

EDUCAÇÃO ■ AS BOAS LIÇÕES DA VOLTA ÀS AULAS DOS PEQUENINOS
CAMPANHA ■ A LUTA DE UMA MÃE PARA AMPLIAR O TESTE DO PEZINHO

Ano XIX | Nº 237 | www.revistaencontro.com.br

DIÁRIOS ASSOCIADOS **DA**

encontro^{BH}

Marcos Sampaio
e Selmo Geber,
diretores da Clínica
Origen, especializada
em reprodução
assistida: tecnologia
proporciona pausa
no relógio biológico
com segurança



Com a pandemia, milhares de mulheres resolveram recorrer ao congelamento de óvulos para postergar o sonho da maternidade. Consequência: a procura por clínicas especializadas explodiu no último ano

FERTILIDADE ADIADA

AGUARDE, VEM AÍ...



Cadastre-se para pré-lançamento e faça uma
visita guiada exclusiva ao apartamento decorado

...SEU CAPARAÓ, EM LOURDES



RUA CURITIBA, 2142 - LOURDES

 (31) 4009-7000
www.caparao.com.br

CAPARAÓ

D E S D E 1 9 5 7





INDÚSTRIA.

TÁ NA VIDA, TÁ EM TUDO.



Tá no pãozinho com manteiga e no seu carro.
Tá no telhado de casa e na sua roupa preferida.
Quer saber a importância da indústria na sua
vida? Tá fácil. Onde quer que você esteja,
a indústria tá sempre presente.

SESI SENAI FIEMG



A VITALLIS AGORA É DO GRUPO NOTREDAME INTERMÉDICA - GNDI

Desde abril de 2021, a Vitallis é parte do GNDI, **a maior operadora de saúde do Brasil, com mais de 50 anos de experiência e 6,2 milhões de beneficiários.**

Um momento que marca a expansão do grupo em Minas, abraçando algumas operadoras e hospitais daqui, como o Lifecenter. Ou seja, o que já era bom, ficou ainda melhor para você:



Mais **planos acessíveis** para todos os bolsos.



Planos **empresariais, individuais e odontológicos.**



Ampla Rede Própria de Centros Clínicos, hospitais, prontos-socorros, maternidades, pontos de coleta ambulatoriais e Unidades de Medicina Preventiva.



Acesso aos melhores hospitais de BH, como a rede Mater Dei e o Lifecenter.

**CUIDE DE QUEM VOCÊ GOSTA,
ENQUANTO A GENTE CUIDA DE VOCÊ.**

Acesse vitallis.com.br







#JUNTOS
— *para*
FLORESCER
sempre —



(31) 98419-1843 | @florescerdecoracoes

FLO
RES
CER

Paulo Márcio

32



20 ENTREVISTA
Secretário de estado de saúde, Fábio Baccheretti, fala sobre os desafios da vacinação em Minas

28 COMPORTAMENTO
Mães que estão na linha de frente do combate ao novo coronavírus e os desafios de proteger seus filhos

32 EDUCAÇÃO
As lições das escolas que já estão recebendo pequenos estudantes de 0 a 5 anos

38 SAÚDE
Pandemia da Covid-19 tem levado cada vez mais crianças e adultos aos consultórios psiquiátricos

42 SONO
Dicas para ter uma noite repousante mesmo em meio à quarentena

46 TECNOLOGIA
Grupo de pesquisa da UFMG cria mão biônica com preço mais acessível

50 PERFIL
A batalha da jornalista Larissa Carvalho para ampliar o teste do pezinho no SUS

52 DEZ PERGUNTAS
Para o especialista em infância e adolescência, Antônio Alvim Soares

56 DECORAÇÃO
Quadro vivo traz a natureza para dentro de casa



HUNTINGTON | PRÓ-CRIAR
MEDICINA REPRODUTIVA

Precisamos falar sobre fertilidade

#TrintouCongelou

Você sabia que a mulher já nasce com todo o seu estoque de óvulos? Ao longo da vida, a quantidade e a qualidade dos óvulos vão diminuindo, até a menopausa. Essa queda começa aos 30 anos e se acentua depois dos 35 anos.

Por isso criamos a campanha #TrintouCongelou. Para informar as mulheres que ao completar 30 anos, congelar os seus óvulos* pode ser uma ótima opção para manter a qualidade deles. Estamos com você nesta caminhada.

Aponte a câmera do seu celular para o QR Code ao lado e conheça nossa página exclusiva sobre o assunto, com conteúdos sobre fertilidade e como a medicina reprodutiva pode auxiliar mulheres e casais.

Agende sua consulta com nossos médicos e especialistas.

* A técnica de congelamento de óvulos não garante a obtenção de uma gestação futura. Ela mantém a viabilidade dos óvulos na época em que foram criopreservados, com as suas respectivas condições de saúde daquele momento. A obtenção da gestação futura dependerá, além da condição dos óvulos, da saúde do aparelho reprodutivo completo. Consulte sempre um especialista.



Página especial
**#Trintou
Congelou**



Paulo Márcio

90



60 BATE-PAPO
Produtor cultural Aluizer Malab
fala sobre a retomada em seu setor

64 NEGÓCIOS
Vendas on-line de LPs
avança em meio à pandemia

68 PET
Como os bichos de
estimação ajudam as
crianças no confinamento

72 VEÍCULOS
FCA/Stellantis lança seus primeiros
modelos do motor flex turbo
produzido na fábrica de Betim

76 CULTURA
A artista Sânia Fagundes
dá vida ao inesperado
em suas obras

78 CAPA
Incertezas originadas
pela Covid-19 faz
procura pela técnica
de congelamento de
óvulos crescer até 200%
em clínicas de reprodução
assistida da capital mineira

90 GASTRÔ
Conheça sete casas
que apostam em um
só produto no cardápio

ARTIGOS

18 PEDRO LOBATO
Dias melhores virão

24 PATRÍCIA DE CASTRO VÉRAS
Patentes em discussão

70 RODRIGO A. FONSECA
Rosé – de patinho feio
a objeto (alcançável)
de desejo – parte I

98 PAULA PIMENTA
Diário de uma mãe exausta

FOTO CAPA: Uarlen Valério

Obrigada aos profissionais da linha de frente no combate à COVID-19.

Por todos os dias, todas as noites e pela luta incansável para cuidar da vida.
Por abraçar nossos clientes nos momentos em que eles mais precisam.
Por levar leveza e experiência para cada caso.
Por olhar para as pessoas como elas são: únicas.
Muito obrigada.

Vocês fazem a Unimed-BH ser muito mais que um plano.

Unimed 
Belo Horizonte

50
ANOS

DIÁRIOS ASSOCIADOS **DA**

Diretor-Presidente Álvaro Teixeira da Costa

ESTADO DE MINAS

Diretor-Executivo Geraldo Teixeira da Costa Neto

Vice-presidente de Negócios Corporativos Josemar Gimenez Rezende

Diretor de Publicidade Mário Neves
Diretor Jurídico Joaquim de Freitas

encontro^{BH}

Diretor-Geral/Editor André Lamounier

Editores Colaboradores Alessandro Duarte
Fábio Doyle
Neide Magalhães

Jornalismo Daniela Costa
Marcelo Fraga
Marina Dias
Rafael Campos

Colaboradores Gui Torres
Marinella Castro

Editor de Arte Roger Simões
Equipe de Arte Antônio de Pádua
Carvalho

Gerente Administrativa Solange Rabelo

Gerente Comercial Laila Soares

Departamento Comercial Agata Utsch
Andreza Braga

Assistente Comercial Roberta Magalhães

Distribuição André Lima

Projeto Gráfico Editora Encontro

Impressão Coan

Distribuição Encontro Log

Para Assinar (31) 2126-8770

Para Anunciar (31) 2126-8000

Atendimento ao Leitor (31) 2126-8000

TIRAGEM
72.000
EXEMPLARES

TIRAGEM E CIRCULAÇÃO AUDITADA PELA



CONFORME RELATÓRIO EM NOSSO PODER.

ENCONTRO É UMA PUBLICAÇÃO MENSAL
DA ENCONTRO IMPORTANTE LTDA. BELO HORIZONTE.
RUA BUENOS AIRES, 10, 3º/4º ANDAR - CARMO
30315-570, BELO HORIZONTE - MG
FONE: (31) 2126-8000
EMPRESA FILIADA À



ALESSANDRO DUARTE / EDITOR
aduarte@revistaencontro.com.br

Lições da maternidade

Autora da reportagem de capa desta edição, a repórter Daniela Costa sabe que os planos - mesmo aqueles mais bem elaborados - muitas vezes são atropelados pelas circunstâncias. Ela começou a apurar a matéria sobre o crescimento na procura por congelamento de óvulos em clínicas de fertilidade ainda em 2019. A ideia era entender o fenômeno e publicar essa história em maio de 2020. Mas, como todos sabemos, a pandemia do novo coronavírus derrubou todos os planos do primeiro semestre do ano passado. Havia questões mais urgentes para tratarmos e a fertilidade adiada foi para a gaveta.

Mas Dani é insistente e o assunto não saiu de seu radar. E não é que a Covid-19 e os riscos da infecção em mulheres grávidas fez crescer ainda mais a corrida por clínicas de reprodução humana? Era a hora de voltar à carga e conversar novamente, tanto com médicos especialistas quanto com mulheres que decidiram recorrer ao congelamento de óvulos para manter aceso o sonho de ser mãe, quando e "se" quiserem, como diz o médico Bruno Scheffer.

Outras mães trazem histórias emocionantes nesta edição. A repórter Rafaela Matias conversou com mulheres que estão na linha de frente do combate ao novo coronavírus e precisam se desdobrar entre os desafios de proteger os filhos e a rotina nos hospitais. A psicóloga Meire Rose Cassini, supervisora responsável pela equipe hospitalar e ambulatorial de psicologia do Hospital Felício Rocho, por exemplo, conta que ficou dois meses sem ver sua filha, Sophia, pessoalmente. Nesse período difícil de isolamento, ela só se comunicava com a menina por vídeo chamadas. Em uma ocasião, Sophia apareceu com um cartaz escrito a mão: "Fique em casa para que minha mãe e os outros profissionais da saúde possam voltar para casa." Nem é preciso dizer que Meire não conseguiu segurar o choro. Mas em nenhum momento pensou que a batalha não valeria a pena.

A jornalista Larissa Carvalho também tem a certeza de que sua batalha não é em vão. Ela luta pela ampliação do teste do pezinho no Sistema Único de Saúde (SUS). Na rede pública, o exame só é capaz de rastrear seis doenças, enquanto na privada pode alcançar 53 diferentes enfermidades raras. Foi uma dessas doenças não identificáveis atualmente que acometeu seu filho, Théo, há seis anos. Ele é portador de acidúria glutárica, doença genética que faz com que o organismo não absorva proteínas. Por isso, cada alimento ingerido - até o leite da mãe - fazia com que perdesse neurônios. Caso fosse tratado precocemente, não estaria hoje em uma cadeira de rodas. Poderia falar, firmar os pés no chão, chutar bola, correr, pular. Como todas as crianças de sua idade. Em entrevista a Marinella Castro, ela diz que seu grande desejo é dar a milhares de famílias a chance de não repetir sua história. Uma história que ela conta com coragem, sem esconder a dor, em busca de esperança "para os Théos que ainda irão nascer". ■



Barbara Dutra/divulgação

A jornalista Larissa Carvalho (com os filhos Théo e João) batalha pela ampliação do teste do pezinho no SUS: seu filho nasceu com uma doença rara não identificável pelo exame oferecido na rede pública de saúde

Use seu imóvel pra ter dinheiro na mão!

As melhores condições para contratar seu Empréstimo com Imóvel em Garantia

- Parcelas a partir de R\$ 372,92
- Taxa a partir de 0,70% a.m. + IPCA
- Aceitamos imóveis residenciais e comerciais (quitados ou ainda financiados)

Contrate até 50% do valor do seu imóvel e realize seus projetos.

inter

Faça uma simulação
bancointer.com.br



FALE COM A ENCONTRO

Algumas das mensagens enviadas para a redação no mês passado e postadas em nosso site e nas redes sociais

TEMPO DE SOLIDARIEDADE

Na edição de abril, falamos sobre a união dos mineiros na missão de diminuir os impactos da pandemia, e citamos diversas iniciativas de pessoas, instituições e empresas para tentar diminuir a fome, melhorar as condições de famílias, hospitais e até da estrutura de vacinação de prefeituras.

Obrigada @revista_encontro por dar visibilidade não só ao @unindoforcash mas a tantos outros projetos e pessoas que estão se importando e transformando esse sentimento em ação!

Silvia Castro (@silviacastrodc)

Ficou linda a edição! Parabéns!

Ana Luiza Prates (@dra.analuiza.prates)

Sem palavras para expressar a alegria que sinto, vendo esse trabalho realizado pelo @institutoadotar. Mudando vidas e trazendo esperança para muitas famílias. Parabéns @revista_encontro por apresentar essa matéria! Merecidíssimo!

Paula Peixoto (@paulaluris)

Gratidão @revista_encontro pelo apoio e carinho. Seguimos firmes no propósito de matar a fome de quem mais precisa neste momento. Tamojunto, @unindoforcash.

Leo Martins (@leoogrito)

Muito obrigada @revista_encontro por nos ajudar a divulgar o @unidospelavacina! A mídia é sempre tão importante para levar ações a público e somar forças.

Patrícia Tiensoi (@patriciaamaraltiensoi)

Que orgulho de pessoas com essa atitude.

Carla Pessoa (@jcarlapessoa)

VACINA DA UFMG CONTRA A COVID-19 É UMA DAS MAIS AVANÇADAS DO PAÍS

Conversamos com o virologista do departamento de microbiologia, integrante do corpo científico do CT Vacinas Flávio da Fonseca sobre o desenvolvimento do imunizante da UFMG contra a Covid-19

Que ótimo!

Facebook Isabel Carneiro

Estava torcendo por isso. Fico feliz em saber! Parabéns a todos envolvidos da UFMG e ao Alexandre Kalil que apoiou.

Vivian Campagnacci (@vivcampagnacci)

Parabéns, @flavioguimaraesda. Nossas orações para o sucesso do seu trabalho e da sua equipe.

Frederico Tavares (@fredmtsousa)

Aí vem a @anvisaoficial e não aprova...

Estela Faria (@estelafariasilva)

Viva a ciência. Viva a UFMG!

Paulo A. (@pauloamw)

LIVRO REÚNE RELATOS E ANALISA SONHOS DE BRASILEIROS NA PANDEMIA

A publicação "Sonhos Confinados", organizada por pesquisadores, inclusive da UFMG, conta e analisa algumas das histórias que povoaram o sono dos brasileiros no último ano

Cadê o livro?! Já quero.

Daniella Alvares (@alvaresdaniella)

Eu já me vi contaminada no sono.

Facebook Analú Banze

Venho tendo sonhos super esquisitos, em que estou perdida e não acho o caminho. Cada sonho, ou melhor, pesadelos!

Jenny Ximenes (@jennyximenes)

Excelente leitura. Gostei!!

Leticia Vieira (@leticiadvieira)

POSITIVIDADE TÓXICA

Em nossa última edição, apresentamos algumas opiniões de especialistas sobre o conceito de positividade tóxica, e o assunto deu "pano para manga" para a reflexão dos nossos leitores

Um assunto muito importante mesmo para trazer à tona. Difícil achar a melhor maneira de se comunicar, uma vez que seguir pessoas que também só lamentam e apresentam os problemas é cansativo. Qual a medida certa? Quando se expor e falar dos problemas? Quando mostrar que tudo pode ter um lado bom? Gosto dessa discussão.

Vivi Silva (@vivizagnolisilva)

Maravilha de matéria! Felicidade demais sempre esconde algum sintoma.

Carolina Vaz (@carollauriavaz)

Uma pauta realmente muito importante! Notamos pessoas com o corpo e com a mente adoecidas exatamente de tanto buscar apoio nas redes sociais e nos influenciadores adeptos da positividade

tóxica (o que não se confunde com pessoas alegres). Parabéns pela iniciativa!

Shai Spa Urbano (@shaispaurbano)

Materia top! Valeu a reflexão!

Anderson Rodrigues

(@andersonrodrigues.psico)

DOCUMENTÁRIO HOMENAGEIA NELSA TROMBINO, FUNDADORA DO RESTAURANTE XAPURI

A pré-estreia nacional do filme ocorreu durante o Matula Film Festival, em 16 de maio

Todo o merecimento para a dona Nelsa. Parabéns

Felix Matos (@felix_matos)

Muito merecido, vou acompanhar

Cristina Teodoro (@cristina.teodorols)

Reprodução Redes Sociais



No dia 4 de maio, após uma longa batalha contra a Covid-19, o comediante Paulo Gustavo morreu em decorrência das complicações da doença. Em 5 de maio, seu marido, o dermatologista mineiro Thales Bretas, realizou uma homenagem e convocou aplausos ao ator.

Foi um guerreiro.

Denise de Oliveira (@denisearaujodeoliveira)

Grande personalidade o nosso Brasil.

Thiago Mendes (@thiago.salvatore.37)

Merecedor de muitos aplausos. Moço de bom coração e talentoso.

Carolina (@jucarnas)

Sentiremos sua falta. Excelente comediante!

Estefanie Jorge (@estefaniejorge)

f /revistaencontro

instagram revista_encontro

Fale com a Encontro BH: Comentários sobre o conteúdo editorial da Encontro, sugestões e críticas a matérias: R. Buenos Aires, 10, 3º e 4º andar - Carmo - CEP: 30315-570, Belo Horizonte, MG | E-mail: cartas@revistaencontro.com.br. Cartas e mensagens devem trazer o nome completo e o endereço do autor. Por motivos de espaço ou clareza, elas poderão ser publicadas resumidamente. **PARA ANUNCIAR:** R. Buenos Aires, 10, 3º e 4º andar, Carmo, CEP: 30.315-570 - Belo Horizonte, MG | Tel: (31) 2126-8000 | Fax: (31) 2126-8008 **RELEASES:** redacao@revistaencontro.com.br | Fax: (31) 2126-8781 | **ASSINATURAS:** Tel: (31) 2126-8770

MATER DEI VACINA



VACINA DA GRIPE DISPONÍVEL!

A vacina é uma das formas de prevenção mais eficientes.

A vacina contra influenza reduz em 32 a 45% das internações por pneumonia e de 39 a 75% as complicações da gripe. Ela protege as pessoas portadoras de doenças respiratórias que são grupo de risco também para Covid-19 e reduz a pressão no sistema de saúde no inverno, quando tem aumento da circulação dos vírus respiratórios. É aplicada anualmente, em dose única e a proteção se estabelece em duas a três semanas após a vacinação. **A vacinação é segura para gestantes e mulheres em amamentação.**

Indicada a partir de 6 meses de vida sem idade limite. Deve ser aplicada com intervalo mínimo de 14 dias antes ou após a vacina contra o coronavírus.

Vacine-se contra a gripe na Rede Mater Dei de Saúde. (Vacina Tetravalente)

Atendimento: Segunda a sexta-feira das 6h às 17h e sábados, das 7h às 12h.
Informações: (31) 3339-9010 ou pelo WhatsApp: (31) 97150-7542.
Endereço: Avenida Barbacena, 1067 - Santo Agostinho

 **MaterDei**
Vacina



Dias melhores virão

Fazer barulho é próprio da política, aqui e até nos países mais desenvolvidos. É ruído que ajuda a chamar a atenção para esse ou aquele ator político, mas que, na prática, tem pouca ou nenhuma serventia ao país. Um de seus efeitos colaterais é dificultar a correta leitura do ambiente econômico, já que, muitas vezes, oculta boas oportunidades, apenas para criar ambiente desfavorável ao governante da hora.

Mas o observador atento aprendeu a se desviar das narrativas e a focar nos fatos, antes de chegar às suas próprias conclusões. A esta altura ele sabe que a plena retomada da economia depende da ampla aplicação das vacinas contra a proliferação da Covid-19. Não quer perder tempo discutindo o que não tem mais volta, apenas constata os efeitos do barulho: negativos sobre o ânimo das pessoas e devastadores sobre grande parte da economia.

No Brasil, o setor de serviços, por sua diversidade e quantidade de pequenos negócios, foi o mais afetado. É exatamente o que tem mais peso na formação de nosso Produto Interno Bruto (PIB) e, não por acaso, o maior empregador do país. Com a massiva propagação do medo, em lugar da correta instrução sobre a pandemia, a maioria dos clientes sumiu. E boa parte dos poucos que procuraram atendimento bateram com o nariz na porta. Impedido de funcionar, o setor desempregou milhões de pessoas.

Os últimos dados divulgados pelo IBGE revelam que o faturamento dos prestadores de serviço teve queda de 4% em março em relação ao mês anterior. No acumulado dos últimos 12 meses, a queda do setor chega a 8%.

Os serviços dependem diretamente das condições de emprego e renda da população. Não será possível, portanto, uma recuperação sustentável desse setor sem a normalização da vida cotidiana da maioria da população. No momento, essa volta está condicionada ao avanço da vacinação de parcela expressiva dos atuais 210 milhões de brasileiros.

A boa notícia – ofuscada pelo barulho da política – é que há vários sinais de que teremos um segundo semestre bem mais animador do que os seis primeiros meses de 2021. Na verdade, o segundo semestre promete um ritmo bem mais acelerado da campanha de vacinação e, com isso, deverá ocorrer a abertura mais ampla e segura do comércio e dos serviços. Mais gente voltando a comprar, a viajar, a frequentar salões de beleza, barbearias, livrarias, oficinas, bares e restaurantes fará mover-se para frente a roda do consumo e da produção.

Ocorre que os países que desenvolveram e são produtores das vacinas contra a Covid-19, depois de restringirem a exportação desse produto – especialmente Estados Unidos, China, Índia, Reino Unido e Alemanha –, estão alcançando número de vacinados que permite a liberação gradual das encomendas de imunizantes para o Brasil e outros países não produtores.

Um segundo fato positivo ocorreu no fim da segunda semana de

“O segundo semestre promete um ritmo bem mais acelerado da campanha de vacinação e, com isso, deverá ocorrer a abertura mais ampla e segura do comércio e dos serviços”

maio nos Estados Unidos. As autoridades locais autorizaram a dispensa da desconfortável máscara facial pelos moradores que já tinham sido imunizados. Essa decisão foi tomada quando o total de vacinados chegou a representar 35% da população – ou seja, pouco mais de um terço dos 330 milhões habitantes.

Ora, o Brasil já tinha vacinado, na mesma ocasião, mais de um quarto (mais de 25%) de seus 210 milhões de habitantes. Com a liberação para a exportação ao Brasil de lotes cada vez maiores de insumos para envaseamento e de vacinas acabadas e já aprovadas pela autoridade sanitária brasileira, o país caminha para alcançar, no fim de junho, os mesmos 35% de imunização registrados pelo EUA em meados de maio.

Será ótimo nos livrarmos das máscaras. Melhor ainda se as autoridades locais entenderem ter chegado a hora de girar a economia e devolver os empregos. Assim, para desespero dos que torcem contra o Brasil, dias melhores virão. ■



VISTA DE TIRAR O FÔLEGO

Quando o pôr do sol é um espetáculo
nada como ocupar o melhor camarote.

Por que o Ville Verdi é único: Condomínio fechado na Zona Sul de BH

- Aos pés da Serra do Curral • Vista inigualável • Lazer completo / Lazer privativo • Energia Solar
- Sustentabilidade • A 5 minutos do BH Shopping



UMA COZINHA ABERTA PRA VIDA



SEU CLUBE, SEM SAIR DE CASA



SUA SUÍTE PANORÂMICA

Fotos do local



Agende sua visita e venha viver onde
 ficar em casa é sempre maravilhoso.

villeverdi.com.br | @villeverdi | 3504-0800

MRV & CO


VILLE VERDI
 RESIDENCES

“Nosso maior desafio é ter pouca vacina”

Secretário de estado da saúde fala sobre possibilidade da terceira onda, os desafios de assumir a pasta em meio à crise dos fura-filas e como o estado saiu das últimas colocações no ranking de vacinação para um de seus primeiros lugares

➤ MARINA DIAS

Aos 37 anos, o médico belo-horizontino Fábio Baccheretti enfrenta o maior desafio de sua carreira. Ele assumiu a secretaria de estado da saúde de Minas Gerais em março passado, após afastamento de Carlos Eduardo Amaral, investigado em denúncia de “fura-fila” na vacinação contra a Covid-19. Assim, Baccheretti ocupa o posto em meio a investigações de condutas escusas de funcionários, durante a maior crise sanitária mundial da nossa época. O desafio, contudo, não o assusta. Tranquilo, de fala entusiasmada, ele assume as dificuldades de estar à frente da saúde em um estado com 853 municípios, mas conta, de maneira segura, as medidas desenvolvidas pelo governo e como tem corrido atrás de acelerar a vacinação – Minas Gerais já esteve entre os piores no ranking de eficiência, porém, figura atualmente os primeiros lugares. De acordo com o médico, o principal entrave, mesmo, é a falta de vacinas, pois em termos de estrutura, o estado está equipado e tem trabalhado de forma próxima às prefeituras para dar continuidade à imunização.

Quanto à terceira onda, que tem sido prevista por especialistas, o secretário afirma que é papel da pasta se preparar para um novo pico, mas não acredita que ele supere o anterior, devido à vacinação de parte dos grupos que tinham

QUEM É

FÁBIO BACCHERETTI
VITOR, 37 ANOS

ORIGEM

Belo Horizonte, MG

FORMAÇÃO

Graduado em medicina pela Universidade Vale do Rio Verde (MG), com especialização em radiologia e diagnóstico por imagem pela Santa Casa de BH e com pós-graduação em gestão em saúde pelo Hospital Israelita Albert Einstein (SP)

CARREIRA

Fez carreira no Hospital Júlia Kubitschek, onde entrou como clínico plantonista da unidade de emergência e chegou à direção hospitalar. Em 2019, tornou-se presidente da Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais (Fhemig). É secretário de estado de saúde de Minas Gerais, tendo assumido a pasta em 15 de março de 2021.

que a população já vacinada com a segunda dose está proporcionalmente menos presente em CTIs, com menor número de óbitos”, explica.

ENCONTRO - O que o levou a aceitar o cargo de secretário de saúde no meio da pandemia?

FÁBIO BACCHERETTI - Minha carreira toda como médico é no SUS. No Hospital Júlia Kubitschek comecei como plantonista do pronto atendimento, fui crescendo até virar coordenador do hospital e em seguida presidente da Fhemig. Tenho um grande amor por esse trabalho. Quando teve esse momento de transição e o governador me convidou para o cargo, entendi como reconhecimento do trabalho desses dez anos. E apesar de ter sido no pior momento da pandemia, me senti preparado, porque os hospitais da Fhemig foram os primeiros a enfrentar a Covid-19 no estado. Foi desafiador, mas não tinha como negar. Meu chefe me convidou para o posto, eu aceitei.

Como foi entrar na pasta em meio a uma crise como a dos fura-filas da vacinação?

Esse é um ponto difícil, porque a equipe de secretaria tem trabalhado muito e eles estão num momento de fragilidade dentro de tudo o que está acontecendo. E trazer a equipe de volta para se concentrar nesse enfrenta- ➤

maior tendência a ser internados e morrer de Covid-19. Ainda assim, diz que os leitos de terapia intensiva serão mantidos, mesmo que vazios. “Temos dados robustos e consistentes que mostram



mento, no momento mais difícil da pandemia, foi um grande desafio. Contudo, como venho do SUS, do estado, acho que isso é facilitador para agregar todo mundo - e toda a equipe trabalha o tempo todo, pois há vacinas entregues em finais de semana e feriados, a tentativa de abertura de leitos é desafio constante, etc. A equipe ainda está muito fragilizada. Vamos tentando, com parceria, buscar a elevação da autoestima da equipe, porque o trabalho aqui não para.

É possível a escolha, pelos estados, de imunizar grupos que não estão na prioridade do PNI, como os professores, ou isso fere a ordem do Ministério da Saúde?

Fere ordem do Ministério da Saúde. O Programa Nacional de Imunizações estabelece com clareza a prioridade. Alguns estados começaram a vacinar as forças de segurança antes da hora. E o governador, o Conselho Nacional de Secretários de Saúde, solicitaram que se homogeneizasse o uso da vacina - exigindo dos estados que cumprissem o PNI - ou então que se colocassem as forças de segurança como grupo mais prioritário. E foi o que aconteceu, nesse caso. Professores também estão sendo vacinados antes da hora (é um grupo que, nas prioridades, vem depois de pessoas com comorbidades, moradores de rua), e o governo solicitou ao Ministério da Saúde que adiante a imunização desses profissionais. A recomendação aos municípios, que operacionalizam a aplicação, continua sendo seguir as notas técnicas do Ministério da Saúde. Idealmente seria terminar cada grupo, conforme as distribuições das vacinas.

De que forma as mudanças de orientação do governo federal - por exemplo, quanto à aplicação das vacinas - afetam a atuação do estado no combate à pandemia?

O que mais interfere dentro do estado é o não cumprimento das previsões de entrega de imunizantes. No município, que é quem vacina, normas técnicas que variam muitas vezes no decorrer do processo geram confusão, como com a segunda dose da vacina



“Estamos vendo um vírus que não poupa ninguém. Os casos nos deixam mais emocionados, mas mais fortes para enfrentá-lo e sermos rígidos nesse enfrentamento”

do Butantan que está em falta. Em algum momento, o Ministério da Saúde, em seu planejamento, orientou o uso de todas as doses como d1. Em outra remessa, como o cenário era um pouco diferente, foi orientado a guardar metade como d2. Isso gerou confusão em diversos municípios e causou a falta da d2 em vários locais.

Belo Horizonte tem sua própria metodologia de acompanhamento de indicadores e de abertura e fechamento da cidade. Como tem sido

sua relação com o prefeito e o secretário de saúde de BH?

Minha relação com o Jackson [Machado, secretário de saúde de Belo Horizonte] é muito boa, sempre foi. Estamos sempre atentos ao que é necessário, conversamos semanalmente, às vezes diariamente. Com o prefeito tive algumas reuniões, sempre uma relação respeitosa, nunca tive dificuldade nessa relação. Apesar de não fazer parte do Minas Consciente, BH aceitou a onda roxa, que é compulsória. Foi positivo para o estado, conseguimos queda enorme da contaminação. Não há distanciamento técnico entre as secretarias estadual e municipal de saúde.

Qual é a sua opinião sobre a condução da capital em relação à pandemia?

Temos algumas diferenças na forma de entender a dinâmica das medidas restritivas, como em relação ao funcionamento do comércio não essencial, que é autorizado na onda vermelha do Minas Consciente, com os devidos cuidados sanitários. Respeito a decisão de cada município de fazer seu decreto. O importante é que tanto BH quanto o estado busquem falar a mesma língua, e acredito que agora estejamos falando a mesma língua quanto ao momento de tomar mais cuidado. Acredito que há convergência técnica em boa parte das ações.

Não há mais planos de reativar o hospital de campanha - que nunca chegou a ser usado - ou ainda existe a possibilidade, caso o cenário exija?

Não acredito na volta do hospital de campanha. Nós temos que dividir a pandemia em dois momentos. No início, quando ele foi montado - e a Fhemig participou com provimento de pessoas -, era desconhecido o número de pacientes que precisariam de internação. Além disso, não havia ainda a expansão de leitos robusta no estado. Apesar de termos tido agora muito mais casos do que em julho passado, temos 11 mil leitos a mais hoje em hospitais (leitos já estruturados, em hospitais, o que é muito mais seguro para o paciente). Outro ponto é que leitos de enfermaria

não foram problema nesse momento de maior estresse do sistema, foram os de terapia intensiva. E o hospital de campanha não vai adicionar leitos de terapia intensiva. Atualmente, estamos financiando os leitos de UTI abertos, ainda que desocupados.

Qual o maior desafio em coordenar a vacinação com mais de 800 municípios?

O maior desafio é ter pouca vacina. Isso nunca aconteceu. Em todas as vacinas do calendário habitual de imunização, influenza, meningite, nenhuma nunca faltou. E, no caso da Covid-19, ainda é com a população inteira querendo, sendo que a gente nunca alcança a meta da vacinação em nenhuma campanha. O maior desafio é ter todo mundo querendo vacina e pouca vacina disponível. Devido a essa escassez, vários municípios sentem que receberam menos doses do que outros (lembrando que grupos prioritários não são proporcionais às populações das cidades, necessariamente). A partir de agora, acredito que haverá relação mais direta entre tamanho da população e número de doses recebidas, o que deve gerar menor desconforto. Certamente o maior desafio é a falta de vacinas, porque a logística o estado faz bem, já foram distribuídas seringas, agulhas e geladeiras. Está tudo estruturado. E o SUS aplica bem a vacina também.

A vacina da Pfizer, mais recente a chegar para os brasileiros, exige armazenamento em condições bem específicas e mais difíceis. Como o estado está lidando com essas questões logísticas e de estrutura?

É uma vacina muito complexa. Por isso, a decisão original do Ministério da Saúde foi de distribuir apenas para as capitais dos estados. Tanto a secretaria quanto o Ministério da Saúde treinaram a capital no manejo e aplicação das doses, que devem ser armazenadas em baixíssimas temperaturas. É uma vacina que precisa ser diluída e por isso seu tempo de uso é mais restrito (na segunda quinzena de maio a secretaria anunciou que 47 cidades do estado, que atenderam aos



“**Estamos nos preparando para que tenha (uma terceira onda). Não significa que vá ter. Mas temos que nos preparar para mais um momento de sufoco no sistema de saúde**”

critérios de armazenamento e manipulação também receberiam o imunizante).

Há um número grande de pessoas que tomou a primeira dose da vacina e não apareceu para tomar a segunda. Faltou comunicação?

Não vejo como falta de comunicação. Visitei alguns municípios e vi que são bem sistemáticos em avisar a população. Municípios pequenos usam rádios locais, a mídia local, e cartão de vacina vem com data de retorno agen-

dada. O problema está em se entender que a imunização se dá com duas doses, não uma. É um trabalho que deve ser feito de maneira sistemática. Nossas regionais vêm trabalhando com as cidades na busca ativa desses pacientes que não retornaram. É preciso ser enfático com as pessoas, especialmente na hora da aplicação da primeira dose. É mais uma questão de desconhecimento, de despreocupação, de achar que uma dose só é suficiente, do que de resistência por parte dos pacientes, também.

A pasta está à espera da terceira onda?

Estamos nos preparando para que tenha. Não significa que vá ter. Mas temos que nos preparar para mais um momento de sufoco no sistema de saúde. Vamos manter os leitos abertos.

Acredita que ela será pior ou acha que, graças à vacinação, ainda que lenta, é possível que seja menos grave?

A expectativa é de que não tenhamos um pico pior do que já tivemos. Temos dados robustos e consistentes que mostram que a população já vacinada com a segunda dose está proporcionalmente menos presente em CTIs, com menor número de óbitos. E a população acima de 60 anos é a que mais evolui para óbitos e ocupa leitos, então, não creio que passaremos por outro momento como este, se não houver nenhum fator novo envolvido.

Com mais de 38 mil mortos no Estado, teve alguma história que particularmente lhe chamou atenção?

De tantas histórias que a gente escuta sempre aqui na secretaria, quando temos famílias inteiras afetadas, pai, mãe, filhos, que evoluem para o óbito. Uma perda de família inteira, às vezes restando apenas um filho, uma criança... Isso afeta muito a todos nós. É o que mais nos sensibiliza, nos emociona. Estamos vendo um vírus que não poupa ninguém. Os casos nos deixam mais emocionados, mas mais fortes para enfrentá-lo e sermos rígidos nesse enfrentamento. ■



Patentes em discussão

Nos últimos meses, acompanhamos intensa discussão sobre o prazo das patentes aplicável no Brasil, em razão do julgamento da Ação Direta de Inconstitucionalidade (ADI 5529) referente ao parágrafo único do art. 40 da Lei 9.279/96, que regula direitos e obrigações relativos à propriedade industrial (LPI).

A ação foi ajuizada em 2016 mas, em razão da *“atual conjuntura sanitária, decorrente da epidemia de Covid-19”*, impactando principalmente o setor de saúde e medicamentos, foi pautada para julgamento.

A patente dá ao titular o direito de exploração exclusiva sobre a sua invenção durante determinado período, em que o titular recebe os chamados royalties. Segundo a LPI, o prazo de vigência da patente é de 20 anos, contados a partir da data do depósito (art. 40). No entanto, o parágrafo único do referido dispositivo, objeto do pedido de declaração de inconstitucionalidade, estabelecia que *“o prazo de vigência não será inferior a 10 (dez) anos para a patente de invenção e a 7 (sete) anos para a patente de modelo de utilidade, a contar da data de concessão”*.

A título de exemplo, caso o Instituto Nacional de Propriedade Intelectual – INPI demorasse 15 anos para deferir um requerimento de patente de invenção, ao final do período de vigência teriam transcorrido 25 anos desde a data do depósito, destacando-se que proteção patentária ao depositante vigora durante toda a tramitação do processo administrativo.

Como o processo pode levar anos de tramitação no INPI, a data da concessão é imprevisível, chegando-se a um prazo indeterminado de vigência da patente, o que não admitido pela Constituição Federal*, sob pena de prejudicar a inovação tecnológica e o desenvolvimento do mercado nacional.

Assim, o STF declarou a inconstitucionalidade do dispositivo, sob o argumento de que o prolongamento dos prazos de patente é injusto e inconstitucional, por privilegiar o interesse particular em detrimento da coletividade, onerando o setor público e retroalimentando a demora e ineficiência administrativa, conforme se depreende do voto do relator, Ministro Dias Toffoli.

Em termos práticos, a partir de agora as patentes serão aprovadas pelo INPI sempre com o prazo máximo de 20 anos, contados da data do depósito, independentemente do tempo decorrido para a concessão.

Os ministros ainda precisavam modular os efeitos da decisão, isto é, definir se a decisão deveria ser aplicada apenas às patentes novas ou também às vigentes, restando definido, como regra geral, a decisão tem efeitos *ex nunc*, ou seja, a partir da publicação da ata do julgamento, de forma a se manter as extensões de prazo concedidas com base no preceito legal, preservando, assim, a validade das patentes já concedidas e ainda vigentes em decorrência do aludido preceito.

Foram ressalvadas as seguintes situações: (i) pedidos de patentes já depositados mas que ainda não tenham sido concedidos pelo INPI observarão a regra atual, ou seja, máximo de 20 anos; (ii) as patentes que

“Em termos práticos, a partir de agora as patentes serão aprovadas pelo INPI sempre com o prazo máximo de 20 anos, contados da data do depósito, independentemente do tempo decorrido para a concessão”

tenham sido concedidas com extensão de prazo relacionadas a produtos e processos farmacêuticos e a equipamentos e/ou materiais de uso em saúde sofrerão efeito retroativo da decisão, o que resultará na perda das extensões de prazo concedidas com base no parágrafo único do art. 40 da LPI, respeitado o prazo de vigência de 20 anos e resguardados eventuais efeitos concretos já produzidos em decorrência da extensão de prazo; e (iii) as patentes com ação judicial em curso, propostas até o dia 7 de abril de 2021 (data da concessão parcial da medida cautelar no presente processo), independentemente do setor, perderão o período adicional. ■

*Art. 5º. (...)

XXIX - a lei assegurará aos autores de inventos industriais privilégio temporário para sua utilização, bem como proteção às criações industriais, à propriedade das marcas, aos nomes de empresas e a outros signos distintivos, tendo em vista o interesse social e o desenvolvimento tecnológico e econômico do País;

MATRÍCULAS ABERTAS 2021

DO BERÇÁRIO AO
ENSINO FUNDAMENTAL

 @ESCOLABILBOQUE

BURITIS | GUTIERREZ
EM BREVE,
NO VILA DA SERRA



BURITIS
(31)3378-7433
RUA DESEMBARGADOR
AMILCAR DE CASTRO, 631

GUTIERREZ
(31)3372-6544
RUA ANDRÉ CAVALCANTI, 625

VILA DA SERRA
(31)3313-1221
RUA DO CAMPO, 80

VINHOS DE PORTUGAL

ARTECLUBE.COM.BR



Quadrifolia
Vallado



Dona Maria
Tinto



Vallado Douro
Tinto


QUINTA DO
VALLADO


DONA MARIA
JÚLIO BASTOS

NA ADEGA CB



Cabriz
Colheita
Selecionada



Rio Sol
Tradition



Quinta do
Encontro



R. do Ouro, 548 - Serra
2515-9977 | 99217-9977

 adegacb  adegacb
www.adegacb.com.br





A enfermeira Tássia Lopardi Pereira deixa a filha Laura na creche do Hospital Eduardo de Menezes: "Ela vai comigo para o trabalho e sai na mesma hora que eu. Ficamos das 7h às 19h"

Maternidade na linha de frente

Mulheres da área da saúde se desdobram entre os desafios de proteger os filhos e a rotina nos hospitais na luta contra a Covid-19

➤ **RAFAELA MATIAS**

"Fique em casa para que minha mãe e os outros profissionais da Saúde possam voltar para casa." Esse foi o recado escrito à mão por Sophia, de 9 anos, filha da psicóloga Meire Rose Cassini, de 47 anos, supervisora responsável pela equipe hospitalar e ambulatorial de psicologia do Hospital Felício Rocho. Para cumprir as oito

horas diárias de trabalho e auxiliar os pacientes internados com Covid-19, Meire e o marido, que atua como gerente de farmácia, precisaram tomar uma decisão difícil: se isolar da filha durante a pandemia. A menina passou a morar com os avós e se encontra com os pais a cada 15 dias. "Cheguei a ficar 2 meses sem vê-la pessoalmente. É muito difícil, mas foi a medida de proteção que encontramos", diz Meire.



Daniela Beatriz Dória Carvalho, enfermeira no Hospital Municipal 25 de Maio, em Esmeraldas, com a filha Gabriela: “É a minha família que me dá suporte para que eu possa ajudar os meus pacientes, eles me ajudam a me manter firme”

Na pandemia, as histórias difíceis vividas por Meire ao lado dos pacientes no ambulatório e no CTI do hospital se unem aos desafios da vida pessoal e da maternidade. Durante o dia, a psicóloga atua realizando visitas virtuais para que as famílias mantenham contato com os pacientes isolados, acompanha os médicos para dar notícias de falecimento e ajuda crianças que estão com os pais internados a compreender esse momento difícil. Nos intervalos, ela faz videochamadas com a filha e auxilia a menina com as tarefas escolares. “Para nós, é um ritmo de trabalho muito intenso no sentido de acolher, ver que cada família que chega ao hospital tem uma história, um sofrimento”, afirma. “Sabemos que cada paciente é o amor de alguém. Mas a gente também é o amor de alguém, e não podemos nos esquecer disso.” No início da pandemia, Sophia sentava no chão e chorava quando os pais a repreendiam na hora de abraçar, sem entender que a

distância era necessária para preservar a saúde de todos. “Esse contato fazia parte do nosso afeto e precisou ser interrompido”, diz Meire. “Até hoje, ela me questiona por que os colegas da escola podem ficar com os pais e ela não. É muito difícil.”

Sophia não é a única criança que precisou mudar a rotina para que a mãe pudesse ajudar a salvar vidas nos hospitais de Belo Horizonte. Na casa de Tássia Lopardi Pereira, de 38 anos, enfermeira do Hospital Eduardo de Menezes (HEM), o desafio é a longa jornada de trabalho. Durante o plantão de 12 horas, realizado dia sim, dia não, a filha Laura, de 4 anos, também cumpre expediente na creche do HEM, localizada em um prédio anexo do hospital. “Eu tinha uma ajudante que ficava com a Laura, mas ela precisou sair e eu não consegui encontrar outra pessoa. Por eu trabalhar no HEM, ninguém queria vir por medo da doença”, conta. Como é divorciada e vive somente com a pe-

quena, a solução para que Tássia pudesse trabalhar foi levar Laura junto. “Ela vai comigo para o trabalho e sai na mesma hora que eu. Ficamos das 7h às 19h”, conta. “Ela tem pânico disso, pede para sair antes. Mas eu penso nas mães que não puderam ter o Dia das Mães com os filhos, levados pela doença, e isso me dá força para continuar, porque eu sei que essa é a minha missão.”

Entre os casos mais marcantes vividos por Tássia em mais de 1 ano de pandemia está o de uma mãe que foi internada com o marido e o filho, todos contaminados pela doença. “Infelizmente, só ela saiu com vida. Você quer ajudar. Mas como? Tem uma família inteira e na hora de sair, saiu um só. A gente vê essa dor, e sente junto”, diz, entre lágrimas. Outra história inescutível é a de uma mãe que foi internada junto com o filho, portador de síndrome de Down. O hospital precisou quebrar o protocolo de separar homens e mulheres por alas, porque o rapaz chamava o tempo todo pela mãe. “Ele gritava chamando por ela, queria ficar perto. Felizmente, conseguimos fazer isso e os dois melhoraram.”

Diante de tantos desafios, Tássia desenvolveu transtorno de ansiedade e compulsão alimentar, e precisou mudar o estilo de vida para manter a própria saúde. “Engordei tanto que cheguei a pesar o mesmo tanto de quando eu estava grávida de 9 meses.” Perder várias pacientes na mesma idade que ela, com a obesidade como o único fator de risco, foi o que fez com que ela começasse a se exercitar. Perdeu 12 quilos. “Mudei minha vida porque não queria morrer. Quero ver a minha filha crescendo. Nunca fomos tão gratos de poder estar com nossos filhos.”

O sentimento é o mesmo de Daniela Beatriz Dória Carvalho, de 43 anos, enfermeira no Hospital Municipal 25 de Maio, em Esmeraldas. Para ela, o apoio da filha Gabriela, de 12 anos, e do marido, Denilson, é o que dá força para acordar às 4h da manhã e trabalhar 12 horas por dia, com apenas uma folga semanal. “Quando comecei a trabalhar na linha de frente veio a pergunta básica: o que eu vou fazer com a minha família?”, afirma. “Dá medo. A rotina muda, gera insegurança de levar a doença para casa. ▶

Mas eu fui segura porque descobri que essa é minha missão. É a minha família que me dá suporte para que eu possa ajudar os meus pacientes, eles me ajudam a me manter firme.” No hospital, ela se empenha para realizar o trabalho como enfermeira, mas também para ouvir os pacientes e oferecer apoio. “Às vezes, eles só precisam conversar”, diz. “São pessoas que estão isoladas, não podem ver a família. E eu faço questão de ouvir. Essa é a minha recompensa, é o que me faz sentir gratidão. Saber que estou ajudando, como profissional e como ser humano. É uma troca. A gente dá até mais valor à vida”, acredita. Além do sentimento de dever cumprido, Daniela se apoia na esperança de um futuro que (todos torcem) em breve chegará. “É desgastante, mas é por um período. Vai ser fácil recuperar esse tempo? Não. Vai ser um longo processo. Mas vamos conseguir e a primeira coisa que faremos quando tudo isso passar é viajar em família.”

Técnica de enfermagem no CTI do Mater Dei, Rosilaine Aparecida de Magalhães, de 35 anos, também se desdobra entre a rotina de trabalho cansativa e os momentos com o filho, Thiago, de 12 anos. “Eu trabalho 24 horas seguidas e, quando chego em casa, preciso dormir. Então, ele fica com meus pais e me vê dia sim, dia não, às vezes por pouco tempo”, conta ela, que chegou a pensar em se isolar em uma quitinete, por medo de se contaminar e passar a doença para quem tanto ama. Desistiu da ideia, mas mudou alguns hábitos. Ela não permite mais, por exemplo, que o filho durma com ela, na mesma cama, como costumavam fazer antes da pandemia. “Para chegar perto dele, eu tomo banho, lavo cabelo, mas mesmo assim tenho medo. Ele me conta que pede a Deus todos os dias para pandemia acabar e termos mais tempo juntos, ir no cinema, igual antes. Ele entende que as pessoas precisam de mim, mas ele também precisa”, diz.

Dentro do CTI, a maior dificuldade é ver o quadro de alguns pacientes se agravando e, algumas vezes, não conseguir salvá-los. “Você vê a pessoa entrar conversando, consciente. No outro dia, já se depara com ela entubada. Até que chega no bloco e não encontra mais



A psicóloga Meire Rose Cassini, supervisora responsável pela equipe hospitalar e ambulatorial de psicologia do Hospital Felício Rocho, mandou a filha, Sophia, para a casa dos avós: “Cheguei a ficar 2 meses sem vê-la pessoalmente. É muito difícil, mas foi a medida de proteção que encontramos”. No detalhe, a menina com o bilhete que escreveu



o paciente lá. Isso acaba com a gente” afirma. “Estamos ali lutando e engolindo o choro diariamente para salvar o amor de alguém, uma mãe, um pai. E, às vezes, a gente perde essa batalha, mas continuamos firmes e fortes.” Rosilaine afirma que, quando alguém se recupera, ela chora junto com a família. “Abrimos mão da nossa própria vida, deixamos a nossa família em casa. Não é uma vitória só para eles, é para nós também.” Para a técnica de enfermagem – e para todas as mães que precisam ficar longe dos filhos ao atuar na linha de frente do combate à Covid-19 –, a recompensa pela luta diária é garantir que mais famílias possam passar o Dia das Mães, e tantas outras datas, juntas, no ano que vem. ■

GRAVIDEZ COM SEGURANÇA

João Avelino/divulgação

Técnicas de reprodução assistida são opção confiável para quem quer gerar filhos

A corrida contra o relógio é muito importante para mulheres que sonham em ser mãe. Ao longo dos anos, o sistema reprodutivo feminino fica menos fértil, isso porque a mulher já nasce com todos os seus óvulos (cerca de 2 milhões) e, a cada mês, perde um pouco deles, até a chegada da menopausa.

De acordo com médicos da LifeSearch, clínica especializada em reprodução humana, há uma piora significativa na qualidade e quantidade de óvulos disponíveis após os 35 anos, o que torna a obtenção de uma gravidez mais difícil.

Além disso, a gravidez acima dos 40 anos pode estar associada a riscos, tanto para a mãe quanto para o bebê, a exemplo da pré-eclâmpsia, do nascimento prematuro e, ainda, da possibilidade de a criança apresentar alterações cromossômicas, como a síndrome de Down.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) afirma que a paternidade tardia também pode oferecer riscos. Após 45-50 anos ocorre uma piora na qualidade dos espermatozoides, o que pode dificultar a gravidez e aumentar o risco de algumas doenças no bebê.

As técnicas de reprodução assistida são opções seguras para promover a realização do sonho de gerar a vida. Desde a década de 1970, quando ocorreu o nascimento do primeiro "bebê de proveta", os procedimentos estão cada vez mais aprimorados.

Segundo os especialistas da LifeSearch, o auxílio da ciência permite que muitos casais que não conseguiriam engravidar espontaneamente alcancem o sonho de serem pais.



Diferencial: o corpo clínico da Life Search é composto pelos especialistas e PhD em reprodução humana Dr. Francisco de Assis Nunes Pereira, Dra. Cláudia Navarro de Carvalho Duarte Lemos, Dra. Maria das Graças Rocha de Santana Camargos, bióloga, e Dra. Ines Katerina Damasceno Cavallo Cruzeiro

DIFERENTES TÉCNICAS DE REPRODUÇÃO ASSISTIDA

Cada procedimento leva em consideração as características do casal e da mulher que gerará o bebê. Assim, somente um médico especialista poderá indicar a técnica mais adequada para cada caso. Confira alguns, dos muitos procedimentos realizados pela equipe da LifeSearch:

- Coito programado;
- Congelamento de óvulos e sêmen, para preservação da fertilidade;
- Inseminação Intrauterina (IIU);
- Fertilização in vitro, com ou sem injeção intracitoplasmática de espermatozoides (FIV/ICSI);
- Doação de gametas;
- Útero de substituição;
- Biópsia embrionária com diagnóstico pré-implantacional.

As técnicas de reprodução assistida também trouxeram oportunidades para pessoas solteiras, casais homoafetivos e casais transexuais conceberem a gestação.

Além disso, as novas técnicas permitem que mulheres e homens que

irão passar por algum tratamento que possa prejudicar sua fertilidade, como a quimioterapia, por exemplo, possam congelar seus óvulos e espermatozoides, com o objetivo de preservação de sua fertilidade e a geração de um bebê no futuro.



Maria Lúcia Rodrigues da Silva, diretora da Chez L'Enfant, contratou uma empresa que fez o programa de retomada segura: "Eles treinaram o pessoal de limpeza, mostrando como realizar a higiene do piso, das carteiras e das paredes, treinou os funcionários e professores para os pontos de atenção, e nos ajudou a fazer as adaptações do espaço"

As lições da volta às aulas dos pequeninos

Distanciamento nas salas, área de isolamento e mudanças no parquinho são algumas das adaptações feitas – com sucesso – pelas escolas de BH para receber os alunos de 0 a 5 anos

RAFAELA MATIAS

Desde 1979, quando foi inaugurada, a escola infantil Chez L'Enfant, no bairro Santo Agostinho, nunca tinha passado tanto tempo fechada. A instituição de ensino, assim como todas as outras na capital mineira, precisou interromper as atividades em março do ano passado e recorrer ao ensino remoto em função da pandemia da Covid-19. As aulas presenciais só puderam voltar agora, no dia 26 de abril, quando a prefeitura de Belo Horizonte autorizou a retomada para os alunos do ensino infantil, com até 5 anos e 8 meses.

Para se preparar para o retorno das 115 crianças matriculadas – apenas 6 permanecem em casa, por opção dos pais –, a Chez L'Enfant passou por adaptações do espaço físico e treinamento dos funcionários, para garantir a segurança de todos. Entre as regras para o retorno, publicadas pela prefeitura no Diário Oficial do Município, estão o uso de máscara em tempo integral, dentro e fora das salas de aula, e que alunos e funcionários deverão levar seus pró-



prios copos ou garrafas de água de uso individual. O tempo máximo de permanência do aluno na escola deverá ser de quatro horas e parquinhos são permitidos para crianças a partir de 3 anos.

Para atender aos requisitos e não correr o risco de errar, a psicóloga Maria Lúcia Rodrigues da Silva, diretora da Chez L'Enfant, explica que a escola optou por contratar uma empresa que fez todo o programa de retomada segura. “Eles treinaram o pessoal de limpeza, mostrando como realizar a higiene do piso, das carteiras e das paredes, treinou os funcionários e professores para os pontos de atenção, e nos ajudou a fazer as adaptações do espaço”, conta. O parquinho de areia passou a ter grama sintética para facilitar a higienização. “Se fosse areia, o intervalo entre uma turma e outra teria que ser de 3 horas. Com a grama, o funcionário passa, higieniza tudo, e 15 minutos depois pode entrar outra turma”, diz Maria Lúcia. Para facilitar o controle do que já foi limpo e do que ainda precisa passar por manutenção foram instaladas placas com duas faces. Na

frente está escrito “limpo”, em verde, e no verso “limpar”, em vermelho. Se alguém chegar com algum sintoma de gripe, como nariz escorrendo, por exemplo, a mesma empresa contratada presta serviço de telemedicina e o médico diz quanto tempo o aluno precisa ficar em casa. Em caso de febre, foi criada uma área de isolamento, um espaço individual e higienizado, onde a criança pode esperar os pais buscá-la.

Outra medida foi o envio de um “check-list” à família, que recomenda: aferir a temperatura antes de ir (se tiver febre, não mandar); ir de banho tomado e cabelo preso; lavar o uniforme diariamente; e não passar em nenhum comércio antes da aula. Na entrada da escola, um funcionário mede a temperatura e higieniza o calçado e a mochila para a criança entrar. Dentro das salas, o distanciamento é marcado no chão: 2 metros entre uma criança e outra. São no máximo 12 por sala e só entra quem está naquela bolha. “Se alguém estuda de manhã, não pode ir um dia na turma da tarde, por exemplo”, explica a diretora Maria Lúcia. ▶



Aleluia Heringer, diretora de relações institucionais do colégio Santo Agostinho: “Estamos vendo na prática a eficácia dos protocolos adotados em nossas unidades e fazendo pequenas adaptações ou ajustes onde está sendo necessário. A partir dessa experiência, será possível visualizar e executar estratégias para ter uma escola com mais alunos frequentando ao mesmo tempo”

Medidas semelhantes foram adotadas nas unidades do colégio Santo Agostinho dos bairros Santo Agostinho e Gutierrez, além de Nova Lima, onde as aulas voltaram em 10 de maio. Uma semana antes da retomada foram realizadas reuniões com pais para esclarecer como tudo iria acontecer. Nas lives com as crianças, as professoras abordaram o assunto em várias situações e de diferentes maneiras. “Preparamos três vídeos de animação, com voz de criança, em que os envolvemos diretamente como protagonista dessa história, assumindo o papel de super-heróis”, conta Aleluia Heringer, diretora de relações institucionais do colégio. A instituição também buscou uma consultoria para criar o próprio Protocolo de Saúde e Segurança, que foi finalizado e apresentado às famílias, por meio de lives, em dezembro do ano passado. “Tivemos a estru-

ALÉM DO BÁSICO

10 boas ideias de medidas adotadas pelas escolas para reduzir o risco de contágio nas instalações – além dos obrigatórios uso de máscara, álcool em gel e aferição de temperatura

- Trocar a areia do parquinho por grama sintética
- Trocar cordas de apoio nos brinquedos por rampas de madeira envernizada
- Fazer marcações no chão para indicar o distanciamento
- Higienizar mochilas e calçados na entrada
- Interditar os espaços com pouca ventilação
- Escalonar os horários de entrada e saída
- Plastificar ambientes para facilitar a limpeza
- Criar bolhas de até 12 alunos e restringir o contato com outras crianças
- Orientar os professores a se higienizarem e trocarem de roupa entre as aulas
- Criar um ambiente de isolamento para crianças com sintomas gripais aguardarem os pais buscá-las



ra completamente adequada com as sinalizações necessárias e distanciamento físico previsto no plano de retomada. As áreas de uso coletivo foram identificadas com o número de pessoas que comportam e outras, sem ventilação adequada, foram interditadas. Barreiras sanitárias foram instaladas e os ambientes e superfícies são higienizados de 2 em 2 horas pelas equipes de limpeza”, diz Aleluia.

Os pais também foram orientados a enviar para os alunos kits individuais, com lenços descartáveis para serem utilizados em casos de tosse ou espirros. Mesmo assim, aulas on-line serão mantidas para as famílias que não se sentirem confortáveis para o retorno presencial. De acordo com Aleluia Heringer, as medidas servirão de base para que, em breve, mais alunos possam voltar. “Estamos vendo na prática a eficácia dos protocolos adotados em

nossas unidades e fazendo pequenas adaptações ou ajustes onde está sendo necessário”, afirma. “A partir dessa experiência, será possível visualizar e executar estratégias para ter uma escola com mais alunos frequentando ao mesmo tempo.”

A rede de ensino Colegium, que possui 20 unidades em Minas Gerais, também criou um protocolo próprio, feito a partir das diretrizes fornecidas por órgãos federais e internacionais, como o Ministério da Saúde, Anvisa e CDC (Centers for Disease Control and Prevention), e por meio de intercâmbio de informações com escolas de outros países. “Estabelecemos a retomada gradual, segmentada por fases. Os recreios das turmas são em horários e locais diferentes e não há disponibilização de brinquedos nos intervalos”, diz Daniele Passagli, diretora-geral da rede. “Em outras fases, em que será

permitido o uso das áreas comuns, todos os espaços serão limitados, seguindo as regras de distanciamento social e higienização constante.”

As escolas também adotaram horários diferenciados para a realização das atividades, procedimentos de limpeza e desinfecção constantes, uso e disponibilização de álcool em gel, uso de máscara dentro e fora de sala de aula e a ventilação natural das salas. “Também há aferição de temperatura e uma central de monitoramento. Em caso de febre ou outros sintomas, o aluno será encaminhado para a sala de espera, avisando a coordenação para que o responsável seja notificado”, afirma Daniele.

Do ponto de vista pedagógico, uma avaliação permitiu dar continuidade ao que foi ensinado no ano passado. Para as turmas do 1º e 2º anos do Ensino Fundamental, que ainda não retor-



Maria Claret Elias, diretora pedagógica da Bilboquê:
"As crianças sofreram e ainda sofrem com o distanciamento, a falta de contato com avós, com os amigos. Isso tudo tem sido abordado com atenção para minimizar os impactos emocionais que a pandemia trouxe a todos nós"

Fotos: Uarlen Valério

naram presencialmente, foi mantido o processo de desenvolvimento da leitura e escrita no ambiente on-line. "Essa é uma fase muito importante, em que ocorre a alfabetização e o letramento. Iniciamos com a aplicação de um diagnóstico e, a partir do levantamento e análise dos dados, foi realizada a segmentação dos alunos pelos níveis de alfabetização", conta a diretora. Daniele comemora o retorno gradual, mas diz que a saudade do contato vai permanecer por um bom tempo "Tanto os professores quanto os alunos tiveram de lidar com um 'monstro' invisível: a saudade. Um abraço afetuoso de nossos alunos em um momento em que o medo tomou conta do mundo fez e ainda fará muita falta."

A escola Bilboquê, presente nos bairros Gutierrez e Buritis, precisou se reinventar antes mesmo da retomada das aulas presenciais. Ao longo do ano passado, viu o quadro de alunos cair em mais de 50%. "Depois de 15 dias fechados, os pais foram percebendo que seria impossível retornar as atividades escolares e, então, fomos recebendo





Fotos: Divulgação

aos poucos a suspensão das matrículas”, lamenta a diretora pedagógica, Maria Claret Elias. “As escolas de educação infantil foram as que mais sofreram nesta pandemia.”

Após meses buscando alternativas para manter as atividades, a diretoria decidiu transformar a escola em um espaço de brincar, em setembro do ano passado. “Começamos a desenvolver atividades com o apoio de uma empresa que deu toda a orientação para a utilização dos protocolos de segurança sanitária, para que nenhuma criança ou profissional viesse a adquirir dentro da instituição a doença”, explica. Os protocolos foram mantidos e atualizados agora, para o retorno das aulas presenciais. “Estamos criando uma estrutura interna, da mesma forma que foi feita no espaço de brincar. Criamos barreiras sanitárias e plastificamos vários ambientes para facilitar a higienização”, diz. A Bilboquê também criou bolhas de, no máximo, 12 alunos. Cada bolha tem uma cor e essa cor define os horários de entrada e saída, para que as famílias evitem o contato umas com as outras, além dos horários para usar os ambientes de brincadeira. Na troca entre uma aula e outra, os professores têm 10 minutos para fazer a própria higienização. “Os profissionais lavam as mãos, passam



Daniele Passagli, diretora-geral da rede Colegiuim: “Os recreios das turmas são em horários e locais diferentes e não há disponibilização de brinquedos nos intervalos. Em outras fases, em que será permitido o uso das áreas comuns, todos os espaços serão limitados, seguindo as regras de distanciamento social e higienização constante”

álcool, limpam os sapatos em um tapete sanitizante e trocam de roupa e jaleco”, diz Maria Claret.

Na chegada, as crianças também passam pelo processo de higienização dos sapatos. Dentro das salas, a recomendação é usar apenas meias antiderrapantes. “Solicitamos que só na segunda-feira a criança traga os pertences, como as roupas e máscaras que serão usadas durante a semana. Na sexta, devolvemos a mochila para

a família e durante a semana mandamos apenas as roupas que estão sujas, dentro de um saco esterilizado”, explica Maria Claret. A preocupação não passa apenas pela saúde física. A escola também desenvolveu, com o setor de psicologia, um projeto socioemocional, para conversar com os profissionais e dar suporte para as famílias e crianças sobre o sentimento da “perda” da escola no ano que passou. “Essas crianças sofreram e ainda sofrem com o distanciamento, a falta de contato com avós, com os amigos. Isso tudo tem sido abordado com atenção para minimizar os impactos emocionais que a pandemia trouxe a todos nós.”

Embora ainda não tenha recuperado todos os alunos perdidos durante a pandemia, a Bilboquê já recebe novatos e algumas famílias em busca de retorno. E a volta às aulas é feita em um ambiente acolhedor. “Preparamos todas as turmas, enfeitamos a entrada. Percebemos o quanto a escola fez falta para as crianças e para os pais. Aos poucos, temos retornado com alegria e disposição”, conta Maria Claret. “A escola hoje está viva. O que torna esse espaço educacional perfeito é a presença da criança.” Esse foi o sentimento de todos os educadores, que precisaram lidar, nos últimos meses, com a saudade da alegria presencial. ■

Pádua de Carvalho

Portador do Transtorno Desafiador de Oposição (TOD), Alex, de 11 anos, precisou de mais cuidados na pandemia para controlar o nervosismo. "É preciso vencer o preconceito e buscar ajuda para as nossas crianças", diz a mãe, a pedagoga Odília Lima Fantoni

Quando o cérebro pede socorro

A pandemia da Covid-19 tem levado um número cada vez maior de crianças e adultos aos consultórios psiquiátricos em busca de tratamento para transtornos como ansiedade e depressão

✶ DANIELA COSTA

Ansiedade, irritabilidade, perda de sono, falta de ar, taquicardia, pânico, sensação de morte. Dos sintomas mais leves aos mais graves, as incertezas geradas pela Covid-19 têm levado um número cada vez maior de pessoas aos consultórios psiquiátricos. Coisa de doído? Não. Muitos já se deram conta de que assim como qualquer outro órgão do corpo humano, o cérebro também pede socorro e, muitas vezes, precisa de tratamento. O alerta sobre o crescente aumento na prevalência de transtornos mentais já havia sido dado em estudo realizado, em 2001, pela Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) e a Organização Mundial da Saúde (OMS). Em



Resistente a tratamento psiquiátrico, a enfermeira Adriane Autran acabou cedendo após adoecer e contrair o novo coronavírus: "Sem dúvida, foi a melhor decisão que eu poderia ter tomado. Recuperei a minha alegria de viver"



A perda do pai e a contaminação pelo novo coronavírus levou o empresário Antônio Felga a buscar ajuda profissional: "Recomendo a todos que precisam buscar ajuda especializada. Passamos a enxergar os problemas por uma nova perspectiva", diz a mulher, Adriana

2017, o Brasil já era o país com a maior taxa de pessoas com transtornos de ansiedade no mundo - mais de 19 milhões. Os reflexos do isolamento social e da privação de atividades de lazer só fez aumentar as estatísticas.

Pesquisa recente, realizada pela Universidade de São Paulo (USP) em onze países, mostrou que após o surgimento do novo coronavírus os brasileiros passaram a liderar não só os casos de ansiedade, mas também de depressão. A enfermeira Adriane Autran, de 32 anos, só se deu conta que fazia parte desse grupo quando sua chefe lhe deu um ultimato para buscar ajuda. Após enfrentar um problema grave de saúde, em novembro do ano passado, pouco tempo depois foi diagnosticada com a Covid-19. "Fiquei muito abalada. Meu cabelo começou a cair e sentia uma angústia tremenda", diz. A princípio resistente a tratamento psiquiátrico, acabou cedendo à pressão. "Sem dúvida, foi a melhor decisão que eu poderia ter tomado. Recuperei a minha alegria de viver."

Para especialistas, é impossível falar de saúde física sem pensar a saúde

mental. Isso porque o cérebro é o órgão mais importante do sistema nervoso, que controla todo o corpo. Estima-se que cerca de 450 milhões de pessoas no mundo sofram de transtornos mentais, responsáveis pelas principais causas de incapacitação. Ainda assim, vencer o preconceito existente sobre tratamentos psiquiátricos segue sendo um grande desafio. "Muitos desconhecem que os transtornos mentais são, de fato, alterações biológicas que precisam ser tratadas. Caso contrário, podem resultar em graves consequências, entre elas, o suicídio", explica o psiquiatra Diego Tinoco.

A empresária Adriana Felga conta que o marido Antônio, de 52 anos, sempre foi muito determinado e alto astral. Mas a perda do pai, no final do ano passado, em consequência de um câncer no pâncreas, o desestabilizou. Se não bastasse, logo na sequência ele e alguns familiares foram contaminados pelo novo coronavírus. Acabou tendo de ser hospitalizado. Com tantos problemas para administrar, recorreu a ajuda de um psiquiatra. "Recomendo a todos

que precisam buscar ajuda especializada. Passamos a enxergar os problemas por uma nova perspectiva." Cientificamente falando, os neurotransmissores são responsáveis por transmitir as informações do cérebro para diversas partes do corpo. Quando em desequilíbrio, provocam várias alterações hormonais. A serotonina, por exemplo, é um neurotransmissor que atua regulando o humor, sono, apetite, ritmo cardíaco, temperatura corporal e a sensibilidade à dor. Em casos de Transtorno do Pânico, tanto ela quanto o GABA (ácido gabaérgico) precisam ser estabilizados. "De modo geral, os medicamentos utilizados apresentam poucos efeitos colaterais e bons resultados, dando qualidade de vida aos pacientes", diz o psiquiatra Diego. A temida "dependência", explica, pode ocorrer com uma parte restrita dos fármacos, mas somente quando utilizados de forma incorreta. "Os benzodiazepínicos, famosos tarja preta, devem ser usados com cautela, sempre com orientação médica e cronograma para início, meio e fim."

José Carlos Octaviano de Alvarenga, de 60 anos, analista de sistemas, sempre lidou bem com as adversidades da vida. Para a sua surpresa, a Covid-19 lhe desencadeou um medo que nunca havia sentido. "Fui para uma casa no interior e me isolei. Sentia medo da doença, medo de morrer". Ao se dar conta de que sozinho não conseguiria recuperar o equilíbrio emocional, buscou um psicólogo que o encaminhou ao psiquiatra. "Eu me senti acolhido. Passei a enfrentar o medo de forma mais racional." Especialistas orientam que não basta apostar apenas em medicamen- ▶

tos. O tempo de duração dos tratamentos varia de acordo com o diagnóstico e histórico de cada paciente, sempre aliados a uma mudança de estilo de vida. Também é preciso manter uma boa alimentação, praticar atividade física e associar a psicoterapia.

Com o slogan “Saúde Mental: nova concepção, nova esperança”, o relatório mundial da saúde trouxe a compreensão de que fatores genéticos, biológicos, sociais e ambientais influenciam diretamente nas possíveis causas das doenças que atingem o cérebro. O autônomo José Aparecido dos Santos, de 35 anos, percebeu que se não buscasse ajuda sua vida pessoal ia desmoronar. “Trabalho na área de eventos e, sem demanda, acabei ficando parado em casa. O nível de estresse foi tão grande que o meu casamento quase acabou.” Após alguns meses de tratamento, se sente muito mais tranquilo e a dose de medicamentos foi reduzida.

Psiquiatra da infância e adolescência, Ana Christina Mageste alerta para o cuidado que se deve ter com os mais jovens. “A criança é, por definição, um grupo de risco. Vulnerável às alterações do meio em que vivem. Com o agravante de que isso pode causar danos em seu psiquismo prejudicando o seu desenvolvimento cognitivo e social”, diz. O chamado ‘estresse tóxico’ ocorre quando as adversidades são vivenciadas por um longo período de tempo, sem o suporte necessário, gerando prejuízos neurobiológicos e psicológicos. Os principais sintomas são problemas de sono, alteração de apetite e muita agitação. “Isso aumenta o cortisol e afeta tanto o sistema imunológico quanto o sistema nervoso central, causando danos à emoção, memória e aprendizagem, e resultando na hiperatividade nos circuitos neurais”, explica.

A especialista alerta para o aumento no índice de suicídio de crianças e adolescentes, e pede aos pais e familiares atenção redobrada. Segundo ela, o isolamento social aumentou a violência familiar e os transtornos mentais. O pós-pandemia exigirá que as escolas tenham o suporte de um psicólogo clínico para atender às urgências. “O excesso de acesso à internet e o distanciamento dos pais, ocupados com o trabalho em



Paulo Márcio

Psiquiatra da infância e adolescência, Ana Christina Mageste alerta: “O isolamento social aumentou a violência familiar e os transtornos mentais nas crianças. O pós-pandemia exigirá que as escolas tenham o suporte de um psicólogo clínico para atender às urgências”



Claudia Rodrigues

Para o psiquiatra Diego Tinoco, é impossível falar de saúde física sem pensar a saúde mental: “Muitos desconhecem que os transtornos mentais são, de fato, alterações biológicas que precisam ser tratadas”

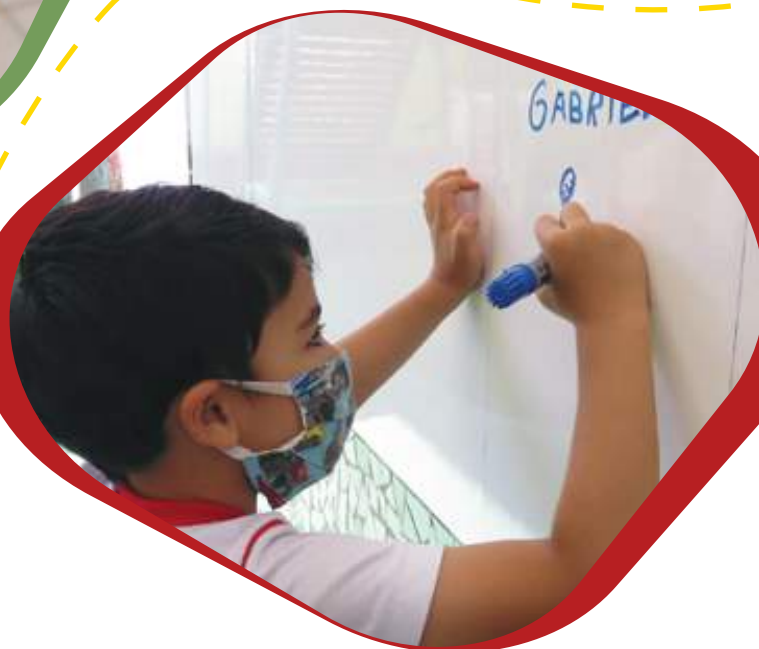
home office, agrava a situação.” Em alguns casos, mesmo em crianças, o uso de medicação é necessário. A pedagoga Odília Lima Fantoni de Almeida faz o acompanhamento psiquiátrico do filho Alex, de 11 anos, desde que ele tinha 3. Portador do Transtorno Desafiador de Oposição (TOD), precisou de ainda mais cuidados na pandemia para controlar

o nervosismo. “É preciso vencer o preconceito e buscar ajuda para as nossas crianças. Cuidar da saúde mental é garantir uma sociedade mais equilibrada”, diz. Ela lamenta o fato de o Hospital Galba Velloso (HGV), do governo do estado, ter sido fechado, em plena pandemia, já que milhares de pacientes de saúde mental eram assistidos ali. ■



Chez L'Enfant
Berçário e Educação Infantil

**Aqui no Chez,
a criança é
protagonista da
própria história!**



**Agende uma visita!
31 3292-2112**

Desde de 1979, a melhor casa da criança!

Rua Araguari, 1400 - Santo Agostinho - Belo Horizonte / MG chezlenfant.com.br

Caçadores do Sono

Insônia cresce na quarentena mas deve ser controlada porque dormir é o pulo do gato, a chave para uma vida saudável

➤ **MARINELLA CASTRO**

Insônia. Um cansaço que chega na hora errada e faz a produtividade cair durante o dia de trabalho, esquecimentos que complicam a vida e aquela dificuldade para pegar no sono... Os sintomas de uma noite mal dormida são bem percebidos logo no dia seguinte, para muitos chegam a ser devastadores. Quando não são enfrentados com disciplina e mudança de hábitos, podem se transformar em uma bola de neve, acabam provocando ansiedades e abrem a porta para doenças como a pressão alta, obesidade e diabetes. Durante a pandemia especialistas estão percebendo que a insônia se tornou uma queixa recorrente, sendo um dos efeitos da falta de rotina e horários confusos. As repercussões da desorganização dos hábitos não acontecem apenas por aqui, são mundiais. O fenômeno até recebeu um nome em inglês: a “coronasomnia”, ou corona insônia, traduzindo. Pesquisas em vários países do mundo como Reino Unido, China, Itália e Grécia apontaram um crescimento desse estado de alerta entre a população.

Uma das principais causas associadas à insônia nesses tempos de pandemia é a mudança de rotina trazida pelo

PARA ACORDAR REVIGORADO

- Mantenha uma rotina: tenha horários para acordar, se alimentar, dormir
- Pratique atividade física, que ajudam a reduzir o estresse e é uma aliada do sono
- Procure tomar sol
- Desligue as telas duas horas antes de ir para a cama
- Evite se alimentar com carboidratos antes de dormir. Prefira alimentos mais leves
- Se enfrenta a insônia, evite cafeína após às 18 horas
- Prepare-se para dormir, começando um processo de acalmar o corpo pelo menos duas horas antes de ir para a cama. Diminua a luz do ambiente, que deve ser silencioso

home office. Hábitos simples, como as refeições com hora marcada e rituais para desacelerar antes de dormir foram prejudicados. “Nosso cérebro gosta da rotina, da monotonia, e fica desorientado quando há essa quebra, repercutindo na qualidade do sono e no rendimento ao longo do dia”, explica a médica psiquiatra Amanda Lima, especialista em transtorno bipolar e depressão. Ela notou que durante a pandemia aconteceram dois fenôme-

nos: pacientes que já estavam estabelecidos voltaram a enfrentar problemas com o sono, ao mesmo tempo que houve aumento da procura por ajuda médica para tratar essa queixa específica. Segundo a especialista a insônia caracteriza-se por uma dificuldade de iniciar ou de manter o sono ao longo da noite, o que costuma ocorrer pelo menos três vezes na semana. Amanda relaciona a insônia da quarentena a três causas principais: Além da confusão

A psiquiatra Amanda Lima: "O corpo precisa se preparar para dormir, precisa desacelerar"



Aline Cruz, estudiosa do sono diz que a insônia e a ansiedade estão interligadas: "A falta de sono provoca ansiedade e vice-versa"



da rotina biológica que bagunçou os horários tão importantes para o sono, redução da prática de atividade física que é um fator importante para controle do estresse e da ansiedade, além do uso exagerado de telas. "A atividade física reduz no organismo a presença do cortisol, hormônio do "estresse" que prejudica o sono." A psiquiatra lembra ainda que a luz das telas é comprovadamente um causador de insônia. "O corpo precisa se preparar para dormir, precisa desacelerar. Duas horas antes de ir para cama é preciso se desligar das telas." Apesar da insônia estar relacionada também à ansiedade a boa notícia é que é possível voltar a ter bons resultados com disciplina e mudanças de hábitos. Agora quando a ansiedade cresce e passamos a sentir sintomas físicos, como dor no peito, medo intenso, coração acelerado, é preciso tratar o distúrbio com acompanhamento médico e uso de medicamentos.

O sono é um sinal vital. Ele interfere diretamente na qualidade de vida, está relacionado à memória, à capacidade de manter o foco e a concentração, a produtividade. Ficar muito tempo sem dormir pode provocar sintomas mais graves: "aprofundar a depressão e a ansiedade, problemas cardíacos e piorar a obesidade", reforça a psiquiatra Amanda Lima. A duração de uma boa noite de sono pode variar entre pessoas, mas a média global aponta para 8 horas entre adultos. Aline Cruz, estudiosa do sono e professora do departamento de fisioterapia da Estácio faz parte do corpo científico de uma pesquisa que está investigando a qualidade desse descanso entre os professores, durante a pandemia. A pesquisa está em curso na instituição de ensino em parceria com a UFMG e foi motivada justamente pela relevância de dormirmos uma noite inteira. "O sono restaura todas as funções fisiológicas e também mentais, importante na fixação de conteúdos", diz Aline. Segundo ela o sono e a ansiedade são sintomas bidirecionais, ou seja, a insônia provoca ansiedade e vice-versa. Aline destaca também os efeitos sócio-afetivos da falta de sono, uma vez que as pessoas se tornam mais irritadas e cresce a quantidade de brigas em casa e no meio social. "A ►

conta
positiva⁺

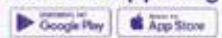
gastou
no
cartão
parte
do
dinheiro
volta
pra
você



“A conta positiva
Não desaponta.
Pagou no débito ou crédito...
Parte da grana
volta pra sua conta.”



bancobmg.com.br
Baixe o App Bmg



Volta pra Mim é o Programa de Cashback do Banco Bmg, disponível para titulares da Conta Digital Bmg que aderirem ao Programa, conforme condições previstas em seu regulamento, e utilizarem o cartão Bmg da conta nas funções crédito ou débito. Para participar, o cliente precisa ter aderido a um dos Programas de Benefício do Bmg e ao Poupa pra Mim, programa financeiro que ajuda os clientes do Bmg a pouparem, a partir do arredondamento dos valores de transações realizadas pelo cliente e aplicação automática das quantias poupadas, quando atingido o montante previsto em regulamento. Os valores de Cashback serão depositados diretamente na sua conta do Poupa pra Mim. Consulte as condições e regulamentos de todos esses programas em www.bancobmg.com.br. A Conta Positiva Bmg é o conceito do conjunto de produtos e serviços oferecidos pelo Banco Bmg aos clientes da Conta Digital, sendo que a contratação de cada produto individualmente dependerá do seu interesse e anuência, mediante assinatura da documentação contratual correspondente. Consulte taxas, tarifas, tributos, prazos e demais condições previamente à contratação dos produtos. Canais de Atendimento do Banco Bmg: Central de Relacionamento Cartões Bmg: 0800.770.1790 (tel. fixo), 4002.7007 (cel.). Central de Relacionamento Outros Produtos: 0800.031.8866, SAC: 0800.979.9099, Deficientes Auditivos e/ou de Fala 0800.979.7333. Ouvidoria: 0800.723.2044. WhatsApp: 4002.7007. Condições sujeitas a alteração sem aviso prévio. Consulte-nos a esse respeito.

SAÚDE | INSÔNIA

Arquivo pessoal/divulgação



A terapeuta Gleysse Paolinelli relaciona a insônia à incapacidade de relaxar causada por sintomas que podem ser combatidos com a ajuda das massagens terapêuticas

insônia provoca erros, esquecimentos, alterações de humor, dores no corpo, faz crescer o apetite por alimentos gordurosos e assim provoca a diminuição da massa magra”. Com tudo isso não há como fugir da cama. “Os efeitos de uma noite mal dormida são imediatos, percebidos logo no dia seguinte. O único jeito de recuperar uma noite mal dormida é dormindo”, reforça Aline.

Hábitos e rituais que trazem tranquilidade e reequilíbrio também são considerados aliados para quem busca recuperar o “sono dos justos.” Dormir pode ajudar a revigorar os sentidos. “Se tiver que escolher entre comer ou dormir, fique com o sono, ele é um alimento completo e perfeito”, diz a shiatsu terapeuta e acupunturista, Gleysse Paolinelli. Há 30 anos atuando com as massagens terapêuticas Gleysse explica que o shiatsu é um caminho para o relaxamento mais profundo. “Por meio do toque, da pressão nos pontos de energia, a pessoa consegue

ir recuperando seu equilíbrio para voltar a dormir bem”, diz a terapeuta. Durante a quarentena Gleysse viu a queixa crescer em seu consultório e reforça que ela não vem só dos adultos, mas também de adolescentes e jovens. Ela explica que a preocupação e a ansiedade se toraram palavras muito genéricas e assim seu trabalho começa em identificar os pontos da angústia de forma mais pontual, tratando os fatores que estão levando ao estado de constante alerta. “Nossa investigação parte de uma análise dos cinco órgãos que norteiam a medicina chinesa”, explica. Assim a união do diagnóstico com a massagem levaria a uma melhora quanto à consciência dos sintomas causadores da insônia, provocando esse autocuidado, responsabilidade e atenção com nós mesmos para restabelecer o equilíbrio. “Muitos adotam essa postura como um estilo de vida.” Para acordar bem, relaxar e dormir são o caminho. ■



FAEMG.

Há 70 anos, acreditando nos sonhos de quem produz.

A Bruna sonhava em modernizar a produção da família. E foi a realização desse sonho que deu força para que empreendedores em outras regiões pudessem vender seus produtos e gerar renda. Há 70 anos, a FAEMG trabalha pelos produtores rurais como a Bruna. Junto com o SENAR, o INAES e os Sindicatos, capacita profissionais, presta assistência técnica e gerencial, desenvolve ações para motivar o uso das mais novas tecnologias e oferece apoio e defesa em tudo o que eles precisam. Plantando sementes que dão frutos para toda a sociedade. Dentro e fora do campo.

**Porque para a FAEMG, cada sonho realizado
faz do agronegócio mineiro uma potência diversificada
e ainda mais forte.**



Vai uma mãozinha aí?

Os coordenadores do projeto, professores Rudolf Huebner (à esq.) e Claysson Vimieiro, com protótipo da órtese que inspirou a mão biônica: equipamento está patenteado e o LabBio procura parceiro para dar início à produção

Grupo de pesquisa da UFMG une conhecimentos da engenharia com medicina para criar uma mão biônica com preço mais acessível

GABRIEL MARQUES

O desafio é simples. Pegue uma das suas mãos, amarre nas costas e tente levar a vida por uma hora. Nos primeiros minutos, é possível continuar com algumas das tarefas mais fáceis, como usar o celular, abrir a porta de casa ou brincar com o pet. Com o passar do tempo, porém, a dificuldade aumenta. Descascar uma fruta, amarrar os sapatos, dobrar uma roupa, digitar no computador, abrir uma garrafa de água, colocar a pasta de dente na escova. Uma infinidade de tarefas feitas de maneira banal por quem tem os membros funcionando pode se tornar um desafio terrível para quem teve uma mão amputada ou perdeu os movimentos de uma parte do corpo.

Para tornar essa tarefa menos árdua, um grupo de pesquisadores da UFMG desenvolve projetos de próteses e órteses destinadas a pessoas que sofrem com essa e outras condições. Em abril, o Laboratório de Bioengenharia da universidade foi premiado com 1,3 milhão de reais, concedidos por meio de um edital do Ministério de Ciência, Tecnologia e Inovação. O objetivo do projeto apresentado é criar uma prótese tão sofisticada quanto as fabricadas pelas indústrias europeias, que são referência no mercado, e com um custo final de aproximadamente um quinto do preço. "Essa mão biônica é o resultado de anos de pesquisas em próteses e órteses feitas por nós desde 2005", diz o coordenador do LabBio, professor Claysson Vimieiro. Ele e o professor Rudolf Huebner, responsáveis pela supervisão do projeto, são integrantes do



Fotos: Pádua de Carvalho



Rodrigo Romero e a prótese de punho batizada de Esperança LabBio: "Tivemos o cuidado de fazer as falanges separadas da mesma maneira que na nossa mão. Não parece muito, mas isso faz uma diferença enorme no uso"

laboratório desde a sua fundação, em 1999, pelo professor Marcos Pinotti. "Os projetos do LabBio têm a característica de serem multidisciplinares, unindo engenharia e medicina", conta Claysson, ex-aluno do professor Pinotti, que morreu em 2016.

As próteses são equipamentos desenvolvidos para pessoas que perderam

o membro, seja por amputação ou por alguma doença. Já as órteses são os aparelhos usados no caso de pessoas que perderam o movimento no membro, o que pode ser causado por um derrame, por exemplo. Em ambos os casos, há uma grande variedade de equipamentos já disponíveis no mercado, com algumas opções que são vendidas por

preços maiores que o de carros de luxo. Mas nem sempre essa é a principal barreira para o usuário. "Muitas pessoas fazem o investimento, mas não conseguem se acostumar com a prótese por causa da dificuldade no manuseio, no peso ou porque não atende as expectativas", diz Claysson. Para driblar este obstáculo, a pesquisa do LabBio traz inovações. A fim de poupar na carga, a movimentação da mão biônica será feita por dois motores menores do que uma caneta esferográfica, sendo um responsável por girar o punho e o outro por controlar o movimento de cada um dos dedos, por meio de um elaborado sistema de cabos.

Grande parte da mágica por trás da mão biônica está na maneira como ela poderá ser controlada pelo usuário. Para isso, será necessário um tempo voltado para o aprendizado. "Não é algo para comprar em uma prateleira e sair usando no momento seguinte", afirma Claysson. "É preciso passar por um programa de treinamento." Esse processo terá de ser feito com a ajuda de um orto- ▶



CAFÉ
Belloto®

*Transforme cafezinhos
em grandes momentos*

Escolha ter uma das máquinas de café da Casa Nicolau, em casa ou no trabalho, e facilite o seu dia a dia. Disponíveis para venda, aluguel e comodato.

**Casa
nicolau**
Máquinas Para Espresso e Café



casanicolau

www.casanicolau.com.br

Rua Catete, 669 – Alto Barrocal Belo Horizonte / MG (31)2555-7969

pedista ou fisioterapeuta, responsável por fazer a calibragem inicial do aparelho e apresentar os primeiros movimentos. Por meio de um aplicativo no celular, o profissional da saúde poderá demonstrar os primeiros passos. Outra forma disponível para controle do equipamento será por comando de voz, composto pelo reconhecimento de palavras-chaves pronunciadas pelo usuário, indicando tarefas como beber água, fazer uma pinça, girar o punho e vários outros. Por fim, sinais musculares, detectados por sensores colocados em pontos-chaves dos músculos do braço e ombro, também serão usados para detectar os movimentos que o usuário está tentando fazer. “Estes sinais são os mais complexos de serem traduzidos pela máquina. Para isso, o profissional e o usuário terão de fazer um rigoroso processo de calibragem”, diz o professor. Uma outra maneira estudada pelo grupo de integrar corpo e prótese seria por meio de impulsos elétricos enviados pelo cérebro ao resto do corpo. Com a tecnologia disponível hoje, porém, seria necessário que a pessoa usasse um capacete, com vários sensores, durante todo o tempo de uso da prótese.

O trabalho de melhora da relação entre máquina e usuário não fica restrito apenas ao consultório médico. “Também estamos implementando um algoritmo de machine learning, no qual o aparelho fica mais preciso com o tempo”, afirma Claysson. A máquina coleta e interpreta dados relacionados ao uso durante o tempo em que permanece ligada, tentando compreender quais são as preferências do usuário em cada movimento e em cada situação. Ou seja, a pessoa aprende com a mão e a mão aprende sobre a pessoa, em uma relação de compreensão mútua. Na Europa, um equipamento com uma tecnologia desse tipo está disponível ao público, por 60 mil euros, ou mais de 350 mil reais. “Nós queremos fazer dois modelos, sendo um mais sofisticado, com custo final de 20 mil reais, e outro mais simples, de 5 mil reais. Algumas das próteses de joelho disponibilizadas pelo SUS custam por volta de 5 mil também”, diz o professor, que sonha em ver o protótipo disponível para os brasileiros que precisam, mas não podem arcar com o custo. Todo este trabalho é “tocado”, com o perdão do trocadilho, por uma equipe de 16 integrantes do LabBio, sendo os dois coordenadores do laboratório e quatro doutorandos, cada um responsável por uma área do projeto. A expectativa é que a mão biônica esteja pronta até o primeiro semestre de 2023.

Enquanto as pesquisas da mão biônica continuam, um dos integrantes do grupo vive com ansiedade os últimos dias para dar início aos testes de um outro equipamento. Batizada de Esperança LabBio, a prótese de punho desenvolvida pelo doutorando Rodrigo Romero, em parceria com o seu orientando Klifton Amorim, aguarda apenas a aprovação do Conselho de Ética da UFMG para ser testada em 30 voluntários. “Esse foi o meu projeto de mestrado, que apresentei em fevereiro do ano passado. Mas a pandemia acabou atrapalhando essa fase final”, conta o inventor. O equipamento foi desenvolvido para pessoas que não possuem os dedos ou partes do punho. “As próteses convencionais possuem dificuldade em se adaptar a alguns casos, o que leva a pessoa a desistir de usar”, diz.



Rina Dutra, doutoranda em engenharia mecânica, é responsável pela movimentação e giro do punho da mão biônica: projetos do LabBio têm a característica de unir engenharia e medicina mecânica

Após dois anos de pesquisa, o inventor conseguiu criar equipamentos completamente personalizáveis e capazes de atender diferentes casos. Dentro do laboratório do LabBio, uma impressora 3D faz, camada por camada, o modelo de cada prótese. O movimento é realizado por meio da força exercida pelo punho, acionando uma série de cabos que abrem ou fecham a prótese. “Tivemos o cuidado de fazer as falanges separadas da mesma maneira que na nossa mão. Não parece muito, mas isso faz uma diferença enorme no uso da prótese.” O equipamento também é revestido com uma borracha, para simular melhor a superfície da mão. Já a força precisa ser calibrada pela equipe, para que a pegada não seja nem muito frouxa nem muito forte. Segundo Rodrigo Romero, o custo final da Esperança LabBio, que poderá ser impresso e revestido de acordo com a preferência da pessoa, será de aproximadamente 250 reais. Além disso, o equipamento é feito com peças nacionais e fáceis de serem substituídas em caso de algum defeito. Para não deixar o usuário na mão, novamente com o perdão do trocadilho. ■

LAR IMÓVEIS

Transformando vidas através de um lar!

#omelhordobairro



Aponte a câmera do seu celular no
QrCode e acesse nossas redes sociais!

SÃO BENTO

Fone: (31) 3335-2000

LOURDES

Fone: (31) 3055-2000

VILA DA SERRA

Fone: (31) 2010-2000

PAMPULHA

Fone: (31) 3232-2000

CIDADE NOVA

Fone: (31) 3478-2000

NOVA SUÍÇA

Fone: (31) 2129-2000





Larissa Carvalho, repórter da Globo Minas, com os filhos João, de 14 anos, e Théo, de 6; a história da jornalista foi contada no documentário “Uma Gota de Esperança”

“Muitos Théos ainda podem ser salvos”

Jornalista Larissa Carvalho trava batalha para ampliar o teste do pezinho no SUS, esperança para diagnóstico de doenças raras em recém-nascidos

✶ MARINELLA CASTRO

Quando descobriu que o seu filho caçula, Théo, de 6 anos, havia nascido com uma doença rara, e que até alimentos unânimes como o leite materno poderiam matar seus neurônios, a jornalista Larissa Carvalho descobriu também que o diagnóstico havia chegado tarde demais para ele. A doença de seu filho não foi rastreada pelo Teste do Pezinho disponível no Sistema Único de Saúde (SUS) para todos os recém-nascidos, o que fez com que o bebê perdesse neurônios fundamentais para o seu desenvolvimento. No sistema público, o teste do pezinho só é capaz de rastrear seis doenças, enquanto na rede privada pode alcançar 53 diferentes enfermidades raras. Sem o diagnóstico, Théo não teve acesso ao tratamento necessário, o que lhe garantiria muitas conquistas: falar, firmar os pés no chão, chutar bola, correr, pular. Normalmente revelado pelo teste ampliado no quinto dia de vida, o diagnóstico só chegou quando o bebê completava 1 ano e 10 meses. Desde então, junto com a ONG Instituto Vidas Raras, Larissa tem travado uma ampla batalha com o objetivo de impedir que sua história se repita para milhares de bebês que ainda vão nascer. “Acho que estou dando conta dessa missão”, diz. “Não desisto até o ‘sim’ do presidente ou até a última assinatura para o projeto de lei de iniciativa popular.” O PL 5043/20, que garante a ampliação do teste na rede pública de todo o país, foi aprovado por unanimidade no Senado e na Câmara e aguardava pela sanção do presidente Jair Bolsonaro até o fechamento dessa edição. Paralelamente,

o projeto de iniciativa popular www.pezhinodofuturo.com.br apoiado pela jornalista já conta com 700 mil assinaturas. Para se tornar lei deve atingir a marca de 1 milhão.

No Brasil são muitos Théos e muitas Larissas. Um bebê a cada 2,5 mil têm sequelas por falta do diagnóstico precoce. Por ser portador da acidúria glutárica, doença genética que faz com que o organismo não consiga absorver as proteínas, Théo precisaria ter recebido tratamento desde os primeiros dias de vida. Até alimentos excelentes como o leite, carne, feijão ou ovos contribuíram para atingir os seus neurônios, causando sequelas irreversíveis, comprometendo sua capacidade de brincar, correr com amigos, ir para a escola. A história emocionante do menininho sorridente, em sua cadeira de rodas adaptada, ganhou repercussão nacional e a ampliação do teste é um marco muito importante, embora não seja ainda o fim dessa história. Se sancionado pelo presidente Jair Bolsonaro, o exame será disponibilizado no SUS gradativamente, ao longo dos próximos cinco anos, em sua forma ampliada de rastreamento. “Quando o Théo nasceu eu não tinha conhecimento que pagando cerca de 400 reais poderia ter acesso a um teste ampliado.” A informação tão relevante lhe garantiria um futuro diferente. O documentário “Uma Gota de Esperança”, lançado recentemente pela Rede Globo, disponível no Globo Play conta essa história, que é do Théo e de inúmeras famílias vítimas de situações bem parecidas. Um dos momentos emocionantes para o espectador é constatar que outra criança, com a mesma doença que o protagonista, está ali, apostando corrida com o irmão, pulando na piscina, controlando sua doença rara com uma medicação diária. “Por algum motivo essas famílias tiveram a informação sobre o teste ampliado e com o

resultado em mãos começaram a tratar seus filhos nos primeiros dias de vida”, explica Larissa.

Em sua relação com Théo, Larissa acredita que desenvolveu novas habilidades. “Aprendi a ficar menos aflita. A entregar um pouco mais. A confiar e ter fé. A lidar melhor com o tempo”, diz. Tempo é algo imprescindível para as vidas raras. Cinco meses após o parto, Larissa percebeu que algo não ia bem com o seu bebê. Notou que ele não era capaz de firmar a cabecinha ou segurar objetos como esperado. Mas foi só depois da passagem por vários neuropediatras, que o filho teve, com 1 e 10 meses, o diagnóstico preciso no Hospital Sara Kubitschek. A jornalista passou então a buscar alternativas e tratamentos para a doença rara, o que algumas vezes envolve demandas judiciais. A caminhada não é fácil. O seu grande desejo é que o teste do pezinho ampliado dê a milhares de famílias a chance de não repetir sua história, que ela desde então tem contado e recontado com transparência em busca de esperança “para os Théos que ainda irão nascer”. Um desses momentos foi sua palestra emocionante para o TEDxPUCMinas com o título “Eu matei os neurônios do meu filho.” Recorde de audiência no estado, teve 1 milhão de visualizações em cinco dias. De forma simples e comovente Larissa conta o passo a passo de sua maternidade, desde a escolha do nome dos seus dois filhos até o diagnóstico do mais novo – e como ela ficou atônita ao descobrir que a alimentação que havia dado ao seu bebê, incluindo a amamentação contribuiu para a morte de seus neurônios. A mãe só conseguiu seguir em frente graças à ajuda de amigos, dos colegas de trabalho da Globo Minas, onde é repórter, e de remédios. “Não tenho o perfil para ficar trancada em um quarto, mas não foi fácil”, conta. A luta das famílias com crianças com doenças raras é árdua como a jornalista mostrou em muitas reportagens. Os alimentos e medicações são caríssimos o que muitas vezes envolve ações judiciais contra o estado. “É tudo muito injusto.”

A luta das famílias não termina com a aprovação da lei. “Vamos acompanhar e saber como o teste está sendo implementado e trabalhar para corrigir as falhas.” Nos últimos 17 anos mais de 10 projetos de lei já tentaram ampliar o teste, sem sucesso. O PL 5043/20, do deputado federal Dagoberto Nogueira (PDT-MS), foi construído com a participação do Instituto Vidas Raras e traz dados relevantes como custos na ponta do lápis. Uma criança portadora de doença rara tem um custo mensal para o estado que varia de 8 a 16 mil reais. Caso o diagnóstico seja rápido, o custo cai para menos de 1 mil reais. Caso a criança seja tratada precocemente, não terá as sequelas. “Não precisará ficar presa a uma cadeira de rodas e poderá, quando adulto, trabalhar, sendo uma força que gera riquezas para o país”, diz Larissa. “Para o Théo pode ser tarde demais, mas quantos Théos ainda podem ser salvos a partir dessa decisão?” Hoje, Théo é um menino feliz que faz 11 sessões por semana de reabilitação em espaços adaptados para ele. Cercado por uma família amorosa, ele se diverte ao lado de João, seu irmão mais velho, de 14 anos. Larissa não sabe dizer ao certo de onde veio sua força para travar essa luta, mas desconfia: “Sempre tive muita energia e vontade de viver. Nunca gostei de coisas erradas e de injustiças, acho que foi por isso que escolhi ser jornalista.” ■

Léo Lara/divulgação

Larissa promete continuar com sua luta: “Não desisto até o ‘sim’ do presidente ou até a última assinatura para o projeto de lei de iniciativa popular”



Especialista em infância e adolescência da Associação Brasileira de Psiquiatria fala sobre exposição a telas, socialização e necessidade de diálogo em meio ao isolamento social

➤ **MARINELLA CASTRO**

Os meninos cresceram. Durante o ano de pandemia, em frente às telas das aulas on-line, muitos pais viram seus filhos deixarem de ser criança e darem um importante passo rumo a vida adulta. De repente, a casa ganhou um adolescente. Esse estágio tão especial da vida, que geralmente começa por volta dos 13 anos e pode ir até perto dos 24, vem acompanhado de novidades, transformações do corpo e das emoções – e de dúvidas também. Afinal, o adolescente não é mais criança, tem opiniões próprias, tende a ser corajoso, quer abraçar uma causa, é contestador e cresce na presença da turma, do outro adolescente, o que também se tornou um desafio nos tempos da pandemia do novo coronavírus. Durante o isolamento social, temas como exposição a telas, socialização, combinados e diálogo ficam mais frequentes. Longe da turma e muito perto da família é preciso ficar atento para evitar os conflitos em época já de muita ansiedade. Os hábitos iniciados na infância, como a cooperação em casa, são importantes para a vida toda, mas na adolescência o ritmo e a disposição para cumprilas pode mudar. É preciso saber lidar. Para falar sobre essa galerinha tão interessante, Encontro bateu um papo com o médico psiquiatra da infância e da adolescência Antônio Alvim Soares, coordenador do departamento de psiquiatria da infância e da adolescência

“Na pandemia os adolescentes ficam vulneráveis”

Fotos: Pádua de Carvalho



da Associação Brasileira de Psiquiatria e professor da área na UFMG.

1 | Durante a pandemia, muitas crianças cruzaram a barreira da adolescência. Quais os principais sinais dessa mudança?

Ah, são muitos. A adolescência é um período de maturação para a vida adulta. É um fenômeno social, mas também biológico. Outras espécies animais passam por processo semelhante. Saímos da infância para uma vida adulta, nos tornando capazes também de nos reproduzir. Nesse período da vida acontece a maturidade cognitiva e sexual. Várias mudanças estão em curso, como transformações físicas, de comportamento e na forma de pensar. O adolescente passa por uma maturação cerebral. Ele começa a valorizar a vida social, consegue perceber melhor o ambiente, a questão da conversa, valoriza mais as relações interpessoais. Nesse momento, o relacionamento com o grupo se torna algo muito importante. Ele começa a ter uma capacidade de raciocínio mais abstrata, consegue experimentar a questão do amor, abraçar uma causa, ter um idealismo que é mais difícil que uma criança tenha. O adolescente já tem o pensamento abstrato, o raciocínio vai ficando mais lógico.

2 | E em que período da adolescência essas mudanças ficam mais claras?

O cérebro é o último órgão do corpo humano a terminar seu desenvolvimento. Isso ocorre por volta dos 20 e poucos anos. Nesse período o adolescente está mais propenso a tomar decisões impulsivas, a experimentar coisas novas. É importante que ele vivencie essas experiências, mas os pais devem estar sempre atentos. O adolescente é mais propenso a correr riscos, a tomar decisões precipitadas. Existe uma confiança e uma busca de prazer e de sensações. Ele está construindo sua personalidade. Pode existir uma egocentria, que é quando tende a achar que o mundo e as coisas giram em torno dele. Existe a audiência imaginária da questão social, que seria a aprovação das pessoas e dos colegas. Uma jovem antes de usar o vestido imagina o que os outros vão pensar. E há ainda o pensamento da

invencibilidade: “isso acontece com os outros, comigo, não”.

3 | A adolescência é mesmo uma fase de muitos novos sentimentos, uma montanha russa para meninos e meninas...

Sim. Nessa idade temos a maturação do sistema límbico, do circuito das emoções. O adolescente muda muito de humor. Isso não significa que exista

“É preciso apresentar ao adolescente outras possibilidades. Simplesmente dizer que ele tem de sair do seu celular vai gerar conflito, pois ele não terá outras opções. As opções devem ser atrativas”

uma doença, mas que ele está mais reativo. Precisa haver grande atenção dos pais, porque na adolescência a pessoa tem uma maior propensão a desenvolver transtornos mentais. Há uma certa “emocionalidade”. Boa parte dos quadros como a depressão e ansiedade têm início nessa fase da vida. Então, se naturalmente esse é um período que precisa de atenção, nesse momento, mais ainda. Na pandemia os adolescentes ficam vulneráveis.

4 | Por que o grupo é uma marca tão forte?

Principalmente no início da adolescência existe a busca para construção da autonomia. Para esse processo o adolescente se afasta dos pais, aqueles pais da infância, os ídolos. Há uma busca pelas “minhas amizades”, pelo “meu

grupo”. Na infância os amigos são os colegas que têm atividades em comum, os colegas da escola, do esporte. Na adolescência o que une os amigos são os interesses. Não é só compartilhar atividades, mas compartilhar ideias. Essa busca pelos relacionamentos é importante porque traz para o adolescente as informações sobre mundos diferentes do dele. Ele tende a buscar referências além do grupo familiar. Conviver com gente que pensa de forma distinta, que trazem outros conflitos, é isso que ajuda a construir o adolescente, embora a família continue sendo imprescindível para o seu desenvolvimento saudável.

5 | E como lidar com o isolamento social e com a substituição dos grupos pelas telas?

Estudos científicos de vários lugares do mundo mostram os impactos do uso excessivo das telas, desde o aumento da miopia na infância e na adolescência até o crescimento do sedentarismo, com diversas repercussões. O que as famílias devem ter nesse momento de pandemia é uma postura acolhedora para que o adolescente possa expressar suas angustias e medos. A pandemia é ansiogênica porque ela tem a imprevisibilidade que foge ao nosso controle. Quanto tempo vamos viver com isso? É importante que os pais reafirmem aos adolescentes a capacidade de enfrentamento. No início da pandemia se perdeu a estruturação da rotina. É muito importante ter horários definidos para atividade física, estudo, dormir e uso de tela. Para evitar um grande excesso de telas, uma vez que absurdamente o Brasil é um dos países do mundo com maior tempo sem aula, é preciso oferecer possibilidades. Cada família tem sua particularidade. Jogar um jogo, cozinhar junto, fazer caminhadas, um esporte. É preciso apresentar ao adolescente outras possibilidades. Simplesmente dizer que ele tem de sair do seu celular vai gerar conflito, pois ele não terá outras opções. As opções devem ser atrativas. Cada adolescente vai ter a sua. E os pais precisam ser criativos. Eu tenho que tirar uma coisa e colocar outra. Confiscar não é uma boa. Em alguns momentos pode até ser necessário, mas deve ser a última alternativa ►

nunca a primeira. Fazer o que puder para evitar o conflito é o melhor nesse momento já desafiador.

6 | Depois de um ano, qual o impacto do fechamento das escolas para os adolescentes?

O fechamento das escolas diz muito sobre a nossa sociedade. Belo Horizonte é uma das cidades do mundo com maior tempo de escola fechada. Em países com condições sanitárias e econômicas piores que a nossa, a escola foi priorizada. Abaixo de 12 anos as crianças transmitem e adoece menos da Covid-19. Mesmo que o adolescente fique mais perto do adulto, abrir bares, por exemplo, se tornou mais relevante que abrir escola. Inúmeros estudos mostram o aumento da evasão. Há mais de 400 dias sem aulas, esses adolescentes que abandonaram a escola possivelmente não vão voltar. A escola é proteção da violência doméstica, do tráfico de drogas, da fome. Quando dizem que mais de 20% das escolas não têm esgoto, imagina então a casa das crianças e adolescentes que estudam ali? Muitas vezes a escola é mais saudável. O relacionamento interpessoal é importante demais para essa faixa etária. Quando eu me relaciono eu aprendo sobre o sim e como funciona o não. Aprendo do que o outro gosta ou não. Estudos muito robustos mostram que o ensino on-line tem seu valor, mas é inferior em termos de aprendizado. O fechamento prolongado das escolas tem trazido impactos cognitivos, social e emocional.

7 | E quanto à Síndrome da Gaiola, que refere-se aos jovens que não querem ou resistem em sair de casa?

A Gaiola é interessante, mas não é um diagnóstico fechado. É preciso investigar o que há por trás dessa recusa, se existe um quadro depressivo ou ansioso. A volta para escola pode ser complicada para o adolescente que tem dificuldades no ambiente escolar. Existe o medo da Covid-19, o receio de não estar em dia com as tarefas... Há adolescentes que perderam pais, avós, que estão vivenciando o luto. São muitas questões. As escolas precisarão de atenção pedagógica e atenção à saúde mental. A volta à rotina deve ser gradual. Algo que



“O fechamento das escolas diz muito sobre a nossa sociedade. Belo Horizonte é uma das cidades do mundo com maior tempo de escola fechada. Em países com condições sanitárias e econômicas piores que a nossa, a escola foi priorizada”

parece imposto não soa bem para os adolescentes, gera dificuldade de aceitação. É importante demonstrar sempre o porquê de determinado pedido ou questão. O jovem vai argumentar, mas é preciso mostrar que existe um propósito no pedido.

8 | Existe uma forma de incentivar o adolescente a colaborar em casa?

A colaboração deve começar na infância. Aos 4 anos uma criança já pode guardar seus brinquedos e essa capacidade vai crescendo... A colaboração é im-

portante para a aquisição da autonomia e vai melhorar a convivência familiar. O adolescente pode realizar tarefas que lhe tragam certa satisfação e que seja também uma colaboração na casa. Nesse sentido pode haver o reconhecimento e até uma recompensa quando algo é bem executado, bem feito, com responsabilidade. A nossa motivação é interior com aquilo que nos dá prazer, mas precisamos também desse reforço externo. Para quem está começando com esse hábito agora, ele deve ser negociado. A partir da apresentação de uma lista de tarefas o filho pode escolher qual delas quer fazer, sempre lembrando antes que o combinado não sai caro.

9 | E como trabalhar a autoestima para uma rotina com mais confiança e equilíbrio?

Até os 8 anos a autoestima da criança é lá em cima. Na adolescência isso pode mudar. É preciso estar atento a sinais como o isolamento, não querer conversar, a irritabilidade, alterações do sono, apetite. Nesses casos vale a pena consultar um especialista. Baixa autoestima às vezes é sintoma de depressão. Se não houver essa causa, vale reforçar o elogio, estimular atividades nas quais o adolescente seja bom, se saia bem, incentivar a prática de atividade física. Em relação ao último ano, é consenso entre os colegas que diminuíram sintomas como os respiratórios e aumentaram os quadros psiquiátricos de depressão e ansiedades, autoagressividade como os cortes e machucados, além do crescimento de suicídios

10 | Qual a importância da atividade física?

O exercício físico tem diversos efeitos positivos no organismo. Está ligado ao controle do peso, mas temos que pensar nas consequências a longo prazo. No processo de envelhecimento o sedentarismo pode impactar o cérebro. O recomendado para o envelhecimento saudável é que os adolescentes sigam a Associação Americana do Coração, praticando 150 minutos de atividade física por semana e mantenham a alimentação saudável. É muito importante que os pais deem esse exemplo. Esse é o melhor caminho. ■

NO SITE DA **ENCONTRO**, INFORMAÇÃO DE QUALIDADE É SINÔNIMO DE AUDIÊNCIA

EM **2020**, NOSSAS REPORTAGENS ON-LINE TIVERAM UM AUMENTO DE **30%** NO NÚMERO DE VISUALIZAÇÕES, EM COMPARAÇÃO COM **2019**



AUDIÊNCIA
(EM TOTAL DE PAGEVIEWS)

2020	17.157.301
2019	13.297.943
2018	11.173.025

61,9%
Feminino



38,1%
Masculino

encontro^{BH}

ACESSE WWW.REVISTAENCONTRO.COM.BR
E FIQUE MUITO BEM INFORMADO

No apartamento do casal Vitor e Flávia Noccho, a parede branca da varanda recebeu formas e cores, e o café da manhã ficou ainda mais gostoso: "O nosso dia a dia ganhou novos significados", diz ela

Quem planta, seus males espanta

Jardim móvel, chamado de “quadro vivo”, se adapta a qualquer espaço, e traz natureza para dentro de casa

📌 DANIELA COSTA

No Japão existe um conceito chamado “banho de floresta” (em japonês, shinrin-yoku), em que as pessoas são orientadas a passar alguns momentos dentro da mata para se conectar com a natureza. Contemplar a paisagem traz vários benefícios à saúde e, nos últimos tempos, esse contato se tornou ainda mais vital. Para quem via na falta de espaço um problema para ter um cantinho verde em casa ou, ainda, acreditava que ter plantas gera muito trabalho e manutenção, o “quadro vivo” pode ser uma boa opção.

A modalidade de jardim móvel tem como vantagem se adaptar a qualquer espaço, trazendo alegria e beleza aos ambientes. Professora da UFMG, Maria Elisa Souza e Silva se encantou com a proposta. “Tive a sorte do meu quadro ser instalado logo após o início da pandemia. Nossa área privativa se tornou um recanto para leitura e reflexão”, diz. O segredo da técnica está em seu sistema de irrigação, que não requer obras para adaptação de ponto de água. Basta utilizar uma jarra e colocar água em uma abertura localizada na parte superior do quadro. Assim, todas as plantas são irrigadas de forma uniforme. “A lâmina corre por toda a extensão da calha embutida na moldura, que também possui tampão na parte inferior para que o excesso seja esgotado”, explica Luís Felipe Cerqueira Rodrigues, da empresa 18oengenharia, especializada em soluções sustentáveis.

Com a natureza por perto, as varandas dos apartamentos se tornaram um refúgio para a leitura, ▶



Sem sujeira e sem bagunça, até mesmo quem nunca entendeu de jardim já se anima com a nova perspectiva: “Eu não tinha habilidade nenhuma com plantas e o quadro foi uma excelente opção”, diz a consultora de imagem Iara Leão

Fotos: Pádua Carvalho



Professora da UFMG, Maria Elisa Souza e Silva se encantou com a proposta do Quadro Verde: “Tive a sorte do meu ser instalado logo após o início da pandemia. Nossa área privativa se tornou um recanto para leitura e reflexão”

meditação e até pequenas reuniões familiares. O hall de entrada passou a agregar sofisticação e hospitalidade. Na cozinha, o quadro vivo é perfeito para o cultivo de temperos frescos. No home office, estimula a tranquilidade e a produtividade. A manutenção é simples e não requer muita dedicação. Aos proprietários cabe apenas a função de regar as plantas. Sem sujeira e sem bagunça, até mesmo quem nunca entendeu de jardim já se anima com a nova perspectiva. “Eu não tinha habilidade nenhuma com plantas e o quadro foi uma excelente opção para a nossa varanda”, diz a consultora de imagem Iara Leão. “Agora sentamos aqui e sentimos como se estivéssemos tomando um vinho fora de casa”, brinca.

A relações-públicas Rafaella Campos aproveitou o isolamento social para aprender receitas novas, fazer alguns cursos e cuidar do seu novo jardim. Ainda mais tendo a possibilidade de escolher o tamanho e modelo do projeto que pode ser feito com uma ou várias espécies de plantas. “Essa conexão com a natureza reduz a sensação de confinamento. A varanda se tornou o meu lugar preferido para meditar e praticar ioga”, diz. Para que o quadro vivo esteja sempre viçoso alguns fatores devem ser considerados. Semelhante ao que ocorre com o jardim vertical, a incidência de sol intenso ou sombra permanente devem ser sempre avaliados, assim como a entrada de luz natural no ambiente.

Entre as espécies mais usadas estão a hera verde, columéia batom, jiboia, samambaia americana, filodendro Brasil, renda francesa, lambaris roxos e aspargo alfinete. As flores também são bem-vindas nos painéis verdes, a exemplo dos lírios brancos e bromélias. No apartamento da professora Flávia Frederico Moraes Nocchi, a parede branca da varanda recebeu formas e cores, e o café da manhã ficou ainda mais gostoso. “Colocamos em novembro de 2019, quando nos mudamos de endereço”, diz. “Desde então, nosso dia a dia ganhou novos significados.” ■



A relações-públicas Rafaella Campos aproveitou o isolamento social para aprender receitas novas, fazer alguns cursos e cuidar do seu novo jardim: “A varanda se tornou o meu lugar preferido para meditar e praticar ioga”, diz

ARQUITETURA

RESULTADO SOB MEDIDA

Arquiteta e designer de interiores Ana Paula Paolinelli assina projetos que inspiram confiança

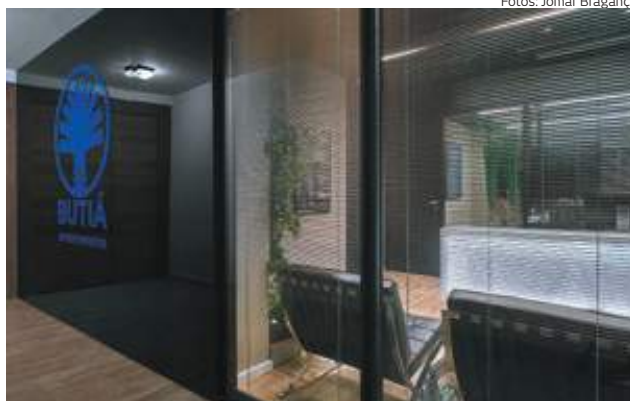
Um mercado que está em alta há anos é o de investimentos. Independentemente de cenários difíceis, esse é um setor que não experimenta crise – apenas administra as adversidades. Com esse cenário surgiu a demanda de diversos projetos como o do escritório da Butiá Investimentos, apresentado nesta página. O conceito foi apresentar ao cliente, em cada ambiente, a atividade exercida na empresa. O impacto começa na entrada. Sobriedade e confiança são características marcantes no projeto a todo momento. Os clientes e bancos precisam confiar na empresa para investir seu patrimônio e é o que acontece. Esse é o resultado. As estações de trabalho estão conectadas com o mundo inteiro, com várias telas disponíveis. O mesmo ocorre nas salas de reuniões, que atendem a demandas diferenciadas. As salas mais privadas de atendimento ganharam elegância e proteção de um livreiro de mais de 30 metros. Uma parede icônica de design com vários livros e peças para ambos os lados. A iluminação, divisórias e a acústica foram projetadas sob medida.

Leca Novo



Ana Paula Paolinelli:
"O segredo é entender
o perfil do cliente e
elaborar um conceito
de projeto e execução
que apresente a
atividade exercida
pela empresa"

Fotos: Jomar Bragança



ENTRADA: o impacto da primeira impressão



SOLUÇÃO: livreiro que traz privacidade as salas



REUNIÃO: tecnologia e ferramentas apropriadas



ESTAÇÕES: trabalhos e resultados

Ana Paula Paolinelli – Arquitetura & Interiores
Avenida Raja Gabaglia, número 1011/601, Luxemburgo | (31) 3297-4778/ 9.9949-2332
 **anapaulapaolinelli** – **www.anapaulapaolinelli.com.br**

“Toda a nossa força produtiva vai se empenhar em uma retomada”

Responsável por trazer grandes shows a Belo Horizonte, produtor cultural garante que não parou um só minuto durante a pandemia. Para ele, o caminho foi a diversificação

➤ **RAFAEL CAMPOS**

Engana-se quem pensa que Aluizer Malab, um dos principais produtores culturais do país, está enfurnado dentro de um escritório fritando a cabeça ou esperando a pandemia passar para voltar a vender os mega shows, como acontecia no mundo de outrora (ele já produziu espetáculos como de Elton John, Rod Stewart, Alanis Morissette e Beyoncé). A pandemia impactou em cheio diversos setores da economia, mas o cultural foi atingido em sua jugular, da noite para o dia, em março de 2020. O belo-horizontino que acabara de deixar o Ministério do Turismo para se dedicar ao que de melhor sabe fazer, ficou paralisado. Mas durou pouco. Em vez de seguir a corrente e nadar abraçado com as lives, ele decidiu se-





guir um caminho diferente. “A conta não ia fechar”, diz. Diversificou. “Não quero só gerar conteúdos, quero poder abrigá-los.” Mergulhou de cabeça em projetos mais sustentáveis e que independentemente da pandemia poderiam ser executados. Quando vier a retomada, Malab já terá pelo menos dois projetos engatilhados: um espaço de eventos no aeroporto de Confins e outro no Mercado Novo. Quem o conhece sabe que ele não está fazendo nada diferente do que se acostumou a fazer desde o início de sua carreira nesta área. “Estou aproveitando as oportunidades”. Durante três anos pode levar a sua expertise proativa para o setor público, como presidente da Belotur (2017 e 2018) e Secretário Nacional do Ministério do Turismo (2019). Nesta entrevista, Malab, que se revela um otimista contumaz, diz que a capital mineira evoluiu bastante nos últimos anos e conseguiu forjar uma forte cadeia produtiva cultural que será imprescindível na tão esperada retomada.

ENCONTRO - Quando a pandemia aterrissou no país, você tinha acabado de deixar o Ministério do Turismo para se dedicar aos seus negócios, ou seja, os grandes eventos. Como reagiu?

ALUIZER MALAB - Vinha me dedicando ao serviço público e tentando conciliar as minhas atividades, mesmo sem estar à frente delas. Aceitei o convite para o Ministério do Turismo, mas era com prazo de validade. Pensei: agora, vou voltar para a minha atividade. E o que eu fiz foi mergulhar no trabalho. Reestruturei tudo. Aí, chegou o mês de março de 2020. Nos primeiros dias, senti um baque. Um desânimo. Não estava acreditando naquilo. Fiquei sem ação. E as pessoas ficavam especulando que no segundo semestre as coisas voltariam ao normal. Enquanto isso, pensava que 2020 já tinha acabado. Tive que tomar decisões para me manter de pé. Eu sou muito intuitivo e acredito na minha intuição. Eu comecei a rever tudo e a me reorganizar.

E a rota natural foi se enveredar para o on-line, certo?

Na minha área, vi muita gente mergulhando nas lives e pensei: essa conta não vai fechar. Não vou colocar minha energia ali. Então, meu primeiro momento foi de paralisação. Como financiar a vida diante de uma torneira fechada, sem a emissão de uma nota fiscal? Comecei a pensar em tudo. Fiz isso durante todo o ano. Aí decidi ampliar minhas áreas de atuação para além dos grandes eventos.

Como assim?

Sou empresário do Pato Fu e fui vendo que tipo de projeto a gente poderia colocar energia e que não dependesse do término da pandemia. Foi o caso do “Música de Brinquedo” para o público infantil, um projeto de audiovisual que vamos divulgar em breve. Isso nos possibilitou muito trabalho. Assumi também uma dupla de rap, a Hot e Oréia. E pude também trabalhar bastante durante ▶

o ano de 2020. E isso também não dependia do mundo exterior. Estamos também trabalhando em um novo espaço para eventos no aeroporto de Confins, que terá área aberta e fechada. Será mais um espaço para shows, com 50 mil metros quadrados de área externa. Recentemente, fechamos uma parceria no Mercado Novo, para empreender no terceiro piso. Portanto, começamos a trabalhar em novas frentes. O lema é observar as oportunidades.

Então, como produtor cultural, você diria que planejar e diversificar é, mais do que nunca, preciso?

É importante ressaltar que estou falando sobre a minha forma de pensar. Esse é o DNA da minha empresa e da minha personalidade. Não sei se para todos essa é a saída. Mas, para mim, tem funcionado.

É possível planejar para uma possível retomada?

A retomada me preocupa muito, desde sempre. Tudo que estou pensando, tem relação com a retomada. Para nós, da área de eventos, vai ser difícil, pois vamos estar em uma crise econômica e vamos ter de repensar tudo: do patrocínio aos tíquetes, dos protocolos à atração. A gente vinha trabalhando, no mundo inteiro, de forma muito acelerada e automatizada. Hoje, precisamos rever tudo. O planejamento será, mais do que nunca, imprescindível. Vamos ter de esperar muito, antes de sair fazendo. Pois não temos gordura para errar. A pandemia nos fez voltar para as casinhas no tabuleiro. Nesse momento precisamos investir muito no acerto. Por isso, quero estar em vários lugares neste salão. Não quero só gerar conteúdos, quero poder abrigá-los.

E como você vislumbra os grandes eventos e o cumprimento dos protocolos sanitários?

Estou estudando junto com outros pares toda a situação. Acredito que este ano vamos começar a ter mais eventos-teste. É claro que vamos ter de avançar com as vacinas também. Por que não pensar em eventos para fatias da população já vacinadas? Agora, o uso de máscara veio para ficar. Anos atrás quando via os orientais usando máscaras pensava que era um comportamento civilizado, apenas. Mas, hoje, pensando na pandemia, noto que é um reflexo de um povo que entendeu a seriedade de doenças virais, ou seja, a importância de se proteger e proteger os outros.

E como é, para um produtor cultural, lidar com esta situação? Sonha com a possibilidade de voltar a realizar eventos presenciais?

É algo maior do que a retomada de eventos. Depois dessa tristeza, a gente merece uma temporada de entretenimento. Muita gente morrendo, o confinamento... Meu pai tem 85 anos. Estou há um ano e pouco sem poder abraçar o meu velho. Encontro com ele apenas pela janela. Aquele ombro a ombro para ver o nosso Galo não está rolando. E isso é muito caro. A gente vai tocando a vida, mas o preço é alto. O mundo precisa voltar em algum momento. Já tivemos prova que somos capazes de fazer isso até pelas vacinas já produzidas em tempo recorde. O futebol, que é um evento especial para nós, é linha de frente nessa questão. Ele não



“Não existe live, para mim, que substitua um bom show presencial”

vai sobreviver muito tempo sem público. Portanto, temos demandas muito fortes para solucionar. E isso cabe a todos os segmentos, do casamento aos grandes shows, passando pelo futebol, seminários, eventos ambientais... Barcelona fez um evento-teste para 5 mil pessoas e foi exitoso. A conexão com o mundo nos proporciona entender o que todos estão fazendo. Não é uma demanda solitária nossa. O mundo está tentando inventar uma nova roda. E o mundo quer que a coisa volte.

Quem mora em BH sabe que nos últimos anos, a cidade experimentou uma explosão de opções culturais de todo tipo. Mas, com a pandemia, alguns equipamentos sucumbiram à situação. Acha que BH irá retroceder alguns anos?

Quando você começa a beber vinho, você costuma beber o mais barato e, muitas vezes, ele acaba dando dor de cabeça, porque você é jovem e tem pouco dinheiro. Com o passar do tempo, quando você consegue um pouco mais de dinheiro e insiste em procurar vinhos melhores, irá descobrir que um bom vinho te proporciona um prazer muito grande, e sem dor de cabeça. Agora, se o dinheiro faltar não quer dizer que você vai voltar a tomar vinhos ruins. Você pode parar de beber por um tempo, ou beber menos, mas o seu paladar já está apurado. E é muito sofrido você abrir mão daquele paladar mais apurado por um inferior. Essa metáfora serve para a questão dos eventos. Tenho muito orgulho

de ter participado desse processo da inserção de BH no calendário nacional. Posso dizer que, hoje, temos bons equipamentos culturais e excelentes produtores. Toda a nossa força produtiva vai se empenhar em uma retomada. Acredito que vamos sofrer com uma diminuição de eventos, mas toda a cadeia vai estar produzindo para retomarmos, no mínimo, do lugar que a gente parou. Produtor é um bicho danado, viu?

Acredita que a pandemia vai mudar a forma de como consumimos cultura?

Quando falamos da área de eventos o leque é muito grande. Tem certas coisas que a humanização é imbatível. Não existe live, para mim, que substitua um bom show presencial. Porém, um bom evento on-line pode ter um alcance bem maior do que teria no modo presencial. Por que não ofertar também aquele conteúdo que está sendo gerado no presencial para o público on-line? A parte do calor humano é imbatível, mas a gente aprende que existem também outras formas de fazer. Um seminário, por exemplo, que a gente primava em fazer sempre presencial, funciona muito bem no formato on-line. Posso “trazer” o Elon Musk (terceiro homem mais rico do mundo, dono de, entre outras empresas, da Tesla Motors) e ganhar 15 minutos com uma fala dele, algo que tradicionalmente, em um evento presencial, dificilmente conseguiria. Estamos aprendendo. Estamos tendo grandes ganhos tanto do ponto de vista da forma de exibir



“Não importa se o Brasil tem o potencial para isso ou aquilo, temos é de trabalhar”

quanto do de produzir. Eu sou essencialmente otimista. Na vida, sempre temos motivo para chorar ou vender lenço. Sou libanês, quero sempre vender lenço (risos).

Qual foi o seu aprendizado durante o tempo em que assumiu funções no setor público?

Sou filho de funcionário público. Meu pai trabalhou na secretaria da fazenda durante a vida toda. Quando menino, ia muito para o trabalho dele. Tinha a percepção que aquelas pessoas não eram felizes. Quando eu ia a uma repartição pública resolver algum problema de uma conta errada, por exemplo, era um sofrimento. Então, eu abominava a possibilidade de ser um servidor público. No entanto, sempre fui muito crítico. Quando fui convidado a assumir a Belotur, pensei que criticar era fácil e eu acreditava que poderia fazer diferente. Mas não fiz sozinho. Era um governo novo e tinha todo o apoio do meu chefe máximo (o prefeito Alexandre Kalil). O que eu fiz foi juntar as pontas que estavam soltas. O carnaval, por exemplo, já era um sucesso, mas estava desamarrado. Um evento dessa proporção não pode ser 100% bom. Ele traz dores também. Por isso, não nos reuníamos só com os blocos, mas com os moradores, associações de bairro e com a igrejas, por exemplo.

E no Ministério do Turismo, também “juntou as pontas”?

Sim. Em um dado momento descobri, por exemplo, que as acomodações de barco-hotel no país não eram reconhecidas como hospedagens. Veja só. O que eu fiz foi regulamentar isso, o que traz uma oportunidade de aumentar o turismo estrangeiro. Então é isso. Não inventei a roda. É preciso entender as dores das pessoas envolvidas e juntar as pontas. Tanto no Ministério quanto na Belotur continuei fazendo a mesma coisa que eu fazia com os meus negócios. E quando você chega em um lugar em que as pessoas estão viciadas em um modelo ruim e você oferece uma nova experiência de gestão, a coisa funciona. Quando estava nesses cargos sempre falava que potencialidade não enche prato. Não importa se o Brasil tem o potencial para isso ou aquilo, temos é de trabalhar.

E por que trabalhar com produção cultural?

Poderia dar várias repostas para essa pergunta, mas a verdade é que quando eu era adolescente, sempre fazia umas festinhas para ganhar dinheiro. E o intuito era de reforçar o orçamento para aproveitar mais as férias. E eu tinha alguns amigos que na adolescência já trabalhavam nas empresas da família e eu morria de inveja, pois eu não tinha essa grana que eles tinham. Já tive fundição de joias, delicatessen, bar na praia... Quando me veio o convite para assumir a produção do Giramundo, pensei: “poxa, não saco muito de cultura, nem leio jornal direito” (risos). Mas isso me possibilitou uma abertura muito grande. Fritei umas três noites seguidas e escrevia muito. Sabia que estava para tomar uma decisão que poderia ser para a vida toda. E foi só decidir. E depois veio a música, com o Pato Fu. Então foi tudo acontecendo com as oportunidades, que eu abracei. ■

Vinil reinventado

Hobby considerado quase terapêutico, coleção de LPs avança na pandemia. Vendas on-line de bolachões cresceram quase 30% na quarentena

➤ MARINELLA CASTRO

A moda do vinil, que já estava em alta, conquistando seguidores ao redor do mundo, ganhou fôlego novo na quarentena. Ficar em casa, cumprindo o isolamento social, horas a fio em home office, ajudou a esquentar a busca por pequenos prazeres, como ouvir música. No último ano, a procura pelo long play cresceu, graças, em grande parte, às vendas on-line. Apesar de esse ser um mercado em que manusear o produto, analisar suas condições, avaliar a capa e o encarte são importantes as compras pela internet aceleraram. Em tempos de música no streaming, acredite, há um lugar especial reservado para o charme dos bolachões. Segundo relatório da Associação Americana da Indústria da Gravação, as vendas de vinil aumentaram quase 30% em 2020, sustentando a tendência de alta em plena pandemia, onde diversos segmentos encolheram. O comércio de CDs, por exemplo, teve redução de 0,5% no período e os downlo-



Uma das referências do vinil em BH, Ricardo Lopes viaja o mundo em busca de raridades e está abrindo uma loja para vendas on-line: "Para mim, o vinil é quase um fetiche."

ads também caíram, 18%. O streaming, grande motor da indústria, viu sua receita crescer bem menos, 9,2%. Mesmo em tempos de tecnologia em alta e economia em baixa, o vinil arrebatou paixões. Quem pensa que esse é um papo de colecionador saudosista não conhece o mercado que vem conquistando também o público mais jovem, sustentando negócios promissores.

O mercado aquecido fez com que o negócio de José Márcio Mourão, dono da loja Acervo, com três unidades em BH e um estoque de 50 mil discos, se mantivesse firme nos meses de pandemia. Apesar do fechamento temporário das três lojas físicas, as vendas seguiram bem pelas plataformas digitais. Nas lojas do especialista em vinil, localizadas na Savassi e na região central, podem ser encontrados todos os estilos musicais, além de pick-ups e aparelhagem vintage original para escutar long plays. A procura por aparelhos, aliás, também cresceu. No mundo do vinil as reprensagens estão a todo vapor, mas os originais são os mais valorizados. Na quarentena, muitos atingiram cotação recorde. Relíquias de Cartola, Caetano Veloso, Tim Maia e Tom Zé, além de clássicos do rock, podem ser negociados por valores que variam de 4 a 5 mil reais. “O som do vinil é mais puro. O CD é muito condensado”, diz José Márcio, explicando a preferência do público. Ele teve a ideia de montar a loja, junto com o sócio Célio Freitas, depois de se aposentar como veterinário, há sete anos. Viu o negócio prosperar e acredita que na quarentena as pessoas passaram a curtir ainda mais esse hobby, onde não vale ter pressa. “O hábito de escolher a música para ouvir, limpar o disco, trocar de lado, ler o encarte com a história dos músicos e da música é muito agradável.”

Apesar da praticidade e possibilidades do streaming, o vinil é, para muitos, um estilo de vida. É o caso do psicólogo, musicoterapeuta e baterista Ricardo Lopes, que curte LPs desde a adolescência. Na década de 1980 Ricardo foi dono de uma loja de vinil em Belo Horizonte. Ele lançou moda promovendo leilões de discos. Agora, está retomando a atividade, no mode-

O casal Fábio Vale e Natália Bonela criou um perfil no Instagram para Ziggy Star: o cachorrinho fã de vinil já tem mais de 7 mil seguidores e milhares de curtidas em seus posts



Pádua de Carvalho



Os sócios Celio Freitas (à dir.) e José Márcio Mourão, donos da loja Acervo, com três unidades em BH, têm estoque de 50 mil discos: "O hábito de escolher a música para ouvir, limpar o disco, trocar de lado, ler o encarte com a história dos músicos e da música é muito agradável", diz José Márcio

lo e-commerce. Ele acaba de lançar a Wolf Studio & Records, que nasce embalada pelo bom momento que vive o LP. Ricardo conta que enquanto um relançamento de Tim Maia pode custar 140 reais - o exemplar novo em folha -, o disco original sai por mais de 3 mil reais. Em um universo movido a paixões e com pouca oferta esses valores podem crescer rápido, ultrapassando, em alguns casos, cifras como 20 mil reais. "Pense na primeira prensagem do Led Zeppelin, só para dar um exemplo fácil de entender", diz Ricardo. "Os estúdios da época eram mais modestos, artesanais, daí trazerem um som mais real e primitivo." Mas raridades como essa não são fáceis de serem encontradas. "Muitos colecionadores não trocam, não vendem e nem doam sua coleção." Com isso alguns exemplares são muito difíceis de serem garimpados. "Só mesmo quando há a morte de um colecionador e a família decide dispor dos discos", explica Ricardo, que tem mais de 800 discos em sua coleção, muitos adquiridos em viagens pela Europa, especialmente Alemanha, Itália e Inglaterra. Entre primeiras edições, só para citar alguns, Ricardo já encontrou em suas andanças pelo mundo exemplares da banda alemã Gila, de Alice Cooper, Khan e primeiras edições dos Beatles... "Para mim, o vinil é quase um fetiche."

Fãs concordam que mais gente tem descoberto o hobby. Ainda não são 10 da manhã e o consultor de marketing Fábio Vale já escutou dois LPs, lados A e B. Ele gosta de trabalhar ouvindo música, de MPB aos clássicos do rock, um hábito que sempre ajuda na sua produção e criatividade. Em casa, mantém uma coleção bem organizada junto com a mulher, a advogada Natália Bonela. Consumidores assíduos, eles acompanham o mercado bem de perto e notaram a alta dos preços e a valorização acentuada dos discos a partir do ano passado. "Posso dizer que os preços do vinil triplicaram nesse último ano", diz Fábio. Ele acredita que além do efeito do câmbio existe o crescimento da demanda. "Principalmente depois da pandemia as pessoas passaram a dar valor aos pequenos prazeres." Ele e Natália são bastante cuidadosos com os



O long play foi inspiração para a Vinil, cerveja artesanal mineira criada por Fabrício Bastos: cada rótulo faz analogia a um álbum e a conexão acontece de acordo com as características da bebida

discos. A cada seis meses lavam toda a coleção e trocam os plásticos. Natália faz ainda um trabalho de reconstrução das capas estragadas, garantindo a originalidade. Na sua casa tudo é muito bem organizado. O móvel que recebe os bolachões separados por estilo (samba e choro, bossa e MPB, blues, jazz, rock...) foi planejado sob medida. Juntos o casal lançou o instagram do cachorrinho Ziggy, que é conhecido como o dono dos discos. O blogueirinho Ziggy Star(@ziggystar.dog) também é uma revelação dessa quarentena, já tem mais de 7 mil seguidores e milhares de curtidas em seus posts.

O lado bem humorado desse universo que leva os fãs muitas vezes a cometerem excessos por um LP foi mostrado no filme Alta Fidelidade. Estrelado pelos atores John Cusack e Jack Black, o filme, uma comédia com participação de atrizes como Catherine Zeta-Jones é passado em uma loja de vinil à beira da falência no subúrbio de Chicago. A história do longa foi transformada em série, lançada no Brasil no segundo semestre do ano passado, disponível no streaming Starzplay. No papel da dona da loja de vinil, a atriz Zoe Kravitz. Em BH o hobby que inspirou o cinema anima clubes de fãs, esquentando o comércio e deu até nome para uma marca de cerveja artesanal. A Vinil, há oito anos no mercado, teve como inspiração o som dos bolachões. O sócio-fundador Fabrício Bastos conta que a música é um hobby que une os sócios. Assim, cada cerveja faz analogia a um álbum e a conexão acontece de acordo com as características da bebida. A cerveja Hurricane, por exemplo, lembra a música de Bob Dylan. Tem grau de amargor alto, é muito aromática e tem alto teor alcoólico. É forte. "Já a Tropicália é leve, muito aromática e refrescante, fácil de beber", diz Fabrício. A Vinil lançou as cervejas 33 RPMs, que remete aos discos de vinil maiores; 45 RPMs, em alusão aos menores, chamados de compactos; e a 78 RPMs, que são vinis chamados de goma-laca, pesados e frágeis, uma espécie de tesouro para os colecionadores. A viagem pelo mundo do vinil tem muitas rotações, e ninguém quer virar esse disco. Ele vai continuar tocando. ■

Um bem que contagia

A pedagoga Flávia de Paula e Silva decidiu passar uma temporada com a família na casa do seu pai, em Lagoa Santa. Lá, as filhas Eduarda, de 10 anos, e Valentina, de 12, respiram ar puro e se divertem com a bicharada: "Temos cachorro, gato, coelho, periquito, galinhas. Nos tornamos uma grande família"





A estudante Leticia Costa Mundim Veloso, de 10 anos, não se cansa dos seus tutelados, as calopsitas Snow e Sunny, e a cadelinha Dorothy, da raça whippet: "Pesquisei vídeos, estudei o comportamento dos bichinhos e me dedico aos cuidados diários"

A gratuidade do afeto dos animais de estimação traz novos significados ao dia a dia de crianças que seguem confinadas por causa da pandemia

■ DANIELA COSTA

Em algumas de suas obras, a escritora Clarice Lispector revelou os seus sentimentos com relação aos animais. "Quando acaricio a cabeça do meu cão sei que ele não exige que eu faça sentido ou me explique", escreveu certa vez. A gratuidade do afeto dos

bichos faz tão bem que ganhou viés terapêutico, especialmente na pandemia. Um bem que contagia crianças e adultos. "Alguns pacientes têm feito escalas das atividades diárias, o que inclui o horário de dar atenção aos pets", diz a psicóloga Simone Lacerda, especialista em Terapia Familiar Sistêmica e atendimento infanto-juvenil. Uma conexão que, segundo alguns estudos científicos, potencializa comportamentos essenciais para a saúde e o bem-estar de humanos e animais, ampliando as interações emocionais, físicas e psicológicas.

A administradora Marcelle Brum incluiu na reforma do novo apartamento um projeto para Nico, gatinho sem raça definida, de 2 anos de idade. Adotado aos 30 dias, ganhou passarela na sala de estar para percorrer e em breve terá um quarto "gatificado"

com prateleiras e brinquedos. "Apesar do seu temperamento mais arreado, é o xodó da família", diz. Para a filha Maria Luiza, de 8 anos, tornou-se o irmão de quatro patas e um parceiro em tempos de isolamento social. Mas é preciso atenção. A psicóloga Simone Lacerda orienta que ter um animal de estimação requer comprometimento. "Tem crianças que desenham a família incluindo os bichinhos. Eles se tornam parte afetiva do grupo." Ela lembra que a decisão de tê-los em casa deve ser planejada, avaliando prós e contras. "Tenho observado que aqueles que têm maturidade para construir essa relação conquistam muitos ganhos", diz. "Já os que agem por impulso, atendendo unicamente aos desejos dos filhos, acabam tendo algum tipo de problema."

Ciente de que a pandemia vai pas- ▶

Geraldo Goulart

Para Maria Luiza, de 8 anos, o gato Nico, sem raça definida, tornou-se o irmão de quatro patas e um parceiro em tempos de isolamento social: “É o xodó da casa”, diz a mãe da menina, a administradora Marcelle Brum



Arquivo pessoal

O psicólogo Diego Prais se rendeu ao amor que o filho Arthur, de 10 anos, tem pelos animais: “A casa se encheu de alegria. Muitas risadas, brincadeiras. Até o peixe interage com a gente”, diz, ao lado da esposa, a nutricionista Daniela Rocha, o peixe Foguinho e o hamster Max



sar, mas os pets chegam para ficar, a estudante Letícia Costa Mundim Veloso, de 10 anos, não se cansa dos seus tutelados: as calopsitas Snow e Sunny – a primeira chegou há quatro semanas e a outra no início de 2020 – e a cadelinha Dorothy, 6 anos, da raça whippet. “Pesquiso vídeos, estudo o comportamento dos bichinhos e me dedico aos cuidados diários”, diz. Com o dom de deixar os dias mais leves e os momentos mais alegres, os animais garantem um respiro em meio ao turbilhão de acontecimentos recentes que afetam diretamente a rotina de crianças e adolescentes. Os danos emocionais que a reclusão em casas ou apartamentos pode gerar não atinge apenas os adultos.

A troca afetiva desinteressada e permeada pela gratidão traz novos significados ao dia a dia. Morando em apartamento, no bairro São Bento, logo no início da pandemia a pedagoga Flávia de Paula e Silva decidiu passar uma temporada com a família na casa do seu pai, em Lagoa Santa. Estadia que se estende até hoje. “Tem sido uma experiência deliciosa. Ter esse contato com a natureza e os animais é um privilégio”, diz. Lá as filhas Eduarda, de 10 anos, e Valentina, de 12, andam de bicicleta, nadam, tomam sol, respiram ar puro e se divertem com a bicharada. “Temos cachorro, gato, coelho, periquito, galinhas. Nos tornamos uma grande família”.

Mesmo aqueles que permaneceram em apartamentos descobriram que o sentimento legítimo pelos pets ajuda a combater a sensação de angústia e solidão. O psicólogo Diego Prais se rendeu ao amor que o filho Arthur, de 10 anos, tem pelos animais. “O interessante é que sempre fui resistente a ter pets em casa e hoje sou apaixonado por eles”, diz. Primeiro chegou o peixinho betta, chamado Foguinho, e há quatro meses o hamster Max. “A casa se encheu de alegria. Muitas risadas, brincadeiras. Até o peixe interage com a gente”. Diego se diz surpreso com os animais: “Aprendemos com eles todos os dias”. ■



MORAR EM BRASÍLIA COM O ACOLHIMENTO DE QUEM SABE RECEBER BEM.

Agora você pode aproveitar todos os benefícios e o conforto que os hotéis da Plaza Brasília oferecem também na modalidade de residentes mensalistas. Além de poder escolher qual de nossos hotéis têm o perfil que mais combina com você, as vantagens são muitas, como:

- REGIÃO CENTRAL DE BRASÍLIA
- PRONTO PARA MUDAR
- CONDOMÍNIO INCLUSO
- ARRUMAÇÃO
- TV A CABO
- INTERNET



ENTRE EM CONTATO E VENHA MORAR CONOSCO. SERÁ UM PRAZER TER VOCÊ AQUI.
WWW.PLAZABRASILIA.COM.BR | (061) 3319-3543





Além do novo motor, picape Toro traz plataforma de serviços conectados, com carregador de smartphone sem fio e nova central multimídia de até 10,1 polegadas: parceria com a operadora de telefonia TIM

FÁBIO DOYLE

Os muito esperados motores flex turbinados da FCA/Stellantis estão finalmente chegando. A demora foi consequência dos estragos que a pandemia do Covid 19 causaram ao Brasil e ao planeta. Com o mercado estagnado, a FCA preferiu adiar o projeto do lançamento dos novos motores fabricados em Betim. E o momento chegou.

O primeiro a receber o novo motor Turbo 270, com potência de 185 cv, que a Fiat afirma ser “o propulsor flex com produção nacional mais moderno, potente e de maior torque do Brasil”, é a picape Toro. Além do novo propulsor o veículo traz plataforma de serviços conectados, em parceria com a operadora de telefonia TIM, além de carregador de smartphone sem fio e nova central multimídia de até 10,1 polegadas.

A tecnologia incorporada na picape oferece recursos como o Sistema Avançado de Assistência ao Condutor (ADAS) com frenagem autônoma de emergência, aviso de mudança de faixa, faróis full LED e Cluster Full Digital de 7 polegadas.

A longa espera terminou

FCA/Stellantis finalmente lança seus primeiros modelos com o muito aguardado motor flex turbo produzido na fábrica de Betim, o T270. Novidades começam com a picape Fiat Toro e o Jeep Compass



Motor turbo garante potência máxima de 185 cv a 5.750 rpm e torque máximo de 270 Nm a 1.750 rpm ao Jeep Compass; propulsor faz de 0 a 100 km/h em apenas 8,8 segundos e tem nota A de consumo pelo Inmetro



Interior do Jeep Compass também recebeu melhorias: quadro de instrumentos full digital e HD de 10,25 polegadas, centrais multimídia de até 10,1 polegadas e mais espaço para porta-objetos

É ponto passivo que a Toro foi a responsável por transformar o mercado brasileiro de picapes ao apresentar para o consumidor o conceito de Sport Utility Pick-up (SUP) – que combina o conforto e dirigibilidade de um SUV com a força, a robustez e a praticidade de uma picape com a capacidade para cinco pessoas e 1 tonelada de carga total. E comemorando seu evidente sucesso, com vendas até agora de quase 300 mil unidades, a Fiat Toro passa agora por sua mais importante evolução desde o lançamento, em 2016. Esse resultado colocou a picape

na segunda colocação em vendas do Brasil, atrás apenas da Nova Fiat Strada, líder de sua categoria há 23 anos. Com a chegada da Toro ao mercado, a Fiat, que detinha 33,1% de market share de todo o segmento em 2015, passou para 55,1% atualmente.

O design da Toro é, sem dúvida, um dos aspectos responsáveis por seu sucesso em vendas. Ousada, a Fiat resolveu trazer essa nova geração com evoluções também nesse quesito. A dianteira inclui o Logo Script e a Fiat Flag. O capô é novo, assim como a grade, rodas e bullbar integrado ao para-choque. O in-

terior também foi renovado, com novo painel de instrumentos e console central. A mudança permitiu quase dobrar para 26 litros a capacidade de armazenamento dos porta-objetos.

Mas o destaque em novidade é mesmo o novo motor turbo e sua performance. São 185 cavalos e 270 Nm de torque com etanol. A gama de oferta mantém as versões com motor flex aspirado e diesel, com câmbio automático de 6 ou 9 marchas.

No quesito conectividade, a Toro passa a oferecer carregador de smartphone sem fio, uma nova central multimídia de até 10,1 polegadas posicionada na vertical e uma plataforma de serviços conectados. De forma remota, o usuário passa a contar, com seu celular, por exemplo, com serviços de manutenção, segurança e emergência, navegação, assistência virtual e entretenimento no veículo com wi-fi dedicado. Esse recurso inclui o fornecimento de eSIM, chip virtual para acesso à internet. A linha 2022 da Nova Fiat Toro é composta por nove versões e está disponível na rede de concessionárias da marca desde 15 de maio.

Junto com a Fiat Toro, o Jeep Compass também chega em sua edição 2022 apresentando como principal novidade a nova geração de motor turbo flex produzido pela Fiat na unidade de Betim/MG. Líder de seu segmento com cerca de 70% do mercado, o Jeep Compass já teve mais de 240 mil unidades comercializadas no Brasil, desde que começou a ser vendido no país, em 2016, com fabricação no Polo Automotivo Jeep, em Goiana (PE).

O motor T270 estreia na gama Jeep no Novo Compass integrado ao câmbio automático de seis velocidades. Com potência máxima de 185 cv a 5.750 rpm e torque máximo de 270 Nm a 1.750 rpm, o propulsor faz de 0 a 100 km/h em apenas 8,8 segundos e tem nota A de consumo pelo Inmetro, informa o fabricante. Ele conta com taxa de compressão de 10,5:1, bloco de alumínio e injeção direta de combustível.

Entre as novidades que vêm de série na nova geração do Jeep Compass, o Jeep Traction Control + é um sistema de controle de tração que atua em condições em que o veículo tenha piso de ►

baixa aderência com o solo em uma das rodas. Ele está disponível para todas as versões Turbo Flex. O sistema aplica torque de frenagem na roda que está escorregando e transfere, pelo diferencial, o torque para outra roda que esteja em contato com o piso. Para habilitar a função, basta que o motorista pressione a tecla ASR OFF.

Outra novidade do Novo Jeep Compass, que vem de série em todas as versões Turbo Flex, é o modo Sport. Ao ativar a tecla, o usuário seleciona uma calibração diferenciada, com trocas de marchas mais rápidas que passam a ser realizadas em rotações mais altas. Isso torna a resposta do acelerador mais ágil e a direção fica mais firme, proporcionando condução mais esportiva.

As versões flex também ganharam um novo para-choque dianteiro e, com isso, um ângulo de entrada ainda maior, passando dos atuais 16,2° para até 21,5° no Novo Compass, o que representa um aumento de 33%. A mudança traz mais conforto e capacidade de vencer obstáculos cotidianos como buracos e canaletas. As versões turbo diesel seguem com ângulo de entrada de até 30,6°.

O design também passou por evolução. Externamente, o Novo Jeep Compass traz novidades no para-choque dianteiro, novas rodas para todas as versões, na lanterna traseira, pintura das partes plásticas, faróis Full LED com assinatura em LED e faróis de neblina com a mesma tecnologia. No interior as novidades são o quadro de instrumentos full digital e HD de 10,25 polegadas, volante, painel de porta, centrais multimídia de até 10,1 polegadas, console central e mais espaço para porta-objetos.

A nova central multimídia, com maior capacidade de processamento e armazenamento de dados, traz para o SUV navegação embarcada de série e espelhamento para Android Auto e Apple CarPlay por meio de conexão sem fio. Além disso, recebeu a plataforma de serviços conectados da Jeep, a Adventure Intelligence by Jeep Connect, que na versão Plus traz todos os recursos já apresentados no Renegade, entre outras funcionalidades. No quesito segurança o novo Jeep Compass vem



Novo SUV compacto Fiat, até agora conhecido como Progetto 363: nome será escolhido por seguidores da montadora nas redes sociais

agora de série em todas as versões com airbags laterais e de cortina, totalizando seis airbags.

Outra novidade, de série para a versão S e opcional para a Limited e Trailhawk, é a possibilidade de abrir o porta-malas movimentando o pé por baixo do para-choque traseiro. O sensor detecta sua presença e aciona o sistema. Para fechar, é só realizar o mesmo movimento. Para que funcione, o motorista deverá estar com chave a uma distância máxima de 1,5 m do porta-malas e o veículo deve estar com a transmissão em P (Parking).

O Novo Compass traz também o sistema Auto Hold, que permite que o motorista retire o pé do pedal de freio nas condições de veículo parado, mesmo que não esteja na posição P (Parking). Para recolocar o carro em movimento, basta acelerar novamente o veículo. Para acioná-lo é só pressionar o botão no console. A função está disponível de série para todas as versões do Novo Compass.

O SUV médio da Jeep amplia a sua gama de versões com duas novidades: a Série Especial 80 Anos e a já conhecida Série S, que agora recebe o novo motor T270 Turbo Flex. No total são nove versões do Novo Compass, com duas possibilidades de motorização e dois câmbios, com uma ampla faixa de preços.

Agora com nove versões, os preços do Jeep Compass para todo o Brasil, exceto São Paulo e Paraíba, começam em R\$ 139.900 e chegam a R\$ 216.900.

A FCA informa que a utilização do novo motor T270, flex turbo “por enquanto não está prevista para o Renegade”. Já o novo SUV compacto Fiat, até agora conhecido como Progetto 363, certamente utilizará o propulsor flex turbinado. O modelo deverá ser lançado até o final deste ano. As primeiras imagens do Progetto 363 já foram divulgadas pelo fabricante, mas o nome definitivo ainda não foi escolhido. Poderá ser Fiat Tuo, Fiat Domo ou Fiat Pulse. A escolha será feita por seguidores da montadora nas redes sociais. ■



A MAIOR CENTRAL DE MONITORAMENTO DA AMÉRICA LATINA.



SISTEMAS DE CÂMERAS

A **EMIVE** conta com a mais alta tecnologia de **CFTV DIGITAL**. Você pode monitorar através de suas câmeras o seu patrimônio, tudo isso em tempo real. Além disso, os projetos são desenvolvidos sob medida para atender cada necessidade específica.



ALARME MONITORADO 24H

A **EMIVE** oferece diversas opções em alarmes e soluções em segurança eletrônica. Você pode optar por um sistema de alarme **COM** ou **SEM FIO**, além da proteção perimetral, complementando o seu sistema com cerca elétrica ou outras tecnologias para controle de acesso.

A ÚNICA EMPRESA A POSSUIR OS 3 PILARES DA SEGURANÇA ELETRÔNICA.



1. INIBIÇÃO

Um local monitorado pela **EMIVE** fica **36 VEZES MAIS SEGURO** do que qualquer outro que não possua um sistema de segurança eletrônica da **EMIVE**. A maior empresa de segurança eletrônica da América Latina protegendo seu patrimônio e sua família 24 horas por dia.



2. DETECÇÃO

Para detectar as ações dos meliantes com rapidez, a **EMIVE** oferece aos clientes equipamentos de ponta com **ALTA TECNOLOGIA EMBARCADA**, além de especialistas em segurança eletrônica para elaborar um projeto de segurança personalizado.



3. AÇÃO

A **EMIVE** possui mais de 280 unidades volantes distribuídas em locais estratégicos da cidade. Quando o vistoriador mais próximo geograficamente do local é acionado pela Central de Monitoramento, ele se desloca em tempo hábil ao estabelecimento, minimizando o tempo e a ação do meliante.

Fotos: Pádua de Carvalho

De corpo e alma

Enquanto se prepara para novos desafios, artista plástica Sânia Fagundes prioriza a expressão de sentimentos em relação à simples descrição objetiva da realidade

✶ DANIELA COSTA

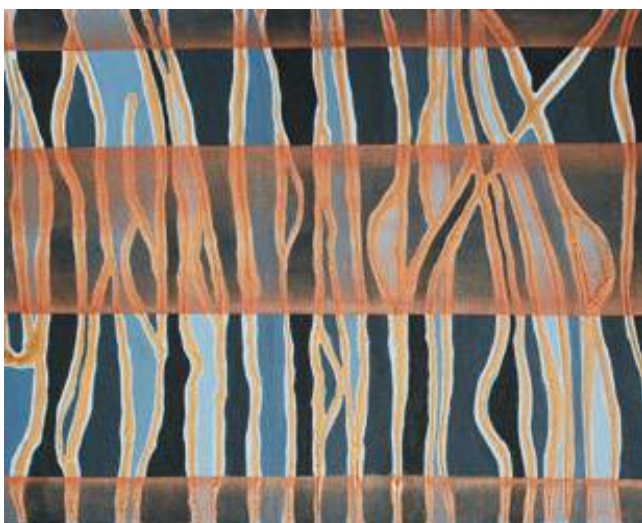
Frequentadora assídua dos museus de BH e do mundo, leitora voraz e amante da pintura. Assim se descreve a artista plástica Sânia Araújo Fagundes, de 46 anos. No dia em que teve a oportunidade de conhecer o Louvre, em Paris (França), ficou tão emocionada que sentiu febre. “Tamanha foi minha alegria ao presenciar obras tão renomadas”, diz. A veia artística veio do berço. O avô Fagundes gostava de desenhar e dizem que a neta também herdou a mão da vovó Laura, conhecida por suas habilidades na cozinha. Da avó Geralda puxou o gosto pela moda. “Ela costurava e fazia crochê com maestria e muita delicadeza”.

Em meio a tantos talentos, cresceu lendo Turma da Mônica, de Maurício de Sousa. Ainda menina, já desenhava o Cebolinha sem observar. Encantada por

A artista plástica Sânia Fagundes: “Pesquisei novas formas de usar suportes e técnicas, e os detalhes são presentes do acaso”



Obras são produzidas com tinta acrílica sobre tela e carvão vegetal: para dar vida ao inesperado



tintas e lápis de cor, com o passar dos anos assumiu o estilo expressionista contemporâneo, movimento artístico e cultural de vanguarda, que surgiu na Alemanha no início do século XX, valorizando a expressão do artista. “Minha alma é composta de cores fortes e vibrantes. Pesquiso novas formas de usar suportes e técnicas, e os detalhes são presentes do acaso”, diz.

Dando prioridade à expressão de sentimentos em relação à simples descrição objetiva da realidade, utiliza tinta acrílica sobre tela e carvão vegetal para dar vida às obras. Adepta do inesperado, não segue roteiros e transforma o acaso em algo proposital. Inspirada por artistas como Gustavo Klint, Van Gogh, Glaucio Moraes e Eduardo Vieira, se prepara para participar da exposição de aniversário de cinco anos da Art Lab

Gallery, em São Paulo. Outras duas mostras coletivas e uma individual também estão previstas para este ano.

Na série “Poéticas da Forma”, em execução, Sânia pretende despertar a curiosidade do espectador de forma que se imagine na plástica da obra, fazendo com que sua participação seja recíproca. “Meu intuito é que o observador se insira dentro da experiência de observar”. Convicta de que a arte caminha junto com a literatura, ela também se prepara para o lançamento, em junho, do conto ilustrado Sr Coelho, realizado em parceria com a artista Nami Vianna. “Trata-se da história de um adorável coelhinho da páscoa que sofre de esgotamento devido às grandes demandas de trabalho na pandemia.” Apesar de parecer infantil, é um livro para adultos que reflete sobre os desafios da atualidade. ■



MAISON
ESCOLA E GALERIA DE ARTE

A Maison Escola e Galeria de Arte deseja um próspero ano novo, repleto de felicidades, paz e Arte.

Cursos Práticos:

Desenho Artístico
Desenho de Moda
Pintura sobre Tela
Aquarela

Cursos Teóricos:

História da Arte
Arte Contemporânea



maionescoladearte



maisondaarte



www.maison.art.br



(31) 97558-5555

Rua Pernambuco,
1002 – 3º andar – Savassi.
Belo Horizonte / MG

Uma pausa no relógio biológico

Diante do desejo de muitas mulheres de adiarem a gravidez e das incertezas originadas pela Covid-19, a procura pela técnica de congelamento de óvulos cresceu até 200% em clínicas de reprodução assistida da capital mineira

■ DANIELA COSTA

“Um dia histórico e um tremendo passo à frente”. A manchete publicada na revista Der Stern, na década de 1960, informava sobre o lançamento da pílula contraceptiva no mercado alemão. Criado originalmente nos Estados Unidos, o método anticoncepcional significaria uma revolução sexual. Um símbolo da emancipação feminina. Mais de meio século depois,

outro avanço da ciência alcançaria status semelhante: o congelamento de óvulos. Se a mulher contemporânea acumulou conquistas como a inserção no mercado de trabalho, independência financeira e a ampliação de sua liberdade sexual e reprodutiva, tal evolução cobrou um preço. Já não bastava tomar pílula para evitar uma gravidez indesejada. Tornou-se urgente também a necessidade de driblar o relógio biológico. A perspectiva de po-

der escolher com qual idade engravidar, sem se preocupar com o fim certo da produção de óvulos, foi mais um marco na história.

A pandemia do novo coronavírus colocou mais um ingrediente nesse caldeirão. Diante das incertezas trazidas pela Covid-19, mulheres que nunca haviam se preocupado com o assunto viram que o sonho da gestação teria de ser adiado. Primeiro, porque muitas das que estavam sem parcei-

PRESENTE INESPERADO

Aos 41 anos de idade e grávida de gêmeos, a bancária **Jakeline Mendonça** é só alegria. Diagnosticada com câncer de mama, em 2016, não desistiu do sonho de ser mãe. Natural de Teresina, no Piauí, mora há 13 anos em Belo Horizonte, onde conheceu o marido. “Passei em um concurso e acabei aterrissando aqui”, brinca ela. Suas armas para vencer a doença sempre foram o bom-humor, o otimismo e a fé. À época, ela vivia uma das melhores fases da sua vida. Havia acabado de se casar, fez sua primeira viagem ao exterior e tinha sido promovida no trabalho. “A notícia abalou a todos, mas decidi que não ia morrer por causa da doença.” Antes de realizar o tratamento de quimioterapia, optou pelo congelamento de óvulos. “O médico me disse

que eu poderia ficar estéril e o melhor era prevenir.” Em fevereiro do ano passado, decidiu realizar a primeira tentativa para engravidar. Dos 21 óvulos colhidos, 12 foram descongelados e, destes, seis estavam maduros. Apenas um embrião foi implantado, mas não vingou. Certa de que ainda lhe restavam cinco embriões, não perdeu a esperança. Oito meses depois, em outubro, tentou novamente. “Dessa vez, decidimos implantar dois embriões pois as chances de serem gerados gêmeos eram de apenas 20%. Surpreendentemente, engravidei de um casal.” Com a boa notícia, ela e o marido, o bancário **Fábio Penna**, agora aguardam o término da reforma do apartamento onde moram e a chegada dos filhos para celebrar.



ro continuaram assim. Se no início do ano passado a expectativa era de que as medidas de isolamento durariam dias, talvez semanas, com o passar do tempo as semanas se transformaram em meses. Muitos meses. Depois, a própria evolução da doença trouxe uma névoa pesada sobre as grávidas. Em abril último, o Ministério da Saúde recomendou o adiamento dos planos de gestação. Em entrevista coletiva, o secretário de atenção primária à saúde do ministério, Raphael Parente, afirmou que o mais indicado no momento seria “esperar um pouquinho até a situação ficar um pouco mais calma”. O alerta justifica-se. De acordo com estudo internacional liderado pelas universidades de Oxford e Washington com mais de 2 mil gestantes, a Covid-19 pode aumentar em até 20 vezes o risco de morte nesse público. Outros estudos mostram que grávidas têm mais chances de ir para unidades de terapia intensiva e de precisar de ventilação mecânica caso sejam infectadas com o novo coronavírus. A procura por clínicas de reprodução assistida explodiu. Na clínica Origen, foi registrado um aumento de 30% na procura pelo congelamento de óvulos de janeiro a abril deste ano quando comparado ao mesmo período de 2020. Na LifeSearch, o crescimento foi de impressionantes 200% no primeiro trimestre de 2021 em relação ao mesmo período do ano passado.

O público majoritário que procura informações sobre o congelamento de óvulos pode ser dividido basicamente em três: 1) mulheres solteiras, por volta de 32 a 35 anos, sem perspectivas de um relacionamento estável; 2) mulheres que poderiam engravidar naturalmente, mas decidem adiar os planos por questões profissionais; 3) pacientes oncológicas que irão passar por tratamentos capazes de causar menopausa precoce, como quimioterapia. Há três anos, a servidora pública Carolina Adaid Fontes viu que se encaixava perfeitamente no primeiro grupo. Não pensava em investir num relacionamento sério, mas não abria mão do sonho de ser mãe - num futuro que, à época, era distante. “Sabia que era o momento de realizar o

Violeta Andrada



procedimento”, diz ela, que se mostra feliz com a escolha (confira ao longo da reportagem o relato de mulheres que optaram pelo congelamento de óvulos). “Sei que ainda posso esperar alguns anos para ter filhos. Antes disso, tenho muitos projetos pessoais e profissionais para realizar.”

A questão de como a idade interfere na fertilidade é explicada pela biologia. Embora o homem saudável produza praticamente a mesma taxa de espermatozoides ao longo de toda a vida, para as mulheres a realidade é bem diferente. Por volta dos 30 anos, a maioria das mulheres já perdeu quase 90% de seus óvulos. Elas já nascem com um número fixo de óvulos que varia de acordo com cada organismo e diminui com o avanço da idade. “Ao nascer a mulher tem entre 1 e 2 milhões de óvulos”, diz o médico Leonardo Augusto Meyer de Moraes, ginecologista e obstetra da Fertibaby Medicina Reprodutiva. “Mas vai perdendo óvulos ao longo dos anos e chega à puberdade, quando começa a menstruar, com algo entre 300 e 500 mil restantes.”

Entre os 40 e 55 anos, quando ocorre a menopausa, o estoque de óvulos acaba. “É possível que uma mulher que irá entrar na menopausa mais tardiamente, ainda esteja com uma boa reserva ovariana aos 40 anos”, explica Leonardo. O especialista lembra, no entanto, que a idade máxima ideal para congelar os óvulos é entre 30 e 35

ENTENDA COMO FUNCIONA O MÉTODO

1

O primeiro passo é se reunir com o especialista em reprodução humana, que pede exames ginecológicos capazes de indicar a capacidade do ovário em produzir óvulos

2

Se estiver tudo certo com os exames, a aplicação de hormônios para estimular a reserva ovariana é iniciada após a menstruação. O procedimento leva até 15 dias. A partir do quinto dia, o monitoramento é feito por meio de ultrassom para verificar a resposta dos ovários e a produção de folículos

3

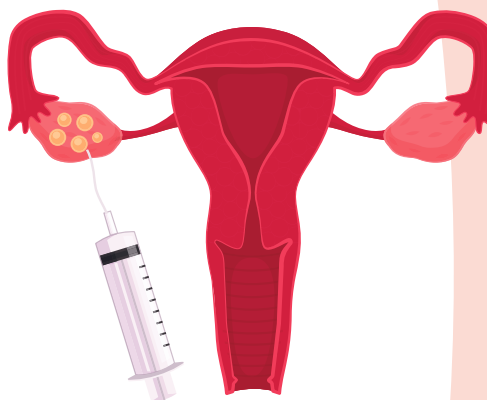
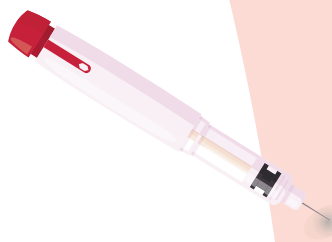
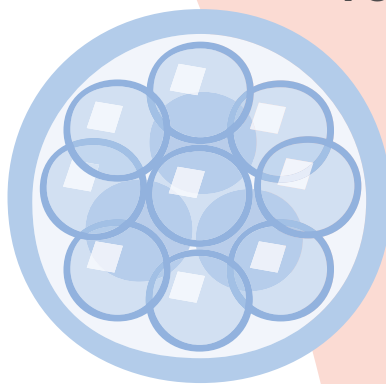
A extração é feita com um ultrassom transvaginal e uma agulha acoplada para aspirar o líquido dos folículos contidos no ovário. A média ideal para congelamento é de 20 óvulos. Quando o número é muito baixo, recomenda-se realizar novo ciclo

4

Os óvulos maduros são separados do líquido e preparados para o processo de vitrificação, técnica de congelamento rápido e eficaz

5

O material é transferido para um tanque com nitrogênio líquido, em temperatura a 196 graus negativos, onde pode ficar armazenados por tempo indeterminado. No Brasil, a escolha de sexo é proibida



SEM MEDO DE ARRISCAR

A servidora pública **Carolina Adaid Fontes**, de 37 anos, sempre foi avessa a planos de casamento. Filha de pais separados e criada pela mãe, desde pequena decidiu que não era preciso ter um relacionamento estável para ter filhos. Por outro lado, também não abria mão do sonho de ser mãe. Encontrou no congelamento de óvulos a solução para seu dilema. “Quando fiz 34 anos sabia que era o momento certo de realizar o procedimento.” Dos 50 óvulos colhidos - número bem acima da média -, 31 foram congelados. Na mesma época, ela conheceu o atual namorado, que a fez repensar suas questões acerca do casamento. Três anos depois, afirma que continua feliz com a escolha de congelar os óvulos. “É uma liberdade sem tamanho. Sei que ainda posso esperar alguns anos para ter filhos. Antes disso, tenho muitos projetos pessoais e profissionais para realizar.”





anos. Após esse período ocorre a piora da qualidade oocitária e maior risco de má resposta aos medicamentos utilizados para estimulação ovariana. O procedimento é necessário para realizar uma maior coleta de óvulos. A recomendação é que sejam congelados uma média de 20 óvulos de uma só vez, mas nem sempre é possível obter essa quantidade em um único ciclo. O que não é motivo para desespero, pois a mulher pode realizar quantas coletas de óvulos desejar (veja no quadro o passo a passo do procedimento).

O congelamento de óvulos evoluiu a partir da chegada da vitrificação (técnica desenvolvida na Itália

FAMÍLIA EM PRIMEIRO LUGAR

Em 2018, quando soube que tinha câncer de mama, aos 38 anos de idade, a modelo **Mariana Hamacek** não perdeu a vontade de ser mãe. Seguindo a intuição e tendo a certeza de que a doença não iria lhe tirar a vida, decidiu viajar com a família e, logo ao retornar para Belo Horizonte, congelar os óvulos. “Eu nem imaginava que isso pudesse acontecer comigo. Tinha ficado dois anos sem fazer exames preventivos, descobri meio por acaso. Mas Deus tem sido muito bom”, afirma. Agressivo, o câncer metastático já havia migrado da sua mama esquerda para a axila. A cirurgia para retirada do nódulo foi um sucesso, mas não tirou a necessidade da quimioterapia. “Perdi meu cabelo, mas minha única preocupação era a vida.” O congelamento dos óvulos, dezenove no total, foi feito doze dias antes do início do tratamento. Ainda solteira e morando com os pais, sabe que o sonho de construir sua própria família foi adiado, mas não abandonado.

CORRENDO ATRÁS DO SONHO

"Minha mãe me teve aos 40 anos de idade e a minha irmã aos 42, de forma natural", conta a representante comercial **Débora Batista Vaz de Lima**, de 38. Sem um parceiro fixo e com a intenção de constituir uma família, há dois anos decidiu logo congelar os óvulos. "Acho até que demorei. Não pretendo ter produção independente, mas prefiro me resguardar", diz. Na primeira tentativa, dos 12 óvulos colhidos, apenas três estavam em condições de ser congelados. Um ano depois, aos 37 anos, nova tentativa e o total de 20 óvulos reservados. "Nas duas vezes, os meus exames estavam todos bons. Acredito que o fator emocional também influencia, por isso o sucesso da segunda vez", diz.

pela equipe da ginecologista Eleonora Porcu). "O método, que já está no Brasil há mais de 12 anos, trouxe a chance de o descongelamento ocorrer perfeitamente em 92% dos casos", diz o médico Bruno Scheffer, especialista em reprodução humana assistida do Instituto Ibrra. A vitrificação permite preservar a qualidade do óvulo. Se a mulher congelou os óvulos aos 26 anos, mas quis ser mãe só aos 40, considera-se a idade do óvulo e não da mulher. O organismo envelhece, eles não. "Congelar óvulos não se trata de ser ou não mãe. Trata-se de se emancipar podendo ser mãe quando e 'se' quiser. Sem se prender a idade ou parceiro e sem precisar recorrer a doação", diz Bruno. Esse "quando e se quiser" é uma mudança radical no papel da mulher na sociedade. A empresária Claudianne Ribeiro tinha 34 anos e uma filha de 5 quando começou a pensar em engravidar novamente. A ideia de mais um filho agradava. Mas aquele não era o momento





PRAZER EM SER MÃE

A empresária **Claudianne Ribeiro**, de 37 anos, já sabe bem o prazer que é ser mãe. A filha Luíza, de 8 anos, fruto de um relacionamento estável, é uma das suas maiores alegrias. O amor é tanto que ao perceber a corrida do relógio biológico, não quis arriscar. Em 2018, algumas amigas lhe indicaram a técnica de congelamento de óvulos. “Na época ela tinha 5 anos e fiz para poder ter outro filho no futuro”. Dos 22 óvulos colhidos, 18 foram congelados. Para a empresária, poder planejar uma gestação é um benefício que faz toda a diferença. Ainda mais quando o fator idade deixa de ser um empecilho. “Na minha primeira gravidez, planejei, emagreci. Sou muito organizada. A chance de congelar os óvulos é libertadora.”

certo. Foram amigas que indicaram o congelamento de óvulos. “Essa chance é libertadora.”

A ciência permite que os limites humanos sejam ultrapassados, tornando possível adiar a maternidade, mas é preciso que haja um planejamento reprodutivo consciente. “Em uma análise de pacientes submetidas a tratamentos de fertilização in vitro nos EUA, a taxa de aborto aumentou progressivamente com a idade, de 13% em mulheres com menos de 35 anos para 54% em mulheres com 44 anos ou mais”, diz obstetra e ginecologista Rívia Mara Lamaita, coordenadora do Centro de Reprodução Humana da Rede Mater Dei de Saúde. Recomenda-se, portanto, que a mulher discuta com seu médico a idade ideal para uma primeira gestação e o número de filhos que pretende ter. Se a ideia é ter mais de um filho, o ideal é programar a primeira gestação para antes dos 35 anos de idade. “E não adiar gestações para além de 42 anos, quando os riscos podem superar os benefícios”, afirma a médica. Mesmo o óvulo sendo mais ▶

O ginecologista e obstetra Selmo Geber, da clínica Origen, explica que o material coletado é transferido para um tanque com nitrogênio líquido, em temperatura a 196 graus negativos: “T tecnicamente, o óvulo pode ficar congelado para sempre”



Violeta Andrada

João Avelino/divulgação



Para a obstetra e ginecologista Rívia Mara Lamaita, do Centro de Reprodução Humana da Rede Mater Dei de Saúde, a recomendação é se planejar: "O ideal é ter uma primeira gestação antes dos 35 anos de idade e não adiar gestações para além de 42 anos, quando os riscos podem superar os benefícios"



O ginecologista e obstetra Francisco de Assis Pereira, da clínica LifeSearch, diz que não há qualquer discussão ética a respeito de um possível descarte do material congelado: "O óvulo pertence à paciente e ela pode decidir, em qualquer momento, se ele será descartado, levado para pesquisa ou mesmo doado para outra mulher, respeitando as exigências legais"

jovem, o organismo tem de estar bem como um todo para gerar uma criança. E quanto mais as mulheres envelhecem, mais riscos de surgirem complicações, como hipertensão arterial e diabetes mellitus.

Uma dúvida que surge entre quem pensa em congelar os óvulos é se há alguma discussão ética sobre um possível descarte do material, seja após o procedimento seja em caso de se desistir da gestação. Não há. O óvulo é um gameta, não um embrião, portanto não pode ser entendido como uma vida. "O óvulo pertence à paciente e ela pode decidir, em qualquer momento, se ele será descartado, levado para pesquisa ou mesmo doado para outra mulher, respeitando as exigências legais", diz o ginecologista e obstetra Francisco de Assis Pereira, que dirige a clínica LifeSearch ao lado das também especialistas em reprodução

humana Cláudia Navarro Lemos, Maria das Graças Camargos e Ines Katerina Cruzeiro.

Os especialistas são unânimes: o congelamento de óvulos é uma possibilidade de gravidez futura e não a garantia de um filho. As chances não são 100%. Uma vez congelados, os óvulos terão de ser descongelados, fertilizados com o espermatozoide no laboratório pela técnica de injeção intracitoplasmática (ICSI), para então originar os embriões que serão transferidos para o útero cujo endométrio foi devidamente preparado. Esse embrião ainda deverá ser implantado e se desenvolver dentro do útero. "Não existe nenhum exame que determine a qualidade do óvulo. O que determina a idade do óvulo e a probabilidade de engravidar é a idade que a paciente tem quando decide congelar", diz o ginecologista e obstetra João Pedro

Junqueira, especialista em medicina reprodutiva da Pró-Criar. Em média, são necessários de 8 a 10 óvulos para alcançar 1 a 2 embriões no laboratório. Se a paciente tiver até 35 anos a chance de eles vingarem é de 50%. Se não engravidar, precisará de mais óvulos. "Por isso, quanto mais for congelado, melhor", diz o obstetra. A bancária Jakeline Mendonça, que congelou seus óvulos em 2016, quando foi diagnosticada com câncer de mama, conta que passou pelo drama de uma tentativa frustrada. Em fevereiro do ano passado, implantou apenas um embrião, que não vingou. Oito meses depois, em outubro, passou pelo procedimento novamente. "Decidimos tentar com dois embriões e engravidei de um casal", conta, com um sorriso no rosto.

O procedimento tem um custo médio de 15 mil reais - mais 1 mil re-



Bruno Scheffer, especialista em reprodução humana assistida do Instituto Ibrra, destaca a liberdade que o congelamento proporciona à mulher: "Não se trata de ser ou não mãe. Trata-se de se emancipar, podendo ser mãe quando e 'se' quiser"

ais por ano, aproximadamente, para a manutenção do material coletado. Logo após a primeira consulta é realizado exame para verificar a reserva ovariana da mulher. Só então é feita a estimulação com hormônio pelo período de até quinze dias. "O crescimento é acompanhado via ultrassom até chegar ao ponto de colher para congelar em nitrogênio, a menos 196 graus", explica o ginecologista e obstetra Selmo Geber, sócio da clínica Origen. "Técnicamente, o óvulo pode ficar congelado por tempo indeterminado." Especialista em fertilização in vitro e embriologia, Selmo é, ele mesmo, prova de que o congelamento pode realizar sonhos, mesmo aqueles que você nem imagina que terá. Seu terceiro filho veio ao mundo por meio de fertilização in vitro, 20 anos depois de ele ter feito vasectomia. "E foi com óvulos congelados da minha esposa." ■



O ginecologista e obstetra João Pedro Junqueira, especialista em medicina reprodutiva da Pró-Criar: "Não existe nenhum exame que determine a qualidade do óvulo. O que determina a idade do óvulo e a probabilidade de engravidar é a idade que a paciente tem quando decide congelar"



Para Leonardo Augusto Meyer de Moraes, ginecologista e obstetra da Fertibaby Medicina Reprodutiva, a idade máxima ideal para congelar os óvulos é entre 30 e 35 anos, mas ele faz uma ressalva: "É possível que uma mulher que irá entrar na menopausa mais tardiamente ainda esteja com uma boa reserva ovariana aos 40 anos"



rfonseca@revistaencontro.com.br

POR RODRIGO A. FONSECA

Rosé – de patinho feio a objeto (alcançável) de desejo – parte I

“Rosé não é um vinho sério. Ou, consumidores sérios não bebem rosé.” (1986)

Os rosados passaram, faz tempo, de vinhos praticamente desprezíveis a bastante desejados, e não somente pelos consumidores menos exigentes. Isto não ocorreu por acaso. Houve grandes evoluções nos processos de elaboração nos últimos 25 anos, muito mais significativas que as de qualquer outro estilo. Contrariamente ao que se imagina, decisões durante o processo de produção de bons rosados são bem complexas, mais até que aquelas tomadas para produzir brancos e tintos.

Os rosados mantiveram, por séculos, a fama de ‘patinhos feios’ entre os vinhos, consequência da baixa qualidade da grande maioria. Nos anos 1950 o estilo ganhou certa popularidade. O português Mateus Rosé tornou-se fenômeno comercial mundial notável, champanhes rosés e Rosés d’Anjou fizeram sucesso, e o primeiro rosado da variedade Pinot Gris foi engarrafado. Mas a má fama persistiu, pois a grande produção era de baratos e ruins. Mistura de brancos e tintos de qualidade inferior era quase a regra, com açúcar para disfarçar faltas. A prática de mesclar foi banida na UE, onde continua permitida para espumantes, inclusive champanhes. A imagem degradada começou (lentamente) a mudar no fim dos anos 1980, se intensificou na década seguinte, e uma revolução* ocorreu nos anos 2000. Mas recuperar imagem é tarefa árdua.

O notável incremento na qualidade da bebida e o grande crescimento da demanda devem-se, principalmente, à conscientização de que rosados não precisariam ser, eternamente, subprodutos de outros vinhos. Rosés de qualidade exigem métodos e processos próprios, no vinhedo, na extração de cor e polifenóis, e nos subsequentes processos de fermentação, estabilização e maturação. Tecnologias modernas ampararam os produtores nesta transição, com colheitadeiras modernas, mesas de seleção, prensas pneumáticas com ou sem ambiente inerte, uso intenso de gases inertes protegendo contra oxidação, refrigeração de tanques para controle de cada etapa da vinificação, e ampla escolha de leveduras, algumas naturais.

Os trabalhos no vinhedo garantem frescor (acidez), essencial em um rosado, assim como a obtenção de frutado amplo, puro e elegante, álcool tendendo a moderado, ausência de sabores verdes, sedosidade de taninos, e cor estável. Estas características são alcançadas ao se equilibrar inúmeras variáveis, como escolha das variedades, rendimentos (t/ha), exposição solar, regime de podas e data da colheita (estado de maturação das uvas). Obter o melhor resultado em cada decisão demanda fazer muitas experiências, levando em conta também as variações climáticas a cada ano, o que pode levar longos anos.

A cor dos vinhos rosados (e tintos) vem dos pigmentos das cascas, e é função do tempo de maceração destas no mosto. Existem vários processos para se obter a cor rosada. Na prensagem direta de uvas tintas, o mosto resultante tem cor rosa pálida, pois a maceração ocorre na prensa por curto período, antes de seu acionamento. Em outro processo, pode-se iniciar a

“A imagem degradada começou (lentamente) a mudar no fim dos anos 1980, se intensificou na década seguinte, e uma revolução ocorreu nos anos 2000. Mas recuperar imagem é tarefa árdua”

produção com uma maceração pré-fermentação de 6 a 96 horas, para extração de pigmentos e precursores aromáticos, muito presentes em algumas variedades. Após este período, faz-se a prensagem, separando o mosto que irá fermentar. Uma outra possibilidade é drenar parcialmente (fazer sangria) de um tanque em início de fermentação, ainda rosado após 24 a 72 horas, deixando o mosto remanescente fermentar até o final, gerando um tinto mais escuro, concentrado e potente. Ainda, pode-se fermentar brancas juntamente com tintas, em proporção variada, e fazer a prensagem quando se atingir a cor desejada. Finalmente, pode-se optar por maceração carbônica na fase inicial da vinificação.

No próximo artigo abordaremos as opções durante a fase de vinificação, os espumantes, algumas regiões clássicas, alguns estilos contrastantes e certos aspectos de marketing.

(*Algumas informações foram obtidas no livro Rosé – Understanding the Pink Wine Revolution, Elizabeth Gabay MW, Ed. infiniteideas.) ■

Rodrigo A. Fonseca é engenheiro, chef, sócio do restaurante francês Taste-Vin e consultor de vinhos do Super Nosso.

Tranquilidade e confiança.

Quando o assunto é
segurança
e medicina
do trabalho,
o compromisso é nosso.



(31) **3228 2250**



contrei.com



[@contreioficial](https://www.instagram.com/contreioficial)



[facebook.com/contreioficial](https://www.facebook.com/contreioficial)

R. Gonçalves Dias, 229, 2º andar | Funcionários | Belo Horizonte

Especialidade da Casa

Em um mundo com tantas opções culinárias, alguns lugares investem em trabalhar com um só produto. Eles apostam pesado em qualidade e não quantidade

▀ CAROLINA DAHER

Todo santo dia é a mesma coisa. A cozinha funciona como um relógio, já acostumada a preparar sempre o mesmíssimo cardápio. São especialistas em um só negócio. Para quem investe em um mercado de nicho, uma das maiores vantagens é exatamente saber tintim por tintim a respeito de seu produto. E qualquer chef de respeito sabe que o sucesso passa pela dedicação do dono e sobre seu conhecimento sobre o que vende. Mas os desafios não são menores que os enfrentados por aqueles que optam por cardápios ampliados. “Na época da greve dos caminhoneiros, a saca de limão chegou a custar 280 reais. Foi um desespero”, diz Raí Amorim, que ao lado do irmão, Rodolfo Alcântara, cuida d'A Tradicional Limonada, no Mercado Central. O lugar, querido por muitos belo-horizontinos, existe desde 1938 e, como o nome mesmo indica, só vende limonada. “O segredo é o empenho, o carinho que colocamos no que fazemos, porque não tem um ingrediente especial, só açúcar e limão”, completa Raí.

Se a Tradicional Limonada conseguiu vencer quase um século de existência, outros negócios surgem de acordo com as oportunidades. Algumas até amadureceram e ganharam novo fôlego durante a pandemia. É o caso do Rocambole do Célio. Quem faz o doce, claro, é o Célio, funcionário público que sempre adorou a sobremesa, principalmente a preparada por sua mãe, dona Joana. Durante anos a fio, testou receitas para chegar o mais próximo do sabor que alegrou seus tempos de menino. E conseguiu. Orgulhoso do feito, passou a levar rocambole nos encontros de família e para os amigos do trabalho. O mesmo fez sua mulher, Jaqueline Paiva. Logo vieram as primeiras encomendas, que só crescem a cada dia. A história começou em 2016 e, atualmente, o casal tem uma produção de 150 rocamboles por mês. “No ano passado, quando começamos a trabalhar em home office, voltamos a produzir e colocamos na internet. Era perto do Dia das Mães e o número de encomendas nos surpreendeu”, conta Jaqueline.

Confira a história de sete lugares em BH que trabalham com um só produto. Um casamento que envolve muita paixão e criatividade para não deixar que a relação com os clientes caia na rotina.



Fotos: divulgação



Peko Peko Ramen

Imagine um japonês passando a mão na barriga e exclamando: peko peko! O que ele quer dizer, de forma fofa, é que está com fome. Daí vem o nome do espaço dedicado exclusivamente ao ramen, tipo de sopa muito consumida no Japão. As diferenças entre o ramen e o ramen (sopa chinesa) são bem sutis, explica Arthur Ferolla que criou a marca há pouco mais de sete meses. Até então ele comandava A Cafeteria, no Museu das Minas e do Metal, que acabou fechando durante a pandemia. "Trabalhei em São Paulo com cozinha fria asiática, passei a estudar a culinária do país e me apaixonei pelo ramen", explica ele, que estava com as malas prontas para passar uma temporada da Terra do Sol Nascente, mas precisou adiar o estágio de três meses por lá por causa do coronavírus. "Aí resolvi começar a fazer em casa para ir pegando uma certa experiência." Seis meses depois, ele já estava fazendo mais de 100 pratos por semana. O sucesso foi tamanho que **Arthur (à esq.)** se juntou a **Ariel Safar** e resolveram abrir, há cerca de dois meses, um espaço próprio no Barroca. A produção já dobrou. "Somos os únicos por aqui a fazer artesanalmente o nosso noodle (massa que vai na sopa)", explica Arthur. E não para por aí. Tudo é feito na casa. Dos molhos ao óleo aromático de mexerica usado em algumas receitas. "Acho um privilégio trabalhar com um produto que eu amo." Eles trabalham com encomendas e as entregas são feitas somente às quintas e sextas. O cardápio está disponível no @pekopeko.ramen, por meio de onde também são feitos os pedidos. O Shoyu Ramen é tradicional e vem com chashu (barriga de porco), ajitama (ovo marinado), cebolinha, acelga com gergelim, cenoura picante, óleo de mexerica e noodle (R\$ 35). Já o Vegano vem com cogumelos no vapor, rabanete, espinafre com gergelim, couve-flor tostada, noodle e óleo de mexerica (R\$ 30).

Let's Dog

Dia desses, uma moça entrou na loja do Let's Dog, no Funcionários, e perguntou: "Não tem nada sem salsicha?" O dono **Rafael Fonseca** disse que não, mas jurou que se ela experimentasse seu cachorro-quente não iria se arrepender. Ganhou a cliente. "Essa é a desvantagem de oferecer apenas um tipo de produto", explica ele, que inaugurou a marca em março. Por outro lado, ele entendeu o que muita gente demora a compreender: que o seu foco deve estar no produto. "Cansei de ir a uma sanduicheria e pedir uma batata-frita e vir aquela coisa mais ou menos, com legume congelado. Foi quando caiu a ficha: o negócio daquele lugar é sanduíche e não batata", explica. Sendo assim, Rafael não abre mão de ter um hot dog com um bom custo-benefício. Para isso, se cercou de fornecedores confiáveis e investiu em preparar o molho de

tomate e as maioneses artesanalmente. A salsicha é Frankfurt e mede 20 centímetros. Há também uma versão vegana. Os clientes podem montar suas próprias combinações, escolhendo os toppings, o molho e o pão, mas também há os sabores fixos. O mais queridinho é o Let's Bafo (R\$ 16,90), pão brioche, salsicha, molho de tomate, maionese verde e chips quebradinha. O Let's Bacon (R\$ 16,90) vem logo em seguida na lista de preferências e é preparado com pão brioche, salsicha, molho de tomate, molho de churrasco e bacon. Se quiser experimentar um mais diferente, vá no Mex (R\$ 16,90), pão de batata com gergelím misto, salsicha, molho de tomate, maionese jalapeño e farofa de Doritos. Além de vender pelo Instagram @letsdogueria, os cachorros-quentes podem ser pedidos pelos aplicativos iFood, Rappi e UberEats.



Fotos: Paulo Márcio



Cheeseburgeria André Paganini

André Paganini só serve o que gosta de comer. Foi assim quando criou o cardápio do Chico Dedê, seu bar/restaurante no Anchieta. E não poderia ser diferente quando o chef resolveu abrir sua própria sanduicheria. A descrição do espaço no Instagram @cheeseburgeriabh deixa claro o espírito da casa: "cheeseburger tradicional, simples, honesto e extremamente saboroso". Inaugurado em janeiro, o estabelecimento está localizado no Padre Eustáquio e funciona de terça a domingo. "A ideia inicial dificultava a nossa cabeça, nos perguntávamos porque os clientes teriam interesse em um lugar que só tinha uma opção?", explica André. "A solução foi fazer um sanduíche com ingredientes de muita qualidade, um blend interessante e assado na churrasqueira", completa. São quatro tipos de cheeseburger, como o Serra do Curral (R\$ 25,90), montado no pão artesanal de mandioca, catchup caseiro de jabuticaba, pickles de maxixe, blend de copa lombo e queijo minas; e o Tango (R\$ 25,90), brioche artesanal catchup de cebola tostada, pickles, cebola caramelizada no whisky, blend de costela, queijo prato e chimichurri caseiro. Como acompanhamento, os clientes podem escolher entre os chips de jiló (R\$ 5) ou de mandioca (R\$ 5). "Eu não queria que fosse batata frita", diz o chef. Os pedidos são feitos pelo próprio Instagram da marca e pelo iFood.



Cabritus

Fazia tempo que os noivos **Cristiane Mendes** e **Gabriel Gouvea** queriam empreender. E desde sempre sabiam que seria no ramo de alimentação. Primeiro, pensaram em uma pizzeria, mas não em sua vizinhança, no Camargos, pois achavam que o lugar estava saturado. Tentaram bairros próximos e nada. Nenhum imóvel balançou o coração do casal. Foi quando resolveram investir em um foodtruck. O lance é que comer pizza na rua e na mão era um complicador e daí veio a ideia do calzone. “A opção foi fazer uma pizza fechada para facilitar a vida do cliente”, explica Cristiane. A maior diferença entre os dois preparos italianos é a massa, que no calzone não pode ser fermentada. Logo, o Cabritus (o nome foi em homenagem à forma como os dois se tratam) caiu no gosto da turma. E

então veio a pandemia e o caminhão estacionou na garagem. Está lá há 1 ano e meio. Gabriel e Cristiane precisaram se reinventar. Compraram um forno e passaram a preparar o salgado em casa. São 11 sabores no total. Os que mais saem é o Cabritus 1, recheado com molho de tomate, muçarela, lombo canadense, bacon, cheddar e orégano (R\$ 15); e o Especialidade da Casa, com molho de tomate, muçarela, frango desfiado, palmito, milho, catupiry e orégano (R\$ 15). Para quem não dispensa uma sobremesa tem a versão doce preparada com chocolate e avelã (R\$ 11). As encomendas são feitas pelo Whatsapp (31) 98466-2212 e pelo Instagram @cabritusfood. São os donos que fazem a entrega, somente às terças e sextas. O valor da taxa é de R\$ 5,00.



A Tradicional Limonada

Ela foi fundada em 1938 pelo português Américo Lira Batista. Uma década depois, Gabriel Amorim de Souza chegou em Belo Horizonte vindo da Bahia. Começou a trabalhar como entregador no Mercado Central e caiu nas graças de seu Américo. Com o passar dos anos, de funcionário passou a sócio. Depois, comprou a parte do português, virando dono do próprio negócio. Sempre trabalhou exclusivamente com limonada. “No início era preparada com limão capeta e desde os anos 1970 com o tahiti”, explica **Raí Amorim (à dir.)**, neto de seu Gabriel, que hoje comanda a loja ao lado do irmão, **Rodolfo Alcântara**. Quando o avô se aposentou em 2013, quem assumiu foi o filho Antônio Amorim de Sousa, que sempre contou com a ajuda dos sobrinhos aos finais de semana. “Em 2014 fiz um intercâmbio na Irlanda e lá vi muitos estabelecimentos antigos, que estão na família há anos”, explica Raí. “Foi quando percebi que sentia falta do balcão, de bater papo com o pessoal, do mercado. Decidi aí que ia trabalhar no negócio do meu avô.” Formando em Sistema de Informação, Raí procurou o irmão, que também já tinha se formado em Relações Públicas e, ambos assumiram o negócio em 2016. Desde então mudaram a cara da loja. Criaram uma logomarca – aplicada em garrafas de vidro e até em ecobag. O negócio ficou com uma carinha mais moderna, mas com a mesma limonada de sempre. São três tipos de suco: limonada com mate, limonada com groselha e a tradicional, com ou sem açúcar. A garrafa de vidro customizada custa R\$ 18,00 (1 litro); já a de plástico sai a R\$ 13,00 e o copo de 500 ml, R\$ 7,00. E tem promoção para quem levar o seu próprio recipiente: R\$ 9,00, o litro. E os meninos não pararam por aí, lançaram também a caipirinha, preparada com a limonada, cachaça de Salinas e açúcar demerara (R\$ 12, 500 ml; R\$ 26, 1 litro na garrafa de plástico; e R\$ 30, na garrafa de vidro). Um sucesso.



Nhoque da Dinda

O sobrenome não deixa mentir. **Telma Márcia Bonani Rossi** tem ascendência italiana por parte de mãe e pai. E foi na própria família que ela conseguiu a receita do verdadeiro nhoque da nonna. Como é carinhosamente chamada por todos como dinda, acabou usando o apelido para batizar o nome do negócio. É algo pequeno, caseiro e ela conta com a ajuda da filha, a nutricionista **Fernanda**, na produção. "No início, ela fazia mais para os familiares e amigos, que acabavam indicando para outros. Há cinco anos passamos a vender com mais regularidade", diz Fernanda. Apesar de terem o auxílio de uma funcionária, Telma faz questão de preparar a massa exatamente como aprendeu com a mãe, dona Diva. Por ali, a quantidade de farinha é mínima, apenas para dar formato. Estrelas mesmo são as batatas, que podem ser a inglesa ou a doce. "As pessoas ficam impressionadas porque os nhoques derretem na boca, são muito leves", diz Fernanda, que é responsável pelos molhos. São três versões: bolonhesa e ao sugo custam o mesmo R\$ 75,00 (1 quilo) e R\$ 40,00 (500 g),

cada um. Já o com molho gorgonzola sai a R\$ 80 (1 kg) e R\$ 45 (500 g). Como o prato é bastante delicado, elas preferem que a retirada seja no local, no bairro Caiçaras. "Mas se pedir, eu coloco no Uber. Claro que dando mil recomendações ao motorista. Nossa preocupação é que a comida chegue intacta e quentinha na casa do cliente", diz Fernanda. Os pedidos são feitos pelo Whatsapp (31) 99379-9011 e pelo Instagram @dinda.nhoque.massas.



Fotos: Paulo Márcio



Rocambole do Célio

Depois de muitas pesquisas e testes de receitas, o funcionário público **Célio Leite** conseguiu reproduzir um rocambole muito parecido com o que sua mãe, dona Joana, fazia. O orgulho foi tanto que passou a levar o doce para os encontros de família e para os colegas de trabalho. Vieram então as primeiras encomendas. Com a ajuda da mulher, **Jaqueline Paiva**, passou a vender seu rocambole de doce de leite. De 2016 a 2020, o casal não tinha uma rotina constante de produção. Até que veio a pandemia. Funcionários públicos, os dois passaram a trabalhar em casa. “Termina o horário do expediente, vamos para a cozinha. No final

de semana, são 24 horas fazendo rocambole”, diverte-se Jaqueline. Eles vendem sob encomenda e os pedidos são feitos pelo Whatsapp (31) 99625-5177. Os produtos podem ser vistos no Instagram @rocamboledocelio. Se no início o único recheio do doce preparado com pão de ló era de doce de leite (R\$38), hoje outros dez sabores compõem o cardápio, como Romeu e Julieta (R\$ 50); Nutella (R\$ 65) e brigadeiro de leite Ninho (R\$ 55,00). Os clientes ainda podem pedir o rocambole com massa de chocolate e os especiais, entre eles o de Prestígio, feito com leite em pó, leite condensado, chocolate a coco (R\$ 75). ■



ppimenta@revistaencontro.com.br

Diário de uma mãe exausta

Será que existe alguém no mundo inteiro que não tenha sido afetado pela pandemia em algum grau? Acredito que até nos pouquíssimos países onde o vírus não marcou presença as pessoas tenham sofrido algum impacto. Mas se tenho dúvidas em relação aos que sofreram menos, não tenho a menor dúvida da categoria que sofreu e ainda sofre mais pela pandemia: as *mães de crianças*.

Eu me solidarizo muito com as que têm filhos em “home-school” e tem de fazê-los se concentrar nas aulas online, exercendo ao mesmo tempo o papel de professora e colega, mas sem sobrar tempo para seu próprio recreio – pois nesse período têm de correr para resolver as pendências do trabalho ou da casa.

As mães de recém-nascidos são outras que têm todo meu apreço, imagino o desespero que deve ser ter um neném nesse momento. Quando minha filha nasceu, em uma época que a gente nem sabia o que era coronavírus, fiquei muito neurótica, ninguém chegava perto dela sem lavar as mãos, passar álcool, colocar roupa limpa... Eu não gostava nem que respirassem perto da Mabel! Imagina como eu estaria agora...

Mas se tem um grupo de mães que não é muito lembrado é o das crianças que já não são mais bebezinhos, mas ainda não brincam sozinhas nem vão para a escola, os chamados “toddler” em inglês, aquela fase que vai de 1 a 3 anos de idade. E é exatamente nesse grupo que me enquadro.

Quando a pandemia começou, a Mabel tinha 1 ano e meio. Já andava, corria, tinha começado a falar, viajava comigo para todo lado... De repente, se viu enclausurada, em uma fase do desenvolvimento que a socialização é importante. Eu só pude cercá-la de livros e brinquedos, para que mesmo presa em casa ela aprimorasse seu vocabulário e não ficasse entediada. Porém, o tempo foi passando e as demandas dela foram aumentando. Ela começou a sentir falta de “gente”. A única criança com quem teve contato nesse período foi a prima, um ano e meio mais velha, e ela se tornou sua melhor e única amiga. Elas conseguem, porém, se encontrar no máximo uma vez por semana e no resto dos dias sua companhia são adultos (e gatos e cachorros).

Como uma tentativa de amenizar esse cárcere privado que ela pensa ser normal, já que passou quase metade da sua vida (e exatamente a metade que começou a entender o que é viver) na quarentena, já inventei muita moda. Fizemos festinha de Halloween, com direito a doces escondidos pela casa. O coelhinho da Páscoa também passou por aqui. E seu aniversário teve apenas oito convidados, entre eles, a Aurora, sua princesa preferida.

Ela fica feliz com essas novidades, mas ainda assim me entristeço com a rotina que ela pensa ser normal. Eu tinha tantos planos para a Mabel... Nessas alturas ela já estaria na escolinha, com vários amigos, já teria viajado muito... E tudo que ela pensa, do alto dos seus 2 anos e meio, é que o mundo é o apartamento. Ela me pergunta coisas como: “Mamãe, vamos a alguma casa hoje?”. É que tudo que ela conhece é a casa dos avós e da prima, então qualquer saída para ela envolve isso.

Outro dia fomos à farmácia, porque ela tinha me pedido para andar na “rua de verdade”. Então eu me vesti de coragem (e de máscara) e a

“Eu tinha tantos planos para a Mabel... Nessas alturas ela já estaria na escolinha, com vários amigos, já teria viajado muito... E tudo que ela pensa, do alto dos seus 2 anos e meio, é que o mundo é o apartamento”

levei comigo para comprar um remédio. Na volta, ela falou: “Eu amei a farmácia! Podemos voltar outro dia?”. Fiquei com vontade de chorar. Era para ela estar passeando na praia, no shopping, no aeroporto, conhecendo outras cidades e países...

Na verdade, sei que Mabel não acha que está perdendo algo, pois a gente não sente falta daquilo que não conhece. Mas eu, a mãe, fico aqui, angustiada pensando como essa reclusão toda vai afetar a socialidade dela no futuro, pensando que ela está crescendo sem ver o mundo real...

Mas de repente ela me chama, me abraça e fala que quer ficar *pertinho*. E assim toda minha preocupação desaparece e eu vejo que pandemia nenhuma vai tirar o mais importante: o nosso elo. Porque em nossas brincadeiras vamos para todos os lugares do mundo e somos tudo que ela quiser. E então sinto que pode demorar, mas tudo vai ficar bem, que assim que possível iremos recuperar o tempo perdido... Aliás, não tenho a menor dúvida de que um dia eu terei saudade desse tempo. Em que fomos obrigadas a ficar assim. “Pertinho”. ■

Paula Pimenta é escritora

SUA CASA CONECTADA

AUTOMAÇÃO

REDE

SEGURANÇA

ACÚSTICA

HOME THEATER

ÁUDIO HI-END

VIDEOCONFERÊNCIA

ENERGIA FOTOVOLTAICA



ARQUITETURA
PAULO ROBERTO NASCIMENTO



 hificlubautomacao

 hificlubautomacao

(31) 2555 1223 

comercial@hificlub.com.br 

www.hificlub.com.br 

Empresa do
Grupo Foco BH

R. Padre José de Menezes 11
Luxemburgo - Belo Horizonte - MG 





PRONTIDÃO
24 HORAS

A VIDA COMO VALOR MAIOR

MAIS DE 40 ESPECIALIDADES MÉDICAS
COMPLETA INFRAESTRUTURA DE EXAMES

ANESTESIOLOGIA
ANGIOLOGIA
CARDIOLOGIA
CARDIOLOGIA PEDIÁTRICA
CIRURGIA CABEÇA E PESCOÇO
CIRURGIA CARDIOVASCULAR
CIRURGIA GERAL
CIRURGIA PLÁSTICA
CIRURGIA TORÁCICA
CIRURGIA VASCULAR
CLÍNICA MÉDICA
COLOPROCTOLOGIA
DERMATOLOGIA
ENDOCRINOLOGIA
GASTRO-HEPATOLOGIA
GINECOLOGIA
HEMATOLOGIA
MASTOLOGIA
NEFROLOGIA
NEUROCIRURGIA
NEUROLOGIA
OFTALMOLOGIA
ONCOLOGIA
ORTOPEDIA / TRAUMATOLOGIA
OTORRINOLARINGOLOGIA
PNEUMOLOGIA
REUMATOLOGIA
UROLOGIA
ENTRE OUTRAS

AGENDAMENTO ON-LINE
WWW.BIOCOR.COM.BR



Biocor
INSTITUTO

ALAMEDA OSCAR NIEMEYER, 217 - VILA DA SERRA - NOVA LIMA - MG