para pessoa. Eu não chego aqui e falo 'você tem que engordar doze

quilos e meio e vai ser isso e pronto', muitas mulheres sentem muitos enjoos durante o primeiro trimestre da gravidez, então ela perde muito peso ou já chega com baixo peso e aí acaba engravidando. Então varia de mulher para mulher.

JS: Quais os riscos que a perda ou o excesso de peso pode trazer nesse momento gestacional?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: Se a mulher já chega com baixo peso, é possível que esteja anêmica, com deficiência de vitaminas, então ela já chega apresentando um quadro meio que crítico, para que possamos tratar. Porque na primeira fase da gestação, o crescimento, embora lento, acontece. Então, o embrião está ali e precisa de nutrientes, se a mulher não tem nutrientes para oferecer, se ela está abaixo do peso, se ela não está conseguindo suprir as necessidades (do embrião), o bebê não vai crescer de forma esperada. Por outro lado, se a mulher já tem mais peso, já pode ter um risco de uma Diabetes Gestacional, pode ter um risco de uma Obesidade Fetal.

JS: Existem nutrientes que precisam estar mais presentes na alimentação da mulher durante o período da gestação?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: Existem nutrientes que precisam estar mais presentes, com certeza. A vitamina K, o Ferro, o Zinco, que

a gente faz a suplementação durante a gestação, porque realmente precisa de muita demanda de nutrientes para o crescimento fetal. A vitamina K, é a vitamina que ajuda na corrente sanguínea, então muitas mulheres já fazem o complemento antes mesmo de estarem gestantes, para que na gestação já tenha uma fonte maior e consiga receber todos esses nutrientes de carboidratos, proteína, lipídios, tudo tem que estar em sintonia, para que a mulher consiga oferecer para o feto os nutrientes da maneira correta.

JS: A senhora poderia apontar o que não pode faltar no prato da gestante?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: Muita fibra e muita água, vitaminas, carboidratos de origem integral. Eu não preciso especificar muito o que a gestante tem que comer, porque gosto de trabalhar com o que ela já consome no dia a dia. Geralmente, se uma gestante chega aqui e fala que gosta muito de mandioca, continuamos com a mandioca na dieta. Só ajustamos a questão de valores nutricionais e questões do que não pode realmente consumir porque vai prejudicar na gestação. Mas de maneira geral, seria muito interessante que as gestantes consumam couve, alimentos com ferro, feijão, grão de bico, esses alimentos assim que vão favorecer nas vitaminas e nos minerais que são mais utilizados na gestação.

FOTO: GABRIELA COSTA MATIAS



A Nutricionista Stéfane do Prado Vilarin recomenda que durante a gravidez sejam evitados pela mulher a ingestão de "café, chocolate em grande quantidade, alimentos industrializados ou ricos em sódio".

JS: Existem alimentos que devem ser evitados durante a gravidez?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: Algumas pacientes chegam no consultório e falam 'doutora, o meu sushi, eu gosto muito'. Então os alimentos mal cozidos ou crus, peixes que contenham muita substância de mercúrio, devem ser evitados. No geral, devem ser evitados: café, chocolate em grande quantidade, alimentos industrializados ou ricos em sódio. Então não é interessante que elas consumam.

JS: Qual deve ser, a senhora recomenda, a frequência correta entre refeições da gestante? E da puérpera?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: Depende muito da questão da gestante e da puérpera, por que algumas sentem muita azia, muita má digestão. Não podemos fazer com que ela consuma um volume gástrico muito grande, por isso sugerimos que as refeições sejam fracionadas,

para que sejam menos volumosos e menos espaçadas. Então, o ideal é a gestante e a puérpera consumir pequenas refeições ao longo do dia. Já tem diagnóstico, em que a gestante consegue manter as cinco refeições diárias, seis refeições diárias. Então, no básico, o que sempre deve ser mantido é café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde, jantar e a ceia. As seis refeições diárias seriam ideais. Claro que depende muito, porque algumas gestantes falam 'eu estou morrendo de fome, tem como fazer dois lanches pela tarde, porque a tarde é muito grande?'. Então a gente sempre vai fazendo essas concessões, mas o normal mesmo seriam as seis refeições diárias.

JS: A senhora diria que a cafeína tem impacto negativo na gestação e na amamentação?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: A cafeína é uma substância que provoca o aumento do ritmo cardíaco, aumenta a questão metabólica, en-

tão não é interessante que uma gestante esteja consumindo níveis de cafeína muito alto, o que não significa que ela não vá poder tomar de jeito nenhum. Mas é bom evitar e sempre ingerir em menores quantidades. Tem gestante que não passa sem o café da manhã, sem o cafezinho, mas a gente faz trocas inteligentes e consegue realmente balancear. Mas a cafeína sim, tem um impacto muito grande.

JS: A senhora poderia definir o que é Diabetes Gestacional e como evitá-la?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: O Diabetes Gestacional é a resistência insulínica, provocada pelo aumento de hormônios. Então o corpo está ali trabalhando de maneira muito rápida e acaba complementando esse ganho calórico com carboidrato, que gera realmente o Diabetes Gestacional. Por conta dos hormônios da gestação e também por conta do aumento do aporte de calórico.



A mãe que possui o Diabetes Gestacional pode ter um aumento muito elevado do peso. Ela pode sentir alguns sintomas como muitas náuseas, ressecamento na boca, vontade de urinar várias vezes. Fisiologicamente a gestante tem vontade de ir ao banheiro mais vezes, mas no Diabetes Gestacional isso fica muito acentuado, causa prejuízos muito grandes para a gestante.



JS: Quais os malefícios que o Diabetes Gestacional pode trazer para a mãe e para o bebê?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: A mãe que possui o Diabetes Gestacional pode ter um aumento muito elevado do peso. Pode sentir alguns sintomas, como muitas náuseas, ressecamento na boca, vontade de urinar várias vezes. Fisiologicamente a gestante tem vontade

de ir ao banheiro mais vezes, mas no Diabetes Gestacional isso fica muito acentuado, causando prejuízos muito grandes para a gestante. E o bebê pode ter um aumento muito elevado do peso. Então, o bebê normal pode chegar até três quilos. Seria o normal um bebê, cuja a mãe tem Diabetes Gestacional, chegar a um ganho de peso muito mais elevado. Então, para mãe, isso não é interessante, porque pode ser que

ela venha a ter um Parto Prematuro, pode ser que ela venha a ter complicações no Parto, o aumento da Pressão Arterial, tem o risco de ter Eclâmpsias, um problema acarreta vários outros. Então não é interessante que a gestante chegue nesse quadro do Diabetes Gestacional, mas se ela chegou, que ela tenha o acompanhamento correto para que consiga chegar de maneira positiva no fim da gestação.



O que estimula realmente a produção de leite é a boa pega do bebê. Ele sugando de maneira correta, estimula o hormônio da mãe que vai produzir mais leite. Então o que influencia realmente na produção de leite é o bebê e o psicológico da mamãe. Então a recomendação é para que ela beba bastante água, verifique se seu filho está tendo a pega correta, se está tendo a sucção correta, é isso que vai ajudar a produzir mais leite.



JS: Existem alimentos que podem ajudar na produção do leite?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: Então, isso é uma questão chega no consultório e realmente muitas mães, muitas vovós das futuras mães acabam falando: 'tomar leite, comer isso, isso vai melhorar, isso vai aumentar a produção'. Como Nutricionista, eu não influencio muito nessas ajudas. Não é o alimento consumido que vai fazer milagre, não é que

o cuscuz, por exemplo, vai gerar muito mais o leite na mãe. Bebendo água de maneira correta, muita água e consumindo os nutrientes corretos, vai produzir leite de maneira ideal. O que estimula realmente a produção de leite é a boa pega do bebê, ele sugando de maneira correta, estimula o hormônio da mãe que vai produzir mais leite. Então o que influencia realmente na produção de leite é o bebê e o psicológico da mamãe. Então, a recomenda-

ção é para que ela beba bastante água, verifique se seu filho está tendo a pega correta, se está tendo a sucção correta, é isso que vai ajudar a produzir mais leite. Aquela história, 'o meu leite é fraco, o bebê está chorando, o leite é fraco', isso não existe. O que pode existir é que o seu bebê não está tendo uma pega correta, não está mamando de maneira eficiente, corretamente e a produção de leite está sendo diminuída, porque não tem o estímulo. E esse

gerenciamento nós (Nutricionistas) também fazemos, assim como as Enfermeiras também. A gente consegue colaborar com a mãe e perceber se está tendo a pega correta, se está tendo prejuízo para o bebê, o que é legal e o que não é. Mas de certo modo, eu não influencio nessa parte do alimento, pode comer o seu cuscuz, como sua canjica, pode ficar tranquila que a produção de leite se dá realmente pela pega correta, além da quantidade de água que você está ingerindo.

JS: Que alimentos não são recomendados no Puerpério? A dieta da mãe pode causar

cólica no bebê? Como evitar?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: Sim, existem alimentos que influenciam e trazem prejuízos para a mãe e para o bebê. Como, por exemplo, o leite e os derivados de leite de vaca, que causam cólicas no bebê. Assim como o café e o chocolate, que são alimentos que a gente tem que estar realizando o gerenciamento, para evitar durante a amamentação e para que não cause o desconforto com gases e cólicas no bebê.

JS: Qual conselho a senhora gostaria de deixar para as gestantes e puérperas?

STÉFANE DO PRADO VILARIN: Eu sei que tem muita informação boa, tem muita informação ruim, mas fiquem tranquilas, sigam seus instintos, procure profissionais de sua confiança e um apoio familiar. Rede (de apoio) familiar é muito importante. Se alimente bem antes mesmo de tentar ser uma gestante. Con siga uma Rede de Apoio que vá te ajudar, tanto Nutricionista, quanto Enfermeira, uma Obstetra, todos esses canais de ajuda são muito importantes e eles vão te ajudar a ter uma gestação tranquila. Confie nos seus instintos e de maneira correta conseguirão cuidar de vocês e dos seus bebês.

FOTO: GABRIELA COSTA MATIAS



STÉFANE DO PRADO VILARIN

NUTRICIONISTA

ATENDIMENTO :

NAS ÁREAS DE NUTRICIONISTA CLÍNICA E ESPORTIVA NA CIDADE DE BARRA DO CHOÇA E MUNICÍPIOS CIRCUNVIZINHOS

CONSULTÓRIO:

RUA FRANCISCO AMORIM, Nº 11, 1º ANDAR - SALA 02.
BARRA DO CHOÇA - BAHIA.

INSTAGRAM: @STEFANEVILARINNUTRI
EMAIL: STEFANEVILARIN@GMAIL.COM

GRADUADA EM NUTRIÇÃO PELO CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFTC (ATUAL UNEX – CENTRO UNIVERSITÁRIO DE EXCELÊNCIA), CAMPUS VITÓRIA DA CONQUISTA; PÓS-GRADUANDA EM NUTRIÇÃO CLÍNICA E ESPORTIVA PELA FACULDADE FAVENI (FACULDADE VENDA NOVA DO IMIGRANTE – ES). ESTÁGIOS NO HOSPITAL GERAL DE VITÓRIA DA CONQUISTA (HOSPITAL DE BASE) E UNIMEC – UNIDADE MÉDICO CIRURGICA/VITÓRIA DA CONQUISTA.

crédito: eva darron | unsplash

QUEM NÃO QUER VIAJAR PAGANDO BARATO?

Passagens Imperdíveis:
promoções de passagens aéreas
nacionais e internacionais

Janeiro Branco: Campanha alerta para a importância do cuidado com a Saúde Mental

A Campanha, que completa 10 anos em janeiro de 2024, segundo a Psicóloga poçoense Juliana Vieira, traz uma provocação e incentiva a mobilização da sociedade para refletir sobre a Saúde Mental

NATALY LEONI – FREELANCER

leoninataly@gmail.com

A chegada do mês de janeiro é vista por muitas pessoas como um sinal de recomeço, reflexão sobre si mesmo e mudança. Por isso, torna-se um período propício para discutir a Saúde Mental, que exerce profunda influência em todas as instâncias da vida. Neste contexto, esse ano a Campanha Janeiro Branco adota o tema “Saúde Mental enquanto há tempo!”, com o objetivo de ampliar a conscientização e difundir informações sobre o assunto.

Com o término de um ano e começo de outro, as pessoas tendem a criar expectativas de melhorias para o ano seguinte que nem sempre são supridas. Janeiro é um mês reflexivo que contém uma grande carga emocional, por isso, a Campanha do Instituto Janeiro Branco (<https://janeirobranco.com.br/campanha>) acontece todos os anos desde 2014, quando foi idealizada

pelo Psicólogo e Palestrante mineiros Leonardo Abrahão.

Desde sua criação e até hoje, em seu aniversário de 10 anos, a Campanha possui como principal objetivo promover uma cultura de Saúde Mental, mobilizando as pessoas e Instituições em todo o Brasil. Levando em conta ainda as diretrizes previstas na Lei Federal nº 14.556, de 25 de abril de 2023, que institui oficialmente a Campanha Nacional de Conscientização da Saúde Mental (janeiro Branco) no país.

Porque falar sobre saúde mental é tão importante?

De acordo com o Relatório Mundial de Saúde Mental publicado em 2022 pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2019 quase um bilhão de pessoas viviam com algum Transtorno Mental em todo o mundo. Os dados da Organização Mundial da Saúde apontam, ainda, que o Brasil é o país que possui a maior porcentagem de pessoas ansiosas no mundo, com 9,3%.

Dados de levantamento encomendado pela Organização de Pesquisa Sem Fins Lucrativos Sapiens Labes – Relatório Anual do Estado Mental do Mundo (<https://www.apm.org.br/o-que-diz-a-midia/brasil-tem-terceiro-pior-indice-de-saude-mental-em-ranking/>) – divulgados em março do ano passado pela Associação Paulista de Medicina, apontam que o Brasil possui o terceiro pior índice de Saúde Mental do mundo, em um ranking com 64 países.

Ao JS, a Psicóloga Juliana Graziela dos Santos Vieira, com experiência na área da Dependência Química e de Saúde Pública, que atualmente trabalha na área Clínica e de Saúde do Trabalho no município de Poções, aponta que “muitos seres humanos estão em quadros de Adoecimento Mental e nem conseguem identificar, não sabem pedir ajuda, têm receio, entram em negação, são julgados de forma negativa e pejorativa. Então permanecem em um processo de sofrimento em decorrência do não reconhecimento do Adoecimento (Mental) e acabam potencializando o quadro”.

FOTO: NATALY LEONI



Psicóloga poçoense Juliana Graziela dos Santos Vieira.

No entendimento da Psicóloga, o conhecimento, é uma das formas mais eficazes de combater a falta de informação, o preconceito e o estigma sofrido por pessoas com Transtornos Mentais, para que essas pessoas consigam também buscar ajuda. “No trabalho de Labes, buscamos sensibilizar a sociedade quanto ao olhar para essa área da vida. Então isso favorece o acesso aos meios de Saúde e até mesmo para o ser humano entender como aplicar isso”, diz Juliana Vieira.

Transtornos mais comuns e suas formas de identificação

De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde (Opas), os Transtornos Mentais são causados por disfunções cerebrais genéticas ou adquiridas que se manifestam por meio de mudanças de humor, comportamento e em muitos casos, a perda das habilidades cognitivas. Os Transtornos Mentais podem, ainda, afetar o cotidiano e as relações interpessoais do indivíduo.

Por isso, a Psicóloga Juliana Vieira aponta ser importante observar comportamentos que excedem a normalidade do cotidiano, acrescentando que, embora seja comum o ser humano

ter altos e baixos emocionais, para algumas pessoas essas instabilidades são tão severas que de alguma limitam ou atrapalham a rotina e podem evoluir para um Transtorno Mental. “Para que possamos identificar um quadro depressivo, precisamos identificar quatro ou mais sintomas constantes por pelo menos 15 dias”, pontua Juliana Vieira. Ainda de acordo com a Psicóloga, atualmente, a Depressão é a doença mais incapacitante do mundo.

Assim como a tristeza constante atrelada a outros sintomas pode configurar um quadro de Depressão, a Ansiedade pode ser entendida como um sentimento de medo diante de uma ameaça ou uma preocupação como consequência do que se imagina poderá acontecer e que tememos ser negativo. É comum as pessoas sentirem-se ansiosas quando têm problemas no trabalho, antes de passarem num exame médico, um teste, ou quando necessitam de tomar uma decisão importante. A evolução desses sentimentos/sintomas, pondera a Psicóloga, pode levar ao Adoecimento Mental. “Quando a Ansiedade começa a trazer sofrimento, prejuízos, limitações, comprometimentos, então deixa de ser uma inquietação que pode ser considerada normal, que

a pessoa possa gerenciar e lidar, passando a configurar um quadro Psicopatológico, sendo então, necessário, a busca por uma Assistência Especializada”, sublinha.

Além dos Transtornos relacionados à Depressão e Ansiedade, a Síndrome de Burnout, que recentemente passou a ser considerada como uma Psicopatologia pelo Manual de Diagnósticos da Associação Americana de Psiquiatria (APA), vem se tornando uma disfunção cada vez mais comum entre as pessoas. Segundo a Psicóloga Juliane Vieira, diversos fatores - genéticos, biológicos, ambientais e psicológicos - contribuem para que o Transtorno seja cada vez mais comum entre as pessoas. A Psicóloga enumerou, entre os fatores, que segundo pesquisas, causam a Depressão, considerada o Mal do Século 21, a pressão da vida moderna, compromissos profissionais intermináveis, trânsito caótico e um tempo cada vez menor para cumprir as atividades do cotidiano. Citando o esgotamento (físico e mental) e, por consequência, a redução acentuada do desempenho, a Psicóloga destaca que as mulheres são mais vulneráveis a desenvolver Transtornos Mentais por conta da dupla jornada de trabalho que conciliam cotidianamente.

A Psicóloga Juliana Vieira acrescenta que há no Brasil, além da grande proporção de casos de Depressão e Ansiedade, uma ocorrência expressiva de Bipolaridade, entre outros casos de Transtornos Mentais graves, crônicos e progressivos como a Esquizofrenia, por isso, é importante que haja conhecimento e identificação. “A melhor forma de identificar (eventual ocorrência de um Transtorno Mental) é você se autoavaliar, ponderar como está lidando com uma situação, ou o que mudou (no seu comportamento) de um tempo para cá, (se há) alguma conduta inadequada. Isso serve para que você possa fazer uma análise pessoal e com aquela pessoa com quem convive, seja ela um familiar, um colega de trabalho ou um amigo”, aponta.

Como ajudar?

A Psicóloga assevera que os familiares e amigos de pessoas que apresentam sintomas que sugerem Transtornos Mentais tem um papel importante no processo e podem ajudar fazendo o acolhimento dessa pessoa, com respeito e buscando entender - se colocando no lugar dela - como chegou nesse estágio. “Primeiro você tem que acolher essa pessoa com empatia. Se colocar (no lugar dela) e através de seu olhar fazer com que ela perceba o que está acontecendo, que está sendo protegida. Segundo, tentar não fazer julgamentos, porque o que dói em mim, necessariamente não vai doer em você, e vice-versa”, esclarece a Psicóloga.

Segundo Juliana Vieira, o tabu, os estigmas e a própria cultura de não falar sobre Saúde Mental são fatores que contribuem para dificultar a identificação das pessoas com Transtornos Mentais e até mesmo a busca por tratamento. “Às vezes até a própria pessoa reluta a aceitar o processo. Ela demora para aceitar ajuda, e para aceitar o quadro”, diz Juliana Vieira. Nesses casos, reforça a Psicóloga, a participação da família é fundamental para que a pessoa se conscientize da necessidade de buscar ajuda ou até mesmo para encaminhá-la para um profis



FOTO: NATALY LEONI

sional.

O diagnóstico e tratamento (do Adoecimento Mental) pode ser feito pelo Psicólogo ou pelo Psiquiatra, mas, destaca Juliana Vieira, a prescrição de medicação do paciente deve ser feita apenas pelo Psiquiatra. Segundo a Psicóloga, em casos graves, a Psicoterapia é um tratamento indicado. Um fator que compromete o diagnóstico e o tratamento (do Adoecimento Mental) é a resistência que alguns pacientes têm em relação aos Profissionais (Psicólogo e Psiquiatra), o que exige a participação das pessoas próximas, principalmente da família, para que o atendimento seja feito. O ideal, na opinião da Psicóloga, para a expansão e popularização dos diagnósticos e atendimentos é que os Profissionais estejam disponíveis nas Empresas e nas Escolas.

“O Adoecimento Psicopatológico, em 80% dos casos, se a gente começar o tratamento em um quadro inicial, em um quadro mais leve, seja ele qual for, a gente consegue reverter na Psicoterapia. Em outros casos, é muito importante a intervenção Psiquiátrica”, aponta Juliana Vieira, ressaltando que o Psiquiatra atende a todas as demandas da Saúde Mental, não apenas os casos graves.

A Psicóloga Juliana Graziela dos Santos Vieira reforça que a Saúde Mental está no dia a dia das pessoas, por isso, deve ser tratada com sua devida importância. Ela acredita que as Campanhas Janeiro Branco e Setembro Amarelo trazem uma provocação e incentivam a mobilização da sociedade para refletir sobre a importância de falar sobre a Saúde Mental e suas consequências, inclusive o suicídio, assuntos que são considerados tabu e cheios de estigmas, seja por questões culturais, religiosas ou até mesmo por medo ou vergonha. No entendimento da Psicóloga, a Saúde Mental é um assunto que deve ser tratado todos os dias, durante os doze meses do ano e não apenas em janeiro e setembro. “Tenho muita esperança que isso vai se propagar para os outros meses e a gente vai falar sobre Saúde Mental com muito mais tranquilidade, com muito mais leveza como deve ser”, concluiu.

FOTO: NATALY LEONI



Para a Psicóloga Juliana Vieira, a conscientização e o acesso a tratamentos adequados são importantes para enfrentar os desafios relacionados à saúde mental.

APURAR. CHECAR. RECHECAR. INFORMAR.

Notícias falsas podem trazer muitos prejuízos para quem lê e compartilha. Desconfie de notícias apelativas, com informações espetaculosas ou que fogem do comum.

Na era da desinformação, o antídoto é uma imprensa comprometida com a verdade!



Paulo Esdras

PAULO ESDRAS DE OLIVEIRA DA SILVA JÚNIOR É SOTEROPOLITANO, RADICADO EM BRUMADO, COMUNICÓLOGO, PRODUTOR E AGENTE CULTURAL, PROFESSOR DE LITERATURA BRASILEIRA, POETA E ESCRITOR, COORDENADOR DO MOVIMENTO CULTURAL ABRACADABRA E MEMBRO DA ALAB - ACADEMIA DE LETRAS E ARTES DE BRUMADO.

Conhecimento na palma da mão?

Eles pensaram ser um absurdo tanta gente ter acesso a tanta informação e, como não podiam parar o avanço tecnológico e temiam o avanço intelectual, esconderam o verdadeiro conhecimento e a arte genuína num emaranhado de informações inúteis e atrativas, vídeos rápidos, jogos demorados, aceleradores da vida que já é curta. Planejaram o abate de qualidade oferecendo antes um pasto verde e prazeroso.

Então, em vez das crianças lerem gibi ou as Aventuras de Tintim, passam horas em Tiktoks sem notarem o tic tac do relógio.

Chegam na adolescência com repulsa à leitura e sonham em serem influenciadores do nada e passam a ouvirem apenas músicas da moda na velocidade 1,25 ou apenas ouvem o refrão que é o tempo de um reels.

Não conseguem “perder tempo” para contemplação de um quadro, uma peça de teatro, um bom filme, porém “perdem mais de três horas” em redes antissociais.

A tática deles deu muito certo.

Neste labirinto de informações fúteis serão poucos os que olharão por cima do muro para verem além do que é dado no cocho.

OBSERVAÇÃO: Os artigos publicados não traduzem a opinião do Jornal do Sudoeste. Sua publicação tem como objetivo estimular o debate de ideias no âmbito político, cultural, científico e social.

anima
SAÚDE & BEM-ESTAR



Rua Joana Angélica, 245, Centro – 1º Andar
(Acesso por Elevador)
Brumado - BA



Telefone: (77) 9 9998-7920



"A família precisa lembrar que ela é a primeira referência, que ela é a grande referência de formação do sujeito", pontua Psiquiatra conquistense Katiene Rodrigues Menezes de Azevedo

GABRIELA OLIVEIRA

jornalismo@jornaldosudoeste.com

A Saúde Mental engloba aspectos físicos, mentais e sociais, mas o cuidado com a Saúde Psíquica é negligenciado e marginalizado não apenas no Brasil, mas em praticamente todo o mundo. De acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), 80% das pessoas que vivem com condições de Saúde Mental estão sem nenhum tipo de tratamento qualificado para o cuidado. Foi para tentar mitigar esses dados que, dez anos atrás, em 2014, o Psicólogo e Palestrante Leonardo Abrahão criou em Uberlândia, Minas Gerais, a Campanha Janeiro Branco, com a proposta de alertar e conscientizar a sociedade para os cuidados com a Saúde Mental e Emocional.

Embora cuidar da Saúde Mental tenha ganhado, desde a criação do Janeiro Branco, visibilidade, o tema é cada vez mais recorrente entre adultos. Entretanto, segundo dados da Organização Mundial da Saúde, muitos casos de Transtornos Mentais se iniciam antes dos 14 e até os 19 anos, portanto, no período da adolescência.

Considerando que a Organização Mundial da Saúde identifica a Saúde Mental como estado de bem-estar emocional e psicológico no qual o indivíduo é capaz de fazer uso de suas habilidades emocionais e cognitivas para desenvolver suas funções sociais e cotidianas, entende-se que o cuidado com a Saúde Mental deve acontecer ao longo do curso da vida, em todas as faixas etárias. No entanto, já é consenso que é preciso avançar nesse cuidado desde a infância e, principalmente, na adolescência, entre os 10 e 19 anos. E, que essa estrutura emocional não só pode, como deve, ser construída no ambiente familiar desde a primeira infância. O apoio dos pais e o interesse em manter um relacionamento saudável de respeito e atenção com os filhos faz toda a diferença.

Entende-se por adolescência o período da vida que é caracterizado por descobertas e transformações sociais e também hormonais. Marcado pela busca da aceitação por seus pares e da autoaceitação, para alguns, essa adaptação a um novo momento da vida pode ser um tanto

quanto dolorosa, principalmente quando esse adolescente enfrenta questões como Bullying, Discriminação, Isolamento, Depressão, Quadros de ansiedade e vício em jogos e internet.

Segundo o Relatório A Situação Mundial da Infância 2021, elaborado pelo Unicef – Fundo das Nações Unidas para a Infância - com dados coletados antes pandemia de Covid-19, mais de um em cada sete pessoas com idade entre 10 e 19 anos viva com algum transtorno mental diagnosticado. De lá para cá, a expectativa é de que esse número seja ainda mais alarmante.

Geralmente, as crianças e adolescentes tendem a ser mais vulneráveis ao sofrimento e ao adoecimento mental, por estarem passando por esse período de desenvolvimento sem um suporte adequado e repertório suficiente para administrar esse turbilhão de novas emoções e experiências. Nesses casos é importante que os pais e responsáveis estejam atentos para identificar casos que necessitem de uma intervenção e ajuda de especialistas.

FOTO: GABRIELA OLIVEIRA



Médica Psiquiatra conquistense Katiene Rodrigues Menezes de Azevedo.

Para comentar a importância da Saúde Mental Individual, especialmente em adolescentes, para a manutenção do bem-estar coletivo, além de analisar a onda de violência nas Escolas e a adesão, cada vez maior, de adolescentes ao mundo virtual, principalmente a busca, pelos jovens, de refúgio ou acolhimento no mundo virtual, especificamente nas camadas profundas da internet, as chamadas Deep Web e Dark Web, e sobre o papel fundamental da família na prevenção do Adoecimento Mental dos jovens, o JS entrevistou, com exclusividade, a Médica Psiquiatra conquistense Katiene Rodrigues Menezes de Azevedo.

Confira os principais trechos da entrevista:

JORNAL DO SUDOESTE: A busca pelo tópico "Saúde Mental" vem crescendo nos últimos anos, principalmente após a pandemia de Covid-19, sinalizando a tendência das pessoas em consumir conteúdos relacionados sobre o assunto. É possível, no entendimento da senhora, ver nesse aumento na procura pelo tópico um sintoma de alguma mudança na sociedade?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: Acho que sim, porque por muito tempo os assuntos relacionados a Psiquiatria e Psicologia eram vistos com bastante preconceito. In-

clusive as pessoas tinham dificuldade até para procurar ajuda, perceber que estavam precisando de ajuda. E aceitar aqueles que tinham algum processo de Adoecimento Mental. E durante o isolamento, por conta da pandemia, muitas pessoas adoeceram psiquicamente, sofrem psiquicamente e começaram a precisar de apoio, um dos grandes sintomas, um dos grandes efeitos colaterais do processo da pandemia foi o Adoecimento Mental. Então, ninguém quer sofrer. Todos começaram a buscar mais ajuda nesse sentido, e a gente percebe que aqueles que já sofriam previamente tiveram esse sofrimento mais validado, mais reconhecido. E os indivíduos que depois da pandemia começaram a adoecer também se sentiram mais à vontade, mais confortáveis para procurar ajuda. Eu acho que não só a população está mais adoecida, mas um viés mais positivo é: as pessoas tiveram mais coragem e entendimento de que buscar ajuda em Saúde Mental é algo que como procurar ajuda em qualquer outro Departamento de Saúde ou de redução de sofrimento.

JS – O cuidado com a mente costuma ser uma jornada individual, um processo que, por vezes, ainda que contando com a ajuda de um profissional capacitado, não avança se o paciente não estiver consciente da necessidade de se ajudar e ser ajudado. Mesmo

sendo uma meta particular, de que forma a atenção à Saúde Mental influencia no bem-estar e bom funcionamento coletivo?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: Um dos principais pontos é a possibilidade que as pessoas sejam acolhidas nesses serviços. E como a gente sabe, por exemplo, que os Transtornos Mentais são mais prevalentes em populações mais vulneráveis, e não é só financeiramente, são crianças, adolescentes, idosos, gestantes... Essas pessoas precisam ter Sistemas dentro do Sistema de Saúde, dispositivos que estejam abertos para receber, que o caminho, o fluxo para que essas pessoas cheguem e consigam essa assistência, seja o mais fácil, o mais prático possível. E isso é uma dificuldade ainda, por que a gente está falando também de Sistemas Públicos de Saúde. E a gente evoluiu muito desde a Reforma Psiquiátrica, mas a gente precisa sempre continuar melhorando esses dispositivos, porque a procura aumentou, a prevalência, a incidência dos Transtornos Mentais aumentou. É importante que os Serviços de Saúde acompanhem. Nós temos visto um movimento bom, que é o interesse das pessoas em se formarem em áreas relacionadas a Saúde Mental e afins. Como a Psicologia, dentro da Medicina, a Psiquiatria. Isso também é muito bom porque aumenta a oferta de profissionais.



... (É preciso) Lembrar que a relação dos adultos com as crianças, dos adultos com os adolescentes não vai ser formada subitamente. Então é uma construção desde a primeira infância, a gente vai criando uma relação de confiança com os filhos, isso é muito importante para os pais ter em mente, o filho não vai virar seu amigo na adolescência, não vai te contar o que está acontecendo. Desde antes os pais devem cultivar esse padrão, e mesmo cultivando, nem sempre dá certo, porque às vezes eles não contam tudo."



JS – De acordo com o relatório A Situação Mundial da Infância 2021, estima-se que quase um em cada seis meninas e meninos entre dez e 19 anos de idade no Brasil vivem com algum Transtorno Mental. De lá para cá, a expectativa é que esses números sejam ainda mais preocupantes, tendo tornado essa parcela da população a mais exposta ao risco de Automutilações, Depressão e Suicídio. A senhora diria que existe uma ligação entre a vulnerabilidade psicológica desse grupo e a prática de ou exposição a atividades discriminatórias, como o Bullying? Essa situação também é influenciada pelo ambiente familiar desses adolescentes e jovens?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: Com certeza. Sabe aquele ditado que diz que "a corda sempre arrebenta do lado mais fraco"? Um adolescente, uma criança, obviamente são indivíduos que ainda estão em formação. E quando a gente fala em adolescente, a gente fala de um indivíduo que está em formação e em crise ao mesmo tempo. É do desenvolvimento do adolescente a crise de

identidade, uma confusão, às vezes maior, do ponto de vista de identidade. É um indivíduo que ainda não tem um conceito de autoestima bem delineado, precisa muito do reforço dos pares, daqueles que estão perto deles, precisam de pertencimento de grupo. E quando ele não consegue se encaixar em um desses grupos, o que é o mais comum, inclusive. Nós, quando somos adolescentes, temos uma busca desesperada por pertencer a uma tribo e nem sempre a gente consegue. Esses indivíduos fatalmente acabam sendo excluídos, vitimizados pelas diferenças que eles têm. Então, a prática do Bullying acaba sendo mais comum dentro da infância e adolescência por essa necessidade de pertencimento. E quando a gente fala de infância, a gente fala de um indivíduo ainda mais vulnerável aos condicionantes do meio em que vive, porque a estrutura psíquica dele é ainda mais frágil. É importantíssimo que os pais, os professores, os familiares, as pessoas que circundam essa criança, esse adolescente, observem como está o comportamento. Pergunte ativamente como está sendo na Escola. (É pre-

ciso) Lembrar que a relação dos adultos com as crianças, dos adultos com os adolescentes não vai ser formada subitamente. Então é uma construção desde a primeira infância, a gente vai criando uma relação de confiança com os filhos, isso é muito importante para os pais ter em mente, o filho não vai virar seu amigo na adolescência, não vai te contar o que está acontecendo. Desde antes os pais devem cultivar esse padrão, e mesmo cultivando, nem sempre dá certo, porque às vezes eles não contam tudo. Por isso devemos estar atentos aos sinais, por exemplo, a automutilação, (quando) começa a falar mais de morte, de desesperança, a falta de um projeto de vida, o isolamento, a baixa do rendimento escolar. São alguns sinais de alerta, publicar coisas negativas nas redes sociais, falar de si sempre de uma maneira depreciativa, ter vergonha de quem é, ter vergonha do corpo. São sinais que essa criança ou adolescente possa estar em sofrimento.

JS – A falta de suporte em momentos difíceis, como a adolescência, pode acabar afas-

tando jovens do convívio social saudável. Isso pode provocar algum cenário de exclusão, seja imposto pela comunidade ou auto infligido?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: Com certeza. Às vezes, como esse adolescente está passando por uma crise de identidade, ele entra mais num mergulho de autorreflexão, de buscar a identidade, de pensar sobre o futuro, mas ainda de uma maneira muito confusa, então é natural que o adolescente busque mais o isolamento, o recolhimento ou que ele se aproxime ainda mais dos grupos, daqueles que são semelhantes a eles. Por isso que os pais muitas vezes se queixam muito de que o menino só fica no quarto ou de que ele não quer mais sair com a família, ou de que ele só está jogando vídeo game. É que de fato, principalmente do ponto de vista contemporâneo, os adolescentes estreitaram um pouco as relações, estão cada vez mais isolados. Aí, a gente, de alguma maneira, tem que saber dosar, até que ponto eu respeito a privacidade desse isolamento que é importante para que ele se conheça, mas até que ponto eu estou sendo

permissivo. Se eu não o trago para perto, se eu não tento fazer coisas junto com ele, reforçar essa participação, esse engajamento. É como se estivéssemos reforçando negativamente algo que pode não ir para um caminho muito bom. A gente tem que respeitar, mas sempre trazer para perto, e ter esse cuidado. (Esse) É um momento de privacidade em que ele está fazendo o quê? Está lendo um livro, está conversando com um amigo? Mas, como a gente vê muito, eles passam grande parte do dia no celular e você tem que ver o que estão fazendo. Ou jogando, nem sempre são atividades que vão aumentar esse repertório que ele precisa de interação social, então tem que ter esse cuidado.

JS - No que isso pode acarretar para o desenvolvimento desses indivíduos enquanto pessoas e cidadãos?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: Uma das questões é a carência de habilidade social, um indivíduo que às vezes não sabe bem se portar ou se relacionar com pessoas, e não só no mundo off line, mas também no mundo on line. A gente vê, por exemplo, um crescimento

no trabalho em home office, mas você está lidando com pessoas, e ainda assim você precisa ter habilidades. Mas o que mais me preocupa é a capacidade de autonomia, é o indivíduo conseguir se desenvolver, conseguir entender que ele precisa cumprir atividades que são da vida cotidiana, que são "chatas", mas que são importantes, como conseguir e manter um trabalho, pagar contas, resolver coisas que são burocráticas, mas são coisas comuns do dia a dia e que o mundo virtual protege muito disso, porque é um mundo artificialmente construído. O mundo do jogo, o mundo da rede social, é um mundo artificial. Então, quando esse indivíduo precisa se transportar para o mundo real, o mundo off line, ele precisa fazer essa transição porque ele não trabalhou isso em termos de habilidade. E aí a gente vê cada vez mais indivíduos que têm dificuldades em lidar com as demandas do dia a dia, sempre se sentindo desorganizados, atarefados e cansados, porque não tiveram como planejar as habilidades de planejamento, de gestão de questões cotidianas. Os problemas se agigantam, digamos assim, e isso eu penso que é um grande problema do ponto de vista social.



(...) A família precisa lembrar que ela é a primeira referência, que ela é a grande referência de formação do sujeito. É óbvio que a gente tem um bombardeio de informações, os meninos consomem muito mais tecnologia, mas, por exemplo, a nossa geração consumiu muito a televisão. Então a gente também foi exposto à tela por muito tempo, só que a família tem que se colocar como o grande sistema de referência.

JS – Muitos jovens, especialmente os que não encontram suporte emocional em familiares ou amigos, costumam buscar refúgio e acolhimento no mundo virtual. No entanto, diversos movimentos extremistas têm utilizado esse ambiente para alcançar um público cada vez mais novo com discursos de ódio e preconceito. É possível prevenir que crianças e adolescentes sejam expostos a esse tipo de conteúdo para além da vigilância tecnológica? Se ainda assim consumirem esse material, o que os responsáveis podem fazer para minimizar ou reverter as consequências dessa exposição?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: É muito difícil porque a gente vai falar de parentalidade, de modelo de parentalidade, quais são as referências familiares que esse sujeito tem, quais são as referências de comunidade, de grupo. A gente sabe que nem todo mundo adolece igual, apesar de as pessoas falarem da adolescência, mas cada indivíduo tem uma adolescência distinta e também vai depender do cenário que ele está inserido. Então quanto mais robusta é a orientação familiar em geral, mais esse indivíduo introjeta algumas dessas orientações, que como eu disse são formadas desde a primeira infância, e menos ele vai se desviar por esses caminhos que são mais obscuros, e que trazem mensagens e conteúdos que não são muito interessantes. A família precisa lembrar que ela é a primeira referência, que ela é a grande referência de formação do

sujeito. É óbvio que a gente tem um bombardeio de informações, os meninos consomem muito mais tecnologia, mas, por exemplo, a nossa geração consumiu muito a televisão. Então a gente também foi exposto à tela por muito tempo, só que a família tem que se colocar como o grande sistema de referência. Se a família se ausenta, se a família flexibiliza muito algumas regras, ou algumas posturas, transmite uma sensação de insegurança para a criança, e quando ela sente vai buscar outras referências, porque como eu disse, é na adolescência que a gente começa a pensar "quem sou eu", "para onde vou", "com o que eu me identifico". Naturalmente o adolescente tende a rebeldia ou ao pertencer ao grupo, tanto é que em muitas culturas existem os ritos de iniciação. Mas por que na adolescência? Porque é nesse momento que ele precisa de fato "começar", a gente tem que ter cuidado para ajudar esse adolescente a entrar em ritos que sejam bons, que sejam proveitosos, que sejam o mais saudáveis possível. É preciso a orientação dos pais, da família e da comunidade.

JS – Segundo o Monitor do Debate Político no Meio Digital da Universidade de São Paulo (USP), entre março de 2022 e março de 2023 foram registrados 22 ataques a escolas. A maioria desses atos foram preparados e executados por adolescentes e jovens adultos, deixando dezenas de mortos e feridos. Como podemos analisar este cenário de

violência no ambiente escolar que tem crescido tão vertiginosamente nos últimos anos?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: É uma pergunta difícil, porque cada situação vai implicar em análises diferentes, apesar de todos terem sido ataques a Escolas, mas não eram os mesmos indivíduos, nem todos seguiam os mesmos padrões. Então teríamos que analisar de maneira individual. O que a gente sabe é que também pode ser um revés da globalização se a gente tem, por exemplo, nos Estados Unidos, o indivíduo tem mais acesso a esse conteúdo, e como eu disse, adolescentes e adultos jovens estão mais vulneráveis, eles podem assimilar esses comportamentos, inclusive por imitação. A gente sabe que existem processos psicológicos que às vezes se dão por imitação. Às vezes, saber mais dentro daquele grupo mais frágil pode ter uma ação de influência. E muitas vezes são características individuais daquele sujeito, traços de Psicopatia, ou de Perversão ou de condição Patológica Psicótica. Então você vai ter situações de reprodução de violência no ambiente domiciliar, familiar. A gente tem que ter cuidado para não homogeneizar todos os quadros. Sabendo que é muito dramático, e que a gente tem que estar sempre atento e, como eu disse, a família que é a grande referência, além de todo mundo que está perto tentando perceber eventuais mudanças de comportamento. Porque esses indivíduos provavelmente já vinham dando sinais de interesses ou de comportamentos, planejados ou



arquitetados. Então, assim, talvez alguém poderia ter visto antes.

JS - O que podemos fazer, na opinião da senhora, a nível de Saúde Mental, para tentar solucionar este problema?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: Difícil, muito difícil, porque, como eu disse, são questões individuais, do núcleo familiar, da estrutura até cerebral daquele sujeito. Acho que a gente deve estar sempre atento, quanto mais a gente tentar criar intimidade, ter proximidade, diminuir a vulnerabilidade dessas pessoas para que elas estejam realmente com uma melhor qualidade de vida, com menos adoecimento, menos pobreza, menos abandono, a gente tende a criar indivíduos mais saudáveis e, obviamente, menos vulneráveis. Então melhorar de uma maneira geral a qualidade da Saúde Mental da população, inclusive através dos índices de qualidade de vida, geralmente culminam em menos Adoecimento Psíquico para aqueles indivíduos, digamos, que acabam tendo um Adoecimento Mental Secundário nesse contexto. Em geral, cuidar da Saúde Mental da população vai melhorar também nesses parâmetros.

JS - Qual recomendação a senhora gostaria de fazer aos pais e responsáveis por adolescentes e jovens adultos para prevenir a busca de refúgio ou acolhimento no mundo virtual, especificamente nas camadas profundas da internet, as chamadas Deep Web e Dark Web?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: É como eu disse, família é uma relação

de intimidade que a gente tem que construir desde a primeira infância, quanto mais perto dos seus filhos você estiver afetivamente. Não é porque você trabalha fora, que fica pouco tempo em casa, que isso te faz distante dos seus filhos. Por vezes os pais estão fisicamente fora, mas quando chegam, quando estão no ambiente, estão sempre supervisionando, estão perto, estão interessados no que acontece na vida dos seus filhos, em geral isso constrói uma relação de mais proximidade. Se eu tenho alguém próximo que eu confio, respeito, geralmente diminui as chances de o indivíduo se sentir abandonado, isolado, não visto em casa e acabar procurando esses caminhos. É uma garantia? Não! Mas a gente sabe que é óbvio que, se existe essa relação de respeito e não necessariamente ser "amigo" do filho no sentido de que você precisa, mas se você é pai, mãe, avó, tia, madrinha, quem for que cria essa criança, tem que exercer essa posição de autoridade, mas também de afeto. Estar olhando para esse sujeito, estar interessado pelo que acontece na vida dele para que ele se sinta pertencente a essa família, a esse grupo. Eu acho que isso é importante. Muitas pessoas só olham ou veem os filhos quando eles começam a se cortar, por exemplo. Então tem que ter esse cuidado.

JS - E para as Escolas?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: Conscientização. Trazer a família para cada vez mais perto da Escola sempre é bom. Eu sei que é algo que os pais têm tentado e que as Escolas também têm tentado. Vigilância. Essa questão da Educação mesmo, de acolher e supervisionar. Mas, honestamente, a

família tem um papel que não pode ser transferido e a Escola também tem outro papel que a família não vai assumir. Então, a Escola fazendo esse papel de supervisionar, educar e orientar já ajuda muito. E a família é tudo. E quando eu digo família, é qualquer modelo de família, por isso que a gente vê a questão da vulnerabilidade que é mais grave em um indivíduo, em uma criança que não tem uma referência de família, que esteja, por exemplo, num lar em uma situação de abandono, é mais complicado. Por isso é que quanto maior a vulnerabilidade, piores os índices sociais que a gente tem.

JS - A senhora gostaria de acrescentar alguma coisa?

KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO: Eu agradeço o convite. Espero que as pessoas compreendam e reflitam sobre essas coisas que foram ditas. Aquilo que eu disse são coisas que são do meu ponto de vista, as pessoas podem não concordar, mas é importante a gente gerar esse debate na sociedade e refletir sobre isso. Mas que as pessoas busquem melhorar os seus padrões de comportamento. Sou pai e mãe? Como eu posso estudar mais sobre parentalidade? De que maneira eu posso compreender mais? Como eu posso ser um pai melhor, uma mãe melhor? Procurar o desenvolvimento pessoal, o autoconhecimento e a evolução. Naturalmente, com indivíduos mais evoluídos, vamos ter uma sociedade melhor. É parte do subjetivo, do desenvolvimento pessoal, façam Terapia, busquem ajuda, estudem, ampliem a espiritualidade, procurem tudo aquilo que ajude a sociedade a melhorar.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



KATIENE RODRIGUES MENEZES DE AZEVEDO

MÉDICA PSIQUIATRA

ATENDE EM VITÓRIA DA CONQUISTA:

ESPAÇO SAÚDE MARIA MARIA

PRAÇA SANTO ANTÔNIO, Nº 68 – CENTRO

CONTATO: (77) 3028-3027.

GRADUADA EM MEDICINA PELA UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA.

RESIDÊNCIA MÉDICA NO HOSPITAL JULIANO MOREIRA/SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DA BAHIA – SALVADOR.

MESTRA EM PSICOLOGIA DA SAÚDE PELO INSTITUTO MULTIDISCIPLINAR EM SAÚDE, CAMPUS ANÍSIO TEIXEIRA, UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA, EM VITÓRIA DA CONQUISTA.

PÓS GRADUADA EM PSIQUIATRIA DA INFÂNCIA E DA ADOLESCÊNCIA PELA CURSOMEDI.

PÓS-GRADUADA EM PSIQUIATRIA DA NEUROCIÊNCIA E COMPORTAMENTO PELA PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO DE JANEIRO (PUC/RJ).

ESPECIALIZAÇÃO EM METODOLOGIAS ATIVAS DE ENSINO E APRENDIZAGEM E EM PRECEPTORIA MÉDICA, PELO INSTITUTO DE ENSINO E PESQUISA DO HOSPITAL SÍRIO- LIBANÊS.

PROFESSORA AUXILIAR DO CURSO DE MEDICINA INSTITUTO MULTIDISCIPLINAR EM SAÚDE, CAMPUS ANÍSIO TEIXEIRA, UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA, EM VITÓRIA DA CONQUISTA.

COORDENADORA E PRECEPTORA DO PROGRAMA DE RESIDÊNCIA MÉDICA EM PSIQUIATRIA DA SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE VITÓRIA DA CONQUISTA.



Marlito Lacerda
CONTABILIDADE.

Rua CEL. Tibério Meira, 188 - 1º Andar - Sala 101
EDF. João A. Lacerda - Centro - CEP - 46100 - 000
Email: marlito@marlitocontabilidade.com.br
Instagram - @contabilidademarlitolacerda

www.marlitocontabilidade.com.br

Brumado - Bahia
Setor Contábil - (77) 998444654
Setor Fiscal - (77) 998436634
Setor Pessoal - (77) 999251133

Covid-19: Pesquisa analisa perfil de anticorpos em pacientes internados

MAÍRA MENEZES (IOC/FIOCRUZ)

<https://portal.fiocruz.br/>

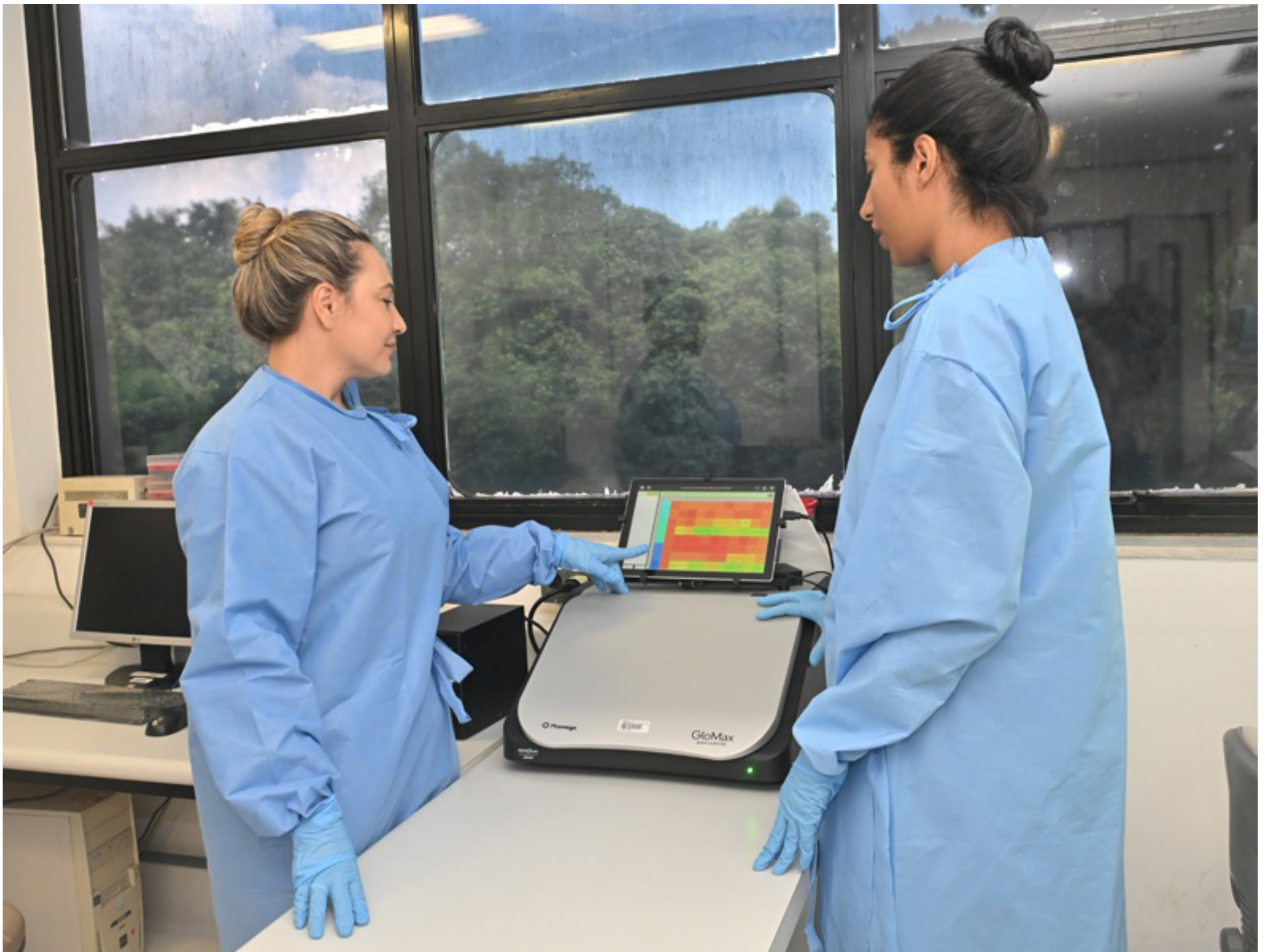
Um estudo da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) amplia conhecimento sobre a resposta imunológica na Covid-19. Analisando amostras de pacientes hospitalizados pela doença, incluindo pessoas que convivem com HIV,

a pesquisa observou associação entre a produção precoce de Anticorpos Neutralizantes e menor tempo de internação pela doença.

“Os Anticorpos Neutralizantes são capazes de impedir o SARS-CoV-2 de infectar células. Nosso

estudo sugere que aqueles indivíduos com produção rápida desses anticorpos desenvolvem quadros menos severos”, afirma a pesquisadora do Laboratório de Aids e Imunologia Molecular do IOC e Coordenadora do estudo, Dalziza de Almeida.

FOTO: GUTEMBERG BRITO



Pesquisadoras padronizaram ensaio baseado em Pseudovírus para detecção de Anticorpos Neutralizantes contra o SARS-CoV-2 e avaliaram amostras de mais de cem pacientes.

A pesquisa foi liderada pelo Instituto Oswaldo Cruz (IOC/Fiocruz) em parceria com o Instituto Nacional de Infectologia Evandro Chagas (INI/Fiocruz). No IOC, os Laboratórios de Aids e Imunologia Molecular e de Genômica Funcional e Bioinformática participaram da investigação. Os resultados foram publicados na revista científica internacional *Microbiology Spectrum*.

Para dosar os anticorpos neutralizantes, o estudo aplicou uma metodologia inovadora, chamada de ensaio baseado em Pseudovírus. A técnica foi padronizada a partir de plataforma implantada para estudo do HIV.

Em comparação com o método padrão (o Teste de Neutralização de Redução de Placas, conhecido pela sigla em inglês PRNT), o ensaio baseado em Pseudovírus entrega resultados

mais rápidos e precisos.

Além disso, não apresenta risco de infecção para os pesquisadores, o que permite realizar os experimentos em Laboratório com nível mínimo de Biossegurança, chamado de NB1.

Por envolver a manipulação do SARS-CoV-2, o Teste PRNT precisa ocorrer em Laboratório com nível de Biossegurança 3 (NB3), devido ao alto risco para a saúde dos profissionais.

COVID19

“Essa metodologia facilita o desenvolvimento de estudos sobre a resposta imunológica, o que é importante para compreender os mecanismos de defesa contra os agentes infecciosos e pode auxiliar na definição dos Correlatos de Proteção Vacinal com maior reprodutibilidade. Reduzir as dificuldades é um dos objetivos da inovação”, explica Dalziza.

Os Correlatos de Proteção Vacinal são marcadores imunológicos que podem ser dosados no sangue como indicadores da proteção conferida pela vacina. Com frequência, Anticorpos Neutralizantes são considerados como Correlatos de Proteção Vacinal.

O projeto, incluindo a implantação da metodologia, teve financiamento do Programa Inova Fiocruz e da Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Rio de Janeiro (Faperj). Também contou com apoio dos Institutos Nacionais de Saúde, dos Estados Unidos, através do Programa de Reagentes para HIV Aids.

Recuperação mais rápida

O estudo caracterizou a produção de Anticorpos Neutralizantes em 103 pacientes que foram hospitalizados com Covid-19 entre junho de 2020 e maio de 2021, quando ainda não tinham sido vacinados.

As análises apontaram que a maior parte dos indivíduos, 88%, apresentava Anticorpos Neutralizantes no sangue no momento da internação, indicando uma resposta imune robusta. Por ou-

Ao todo, 34 mortes foram registradas durante o estudo. Entre os pacientes que foram a óbito, o título médio de anticorpos ficou 40% abaixo do observado entre aqueles que conseguiram se recuperar da Covid-19.

“O tempo parece ser muito importante para a efetividade da resposta imune. Entre pacientes que morreram, observamos aumento na produção de anticorpos após 14 dias de internação, mas isso não foi suficiente para deter a progressão da doença”, observa Dalziza.

Os títulos médios de Anticorpos Neutralizantes foram semelhantes entre os indivíduos positivos e negativos para HIV.

Nenhum dos pacientes tinha quadro de Aids – quando o vírus prejudica o funcionamento do sistema imune a ponto de sucumbir a outras doenças. A maior parte já realizava terapia para HIV e alguns tinham identificado a infecção recentemente.

“Avaliamos a presença de anticorpos para HIV e SARS-CoV-2 no soro desses pacientes e vimos que eles conseguem manter a produção de anticorpos para os dois vírus”, ressalta Dalziza, acrescentando que uma das perguntas da pesquisa era se a coinfeção estaria associada a quadros de maior gravidade na Covid-19.

“Em nosso estudo, observamos que os pacientes com HIV eram mais jovens do que os demais pacientes internados por Covid-19. Isso corrobora a ideia de que a infecção pelo HIV pode provocar um envelhecimento do sistema imune, aumentando o risco de agravamento da doença”, acrescenta a pesquisadora.

Plataforma para avaliar anticorpos neutralizantes

Os Pseudovírus poderiam ser descritos como



FOTO: GUTEMBERG BRITO

Metodologia implantada no Laboratório de Aids e Imunologia Molecular do IOC apresenta resultado rápido e preciso, sem risco de infecção para os profissionais.

tro lado, 12% apresentavam nível de anticorpos inferior ao mínimo detectável no exame.

Em média, os pacientes com anticorpos in-

detectáveis permaneceram 27 dias internados contra 14 dias daqueles com resposta imune robusta.

FOTO: GUTEMBERG BRITO



Segundo Dalziza, estudo reforça o papel dos Anticorpos Neutralizantes na fase inicial da resposta imune contra o SARS-CoV-2.

vírus ocos, porque apresentam a estrutura exterior de um vírus, chamada de envelope, sem o material genético viral funcional no seu interior.

Essas partículas são capazes de infectar células, mas não conseguem se replicar, uma vez que não possuem o genoma completo. É por esse motivo que não oferecem risco de infecção para os pesquisadores e não precisam ser manipuladas em Laboratório com alto grau de Biossegurança, como ocorre com o vírus SARS-CoV-2.

Os Pseudovírus também carregam um gene que é ativado após a infecção e produz uma proteína que emite fótons de luz quando oxidada, o que permite detectar a sua presença e quantificar a infecção com um equipamento de leitor de luminescência.

Essa característica é vantajosa para detectar e quantificar Anticorpos Neutralizantes em ensaios laboratoriais.

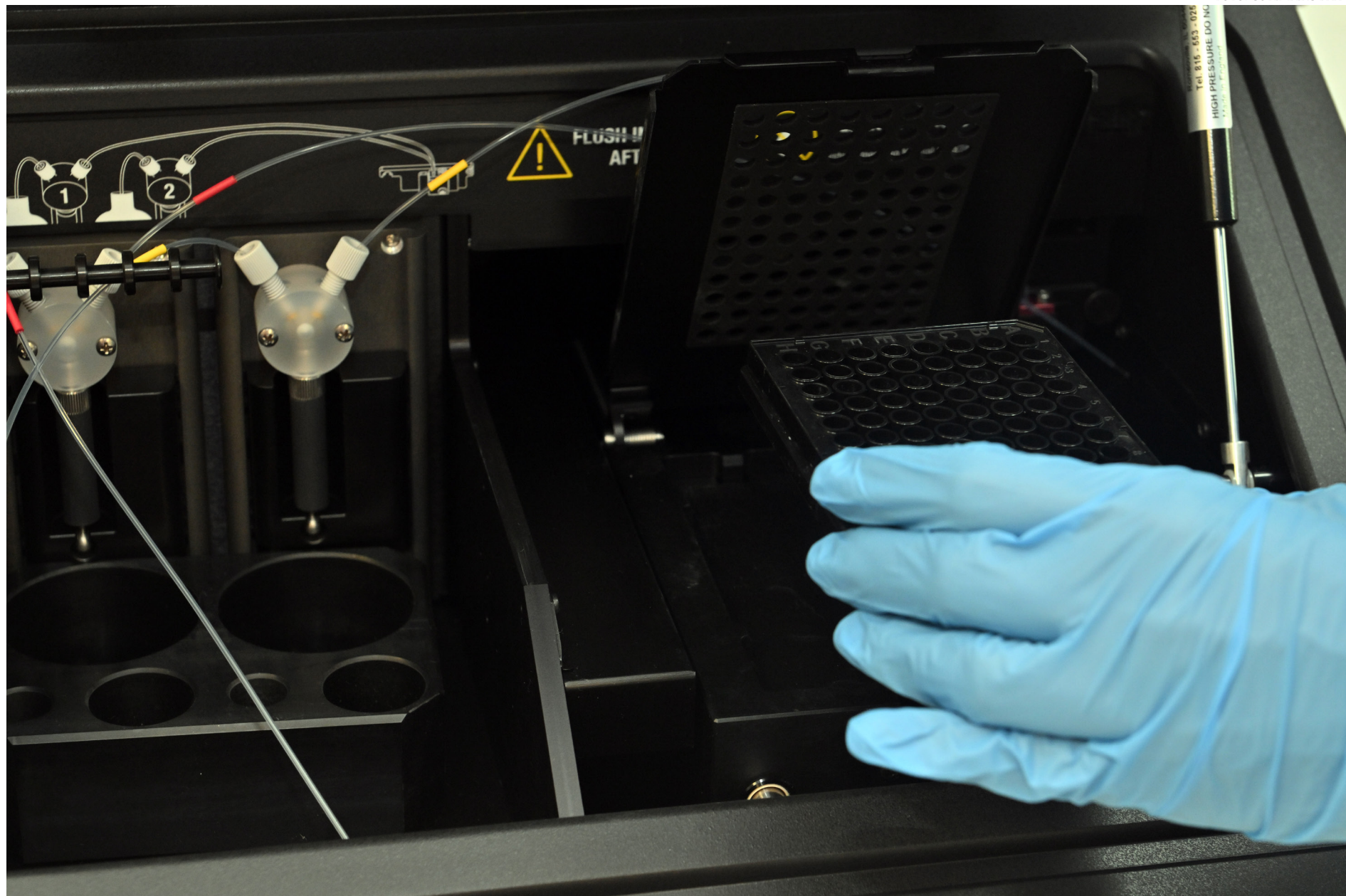
Quanto mais Anticorpos Neutralizantes houver no soro de um paciente, menos partículas

de Pseudovírus serão capazes de infectar uma cultura de célula, o que poderá ser medi-

do pela quantidade de luminescência emitida. "O ensaio com Pseudovírus é muito fidedig-

no para a titulação de anticorpos e entrega resultado em 48 horas", ressalta Dalziza.

FOTO: GUTEMBERG BRITO



Detecção de luminescência foi utilizada para quantificar presença de Anticorpos Neutralizantes nas amostras.

Para produzir Pseudovírus, os pesquisadores utilizam técnicas de Engenharia Genética. Determinados trechos do Código Genético Viral são inseridos em células, que funcionam como fábricas, produzindo proteínas virais e montando as partículas de Pseudovírus.

É uma técnica complexa que foi introduzida no Laboratório de Aids e Imunologia Molecular do IOC para estudos sobre o HIV, a partir de 2012. O projeto foi coordenado pela Pesquisadora Vera Bongertz, bioquímica que integrou a equipe responsável pelo primeiro isolamento do vírus HIV no Brasil, em 1987.

Para adaptar a metodologia para o SARS-

-CoV-2, os cientistas utilizaram a plataforma já estabelecida, construindo uma partícula híbrida: um Pseudovírus com envelope semelhante ao do HIV, porém com presença da proteína Spike do Coronavírus, conhecida como Proteína S.

"A Proteína S é a responsável pela entrada do Coronavírus nas células. Com um Pseudovírus que apresenta essa molécula, podemos detectar anticorpos que são capazes de se ligar ao SARS-CoV-2 e impedir a infecção", explica Dalziza, que já tinha trabalhado na implantação da metodologia para o HIV e padronizou a técnica para o Coronavírus no IOC.

Com a técnica implantada, os Pesquisadores

vêm realizando outras pesquisas, incluindo análises sobre a produção de anticorpos desencadeada pelas vacinas da Covid-19 e a resposta imune contra variantes do Coronavírus.

"Esse trabalho é resultado da política de inovação do Instituto Oswaldo Cruz e da cooperação científica", afirmou Dalziza, destacando a parceria com os profissionais do Centro Hospitalar Covid-19 e a equipe do estudo Recover-SUS, coordenado pela Pesquisadora Beatriz Grinsztejn, do INI/Fiocruz. "Estamos abertos a novos projetos e colaborações em pesquisas envolvendo a resposta de anticorpos neutralizantes", acrescentou.

MATÉRIA ORIGINALMENTE PUBLICADA NO PORTAL FIOCRUZ

<https://portal.fiocruz.br/noticia/covid-19-pesquisa-analisa-perfil-de-anticorpos-em-pacientes-internados>



Casa do Agricultor

PRODUTOS AGRÍCOLAS E VETERINÁRIOS

Org.: Aloísio Miguel Rebonato
Edmilson Bastos Batista

Fone: (77) 3473-1347

Vendas de Bombas, motores e máquinas agrícolas e toda linha completa de sistema de irrigação.

amrebonato@yahoo.com.br casaagricultora@bol.com.br
End.: Pça. Inácio Alves, 182 - Centro - Macaúbas - BA



Ives Gandra da Silva Martins

IVES GANDRA DA SILVA MARTINS GOIH COMMM É UM JURISTA, ADVOGADO, PROFESSOR E ESCRITOR BRASILEIRO, PROFESSOR EMÉRITO DA FACULDADE DE DIREITO DA UNIVERSIDADE MACKENZIE E MEMBRO DA ACADEMIA BRASILEIRA DE FILOSOFIA.

O Brasil em 2024 - Perspectivas Econômicas

O ano de 2023 para o Brasil não foi um desastre econômico, mas ficou longe de ser um sucesso.

A agropecuária salvou o governo Lula de um resultado negativo. Tendo crescido em relação a 2022, no período da safra e no começo do ano atingiu números expressivos que compensaram a acentuada queda do PIB nos 2º e 3º trimestres, permitindo uma evolução na ordem de aproximadamente 3%.

O déficit orçamentário previsto de muito mais de 100 bilhões de reais derrubou o bom resultado do último ano do governo anterior, num superávit acima dos 50 bilhões de reais.

A reforma tributária, aprovada em nível de Lei Suprema, sem conhecimento dos projetos de legislação infraconstitucional, assim como os impactos em cada unidade federativa e em cada segmento empresarial, continua sendo aplaudida pelos desconhecedores do sistema tributário e gerando perplexidade e dúvidas naqueles que o entendem.

A convivência de 2 sistemas (o antigo, dito como caótico, e o novo de 2026 a 2033), no mínimo trará para todas as empresas do Brasil um complicador, ou seja, continuar com o velho sistema por 8 anos, se não houver prorrogação, e acrescentar o novo desconhecido. Este terá que ser estudado com cuidado nos termos da Carta Magna e da legislação decorrente, lembrando-se que o texto que se pretende simplificador na sua origem, é 3 vezes mais extenso do que o atualmente previsto na CF/88.

Enfim, quando se conhecerem as alíquotas e os impactos na federação e na empresa nacional, durante as propostas legislativas, a indústria não protestará, pois foi a grande incentivadora e beneficiária do projeto, mas os setores de serviço, comércio e agropecuária, que terão um peso, em alguns segmentos muito superior à atual carga tributária, certamente criarão seus lobbies no Congresso para gerar novas exceções.

O certo, porém, é que o Brasil ostentará a maior alíquota de imposto sobre o valor agregado (IVA) do mundo.

Na política, o Executivo - cuja eleição foi assegurada pelo Supremo Tribunal Federal, no dizer de um dos Ministros, pois auxiliou a vencer o outro candidato, segundo outro Ministro, - mantém ótimas relações com a Suprema Corte e difíceis com o Congresso Nacional.

O Supremo Tribunal Federal, que se auto outorgou o direito de legislar em algumas matérias como aborto, drogas, marco temporal das terras indígenas, etc., transformou-se não só no poder técnico (de julgar), mas também no poder político, ao ponto de sugerir nomes para a própria Suprema Corte ao Presidente da República, com sua aceitação.

Essa transformação de uma Casa de interpretação das leis numa Casa Legislativa, gerou tensões e reação principalmente do Senado, que é a única Corte capaz de punir Ministros do STF, com projetos de Emenda Constitucional, dos quais um já fora aprovado na casa dos Estados (PEC 8/2021), desagradando os magistrados do Pretório Excelso.

Entendem os senadores, assim como eu, que o artigo 49 inciso XI obriga - é um "poder-dever" -, o parlamento a defender sua competência normativa perante a invasão de outros Poderes. Está assim redigido:

Art. 49. É da competência exclusiva do Congresso Nacional: (...) XI - zelar pela preservação de sua competência legislativa em face da atribuição normativa dos outros Poderes;

Por fim, por ser o Congresso um poder de maioria conservadora e o Executivo um governo de esquerda, todos os projetos de lei por estes propostos exigirão muito trabalho para serem aprovados e a concessão de recursos orçamentários para bases eleitorais dos parlamentares que possam votar a seu favor gerará um acréscimo orçamentário, sendo, pois, o custo político desfigurativo das contas públicas.

À falta de segurança orçamentária para combater a inflação, a política monetária do Banco Central é o único caminho que resta para enfrentá-la.

Nada obstantes tais problemas a serem enfrentados no ano de 2024, certamente com PIB menor que em 2023, sou otimista por acreditar mais na sociedade do que nos governos - que sempre são maus empregadores para o empreendedorismo e para o desenvolvimento nacional -, pois sei que a iniciativa privada brasileira se reinventará.

Para o Brasil, sempre confiei na teoria do besouro, que os físicos declaravam não poder voar pelo peso do corpo e o tamanho das asas, mas, apesar dos prognósticos contrários, sempre voou. Assim são os empreendedores brasileiros, quando a doutrina econômica mostra que não podem crescer, crescem, pois tem a sabedoria da reinvenção.

Inaugurado o novo Fórum da Comarca de Belo Campo

FOTO: DIVULGAÇÃO/UPB



Em ato presidido pelo presidente do Tribunal de Justiça da Bahia, Desembargador Nilson Soares Castelo Branco, e pelo prefeito José Henrique – Quinho – Silva Tigre (PSD), foi inaugurado o novo Fórum de Belo Campo.

DA REDAÇÃO *

redacao@jornaldosudoeste.com

Em ato realizado na manhã do último dia 16, presidido pelo Desembargador Nilson Soares Castelo Branco, presidente da Corte, o Tribunal de Justiça da Bahia inaugurou oficialmente o novo Fórum da Comarca de Belo Campo, que além das obras de modernização da estrutura física e aquisição de novos mobiliários e equipamentos ganhou a Sala Passiva de Videoconferência Digital - espaço físico reservado para a realização de atos processuais por meio de videoconferência, especialmente depoimentos e audiências - e a Sala de Depoimento Especial - espaço destinado a oitiva de crianças e adolescentes vítimas ou testemunhas de violência.

Na construção do Fórum de Belo Campo, executada pela Secretaria de Administração, através da Diretoria de Engenharia e Arquitetura (DEA / Sead), com 700 m², em uma área total de mais de 2,5 mil metros quadrados, o Tribunal de Justiça da Bahia investiu mais de R\$ 5 milhões. O projeto arquitetônico do novo equipamento da Justiça de Belo Campo conta com uma plataforma moderna que incorpora princípios de acessibilidade e preservação ambiental, através do reaproveitamento da água, áreas verdes, ventilação, energia fotovoltaica, entre outros elemen-

tos contemporâneos.

Em sua intervenção, durante o ato que marcou a inauguração do novo Fórum de Belo Campo, o presidente do Tribunal de Justiça da Bahia, Desembargador Nilson Soares Castelo Branco, reforçou que o compromisso da sua gestão se pautou na preocupação em dotar o Poder Judiciário baiano com condições necessárias para dar uma resposta célere, eficiente e de qualidade às demandas apresentadas pela sociedade.

O Desembargador presidente do Tribunal de Justiça da Bahia prosseguiu apontando que para conseguir cumprir com a proposta de avançar na melhoria e qualidade do serviço oferecido à sociedade é necessário disponibilizar uma estrutura física adequada para que os servidores possam melhor desempenhar suas atribuições e atender ao jurisdicionado, o que justifica plenamente os investimentos que estão sendo feitos na construção de novos Fóruns, como o de Belo Campo.

Para o prefeito do município e presidente da União dos Municípios da Bahia (UPB), a parceria formalizada pela Prefeitura Municipal de Belo Campo com o tribunal de Justiça da Bahia, que contribuiu para a evolução da Comarca para a sede própria, que permitirá importante avanço

para oferta de uma Justiça mais acessível à população belocampense.

Para o Juiz titular da Comarca, Gustavo Berriel Quariguasy Teixeira, a inauguração do novo Fórum representa um importante avanço, além de dignificar e consolidar a importância do Poder Judiciário para a sociedade belocampense. Ainda segundo o magistrado, os esforços e a parceria que viabilizaram a construção do novo espaço e, por consequência, uma melhoria significativa na estrutura operacional da Comarca, reforça a preocupação do presidente do Poder Judiciário baiano e do prefeito do município com a eficiência e celeridade dos serviços prestados à população.

O prefeito do município, José Henrique – Quinho – Silva Tigre (PSD), expressou, em sua intervenção, a satisfação em poder ter contribuído para a viabilização dos investimentos para construção do Fórum e estar participando de sua inauguração, ressaltando que a entrega do prédio da Justiça de Belo Campo representa uma importante conquista da população.

Também participou da solenidade de inauguração do novo Fórum da Comarca de Belo Campo, o Corregedor das Comarcas do Interior, Desembargador Emílio Salomão Pinto Resedá.

Concluída revitalização de trecho da BR-349/BA, entre Correntina e o Distrito de Rosário

FOTO: DIVULGAÇÃO/DNITT



DA REDAÇÃO *

redacao@jornaldosudoeste.com

O Governo Federal, através do Ministério dos Transportes, por meio do Departamento Nacional de Infraestrutura de Transportes (Dnitt), concluiu a obra de revitalização de 145,9 quilômetros da BR-349/BA, nos trechos compreendidos entre os quilômetros 897 ao 998,6; 1.17 e 1.038 e, 1.051,1 ao 1.74,4., entre a sede do município de Correntina e o Distrito de Rosário. A Rodovia é um importante corredor logístico utilizado para o escoamento da produção agrícola da região Oeste e para o turismo. As obras, que exigiram investimentos da ordem de R\$ 20,7 milhões, vão garantir mais segurança e trafegabilidade no trecho.

Além das intervenções para recuperação do pavimento, foram executadas obras de revitalização da sinalização horizontal, limpeza do acostamento e bueiros.

Considerado um dos mais importantes trechos rodoviários da macrorregião, a Rodovia BR-349/BA, além de fazer parte da rota do turismo religioso, ligando principalmente municípios do Centro-Oeste do país a Bom Jesus da Lapa, além de ser rota utilizada para acesso às praias do litoral baiano e nordestino, tem papel estratégico no escoamento da produção agrícola irrigada na região pelo Rio São Francisco.

APURAR. CHECAR. RECHECAR. INFORMAR.

Notícias falsas podem trazer muitos prejuízos para quem lê e compartilha. Desconfie de notícias apelativas, com informações espetaculosas ou que fogem do comum.

Na era da desinformação, o antídoto é uma imprensa comprometida com a verdade!

Para aqueles que souberam plantar (em 2023) a colheita na positividade, no amor, na prosperidade; seus retornos serão abençoados em 2024, pontua a Yalorixá Patrícia de Oyá

HEMILLY DIAS

jornalismo@jornaldosudoeste.com

Técnica em Administração, acadêmica em Serviço Social, Patrícia Rodrigues de Oliveira, 32 anos, brumadense, a Yalorixá do Ilê Axé Pokemmo Iansã, em Brumado, conta que o primeiro contato com o Candomblé foi quando seu irmão estava completando três anos de iniciado, pagando sua obrigação. Foi nessa oportunidade que teve, como afirma, contato pela primeira vez com as energias do Candomblé, com os Ialorixás. "A partir dali, foi aquela curiosidade de adentrar para a religião por conta do sentimento de amor, de união que eu senti

naquele momento. Eu estava passando por uma dificuldade imensa na minha vida, durante algum tempo estava passando por dificuldade, e já tinha procurado médicos, já tinha procurado todas as formas para solucionar o meu problema e não havia encontrado. E foi a partir daquele dia, da conversa do meu irmão, que resolvi fazer um Jogo, um Jogo de Búzios, e através desse Jogo descobri que o meu espiritual estava necessitando de um cuidado para que minha vida tivesse mais sentido. Foi então que decidi entrar para o Candomblé, me iniciando", detalha.

A Yalorixá Patrícia de Oyá lembra que hoje, depois de nove anos de iniciada no Ilê Axé Ofá Ibó, em Brumado, "pagando aí minha obrigação de sete anos no Ilê Axé Oju Orum, residente da cidade de Caetité, com o Babalorixá Tony de Oyá. "E foi então, com meus sete anos de iniciada, que Iansã me escolheu para ser Yalorixá, me dando aí essa responsabilidade, esse caminho de Mãe para zelar dos meus filhos, cuidar da comunidade, dando o mesmo sentido à vida das pessoas, assim como eu recebi quando eu entrei para a religião", pontua.

FOTO: LARA DALVA RAMOS



Yalorixá Patrícia de Oyá com Yawo Ana Laura, 4 anos, brumadense, iniciada a 1 ano; Nicole Vitória Medeiros Krikorian, 22 anos, brumadense; Gabriel Joaquim Chaves Pires, 26 anos, brumadense; Noah Alexandre Alves Pereira, 24 anos, brumadense, e Davi Patez Viana, 19 anos, paulista de Itanhaém, na área externa do Terreiro Ylê Axé Oju Orum

Gentilmente, a Yalorixá Patrícia de Oyá, do Ilê Axé Pokemmo Iansã, de Brumado, recebeu

a reportagem do JS no Terreiro Ylê Axé Oju Orum para uma entrevista exclusiva, quando,

com muita simplicidade falou sobre Religiosidade, Educação, Cultura, respeito as Tradições

e sobre os Orixás Regentes de 2024.

Confira os principais trechos da entrevista.

JORNAL DO SUDOESTE - Sobre os Orixás Regentes, é verdade que cada Terreiro tem um método específico para saber quem é o Orixá Regente?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - Sim, vários Terreiros têm o seu método que utiliza. Na minha raiz, que eu sou filha do Babalorixá Tony de Oyá, do lê Axé Oju Orum da cidade de Caetité, na nossa família, na nossa raiz, consultamos através do Jogo do Oráculo, do Jogo de Ifá, do Jogo de Búzios, no qual, através dos Odúns, descobrimos qual Orixá Regente. Em 2024, em nossa raiz, em nossa Casa, será Esú. Esú o Orixá Regente.

JS - Existe algum método tradicional de seleção do Orixá regente de um ano?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - Sim. Em 2023, tivemos o Ódún Ògbón, como Ódún principal do ano, trazendo aí todas essas tragédias: seca, doenças. Tudo isso que foi provocado, foi através desse Ódún. E 2024 será um ano diferente do que nos passamos.

JS - Diferentes Terreiros apresentarem diferentes Orixás Regentes. Isso ocorre por qual motivo?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - Ocorre através dos Oduns, como eu acabei de dizer. É através do Odun que se descobre o Orixá Regente. Temos aí o Orixá Esú, que vai res-

ponder no ano de 2024, mas sabendo que tem todo um consentimento da situação no qual venha acontecer 2024. Ou seja, não quer dizer que por ser um ano que vai ser de grandes conquistas, de grandes desenvolvimentos, de grande movimento, porque Esú traz isso na vida da gente. Esú é o responsável por encaminhar a gente aos caminhos do trabalho, ao movimento, a ousadia, porque Esú traz isso, né? A sexualidade, traz esse desejo, traz aí a autoestima de te levar sempre em busca do crescimento, em busca da correria. Mas também tem as pessoas que agiram de má fé diante de outras pessoas, tem pessoas aí que agiram com falsidade, fazendo maldade com as pessoas, será o ano também que será de descoberta, porque Esú vai cobrar.

FOTO: LARA DALVA RAMOS



"Esú vai estar disposto a arrancar a máscara das pessoas que não querem, diante da sociedade, agir como cidadão de bem. (2024) Será um ano de justiça. Muita, muita justiça."

JS – O fato de diferentes Terreiros apresentarem diferentes Orixás Regentes tem ligação com a Comunidade onde estão localizadas, com a vertente da religião?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - Tem sim. Tem vários aspectos aí que Esú vai trazer para gente. Esú vai trazer as descobertas da falsidade, as descobertas das pessoas que veem usando máscara esse tempo todo, fingindo ser uma pessoa que não é. Esú vai estar disposto a arrancar a máscara das pessoas que não querem, diante da sociedade, agir como cidadão de bem. (2024) Será um ano de justiça. Muita, muita justiça.

JS – A senhora é Filha de Oyá, conhecida como Deusa dos Ventos, das Tempestades, dos Raios e do Poder Feminino. O que Oyá, considerada Padroeira da Força e da Liderança Feminina, prevê especificamente para

as mulheres em 2024?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - Autoestima e Empoderamento. Vai ser uma questão que eu particularmente me sentirei empoderada. Por ser Filha de Oyá, por ser uma pessoa destemida, que não temo diante da dificuldade da vida, das pedras nos caminhos. Por mais difícil que seja, eu estou sempre em busca de lutar para tentar vencer esse caminho. Com as dificuldades que passei em 2023 estou preparada para 2024 ser um ano de mais desenvolvimento, porque além dessa Filha de Oyá, tem o aí Esú no meu caminho, Esú na frente, que é o mensageiro de tudo. Que se encaminha para levar do Orum ao Ayê, ou seja, do céu à terra e do Ayê ao céu, da terra ao céu. Então eu estou preparada.

JS - Quais são os Orixás regentes para 2024?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ – Temos, além

de Esú, Omolu, mas temos Esú como frente, pela nossa raiz do Ylê Axé Oju Orum. Esú está aí correspondendo ao ano de 2024 como frente.

JS - Qual a influência dos Orixás Regentes em nossas vidas em 2024?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - São muitos aspectos em nossas vidas, porque quem agiu pelo certo e fez (o certo) de fato, agiu de fato como ser humano de bem, como ser humano de caráter, de atitude, de responsabilidade, será um ano de grandes vitórias, será um ano de grandes conquistas. Aquilo que você lutou em 2023 e não conseguiu adquirir, prepare que 2024 as portas estarão abertas. Mas para aqueles que não agiram de maneira certa, infelizmente, vai ser um ano, assim, de muitas tragédias em relação à saúde, porque por ser um ano de sexualidade, por Esú respondendo à sexualidade, será um ano também de transmissões, de doenças transmissíveis.

JS - O que dizem os Orixás Regentes sobre 2024? Qual será a marca do novo ano? Será um ano de prosperidade, harmonia ou de desafios e dificuldades?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - É o que eu acabei de dizer. Para quem agiu certo, será de portas abertas, de empregos, de conquistas, mas para quem agiu errado será de dificuldade, de desafios que não acredito que vai conseguir passar perante a falha de 2023. Esú deixa aí o livre arbítrio, dois caminhos a seguir. Nós que devemos escolher qual caminho que devemos percorrer, se é o caminho do bem ou o caminho do mal. Para aqueles que direcionaram ao caminho do bem, tem tudo a crescer, tem toda a prosperidade, todo o desenvolvimento, mas quem escolheu ir pelo caminho errado vai estar aí o desafio da vida.

JS - Ainda haverá em 2024 espaço para o discurso de ódio ou as fakes news? O que dizem os orixás?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - Será muita fake news aí vindo à tona, por conta de acharem que as coisas ficarão escondidas, mas como eu havia dito, Esú é aquele que não deixa nada fica escondido perante Ele. Esú matou um pássaro hoje com a pedra que ele atirou ontem, então está aí a resposta de Esú.

JS - Qual mensagem que a senhora gostaria de deixar para as leitoras do JS?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - Eu gostaria

JS - E para a sociedade em geral, qual a sua mensagem?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - Amar o próximo. A sociedade em geral precisa acreditar que tem mudança no mundo. As pessoas têm costume de dizer "eu não consigo mudar o mundo", mas sim, cada um fazendo a sua parte consegue. A partir do momento que todos pensarem em mudança, em visão na sociedade para ajudar o próximo, fazer o bem sem olhar a quem, nós poderemos sim, conseguir mudar o mundo. E é isso que a sociedade precisa abraçar: a causa de todas as religiões, de todas as pessoas, independente de gênero, de cor, de raça ou qualquer que seja, precisa ser abraçado, precisa ser amado e precisa acreditar que Deus é um só. E a nossa religião é monoteísta. Acreditem em um só Deus.

JS - A senhora gostaria de acrescentar mais alguma coisa?

YALORIXÁ PATRÍCIA DE OYÁ - Só agradecer mesmo. Obrigada.

COLABOROU – LARA DALVA RAMOS
jornalismo@jornaldosudoeste.com



"Para quem agiu certo (em 2023), (2024) será de portas abertas, de empregos, de conquistas, mas para quem agiu errado será de dificuldade, de desafios que não acredito que vai conseguir passar perante a falha de 2023"

de agradecer a todos vocês por estarem aqui nesse momento maravilhoso, tratando do conteúdo de uma religião que é menos vista na sociedade, mas está tomando força e liderança a cada dia que passa. Gostaria de dizer a vocês

que continuem em busca do crescimento, do desenvolvimento e abraçando todas as causas, porque 2024 está vindo como um ano de pé firme, como um ano de determinação e de encaminhamento na vida de cada um.



"... A partir do momento que todos pensarem em mudança, em visão na sociedade para ajudar o próximo, fazer o bem sem olhar a quem, nós poderemos sim, conseguir mudar o mundo."



Rua CEL. Tibério Meira, 188 - 1º Andar - Sala 101
EDF. João A. Lacerda - Centro - CEP - 46100 - 000
Email: marlito@marlitocontabilidade.com.br
Instagram - @contabilidademarlitolacerda

Marlito Lacerda
CONTABILIDADE.

www.marlitocontabilidade.com.br

Brumado - Bahia
Setor Contábil - (77) 998444654
Setor Fiscal - (77) 998436634
Setor Pessoal - (77) 999251133



Cícero Carlos Maia

CÍCERO CARLOS STEIN MAIA OU CARLOS MAIA ADMINISTRADOR PÓS-GRADUADO; PROFESSOR E FUNCIONÁRIO PÚBLICO DO MINISTÉRIO DA CIDADANIA; ESCRITOR E ANALISTA SOCIAL

Retrospectiva 2023!

É normal no final de um ano que termina os meios de comunicação, apresentarem uma reportagem, retrospectiva, mostrando os fatos que foram mais marcantes que aconteceram ao longo do ano que ora se

despede deixando para trás apenas os ensinamentos de tudo o que aconteceu e nos deixou lições, como quais, nos servem de aprendizagem para que o acontecido não volte a acontecer novamente. Muitos foram os fatos profundamente marcantes que alteraram a nossa vida (de todos) por meio de atitudes que só serviram ao bem de alguns e que vem sendo sustentadas de uma forma perplexa, em nome do que não conseguimos compreender.

Dentre esses fatos estão os fatídicos acontecimentos do dia 8 de janeiro, tão marcantes, decisivos e, em especial inacreditáveis que foram os manifestos ocorridos de forma criminosa, em Brasília, por manifestantes, literalmente, tomados por uma energia negativa, contratada para destruir, a se aproveitar da insatisfação dos eleitores que viram o resultado das urnas apresentar um resultado que não se encaixava na realidade sociopolítica do país, naquele momento.

A insatisfação se deveu ao fato de termos que aceitar, um ex-detento, reincidente, (1980--2018), pouco escolarizado, assumidamente comunista, assumir a Presidência da República como enviado de todos os brasileiros, indistintamente de sua escolha para que o fato acontecesse da forma como aconteceu!

A destruição que assistimos foi algo perfeitamente programada realizado por pessoas que não pareciam insatisfeitas com o resultado das urnas eleitorais, mas contratadas para o exercício daquele ato de destruição fervorosa e encomendada. O resultado tinha que ser aquele a fim de que a culpa pudesse ser canalizada para os insatisfeitos com o resultado da eleição!

Do ponto de vista econômico, tivemos uma notícia especialmente alvissareira que foi o reconhecimento, pela agência Standard & Poors que é uma agência americana que controla as grandes economias do mundo e para onde lançam os investimentos econômicos internacionais, espalhando confiança aos investidores. O Brasil tinha a classificação BB- e teve a sua classificação elevada para BB (sem o sinal de menos atrelado a esta classificação).

Esses são os fatos mais relevantes, que se pode registrar, porque envolve a população como um todo, os outros fatos não são menos importantes, porém atinge populações específicas.

OBSERVAÇÃO: Os artigos publicados não traduzem a opinião do Jornal do Sudoeste. Sua publicação tem como objetivo estimular o debate de ideias no âmbito político, cultural, científico e social.

Js. Credibilidade

Mais que uma conquista
Um voto de confiança
que renovamos todos
os dias nos últimos
25 anos ◆

TAISE RODRIGUES

STUDIO
FOTOGRAFICO

(77) 98858-1020

Conheça seus direitos: advogado alerta sobre cobranças indevidas na lista de materiais escolares

Segundo o especialista, é importante que as famílias tenham clareza sobre as exigências legais e evitem custos desnecessários

FOTO: DIVULGAÇÃO



◆ **VÂNIA CASTRO - ASCOM/ UNIFTC**
vcastro.pet@ftc.edu.br

Com o início do ano letivo se aproximando, é hora dos pais ou responsáveis financeiros começarem a preparação para a compra do material escolar. Uma tarefa essencial, porém, muitas vezes desafiadora, que exige planejamento, organização e atenção aos itens exigidos pelas Instituições de Ensino. Será que a Escola está pedindo algo que não é permitido?

O advogado Diogo Giesta faz um alerta aos pais e alunos ao receberem a relação de materiais, que geralmente é bem extensa. "É importante ter cuidado com a lista de produtos, pois nem tudo que está contido nela pode ser exigido (veja box). A legislação brasileira, atra-

vés da Lei Federal nº 12.886/13, determina que as Escolas não devem realizar a cobrança de materiais de uso coletivo, ou seja, aqueles itens que serão utilizados por todos os estudantes ou pela comunidade escolar", explica.

Como exemplo, Diogo cita o pincel da lousa, material de escritório ou produtos de limpeza, que são de uso coletivo e favorece a todos da sala de aula e da Instituição. "Diferente do caderno, que cada aluno terá o seu", completa. O advogado esclarece que, em conformidade com a legislação vigente, não há uma lista específica de itens determinados, mas sim orientações abrangentes sobre as questões coletivas e individuais relacionadas aos materiais esco-

lares que visam proteger os direitos dos pais e dos alunos.

Ele ressalta que essa regra é aplicável tanto para Escolas privadas quanto para públicas. Sobre as Instituições Privadas, Diogo Giesta explica que os valores referentes aos materiais escolares já devem estar incluídos nas mensalidades, e, portanto, nenhum adicional ou extra deve ser cobrado dos responsáveis. "Quanto às Instituições Públicas, mesmo não havendo cobrança de mensalidade, a mesma medida é aplicada para garantir a equidade no acesso à Educação", disse.

Ainda segundo o advogado, os pais têm o direito de compreender a destinação de cada

material solicitado pela Escola. Essa transparência inclui a informação se o item será utilizado de forma coletiva ou individual, bem como uma justificativa para a cobrança de cada material. "É imprescindível que os pais, estudantes ou responsáveis tenham conhecimento das atividades pedagógicas para avaliar a relevância de cada objeto listado e verificar se a cobrança está em conformidade com as diretrizes legais".

Diogo explica que toda situação considerada fora do comum, especialmente quando se trata de itens de uso coletivo que não exigem aquisi-

ção individual, deve ser questionada pelos pais. "Em caso de descontentamento, é ideal que os pais procurem dialogar com a Escola e tentem uma revisão da lista", recomendou. Ele destaca que, diante de eventuais divergências, a formação de uma associação por um grupo de pais pode ser uma estratégia eficaz. Essa iniciativa visa promover uma aproximação com a Escola, facilitar o diálogo e aprofundar a compreensão mútua sobre os materiais solicitados.

Se, mesmo após essas tentativas, não houver um acordo, Diogo aconselha fazer uma notifi-

cação no Programa de Proteção e Defesa do Consumidor (Procon). Diante da persistência da discordância, ele orienta que os pais considerem acionar a esfera judicial como último recurso.

De acordo com o Código de Defesa do Consumidor, os estabelecimentos que descumprirem as regras receberão sanção administrativa: multa, dependendo da gravidade da infração, das reincidências e do potencial econômico e financeiro da empresa. Pode haver também a cassação da licença de funcionamento do local.

Como saber se o filho tem direito ao Auxílio Material Escolar?

O acesso à Educação é um direito fundamental, e para garantir que todas as crianças estejam equipadas para o sucesso acadêmico, muitas Escolas Públicas têm programas implementados de ajuda para material escolar. "Este auxílio é uma importante ajuda para os pais ou responsáveis. Esses materiais incluem cadernos, lápis, canetas, borrachas, mochilas, uniformes e outros suprimentos essenciais para a participação efetiva dos alunos na Escola", exemplificou Diogo Giesta, que também é professor do curso de Direito na UniFTC, em Petrolina.

Giesta declara que os critérios para receber o Auxílio para Material Escolar podem mudar dependendo do programa ou iniciativa dos Governos locais, Organizações Sem Fins Lucrativos, Empresas Privadas ou Instituições de Caridade, localidades que, geralmente, esses programas são implementados, com o objetivo de promover a igualdade de acesso à Educação e apoiar famílias em situação financeira mais difícil.

"Normalmente, esses programas adotam os critérios comuns de elegibilidade que incluem:

renda familiar, Programas de Assistência Social, Cadastro em Programas Governamentais, comprovação de necessidade, número de dependentes na Escola e situações de emergência", falou o professor da Rede UniFTC.

O advogado e professor Diogo Giesta finaliza informando que as famílias que desejam obter informações específicas em sua região, devem entrar em contato com as autoridades locais, organizações responsáveis pela iniciativa ou consultar os requisitos disponíveis nos canais de divulgação desses programas

Lei proíbe inclusão de itens de uso coletivo em lista de material escolar

◆ LARISSA BORTONI – SENADO NOTÍCIAS

<https://www12.senado.leg.br/>

Este é o primeiro ano em que as escolas estão proibidas, por lei federal, de cobrar dos pais a compra de qualquer material de uso coletivo. O projeto que deu origem à norma, PLC 16/2011 (<https://www25.senado.leg.br/web/atividade/materias/-/materia/103647>), do deputado federal Chico Lopes (PCdoB-CE), foi aprovado no Senado em outubro de 2013. De acordo com a Lei Federal nº 12.886/2013, o custo com materiais como papel sulfite, giz, produtos de higiene e copos descartáveis, devem ser incluídos nas taxas já existentes, não podendo ser cobrado pagamento adicional ou seu fornecimento pelos pais.

A senadora Ana Rita (PT-ES), relatora do Projeto na Comissão de Meio Ambiente, Defesa do Consumidor e Fiscalização e Controle (CMA), defendeu a proposta lembrando que o consumidor é vítimas de muitos abusos. "É evidente que a cobrança de materiais escolares inserida no valor da mensalidade escolar caracteriza abuso ao consumidor, identificado no direito econômico como abuso de dependência econômica, pelo qual o fornecedor de contrato de prestação continuada de médio e longo prazo impõe ao consumidor do serviço custos extras e adicionais, de forma abusiva e injustificável", observou.

Recomendações

Os órgãos de defesa do consumidor têm alertado os pais para a regra. Além disso, o Procon de São Paulo faz outras recomendações, como o reaproveitamento de sobras do ano anterior e a realização de pesquisas antes da compra. Um levantamento do Procon, feito em 2013, constatou diferença de até 450% no preço de um mesmo produto.

Outro cuidado é evitar os materiais com personagens, logotipos e acessórios licenciados, que geralmente são mais caros. É recomendado ainda ficar atento ao prazo de validade de produtos que, se vencidos, podem fazer mal à saúde.

As Escolas não podem cobrar dos pais que comprem o material no próprio estabelecimento, nem impor uma marca ou um local para a compra. O Procon de São Paulo alerta também que, ao determinar o uniforme a ser usado pelos alunos, as Escolas devem levar em conta a situação econômica da família e o clima da cidade. As trocas de modelo de uniforme devem respeitar intervalo mínimo de cinco anos.

Para você, o que é ser mulher ?

DA REDAÇÃO

redacao@jornaldosudoeste.com

A partir desta edição, tendo por objetivo ampliar o espaço e a cobertura e refletir sobre temas de interesse das mulheres – autocuidado, saúde, moda, empreendedorismo, e cultura, entre outros – além de dialogar diretamente com elas, o JS estreia a Editoria JS Mulher

Esse não é um compromisso novo, mas que se renova com a criação dessa nova Editoria, exclusivamente dedicada às Mulheres, voltada não apenas para publicação de temas de interesse delas, mas para fazer com que elas sejam

protagonistas e estejam incluídas nos debates sobre os mais diversos temas, polêmicos ou que envolvam o universo feminino.

Um espaço que nasce não apenas para escrever mais histórias sobre as mulheres, mais conteúdos voltados para o universo feminino, mas para incluir mais mulheres em histórias que possam contribuir para que outras tantas possam assumir o seu papel de protagonista na sociedade.

E dentro dessa proposta, nesta primeira edição da JS Mulher, não poderia ser outra a pauta

que não abrir espaço para que as mulheres pudessem refletir sobre o que é ser mulher.

E, para responder a essa pergunta (o que é ser Mulher?), cada vez mais presente nos debates relacionados à igualdade de gêneros, nada melhor do que ouvir as próprias protagonistas. Porque cada mulher, além de ter sua própria essência, que é resultado de suas escolhas e ideais, tem suas particularidades, o JS foi às ruas e ouviu mulheres de diferentes perfis e áreas de atuação para compartilhar suas próprias visões sobre o que é ser mulher.

Confira:

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



ALINE TEIXEIRA DA SILVA 35 ANOS, DE CACULÉ

FUNDADORA E PRESIDENTE DA
ONG JARDIM DAS BORBOLETAS

“Ser mulher é difícil, pelos desafios que temos que enfrentar diariamente, com os preconceitos, de todos em uma sociedade extremamente machista.

Porém é exatamente prazeroso saber é provar diariamente nosso potencial e capacidade de superar e surpreender, ser mãe é um desafio pois buscamos nunca repetir os erros de nossos pais, e fazer melhor para nossos filhos do que foi feito por nós”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



LEILA COSTA, 32 ANOS POÇOENSE

JORNALISTA E COMUNICÓLOGA, DIRETORA
EXECUTIVA DO SITE CORETO (www.coreto.com)

“Ser mulher, para mim, é um desafio diário. É ser magra demais; gorda demais; questionada por qualquer decisão.

É fazer o extraordinário e ainda assim não ser reconhecida.

É viver com medos e a insegurança consequentes da violência estrutural da sociedade.

Ao mesmo tempo, ser mulher é força, é garra, é sonho e realizações.

É enfrentar todos os desafios impostos ao gênero e continuar.

Ser mulher é liberdade

É delicadeza, é beleza...

É ter medo, e ir com medo, porque apesar de sabermos que o percurso é árduo e quase impossível, sabemos onde queremos chegar”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



MERCIA DE OLIVEIRA REIS 63 ANOS, DE VITÓRIA DA CONQUISTA

DONA DE CASA

“Para mim ser mulher é maravilhoso, eu sempre fui uma mulher muito independente, guerreira, trabalhei criando os meus filhos, graças a Deus o meu filho mais velho se formou. A mais nova está estudando. Assim, eu gostava muito dos anos 80, porque foi uma época que eu curti muito, foi a época da discoteca, aproveitei a minha vida e eu gostaria que hoje os meus filhos aproveitassem mais”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



LUANA REIS MEIRA 20 ANOS DE VITÓRIA DA CONQUISTA

ESTUDANTE DE PSICOLOGIA

“Ainda é algo muito desafiador, as mulheres ainda são vistas como seres menos independentes, são muito vistas como “você tem que fazer algo dentro de casa”. A diferença entre homem e mulher é muito grande, por exemplo: você estadia na casa de alguém, a mulher, você tem que fazer as coisas, o homem não, não tem problema. Ainda vejo muito essa diferença, de classe. Ainda é algo muito imposto na sociedade”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



ANA LÚCIA SILVA SOUSA 41 ANOS, DE GANDU/BA

DIARISTA

“Para mim ser mulher é bom, eu gosto muito de ser mulher, mas as vezes mulher tem a sua dificuldade, porque os homens veem a mulher como um objeto sexual. Uma mulher pra conseguir algo é um pouco difícil, porque tem a questão que os homens aproveitam muito. Mas eu amo ser mulher, de verdade, eu gosto e me sinto uma mulher corajosa, corro atrás dos meus objetivos, quanto mais a coisa é difícil mais eu corro atrás”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



LURDIANE NORBERTINO SILVA 28 ANOS, DE TREMEDAL

ENFERMEIRA OBSTETRICA E ESPECIALIZADA EM
URGÊNCIA E EMERGÊNCIA E UTI

“Ser mulher é um presente, é dádiva, é saber que você gera toda vida humana na terra e é o ser mais delicado e forte do planeta. A mulher pode ser e ter o que desejar dentro da sociedade, a nossa essência feminina, e esse turbilhão de emoções que somos, nos dão a capacidade de versatilidade dentro das profissões, muitas vezes no passado, empossadas apenas por homens. Eu me orgulho de ser mulher, pela feminilidade, pela força, por todas as mudanças desde a infância, idade adulta e velhice, pela capacidade que o corpo da mulher dar a ela de ser uma mulher diferente em cada fase, saber que através da mulher se formam gerações inteiras. É uma benção ser mulher”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



MARISA ROCHA SANTOS WANDERLEY 43 ANOS, DE ITUAÇU

SERVIDORA PÚBLICA MUNICIPAL

“Entender o que é ser mulher fica mais desafiador no mundo de hoje. Vai além de biologia, incluindo como a sociedade está mudando.

A vida das mulheres, agora, parece um quadro cheio de cores, cada uma com uma história única enfrentando desafios novos. Mesmo com a biologia como base, as coisas estão diferentes por causa das mudanças na sociedade.

Ser mulher atualmente não é apenas desempenhar papéis conhecidos, mas lidar com situações difíceis. Mães, líderes, artistas – cada mulher tem histórias de superação e também a habilidade de definir o que significa ser mulher em tempos incertos.

A verdadeira riqueza de ser mulher destaca-se na aceitação de ser única, ultrapassando barreiras e desafiando ideias preconcebidas. Nesse mundo em transformação, entender o significado de ser mulher significa estar aberto para aprender com experiências diversas que fortalecem a sociedade.

Ao construir um caminho que valoriza a igualdade e justiça, estamos moldando um futuro onde as mulheres, mesmo diante dos desafios atuais, podem ser quem são com força e confiança. Isso é um convite para apreciar e entender a beleza de ser mulher, construindo um mundo onde a diversidade é essencial para vencer os problemas de hoje”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



DARLENE LOURENÇO SANTOS, 40 ANOS, DE BRUMADO

AUTÔNOMA

“Ser mulher, para mim, é ser bem aceita, é ser respeitada, ser bem vista, porque no mundo de hoje, nós mulheres, somos muito julgadas. Então, assim, a gente merece respeito, merece ser bem aceita na sociedade. Porque no mundo de hoje a gente não pode nem vestir uma roupa curta e, pronto, ali a mulher já é julgada. Se o homem tomar boca, a culpa é da mulher e as coisas não são bem assim, não é mesmo? Eu, particularmente, amo ser mulher. Amo ser a pessoa que sou. Então, meu ponto de vista, é esse, ser mulher para mim é isso. Então, assim, ser mulher para mim é respeitar as outras mulheres, é você olhar para outra mulher como se fosse a si mesma e, assim, saber a sua dor, que é a mesma dor da outra, entendeu? A dor que a outra sente, como a sua própria. É olhar o mundo em volta e se enxergar nele”.

FOTO: HEMILLY DIAS



KASSANDRA DE SOUSA SILVA 20 ANOS, DE BRUMADO

MAQUIADORA

“Ser mulher é lutar cotidianamente para ampliar seu espaço e lugar na sociedade. Ser forte o bastante para enfrentar desafios e dificuldades. Ser mulher é ser capaz de correr atrás de seus sonhos, sejam eles quais forem. E, para finalizar, é ser guerreira e vencer todas as batalhas ao longo de sua vida”.

FOTO: HEMILLY DIAS



MARIA LUÍZA LEITE A SILVA 13 ANOS, DE BRUMADO

ESTUDANTE

“Ser mulher é trabalhar desde cedo, é saber lutar. Também é ser esforçada, tentar conquistar as coisas desde nova para que no futuro você já possa ter uma noção de como é a vida, de como é o trabalho. Também ajudar os pais, estudando, trabalhando também em casa, ajudando e sendo uma pessoa totalmente diferente da sociedade. Sendo mais você, para poder, então, pensar mais nos outros”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



ISADORA ARAÚJO ATAÍDE, 14 ANOS, DE BRUMADO

ESTUDANTE

“Ser mulher vai muito além da aparência e do determinismo biológico. É sinônimo de força, coragem, sensibilidade, dedicação, intuição e beleza”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



VALÉRIA DO CARMO DE JESUS, 44 ANOS, DE LICÍNIO DE ALMEIDA

ASSISTENTE ADMINISTRATIVA

“Para mim ser mulher é um misto de divindade e caos... ao mesmo tempo que temos o poder de gerar vidas, somos colocadas como fragilidade e fraqueza... Mas, como o fato de gerar e dar à luz seria uma fraqueza já que é o maior feito da humanidade? Como seria fraqueza criar filhos as vezes sem o pai presente, sem apoio da família? Sem contar quão grande e dolorido é.... Então, ser mulher é ser provada todos os dias. Ser mulher é ser desafiada todos os dias.

Então, para resumir tudo isso: SER MULHER É SER FORTE!”

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



ELISÂNGELA ROSA DOS SANTOS VENTURA 37 ANOS, DE MALHADA DE PEDRAS

GRADUADA EM HISTÓRIA E PEDAGOGIA, PÓS-GRADUANDA EM HISTÓRIA
POLÍTICA E SOCIAL E MESTRANDA EM ENSINO, SECRETÁRIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO DE MALHADA DE PEDRAS

“O que é ser Mulher?

Uma pergunta que não se responde de maneira rasa, dada a sua complexidade. Ainda assim, vamos lá!! Argumentar sobre o que é ser mulher...

Nos dias atuais, ser mulher parece assumir um viés cada vez mais pesaroso. Quando crianças, é comum que nos sintamos potentes, lindas, cheias de poderes e forças mágicas, sendo capazes de tudo. Entretanto, quando adentramos na adolescência, já começamos a sentir sobre nós o peso de uma cobrança excessiva convergindo para uma padronização dos nossos corpos, imposta pelo mundo. Mas, afinal, existe de fato um padrão?

A atriz Paola Oliveira sofreu recentemente nas redes sociais ataques de haters, os quais a definiram como fora de forma, acima do peso.

Temos visto, ainda, comentários machistas sobre o corpo de Yasmim Brunet, sendo ela, também criticada, tida como fora de forma, desleixada e acima da idade.

A percepção masculina sobre as mulheres, em sua quase maioria, está contribuindo para o desenvolvimento de transtornos psicológicos, autoestima destruída e uma menor felicidade das mulheres.

Nós, mulheres, infelizmente, ainda hoje, somos educadas desde a infância a nos adequarmos às expectativas alheias. Homens ainda veem corpos femininos como algo que deve servir a eles.

Chega a ser cansativo termos que reiterar constantemente os nossos direitos.

É raro encontrarmos hoje uma mulher que esteja realmente satisfeita consigo mesma. Vale salientar que, autoestima não é só aparência. Mas esse parece ser o atributo que primeiro colocam na balança, chegando a ser o calcanhar de Aquiles. Entretanto, esta balança na qual somos avaliadas é muito estreita e exclui todas nós, porque não existe um padrão objetivo de beleza.

As redes sociais, infelizmente, só pioraram isso, elas que impõem a nós os irreais e ilusórios filtros. E assim, foto após foto, vídeo após vídeo, vamos distanciando da nossa verdadeira imagem, adentrando em um processo de não aceitação de nós mesmas. Esta jornada doentia tem sido imposta às mulheres cada vez mais precocemente.

É nosso dever desconstruirmos os padrões impostos e sermos mais tolerantes com as singularidades umas de outras.

Estamos todas caminhando e é preciso trilharmos nesta estrada juntas, para que assim, nos fortaleçamos”.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



CLEONICE LOPES DA CRUZ (NICE AGENTE DE SAÚDE) 48 ANOS, DE RIACHO DE SANTANA

AGENTE DE SAÚDE SANITARISTA, VEREADORA PELO PT

“Ser mulher vai mais além de que ser do gênero feminino é ser sinônimo de luta persistência, determinação, força e coragem, para vencer todos os obstáculos que ainda enfrentamos, seja na família, no ambiente de trabalho, na política em fim em qualquer área ainda é comum ver atos de preconceito contra a mulher. Nós mulheres vivemos cotidianamente lutando para ampliar nosso espaço e lugar de fala na sociedade, de modo a efetivar a igualdade entre mulheres e homens”.

Ser mulher, para mim, não é ser o sexo frágil. É justamente o oposto. Uma mulher tem sensibilidade e inteligência emocional para compreender, unir e pacificar os momentos, sejam os familiares ou profissionais.

As barreiras de gênero ainda existem em todos os meios sociais e culturais.

A diferença é que agora já conquistamos vários direitos que tira as mulheres da posição de opressão e violência”.

Óticas Carol

TANQUE NOVO - BA
Av. Castro Alves, s/nº, Centro, próximo a Praça da Feira.

IGAPORÃ - BA
Rua sete de Setembro, nº 33, Centro, ao lado da Coelba.

SERRA DO RAMALHO -BA
Av. Sul, Centro, ao lado da Construbahia.

(77) 981690671

Proprietário: Gilvanio Rocha da Silva



Ricardo Viveiros

RICARDO VIVEIROS É JORNALISTA E ESCRITOR, DOUTOR EM EDUCAÇÃO, ARTE E HISTÓRIA DA CULTURA E AUTOR DE VÁRIOS LIVROS, DENTRE OS QUAIS: "MEMÓRIAS DE UM TEMPO OBSCURO". APRESENTA ÀS SEXTAS-FEIRAS, 23 HORAS, "BRASIL MOSTRA SUA CARA" NA TV CULTURA.

O QUE NOS MANTÉM VIVOS ?

Mais um ano se inicia na vida de todos nós. Ficamos “bonzinhos” na época de Natal, fizemos promessas de mudanças para 2024 e seguimos enfrentando novos e velhos problemas. É verdade que em termos de Brasil, estamos evoluindo em diversos aspectos no esforço concentrado para reparar danos do passado.

Ao olhar com atenção além de nós, para o Mundo como um todo, surge uma pergunta: O que nos mantém vivos? A fé, a esperança em dias melhores para muitas pessoas. Ter saúde, responderão outras. Várias dirão que os seus compromissos familiares, os que amam e delas dependem. Algumas afirmarão que é ter sonhos.

Tudo isso é verdadeiro.

Para nos manter vivos há, entretanto, outras necessidades que passam pela paz, meio ambiente, segurança alimentar, cultura, educação e, claro, o equilíbrio econômico com crescimento sustentado. Respeito é essencial. Soberania, independência, liberdade, democracia e direitos humanos. Nesse âmbito, está a Política – desde que assim, com letra inicial maiúscula.

Temos visto tantos desentendimentos, incompreensões, projetos pessoais e não coletivos, corrupção, violência que corremos o risco do mal maior: a desesperança. Lembro-me de que em 1973, em plena a ditadura que prendia, torturava e não hesitava em matar pessoas que pensavam diferente, Esther Góes e Renato Borghi, corajosamente, fizeram uma colagem de textos do dramaturgo e poeta alemão Bertold Brecht e montaram a peça “O Que Mantém Um Homem Vivo?”, direção do próprio Borghi e de José Antônio de Souza. Quase 10 anos depois, já próximos da redemocratização, eles remontaram o espetáculo, em 1982, desta feita com direção de Elias Andreato e Marcio Aurélio.

Em 2019, o mesmo Borghi, então comemorando 60 anos de carreira, mais uma vez exhibe a mesma peça em um período de nossa História em que víamos a ascensão de um brutal radicalismo confrontando direita e esquerda, sob um surto de dissonância cognitiva com ataques de todo tipo às instituições e, em especial, mais uma vez agredindo os que pensavam diferente. Um ano depois, o Brasil e o Mundo ainda sofreriam com a pandemia da Covid-19. Borghi foi repetitivo? Não, porque necessário.

Mais tarde, já no pós-período eleitoral de 2022, os “camisas verdes” ocupavam as portas de quartéis do Exército, fechavam estradas e, integrantes de uma seita que não aceita a realidade, cantavam o Hino Nacional Brasileiro em torno de um pneu e acendiam a lanterna de seus celulares para o céu pedindo intervenção extraterrestre contra a decisão do voto popular. Opção que, constitucional e legitimamente, havia eleito um novo presidente da República. No início de 2023, esses mesmos supostos nacionalistas, ao pior estilo nazista/fascista, invadiram os prédios dos três poderes em Brasília e depredaram o patrimônio público, incluindo peças históricas e obras de arte.

O que nos mantém vivos? Ao que nos mostra a História, a resposta inclui a Arte. Está nas pessoas que com seus textos, sons e imagens, ao longo do tempo, não medem riscos e esforços para dizer a verdade e nos conscientizar para que coisas ruins não aconteçam de novo. Que esses adoráveis teimosos, pessoas indispensáveis, sigam eternamente lutando por todos nós. Só assim, a cada 12 meses, poderemos desejar: “Feliz Ano Novo!”

OBSERVAÇÃO: Os artigos publicados não traduzem a opinião do Jornal do Sudoeste. Sua publicação tem como objetivo estimular o debate de ideias no âmbito político, cultural, científico e social.



CONSULTORIA E ASSESSORIA MUNICIPAL

Ação e Organização a serviço da Administração Pública