

ENTREVISTA | PAULO DE TARSO
MORAIS FILHO FALA SOBRE METAS
E DESAFIOS À FRENTE DO MPMG

SAÚDE | FEBRE DO OZEMPIC:
PRODUTO REVOLUCIONA,
MAS ABUSO PREOCUPA

Ano XXII | Nº 278 | www.revistaencontro.com.br

encontro ^{BH}

A jogadora do Minas e da seleção brasileira de vôlei Thaisa Daher contrata o serviço de pet sitter para cuidar dos seus gatos quando viaja



PET PRA VIAGEM

Temporada de férias, hora de pensar no bem-estar dos animais de estimação; confira cuidados ao contratar serviços como pet sitter e hoteizinhos ou ao levar seus bichinhos com você

2025

reserva grandes
conquistas para você
e a sua família.

BOAS FESTAS!

 RESERVA GREEN

VALE DO SERENO



VISITE O
DECORADO

AVENIDA LUIZ
PAULO FRANCO, 300
BELVEDERE

CAPARAÓ

(31) 4009-7007 | www.caparao.com.br

Os melhores cortes
de Belo Horizonte
são do Pobre Juan

E os maiores também





Pobre Juan

DiamondMall • BH Shopping



Matrículas abertas 1º/2025

Graduação em Gastronomia

Valor R\$ 595,40 mensal



Saiba mais:

Faculdade Senac

Rua dos Goitacazes, 1159 - Barro Preto - BH

☎ 31 3057-8600 | 0800 724 4440



CNC | Fecomércio MG
Sindicatos Empresariais | Sesc

Senac, integrado
ao Sistema
Fecomércio MG



Ester Pereira:
de gestora
comercial
a confeitira
empreendedora

Senac
Ester Cândida

A IMOBILIÁRIA
SÓ MANSÕES VENDE

CASA ELEGANTE E
MODERNA COM DESIGN
CONTEMPORÂNEO

NO CONDOMÍNIO
QUINTAS DO SOL

Leia o QR CODE
para saber mais
sobre esse imóvel!



PISCINA / SAUNA



@somansoes



Av. Luiz Paulo Franco,
603 9º Andar | Belvedere

somansoes.com.br



EXCLUSIVIDADE SÓ MANSÕES



5 SUÍTES / 7 BANHEIROS / 5 VAGAS

 31 99402-9009

IMOBILIÁRIA
SÓ MANSÕES

Que o **Ano Novo** traga **novos sabores, novas conquistas e muitos brindes** aos momentos especiais da vida.



Feliz 2025!

Del
Maipo
Clasificación de vinos



16 ENTREVISTA

Novo Procurador-Geral de Justiça de Minas Gerais, Paulo de Tarso Moraes Filho, discorre sobre os desafios a serem enfrentados e as principais metas de seu mandato

24 ECONOMIA

Com apoio do Fecomércio-MG e ALMG, pagamento do IPVA em Minas é transferido para fevereiro a partir de 2025

26 BEM-ESTAR

Ritual comum nesta época do ano, listar sonhos, metas e prioridades para o próximo ciclo pode funcionar como um instrumento de reflexão

32 TENDÊNCIA

Nos últimos anos, o universo de adultos que gostam de brinquedos e passatempos infantis tem se transformado em verdadeiro fenômeno de comportamento e de consumo

40 SAÚDE

Canetas emagrecedoras viram febre global e especialistas analisam a nova geração de medicamentos contra a obesidade

46 FITNESS

Além de equipamentos de ponta, academias de BH investem em treinamentos personalizados, flexibilidade de horários para acolher frequentadores

50 SAÚDE

UFMG desenvolve projeto para criação de Centro de Doenças Neurodegenerativas para suporte a paciente com Alzheimer e Parkinson

56 VEÍCULOS

Próximo lançamento da Lotus terá sistemas inteligentes de tecnologia digital que não tiram a atenção do motorista

64 DECORAÇÃO

Selecionamos tendências previstas para 2025 que já estão sendo aplicadas por arquitetos e designers de interiores mineiros

Gustavo Xavier/divulgação





56

76

CULTURA

Confira o que vem por aí no mês de janeiro na agenda cultural de Belo Horizonte

78

CINEMA

Com início em 24 de janeiro, 28ª edição Mostra de Tiradentes abre calendário de festivais no Brasil e homenageia, em 2025, a atriz Bruna Linzmeyer

84

CAPA

Especialistas dão dicas para garantir o bem-estar dos seus bichinhos no período de férias dos tutores

96

DEZ PERGUNTAS PARA...

Leonardo Brettas, diretor regional para América Latina e Caribe da Jose Cuervo, fala sobre a mudança de status da tequila e dá dicas de consumo

98

RECONHECIMENTO

O modo de fazer o queijo minas artesanal é declarado Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pela Unesco

ARTIGOS

22

PATRICIA DE CASTRO VÉRAS

Apostas virtuais e demissões por justa causa

30

RICARDO KERTZMAN

O ano que não termina

38

LOUIS BURLAMAQUI

Temperança, o equilíbrio em um mundo de excessos

94

RODRIGO A. FONSECA

Marcas do tempo nos vinhos

114

PAULA PIMENTA

Tempo de volta

COLUNAS

54

NUTRIÇÃO

Como manter o peso em tempos de festas e férias

60

ENCONTRO COM A MINERAÇÃO

Assembleia Legislativa de Minas Gerais e o fortalecimento das políticas públicas para o setor mineral

82

CUIDADOS PET

Fim de ano com saúde: o momento ideal para o checkup do seu pet

92

NA MESA

Qué fuerte!

102

GASTRONOMIA

Confira lista de mimos deliciosos que podem ser opção para presentear ao longo de todo o ano

112

SOCIEDADE

Ex- procurador-geral de Justiça de Minas Gerais e presidente do Conselho Nacional dos Procuradores-Gerais (CNPJ), Jarbas Soares Júnior, é homenageado pela ALMG

DIRETOR-GERAL/EDITOR
André LamounierEDITORES COLABORADORES
Alessandro Duarte
Fábio Doyle
Marília Mendonça
Neide MagalhãesJORNALISTAS COLABORADORES
Aline de Almeida
Alex de Oliveira
Carolina Daher
Daniela Costa
Marcelo Fraga
Patrícia CasseseEDITOR DE ARTE
Roger SimõesEQUIPE DE ARTE
Antônio de Pádua CarvalhoGERENTE ADMINISTRATIVA
Solange RabeloGERENTE COMERCIAL
Laila SoaresDEPARTAMENTO COMERCIAL
(COLABORADORES)
Agata Utsch
Andreza Braga
Myrta Lobato
Rigleia CarvalhoASSISTENTE COMERCIAL
Roberta MagalhãesDISTRIBUIÇÃO
André Lima / Encontro LogPROJETO GRÁFICO
Editora EncontroIMPRESSÃO
EGL EditoresPARA ASSINAR
assinatura@revistaencontro.com.brPARA ANUNCIAR
comercial@revistaencontro.com.brATENDIMENTO AO LEITOR
redacao@revistaencontro.com.br**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, 10º ANDAR - CARMO
30315-570, BELO HORIZONTE - MG
FONE: (31) 2126-8000**MARÍLIA MENDONÇA / EDITORA**
mmendonca@revistaencontro.com.br

A indústria da esperança

*“Para ganhar um Ano Novo
que mereça este nome,
você, meu caro, tem de merecê-lo,
tem de fazê-lo novo.
Eu sei que não é fácil,
mas tente, experimente, consciente.
É dentro de você que o Ano Novo
cochila e espera desde sempre.”*

Privilegiado o povo que tem como “clichê” de Ano Novo versos do poeta Carlos Drummond de Andrade. Nestas palavras tão repetidas a cada ano, o itabirano dá sentido ao que para muitos seria apenas mais uma data. E, assim, joga para a gente a responsabilidade do fazer e do acontecer, misturada a um sentimento de expectativa, de espera, um aguardo por dias melhores que estão ali, meio que distraídos dentro de nós. Drummond coloca na roda a saborosa sensação de fazer planos, de pautar a vida, de desenhar rumos. E, de quebra, promover reflexões cheias de elementos e inputs. E este é um exercício mental e emocional que pode, sim, ser muito positivo, como apontam os entrevistados da reportagem de Patrícia Cassese, que o leitor pode acompanhar nesta edição.

Mas nem tudo está dito e é tão bonito. Mesmo sendo um país com 160,9 milhões de animais de estimação - a terceira maior população de pets do mundo, superada apenas pela China e pelos EUA - e cujo mercado, só em 2024, deverá alcançar um faturamento de R\$ 76,3 bilhões, de acordo com a Abinpet e o Instituto Pet Brasil - o Brasil registra uma triste estatística: cerca de 4,8 milhões de cães e gatos se encontram em condições de vulnerabilidade. Situação que, infelizmente, se agrava nesta época do ano, devido a um fenômeno provocado pela proximidade do período de férias - e, com elas, as perspectivas de viagens. Estamos falando do abandono de animais.

É fato: de dezembro a fevereiro, crescem os registros de abandono de pets em todo o país. Na contracorrente desse crime - sim, abandono e maus-tratos aos melhores amigos do homem passaram a constituir uma transgressão desde 1998, de acordo com a Lei Federal 9.605/98 - a nossa repórter Daniela Costa (foto), que também é protetora de animais, foi a campo e produziu um verdadeiro dossiê com alternativas para proteger e, ao mesmo tempo, propiciar segurança e conforto aos pets, no caso da viagem dos tutores.

Tarefa fácil? Nem um pouco. Mas, afinal de contas, o que na vida é? Ao fim e ao cabo, tudo depende de empenho, consciência, espírito de coletividade. E, acima de tudo, de coragem. Afinal, como diria outro célebre escritor mineiro, é o que a vida quer da gente. Portanto, que a nossa lista de metas para 2025 esteja repleta de propósitos afinados com esta diretriz.

Ao leitor de **Encontro**, nossa gratidão. E um excelente 2025! ■



Bruno Hanelt

FALE COM A ENCONTRO

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

VÍTIMA OU VILÃO? MILITO DEIXA O COMANDO DO GALO

De um time energético para um time pragmático. Esse foi o resumo da passagem de Gabriel Milito pelo Atlético. O argentino, que assumiu o comando técnico do Galo poucos dias antes das finais do campeonato mineiro desta temporada, teve um início promissor, mas morreu abraçado com suas ideias e teimosias. Com mais uma derrota no Brasileirão (para o Vasco) e a perda das finais da Copa do Brasil e da Libertadores, Milito não se sustentou no cargo.

“É vítima, no entanto ele também foi teimoso em escalar o time sempre com três zagueiros em momentos sem necessidade. Foi o caso da final da Libertadores”.

Alexandre Barros (@barros7701)

“Vítima. Diretoria planejou mal e ele sofreu com isso”.

Augusto Paula (@augustopaula)

“Vítima e vilão”.

Fabiano Barreto (@fabianojbarreto)

QUEIJO MINAS ARTESANAL RECEBE MAIS UM RECONHECIMENTO

Na noite da quarta-feira (4 de dezembro), o Governo de Minas promoveu um show de drones no Palácio da Liberdade para celebrar o reconhecimento de Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade concedido pela Unesco aos modos de fazer do Queijo Minas Artesanal.

Divulgação



Secretário de Estado da Cultura e Turismo de Minas Gerais: “A tradição e a contemporaneidade se unem para celebrar essa conquista”

Leônidas Oliveira (@leonidas_oliveira)

“Parabéns! Que esse título seja bastante divulgado e seja utilizado positivamente para atrair milhares de turistas, inclusive os de fora do Brasil!”

Alexandre Cimini

(@consultor_alexandre_cimini)

“Só a UNESCO que não sabia... Já era [reconhecido] pro mundo interim, uai...”

Daniella Alkmim Morishita

(@danyamorishita25)

FOLIA EM CRESCIMENTO: CARNAVAL DE BH TERÁ MAIS BLOCOS EM 2025

Para a folia de BH em 2025, 568 blocos de rua já se cadastraram, com 624 cortejos espalhados pelas nove regionais da cidade. Em relação a 2024, o número de blocos crescerá 7%. A Belotur anunciou que está trabalhando nos detalhes operacionais, para garantir uma diversão segura.

“Estamos ansiosos”.

Kelly Alexandre

(@kellyesteves562018):

“Muito ruim. Não gosto nada”.

Farley Xavier (@farley.s.xavier)

UMA IMERSÃO NA GASTRONOMIA MINEIRA: CHEGOU O GUIA VIRTUAL DO MERCADO CENTRAL

A Prefeitura de BH, em parceria com a Belotur e o Sebrae Minas, lançou o Guia Virtual do Mercado Central, como parte das comemorações dos 5 anos do título de Cidade Criativa da Gastronomia da Unesco. A plataforma multissensorial proporciona uma imersão na rica história e na diversidade gastronômica do Mercado Central de BH.

“Muito top! Nossa riqueza”

Kelly alexandre (@kellyesteves562018)

BH NOS HOLOFOTES: MISS UNIVERSO VESTE CRIAÇÕES DE ESTILISTA MINEIRA

A vitória da dinamarquesa Victoria Kjær Theilvig no Miss Universo 2024 acendeu os holofotes para o ateliê de moda Flavia Murta, de Belo Horizonte. Durante o concurso, a miss vestiu looks produzidos pela estilista

mineira em jantares, apresentações e confraternizações.

“Muito orgulho da minha irmã!!!”

Andrea Murta (@draandreamurta)

“Wow!!! Maravilhoso, o vestido e o trabalho. Parabéns!”

Kelly Santiago (@kelly_santiago3)

TERRENO DO ANTIGO AEROPORTO CARLOS PRATES TEM PROJETO DE UTILIZAÇÃO APROVADO

A Prefeitura de Belo Horizonte obteve aprovação do Governo Federal para o uso da área de 580 mil m² onde funcionava o Aeroporto Carlos Prates. O projeto foi aprovado pelo Ministério da Gestão e da Inovação em Serviços Públicos (MGI) e visa transformar o local em um novo bairro com 4,5 mil unidades habitacionais, sendo 70% de interesse social e 30% de livre comercialização.

“Tudo ótimo, mas ninguém vai conseguir sair e entrar. Não adianta bairro sem acesso”

Luiz Paulo Cançado (@luizpaulopicorelilopes)

“Aeroporto não se fecha! Erro gigantesco.”

Bruno Diniz (@bruno.diniz)

CASA VALDUGA É A ÚNICA VINÍCOLA BRASILEIRA ENTRE AS 100 MELHORES DO MUNDO

O Brasil tem uma representante na lista de 100 melhores vinícolas de 2024, de acordo com o World's Best Vineyard! A Casa Valduga, sediada em Bento Gonçalves, no Rio Grande do Sul, conquistou o 58º lugar na lista, que foi feita por mais de 500 especialistas e apresenta os melhores destinos de enoturismo do mundo.

“Parabéns. Já tive o privilégio de visita-la”.

Rodrigo Amaral (@rodrigo.amaral.1048)

“É maravilhosa e posso provar!!!”

Miriam Firmino Cantarutti

(@miriam_cantarutti)

“Meu espumante favorito!!!”

Keli Menezes (@kelimenezesbh)

[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

“O Direito não pode se prestar à vingança”

Novo Procurador-Geral de Justiça de Minas Gerais fala sobre o ineditismo de ter um promotor no comando do MPMG, os desafios a serem enfrentados e as principais metas de seu mandato

▀ DANIELA COSTA

Primeiro promotor a assumir o cargo de Procurador-Geral de Justiça de Minas Gerais, Paulo de Tarso Morais Filho, de 57 anos, ficou a apenas um voto do primeiro colocado da lista tríplice encaminhada ao governador Romeu Zema (Novo). Sua seleção não seria incomum – experiência, ele tem de sobra –, não fosse o fato de Tarso ter concorrido com dois procuradores de justiça que, até então, seriam a escolha natural no processo. O ineditismo só foi possível a partir da sanção de uma lei estadual de 2020, que permite aos promotores de Justiça de MG, com o mínimo de 10 anos de serviço, concorrer ao posto. Tarso deu a largada.

Com 659 votos e quase 30 anos de atuação no MPMG, o novo procurador, empossado em 13 de dezembro, ocupou diversos cargos na instituição. Diante de resistências político-partidárias à sua candidatura, destaca que a disputa ficou para trás. “Isso terminou no dia 18 de novembro, às 18h. Temos um propósito que supera quaisquer circunstâncias”, afirma ele.

Eleito para o biênio 2025/2026, Paulo destaca que ainda há muito a ser feito.

QUEM É

PAULO DE TARSO MORAIS FILHO

ORIGEM

Entre Rios de Minas (MG)

FORMAÇÃO

Graduou-se em 1991 pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e se tornou especialista em Direito Penal e Direito Processual Penal pela Universidade Gama Filho, do Rio de Janeiro.

CARREIRA

Ingressou no MPMG em 1995 e acumula quase 30 anos de carreira dentro da instituição, ocupando cargos como assessor jurídico do Procurador-Geral, Assessor Especial da Chefia de Gabinete e Chefe do Gabinete, o qual exerceu de 2021 até 2024. Ao longo de sua carreira, foi promotor de Justiça nas cidades de Rio Pardo de Minas, Taiobeiras, Itaguara, Abre Campo, Itabira e Belo Horizonte.

“A criminalidade está cada vez mais organizada, por isso precisamos incrementar a nossa força de trabalho com o uso da tecnologia para defender os direitos fundamentais dos mineiros”. Na entrevista a seguir, ele ressalta que dar mais celeridade à ação do Ministério Público de Minas Gerais é uma prioridade. “Justiça tardia, na verdade, é injustiça”, diz.

ENCONTRO - A experiência e o conhecimento adquiridos em diversos cargos na instituição, como assessor jurídico do procurador-geral, assessor especial da chefia de gabinete e chefe do gabinete, gabarita o senhor de alguma forma especial à nova função? PAULO DE TARSO MORAIS FILHO

- Eu ingressei no Ministério Público em 1995, então já são quase 30 anos de experiência. Durante todo esse tempo, tenho me empenhado em aprender como tornar a instituição mais eficiente. Claro que não deixa de ser um grande desafio mas, tendo atuado em suas mais diversas áreas, naturalmente fui sendo preparado para assumir essa gama de atribuições. Não tenho dúvidas de que temos prestado um excelente serviço à sociedade mineira, mas, obviamente, ▶



podemos nos empenhar para fazer ainda mais, mesmo estando dentro da estrutura de Estado. Eu tenho certeza de que em todos os cantos de Minas, existem colegas fazendo o seu melhor para que o MP entregue excelência no serviço prestado à população.

Será a primeira vez que um promotor de Justiça exercerá o cargo de Procurador-Geral de justiça de Minas Gerais. O que isso representa para a Procuradoria e, também, para a classe?

Apesar de ser um passo institucional importante, acredito que seja apenas uma questão de novidade, por ser algo que ainda não tinha acontecido em Minas, mesmo já ocorrendo em outros estados do país. Prefiro encarar dessa forma. Acho que a partir desse momento vai se tornar algo natural. A meu ver, o importante, na verdade, é ter à frente da instituição alguém devidamente preparado e capacitado, independentemente de ser promotor ou promotora, procurador ou procuradora. E que tenha os propósitos alinhados com a missão do Ministério Público que é defender a ordem jurídica, os direitos individuais e sociais e a Constituição.

Qual é a diferença do trabalho realizado pelo promotor e pelo procurador de justiça?

O Procurador-Geral de Justiça é o chefe administrativo da instituição. Os demais procuradores de Justiça atuam na segunda instância, junto ao Tribunal de Justiça e aos tribunais superiores. Já o promotor de Justiça atua na primeira instância, na comarca ou na capital, sendo o contato direto do Ministério Público com a sociedade.

Qual o desafio de substituir Jarbas Soares Júnior, procurador-geral do Estado por quatro mandatos (2005-2006, 2007-2008, 2021-2022 e 2023-2024)?

O Dr. Jarbas tem um papel relevante na história do Ministério Público, tendo emprestado toda a sua experiência, conhecimento e valores à instituição. Seguramente, ele faz parte da história do MPMG como um de seus grandes dirigentes. Cabe a mim ser mais um a contribuir para a construção de algo que já está em andamento há muito tempo.



“**A criminalidade está cada vez mais organizada, por isso precisamos incrementar a nossa força de trabalho com o uso de tecnologia”**

Quem sabe eu consiga depositar mais um ou dois tijolos nessa obra tão grandiosa. Sou apenas mais um que vai se empenhar em fazer o melhor e, mesmo assim, ainda pode não ser o suficiente. Por isso, asseguro que o que torna essa instituição tão forte são todos os profissionais que a fazem acontecer.

Em sua opinião, quais são os principais desafios enfrentados pelo Ministério Público de Minas Gerais atualmente?

Pela ordem, sem dúvida, é o combate à criminalidade que atinge a todos os meios sociais e está cada vez mais presente no território eletrônico. No último mês de novembro, o MPMG, por meio do Grupo de Atuação Especial de Combate ao Crime Organizado (Gaeco), e juntamente com a Polícia Civil de Minas Gerais (PCMG) e a Polícia Militar de Minas Gerais (PMMG)

deflagrou uma megaoperação de combate à organização criminosa Terceiro Comando Puro (TCP) instalada na região do Cabana do Pai Tomás, na capital, e com atuação em todo o estado. Mais de 100 mandados foram executados em sete estados, resultando em ordens judiciais de sequestro que somam 345 milhões de reais em contas bancárias, aplicações financeiras, títulos de capitalização, cadernetas de poupança, investimentos, ações e cotas de capital dos investigados e suas pessoas jurídicas. O MPMG tem atuado de forma integrada a outras instituições de defesa social do estado para combater essa criminalidade e, cada vez mais, vamos reforçar essa parceria.

O assassinato do promotor Chico Lins, há 22 anos, é um marco no MPMG. Mediante tanta violência, como garantir a segurança de promotores e procuradores de Justiça no exercício da função?

Recentemente, a execução de um delator da facção criminosa PCC, dentro do Aeroporto Internacional de São Paulo, o maior da América Latina, nos provou que o crime organizado funciona como um estado paralelo. O episódio levanta questões sobre a segurança de testemunhas e delatores e, obviamente, gera apreensão aos promotores e procuradores de justiça, especialmente em um contexto de combate ao crime organizado. Essa é a realidade que o país está vivendo e não podemos deixar que o mesmo ocorra em nosso estado. Por isso, é fundamental criar condições de trabalho para que esses representantes da lei possam exercer a sua função de forma mais segura. O meu objetivo, também, é cuidar dos membros do Ministério Público.

Os avanços tecnológicos têm sido ferramentas de grande importância para a agilidade e eficiência em todos os setores da sociedade. No setor judiciário especialmente. O MPMG tem sido exemplo para outras instituições, com projetos como o da Promotoria Online. Este é um tema prioritário para o senhor?

Sem dúvida. O nosso objetivo é incrementar ainda mais a nossa força de trabalho com o uso da tecnologia, expandindo a nossa área de atuação e otimizando os processos. A Lei Geral de Proteção

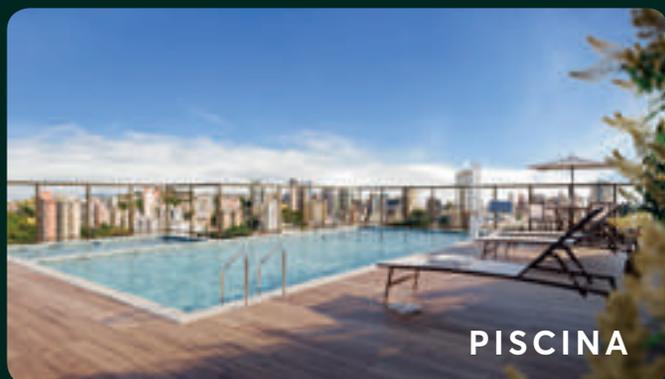
SENSIA
PARIS

MORE OU INVISTA
NO VILA PARIS

UM DOS
BAIROS
MAIS
NOBRES
DE BH



FACHADA



PISCINA



ACADEMIA

-  APARTAMENTOS PERSONALIZÁVEIS DA PLANTA AO ACABAMENTO
-  2 E 3 QUARTOS COM SUÍTE E VARANDA GOURMET
-  LAZER PREMIUM EQUIPADO E DECORADO
-  BOSQUE COM MAIS DE 20 ESPÉCIES AO SEU REDOR


PRÓXIMO À MATA DO MOSTEIRO
E DO PARQUE TOM JOBIM
RUA PROF. OTTO CIRNE,
142, VILA PARIS

VISITE O NOSSO
CENTRO DE EXPERIÊNCIAS:
AV. DO CONTORNO, 8955, GUTIERREZ

SAIBA
MAIS:



MEUSENSIA.COM.BR
 (31) 97577-8000

SENSIA
INCORPORADORA

de Dados Pessoais (LGPD), por exemplo, entrou em vigor em setembro de 2020 e representa um marco histórico na regulamentação sobre o tratamento de dados pessoais no Brasil, tanto em meios físicos quanto em plataformas digitais, como para instituições públicas e privadas. Vários ramos do Judiciário do Ministério Público do país a utilizam com sucesso. Precisamos garantir que o MPMG atenda à sociedade com a mesma agilidade com que somos demandados e que seja de fácil acesso para toda a população.

Neste ano de 2024, o MPMG capitaneou o desdobramento de um difícil desafio que foi o Acordo de Mariana, assinado nove anos após o rompimento da barragem em Bento Rodrigues. Qual o papel do MP de agora em diante em favor das vítimas?

Foi feita uma repactuação. Temos plena consciência de que nenhum acordo vai ser considerado perfeito. O certo é que, após tantos anos, qual o cenário que tínhamos até o momento? Qual perspectiva? Todos os esforços e recursos que foram despendidos desde o acidente tiveram um papel muito pequeno na reparação de danos. Por isso, alguma coisa precisava ser feita. Ou seria melhor esperar, por anos, processos judiciais a serem julgados? Talvez nem na próxima geração teríamos algum resultado. Sabemos que por trás dessas ações existem experientes bancas de advocacia usando de todos os recursos legais disponíveis para fazer a defesa. E até pelo tamanho das ações, não haveria celeridade nos processos. Então, como diria Rui Barbosa, “justiça tardia é injustiça”. O acordo que foi feito na repactuação pode não ser o melhor, mas era aquilo que era possível fazer.

Percebemos que, de modo geral, existe uma descredibilidade das instituições públicas pela população, inclusive, da Justiça. O mesmo ocorre no MP?

Eu percebo que o Ministério Público é uma instituição que goza de muito respeito da população. O que se deve, também, à história que a instituição tem no combate às mazelas do cidadão. Cada vez mais, as pessoas entendem que podem buscar o promotor de justiça para auxiliá-



“ Eu percebo que o Ministério Público é uma instituição que goza de muito respeito da população. O que se deve, também, à história que a instituição tem no combate às mazelas do cidadão”

-las, e buscam. Muitas já procuram saber qual a função do promotor de Justiça e do procurador de justiça também, o que é algo de suma importância. Por outro lado, uma das coisas que pode descredibilizar uma instituição são os profissionais da área se prestarem a fazer pré-julgamentos dos colegas sem conhecer os fatos. Temos que nos valer daquilo que consta nos autos, em conformidade com a lei. Como procurador geral, eu não posso opinar em um processo que está com um promotor porque é ele quem está a par dos pormenores. Não se pode julgar ninguém sem antes conhecer o

processo. O direito não pode se prestar à vingança.

A questão das barragens e da mineração no estado são sempre pontos de atenção e cuidado. E, ao mesmo tempo, as mineradoras são impulsionadoras da economia e geradoras de empregos. Como o senhor analisa o papel do MPMG neste tema?

O próprio nome do estado já indica sua origem: “Minas” Gerais. Em dezembro, o estado completa 304 anos e nasceu da extração do ouro. Temos uma valiosa riqueza mineral que há décadas movimentava a nossa economia. Então, o debate sobre quais os limites de um e de outro nunca vai se encerrar. O que não significa que não possam ser feitos acordos e exigidos licenciamentos próprios. O papel do MP é fazer cumprir a legislação, fazendo com que a exploração mineral seja compatível com um meio ambiente sustentável.

O senhor chegou a afirmar que a questão eleitoral ficou para trás, enfatizando a união e comprometimento da instituição. Como que o senhor percebe as relações internas no MP neste momento?

Passada a disputa, somos todos em prol do Ministério Público de Minas Gerais. É um propósito que supera quaisquer circunstâncias. Repito que isso terminou no dia 18 de novembro, às 18h. Após este momento, as questões políticas e institucionais se encerraram. Estamos todos juntos novamente para atender à sociedade. Tendo recebido 659 votos dos colegas, claramente a minha posse tem legitimidade interna.

Quais seriam as principais metas do seu mandato?

Seguir defendendo os direitos fundamentais da população mineira e continuar o combate à corrupção, tanto na proteção do patrimônio público, quanto na defesa da Criança e do Adolescente, na preservação do Meio ambiente, no direito do consumidor, na proteção dos idosos ou das pessoas com deficiência. Onde o Ministério Público alcançar, nos esforçaremos para dar celeridade ao trabalho e tornar o acesso dos cidadãos ao MP ainda mais fácil. ■



Hospital Mater Dei Nova Lima

Maternidade completa com **cuidado humanizado**

Pronto-socorro ginecológico e obstétrico 24h

- **Cuidado integrado para gestantes e bebês desde o pré-natal** até os cuidados no pós-alta.
- Humanização do parto dentro e fora do Centro Obstétrico com **conforto, privacidade e toda a segurança da unidade hospitalar**, que inclui UTI adulto e neonatal.
- **Maternidade com amplas suítes** preparadas com banheira, antessala, ambiência adequada, **espaços individuais para a família assistir ao parto e suítes PPP** (pré parto, parto e pós parto).

Consulte
os convênios
atendidos



materdeinovalima.com.br



MaterDei
Hospital Nova Lima

Portaria Principal: Alameda Oscar Niemeyer, nº61,
Vila da Serra - Nova Lima

Pronto-Socorro: Rua Dr. Mário Vrandecic, nº60,
Vila da Serra - Nova Lima



Apostas virtuais e demissões por justa causa

Inúmeras pesquisas e reportagens têm alertado para os impactos decorrentes do crescimento das casas de apostas virtuais, as chamadas bets, na vida das famílias brasileiras. Recentemente, ganharam os holofotes algumas decisões dos tribunais regionais do trabalho e do Superior Tribunal de Justiça (STJ) sobre demissões por justa causa relacionadas ao acesso a sites de aposta durante o horário de trabalho.

A Consolidação das Leis Trabalhistas (CLT) estabelece um rol taxativo de hipóteses em que é autorizada a demissão por justa causa, dentre as quais se inclui a “prática constante de jogos de azar” (artigo 482, alínea “I”). Verifica-se das decisões mencionadas que a realização de apostas, por si só, não é determinante para as demissões por justa causa, mas sim sua conjugação com os comportamentos desencadeados pelas apostas, que na maior parte das vezes também se enquadram nos requisitos legais.

Como exemplo, tem-se casos de desvio de dinheiro para pagamento de apostas ou quitação de dívidas, bem como o uso indevido de acessos internos para alteração de cadastros e autorização de empréstimos irregulares, atos praticados por ex-funcionário de um banco, que contraiu dívidas acima do limite permitido, e cuja demissão por justa causa foi confirmada pelo Tribunal Regional do Trabalho da Bahia.

O acesso aos sites de apostas por meio do computador da empresa, sem permissão, também pode ser caracterizado como ato de indisciplina ou desídia, autorizando a demissão por justa causa. Nesse sentido, o TRT-15 (Campinas) confirmou o desligamento por justa causa sob o fundamento de que, “quando o funcionário, durante sua jornada de trabalho, faz uso de jogos de azar, como poker, há motivos suficientes para a demissão por justa causa. Ainda, acessar sites que não tenham nada a ver com o conteúdo do trabalho também podem ser considerados motivos”.

Neste sentido, para reforçar a legitimidade do empregador na aplicação da penalidade, é importante que as políticas internas do empregador contenham vedação expressa do comportamento, com a devida formalização de ciência dos empregados.

Outro fator importante é a fiscalização das ferramentas de trabalho pelo empregador e a obtenção das respectivas provas, como logs de uso do computador, acesso a sites e envio de e-mails. No processo que discuti a demissão de um porteiro, o TRT da 20ª Região manteve a justa causa, pois a empresa comprovou que o acesso aos sites de apostas ocorria no turno e nos dias de escala do reclamante, afastando a alegação de que o computador era usado por outros funcionários.

Recomenda-se, ainda, que seja observada a gradação e proporcionalidade das penalidades aplicadas, ou seja, salvo em hipóteses específicas

“A Consolidação das Leis Trabalhistas (CLT) estabelece um rol taxativo de hipóteses em que é autorizada a demissão por justa causa, dentre as quais se inclui a “prática constante de jogos de azar” (artigo 482, alínea “I”)”

que demandam atuação severa imediata, inicia-se com a pena de advertência, aumentando-se para uma suspensão até a demissão por justa causa, caso a conduta não seja corrigida.

Por fim, vale destacar o aumento dos casos de ludopatia ou ludomania, quando o vício em jogo já se encontra de tal modo avançado que é reconhecido como condição de saúde mental. Nesse caso, deve ser encaminhado para tratamento médico adequado e, se necessário, afastado. ■

50 anos de tradição no conforto do seu lar.

Obrigado por confiar e fazer parte da história da Casa dos Contos, um restaurante tradicional que celebra a gastronomia e a cultura de Belo Horizonte.



Delivery:

(31) 993090047 
restaurantecasadoscontos.com.br



Rua Rio Grande do Norte, 1.065,
Savassi - Belo Horizonte/ MG
casadoscontos 

FILÉ À BRASILEIRA



SABORES QUE ATRAVESSAM GERAÇÕES.

A Cantina do Lucas é sinônimo de tradição em pratos brasileiros, servidos em nosso salão ou no conforto da sua casa.



Delivery:

 (31) 993090047
cantinadolucas.com.br



**CANTINA
do
LUCAS**
Desde 1962

Av. Augusto de Lima, 233, Ed. Maletta,
Centro - Belo Horizonte/ MG

 cantinadolucas

Pagamento do IPVA em Minas é transferido para fevereiro

Projeto de Lei que altera o calendário do imposto foi aprovado ALMG após mobilização da Fecomércio-MG; medida traz alívio para o orçamento das famílias e fortalece o comércio mineiro em 2025

Ano Novo, vida nova. Mas as despesas do começo do ano, ah, essas não mudam. Todo janeiro costuma ser a mesma coisa. Após os gastos extras com Natal, Réveillon e férias, há custos anuais que vencem no período como impostos, matrículas, material escolar, e não há como fugir deles. Para manter a saúde do bolso nos 12 meses seguintes, é necessário se organizar financeiramente para não comprometer o orçamento.

Mas, a partir de 2025, um Projeto de Lei (PL) aprovado recentemente busca atender contribuintes que enfrentam maior pressão financeira no primeiro mês do ano. Por iniciativa da Fecomércio-

-MG junto aos deputados da Assembleia Legislativa de Minas Gerais (ALMG), o pagamento do Imposto sobre a Propriedade de Veículos Automotores (IPVA) foi transferido de janeiro para fevereiro. O benefício está previsto no PL 1.336/15, aprovado em 2º turno no plenário da ALMG em 12 de dezembro último.

A alteração no vencimento representa um alívio financeiro para as famílias, mas não só. A nova data também impactará positivamente o comércio no Estado, que começará 2025 com o caixa mais reforçado do que em anos anteriores.

De autoria do deputado Alencar da Silveira Jr. (PDT), o PL, aprovado por



unanimidade pelos deputados, prevê o recolhimento do imposto a partir de fevereiro de cada ano, com a possibilidade de pagamento em até três parcelas mensais.

Tanto a votação quanto a aprovação do projeto de lei, nas comissões e no plenário da ALMG, foram possíveis após forte mobilização da Federação do Comércio de Bens, Serviços e Turismo de Minas Gerais (Fecomércio-MG) e dos deputados mineiros que se sensibilizaram com a proposta de adiar e parcelar o pagamento do imposto.

De acordo com Nadim Donato, presidente da Fecomércio-MG, o adiamento da cobrança do IPVA representa uma conquista para o setor. “Essa era uma demanda antiga dos comerciantes que ficavam com o caixa descapitalizado no mês de janeiro, com a situação repercutindo nos demais meses do ano. Em janeiro, as despesas acumuladas impedem as famílias de consumir como nos outros meses. Com a aprovação do PL pelos deputados, o início do pagamento do



Nadim Donato, presidente da Fecomércio-MG: “Essa era uma demanda antiga dos comerciantes que ficavam com o caixa descapitalizado no mês de janeiro”

IPVA vai para fevereiro e, diferentemente dos anos anteriores, o comércio começa 2025 mais forte com a capacidade de compra das famílias mais preservadas. É um motivo de comemoração para todos!”

A Federação do Comércio de Bens, Serviços e Turismo de Minas Gerais integra o Sistema Fecomércio MG, Sesc e Senac em Minas e é a maior representante do setor terciário no estado, atuando em prol de mais de 740 mil empresas mineiras. Em conjunto com a Confederação Nacional do Comércio (CNC), presidida por José Roberto Tadros, atua, há 86 anos, junto às esferas pública e privada para defender os interesses do setor de bens, serviços e turismo a fim de requisitar melhores condições tributárias, celebrar convenções coletivas de trabalho e disponibilizar benefícios visando o desenvolvimento do comércio no estado. ■



Receita de Ano Novo

Sabe aquela listinha de metas que muita gente faz para o novo ciclo que irá se iniciar? Ela pode servir como um instrumento de reflexão: temos vivido ou apenas sobrevivido?

▀ PATRÍCIA CASSESE

A produtora de áudio e podcaster Jessica Almeida não se lembra com precisão o ano em que começou a endossar a prática de listar resoluções para o Ano Novo. “Na verdade, a primeira vez foi meio por brincadeira, junto a colegas de trabalho”, rememora. No entanto, o que à época foi uma iniciativa pautada pela despretensão acabou sendo incorporada a cada 365 dias. Que fique claro: não como uma fórmula mágica que assegure a realização de todos os propósitos traçados – mesmo porque, Jessica afiança que nem se preocupa muito com a contabilização do que foi cumprido ou não. “É mais pelo efeito psicológico de poder elencar as metas e, portanto, fazer uma avaliação dos meus desejos e do que pretendo fazer com a minha vida.”

Pode parecer inocente, mas a prática de pautar nossas intenções é mais benéfica do que se imagina. A psicóloga e autora mineira Amanda Marques ratifica essa importância. “Planejar, desenhar e acompanhar sonhos e metas é uma ótima forma de não nos perdermos de nós mesmos, em meio às tantas demandas que nos acompanham ao longo do ano. Fazer um exercício de colocar todas as áreas da sua vida no papel, ver o que cada uma precisa e decidir o quanto vai investir em cada (seja tempo, dinheiro ou energia) é um exercício que sempre orienta, especialmente no final do ano”, confirma. De acordo com a especialis-

Freepik

ta, o rol de resoluções serve como um instrumento para compreendermos se temos vivido ou somente sobrevivido.

Traçar e seguir um fluxo mínimo de objetivos, dentro das variadas nuances da vida (“como a individual, profissional, do casal, de lazer, de aquisições materiais ou definição de estudos”) ajuda a vivenciar o dia a dia com mais propósito e foco, afirma. Mas a profissional faz uma ressalva: “Para além de ter essas metas escritas, é preciso tirar um tempo para meditar sobre elas, visualizar formas para que possam acontecer. Reavaliá-las ou adaptá-las ao momento vivido nos ajuda, também, a viver dentro da realidade e a não nos perdermos em possibilidades irreais”.

Estudante de psicologia e artes plásticas, Alice Calixto, 21 anos, confessa que não costuma fazer listas físicas, mas, a cada final de ano, elabora uma retrospectiva mental e, daí, pensa o que poderia fazer no próximo. “Acredito que isso tenha se tornado um ritual mais concreto há quatro anos, quando entrei na universidade. Acho interessante esse clima que o final de ano traz, de se pensar em como poderia ser melhor no próximo.” Ela pontua que, mesmo sendo apenas uma data, a passagem do ano carrega consigo a expectativa cultural do novo – e do melhor.

“E, assim, impulsiona muita gente a refletir e a tentar. É um ritual bonito e, acredito, motivador, mesmo sendo puramente ficcional, porque a concepção de termos algo novo, uma folha em branco, nos ajuda a pensar em fazer diferente. Em muitos casos, sem essa cultura das resoluções de Ano Novo, continuaríamos presos em rotinas e padrões de comportamento sem se questionar sobre eles, se é realmente aquilo que queremos”, explica a estudante.

Missão dada, missão cumprida? Nem sempre. O fato de se listar propósitos não quer dizer, necessariamente, que conseguiremos realizá-los, todos, a contento. E tudo bem. “Me culpo zero. Se for para virar mais uma fonte de sofrimento, no meio de tantas que a vida já nos impõe, perde o sentido. Acho importante olhar para a lista, celebrar o que foi alcançado e refletir sobre o que não foi. Ou seja, sobre as razões das ‘falhas’ e, a partir daí, pensar em formas de corrigi-las, mas



Maria Lúcia Pessoa de Castro/Divulgação

“Fazer essa reflexão tornou-se um ritual mais concreto há quatro anos. Acho interessante esse clima que o final de ano traz, de se pensar em como poderia ser melhor no próximo.”

Alice Calixto, estudante de psicologia e artes plásticas



Paulo Borges/Divulgação

“(Faço) mais pelo efeito psicológico de poder elencar as metas e, portanto, fazer uma avaliação dos meus desejos e do que pretendo fazer com a minha vida.”

Jessica Almeida, podcaster

sem esse peso da culpa”, afirma Jessica.

Tal como Jessica, Alice também não vê sentido em sofrer se, eventualmente, chegar ao final do ano sem ter marcado um X em determinada resolução. “Penso que é importante compreender que nós, seres humanos, somos desejanter. Ou seja, enquanto estivermos vivos, vamos sempre desejar ter algo que não possuímos ou ser o que não somos. Então, busco não me culpar por não ter realizado algo que desejei”.

Na verdade, a estudante procura refletir sobre o porquê de aquela meta não ter sido a prioridade dela naquele ano, bem como sobre o que é possível fazer para que seja alcançada no novo (se tal resolução, claro, ainda fizer sentido). “Isso é visível até no âmbito dos desejos realizados. Depois que atingimos algo que queríamos, somos tomados por novos desejos, que nos movem e nos dão essa energia de sempre estar buscando. A frustração com o não cumprimento de uma resolução às vezes é inevitável, mas ela pode ser vista com outro olhar, de indagação mesmo, que promove, novamente, esse movimento e, assim, contribui para o autoconhecimento.”

Amanda Marques alerta que é sempre bom lembrar que nossos propósitos devem ser reais. Porque, no que tange à decepção quanto a resoluções não cumpridas, muitas pessoas se frustram por criarem metas não alcançáveis. “Um exemplo é dizer que vai perder muitos quilos e fazer ginástica todos os dias. Quem tem filhos, por exemplo, a cada dia tem um desafio e, desse modo, muitas vezes é atropelado pelos acontecimentos”. Assim, avalia, como não está conseguindo fazer o “irreal”, a pessoa acaba desistindo. “O famoso 8 ou 80”.

Para ela, é preciso, pois, colocar em mente que a disciplina antecede a espontaneidade. “É preciso que façamos o que é possível sem a exigência do perfeito, pois esse não nos permite viver a vida real. Acorde com o objetivo de fazer o que for possível, estabeleça, metas reais e varie as possibilidades, as frequências e as quantidades para dar margens para o imprevisto e incontrolável que nos acontece diariamente”. Porque não, por exemplo, substituir a promessa de fazer uma hora e meia de academia todos os dias da semana por 30 minutos diários ▶

CRÔNICA | JACQUES FUX*

AS NOSSAS BOLHAS E O FIM DO ANO

Em breve, muito em breve, as famílias voltarão a se reunir! Sentadas à mesa, compartilharão presentes, perus, panetones e patês (no meu caso, umas comidinhas de Chanucá, a Festa das Luzes judaica). Revelarão conquistas, fracassos e dificuldades. Trocarão sorrisos, abraços e promessas. Até que, de repente, um comentário político desencadeará certas lembranças do ano e a tentativa de paz se tornará um sonho distante. E o que realmente os une agora – o ódio ao outro, àquele que não pensa como eu e a minha bolha, que está do lado errado e tenebroso da história – tomará conta do encontro.

Há décadas li uma crônica do Rubem Alves que me marcou. Deus estava construindo o mundo ao lado do Diabo, seu fiel escudeiro. En-

quanto um criava, o outro aperfeiçoava. Conceberam juntos o céu e a terra, a natureza e os animais, os humanos. Tudo corria bem até que Deus resolveu unir esses humanos com uma cola, o tal do amor, e o Diabo discordou. Essa cola era frágil demais, era necessário algo mais forte e duradouro. O Diabo sugeriu que fosse o ódio.

"Acho que, às vezes, é até com ajuda do ódio que se tem a uma pessoa que o amor tido a outra aumenta mais forte. Coração cresce de todo lado. (...) Coração mistura amores. Tudo cabe."

João Guimarães Rosa,
Grande Sertão Veredas

Esse ano foi difícil. As nossas bolhas, cada vez mais extremadas e extremistas, têm nos distanciado. Um amigo de infância, daqueles que se tornam irmãos e cúmplices, decidiu eu não faço mais parte de sua vida. E assim, como disse Rosa-Riobaldo "é até com ajuda do ódio que se tem a uma pessoa que o amor tido a outra aumenta mais forte", sua bolha o abraçou e o amou ainda mais. Essa é a função das bolhas e da polarização; essa é a doença do mundo; essa é a cola que está cada vez mais nos unindo em redes, demônios e redemoinhos.

Se uma crônica de fim de ano precisa deixar alguma esperança, a minha é a que meu amigo leia esse texto, que saiba que eu o amo e aceite meu pedido de desculpas por eu ser "desbobolhado". E, quem sabe, a gente possa deixar de lado nossas divergências e aquela cola antiga e frágil possa voltar a nos unir. Mas como diz Kafka: "Existe esperança, esperança infinita – mas não para nós".

*O escritor belo-horizontino Jacques Fux escreveu esta crônica a convite de Encontro. Vencedor do Prêmio São Paulo de Literatura e finalista do Prêmio Jabuti em duas ocasiões - em 2023, com a obra juvenil *As coisas de que não me lembro, sou* (Aletria Editora) e, em 2024, com o romance *Nunca vou te perdoar por ter me obrigado a te esquecer* (Ed. Faria e Silva) -, Fux já escreveu 18 livros.

Raphael Ribeiro/divulgação



"Planejar, desenhar e acompanhar sonhos e metas é uma forma de não nos perdermos de nós mesmos em meio às tantas demandas que nos acompanham ao longo do ano"

Amanda Marques, psicóloga

de caminhada, aumentando o propósito aos poucos, na medida do possível?

Em um espectro mais amplo, Amanda enfatiza que ser feliz requer cuidado e atenção. "E somente nós mesmos podemos cuidar daquilo que importa para a gente, a fim de realizá-lo. Então, invista um tempo, pare, avalie e busque reconectar com o que você realmente deseja neste ciclo que se inicia. Use e busque o que pode trazer o diferente, o novo, e preencher os dias com mais alegria e produtividade. Elimine excessos, vícios e relações que não contribuam para o crescimento. O Ano Novo pode começar agora com uma postura interna de querer o NOVO!", conclui. ■

EU SOU

a floresta que
respira vida

CONHEÇA O

BRASIL

Eu sou *o seu país*

O seu país é um paraíso do ecoturismo. São parques, reservas, biodiversidade e sítios históricos para conhecer. E o turismo responsável é fundamental para preservar esse patrimônio natural. Conheça seu país e veja tudo o que ele tem para te encantar.



O ano que não termina

Chega o fim dos tempos, mas não termina este 2024. Que ano! Quantas coisas - boas e ruins - aconteceram no Brasil e no mundo. Quantos fatos relevantes para a cidade, o país e o planeta. Eleições municipais, eleições nos Estados Unidos (a maior economia e a mais poderosa democracia da Terra), guerras em curso, finanças na berlinda, mudanças climáticas cada vez mais graves, inteligência artificial tornando-se realidade, foguete “dando ré”, Atlético e Cruzeiro em finais continentais e, por mais mequetrefe e bufa tenha sido, uma tentativa de golpe de Estado, outra vez. Neste caso, é impressionante, mas o Brasil insiste em não abandonar o passado e manter-se ridículo. Ou melhor, parte do Brasil.

Toda vez que a ordem institucional é rompida ou ameaçada, em maior ou menor grau de risco, temos um golpe ou uma tentativa de golpe. Em 2023, após um ano (2022) de pregações golpistas, o ápice dessa ameaça ocorreu com a invasão e a depredação das sedes da Praça dos Três Poderes em Brasília, em 8 de janeiro. Absolutamente ninguém - nem as “velhinhas com Bíblia nas mãos” - estava ali a passeio. E ainda que boa parte não tivesse consciência dos atos e não participasse diretamente do quebra-quebra, manifestava-se contra a posse de um presidente legítimo e democraticamente eleito. A não aceitação do resultado de uma eleição e o movimento para subverter a regra democrática são, sim, golpe.

Anteriormente, após a Proclamação da República - também ela um movimento “golpista” -, tivemos ao menos cinco momentos de desordem institucional: Floriano Peixoto (1891), Revolução (1930), Estado Novo (1937), Deposição de Vargas (1945) e Golpe Militar (1964). E antes da Proclamação da República, a chamada Noite da Agonia (1823) e o Golpe da Maioridade (1840), ambos envolvendo a “família real”. Por isso, disse ser impressionante a fixação brasuca por um golpe para “chamar de nosso”. É como se fizesse parte do DNA político, ou melhor, antipolítico brasileiro, já que fora da política e das leis. Uma espécie de traço cultural, que acaba se transformando em profecia autorrealizável.

NÃO EXISTE MEIA DEMOCRACIA

“Ah, Ricardo, mas não teve tanque, não teve fuzil”. Que bom, né? E só não teve - hoje sabemos de forma documentalmente comprovada - porque a maioria dos militares e os mais influentes e importantes oficiais não aceitaram a aventura criminosa pretendida por parte do governo, inclusive pelo próprio presidente da República, Jair Messias Bolsonaro. “Ah, Ricardo, o plano era mambembe, risível”. Novamente: que bom, né? Felizmente, o planejamento e a execução inicial estiveram a cargo de trapalhões, ainda que oficiais graduados (o que depõe seriamente contra a preparação dos comandantes das Forças Armadas, aliás), e de um líder intelectualmente limitado.

Democracia e liberdade pressupõe aceitação da divergência e alternância de poder. Pensamento e doutrina únicos jamais levaram a um bom fim. Quem me acompanha nos veículos em que trabalhei, e

“O que desejo mesmo é um belíssimo 2025 para todo mundo! Esquerda, direita, centro, nada, isentão, atleticano, cruzeirense, americano, enfim, que tenham todos um ano especialmente iluminado, abençoado e feliz.”

trabalho, sabe que estou a anos-luz de me simpatizar com o atual presidente da República, bem como com o anterior. Pertencço, portanto, à classe dos “isentões”. Jamais um ditado popular - “o tempo é o senhor da razão” - fez tanto sentido e me deu razão. Diante de tudo o que hoje se sabe, ser “isentão” não torna ninguém errado. Ao contrário. E como um bom “isentão”, não deixo de reconhecer a legitimidade de quem prefere não sê-lo, nem muito menos desejo seu fim.

Aliás, o que desejo mesmo é um belíssimo 2025 para todo mundo! Esquerda, direita, centro, nada, isentão, atleticano, cruzeirense, americano, enfim, que tenham todos um ano especialmente iluminado, abençoado e feliz. ■

EDDIE

The first. The original. The **ONE.**



Lourdes | Vila da Serra | BH Shopping | Pátio Savassi | DiamondMall
www.eddieburger.com.br | @eddiefineburgers

BRINCANDO DE SER FELIZ

Como os chamados kidults (adultos que encontram tempo livre para se entregarem a passatempos infantis) alimentam a lucrativa indústria de brinquedos

✎ DANIELA COSTA

Quando se pensa em brinquedos é claro que também se pensa em produtos para divertir a criançada, correto? Errado! Nos últimos anos, o universo dos kidults está cada vez mais acelerado, se transformando em um verdadeiro fenômeno de comportamento e de consumo. O termo tem origem na fusão de duas

palavras em inglês: Kid (criança) + Adult (adulto) e remete a pessoas que, apesar da rotina atribulada, encontram tempo livre para se entregarem a brincadeiras e passatempos infantis. Então, não se assuste ao se deparar com um adulto

se divertindo com coleções de bonecas Barbie, pogobol, pelúcias da Disney, miniaturas de carro Hot Wheels, jogos como Banco Imobiliário e Tamagotchi, além de vários outros brinquedos que marcaram a infância dos nascidos nas décadas de 1980 e 1990.

A conexão com produtos e serviços do passado é ainda mais presente na chamada geração Millenials, nascida entre 1982 e 1994 e conhecida por estar diretamente conectada à tecnologia. Para eles, gastar com a compra de brinquedos para si mesmos ou para seus filhos – para que sejam compartilhados, é claro – não é sinônimo de imaturidade mas, sim, uma forma saudável de abstrair os problemas e se conectar com algo que lhes faz bem. Isso inclui desenhos animados, heróis, figuras de ação, jogos e tudo aquilo que esteja associado ao período da infância. Afinal, como deixar cair no esquecimento desenhos como Ursinhos Carinhosos, He-man, Smurfs, Corrida Maluca, Thundercats, Caverna do Dragão, além de vários outros que reacendem tantas memórias afetivas?

Quem acompanhou cada uma dessas produções sabe o motivo de tanto entusiasmo e saudosismo. E embora a

O universo lúdico faz parte da trajetória da atriz Paola Ferrara: "Ele me remete às histórias contadas pelo meu pai quando eu era criança e acabou se transformando na maneira como diálogo com a vida"



A curadora de gastronomia e food stylist Gabriela Gontijo trouxe da infância a paixão pelas Barbies: "Sempre enxerguei o protagonismo feminino que a Barbie transmite, com toda a sua independência e empoderamento", diz, com sua coleção de bonecas



Fotos: Pádua de Carvalho

forma dos pais manterem seus filhos "ocupados", acabou surpreendendo e impulsionando o setor. De acordo com a NPD Group, empresa norte-americana de pesquisa de mercado, compradores kidults foram decisivos para o crescimento de 37% nas vendas de brinquedos nos EUA em dois anos, chegando à cifra de 28,6 bilhões de dólares em 2021. Segundo a Bloomberg, empresa de tecnologia e dados para o mercado financeiro, 58% dos adultos entrevistados naquele período compraram brinquedos e jogos para uso próprio.

Entre as apostas do mercado estão os brinquedos colecionáveis. Quando era pequena, a curadora gastronômica e food stylist Gabriela Gontijo, da A Chef Art of Catering & Home, era encantada com as bonecas e seus acessórios, especialmente as Barbies. "Sempre enxerguei o protagonismo feminino que a Barbie transmite, com toda a sua independência e empoderamento. E mesmo que o universo dela não seja real para a grande maioria das pessoas, entendo que nos diz que podemos ser e fazer o que quisermos." A paixão acabou influenciando sua profissão. Em sua empresa, as mulheres é que comandam e fazem o negócio acontecer. Mãe de duas meninas, em sua casa não são só as crianças que têm bonecas. "Elas têm as Barbies delas e eu tenho as minhas da Barbie Collection, que a apresenta em várias versões. Essas ficam guardadinhas nas caixas", diz Gabriela.

Durante a 9ª edição da Abrin, em 2023, maior feira de brinquedos da América Latina, a temática foi abordada no painel "Kidults: a nova e lucrativa tendência da indústria de brinquedos". "Após a pandemia, esse mercado vem numa crescente evolução", afirmou o diretor de marketing da Estrela, Aires Fernandes. Em 2022, a empresa já havia anunciado parceria com a Ri Happy no lançamento de dez brinquedos que foram sucesso em décadas anteriores, entre eles o Aquaplay e Snif Snif. Mas não são apenas os tradicionais jogos e brinquedos que povoam o universo dos kidults. "Nesse cenário, percebeu-se a necessidade de investir em atrações planejadas e que atendessem a públicos de todas as idades. Assim se consolidaram as exposições interativas, que permitem que o espectador interaja ▶

nostalgia nem sempre seja tida como algo positivo, estudos apontam que trata-se de uma emoção benéfica, quando conectada a boas lembranças. "Esse universo lúdico é a minha forma de existir e de dialogar com a vida", diz a artista Paola Ferrara. Em sua infância, as histórias contadas pelo pai e as brincadeiras em família influenciaram na adulta em que se transformou. "Era um mundo cheio de magia. Acabei buscando a arte para manter essa conexão. Quando engravidei do meu filho, eu me permiti ser criança novamente. Queria oferecer a mesma troca que recebi do meu pai."

A indústria de brinquedos logo identificou mais um nicho de mercado e criou serviços e produtos pensados para atender às demandas dos kidults. O aumento das vendas no auge da pandemia da Covid-19, que a princípio foi entendido como uma



Divulgação

O professor Rodrigo Robleño, que também é palhaço, dá um conselho a quem quer se conectar com seu lado infantil: "Brinquem, sejam o suficientemente adultos para olhar para a vida com olhos de criança"



Na casa da jornalista Iana Coimbra não podem faltar brinquedos e muito menos a vontade de brincar: “É uma forma de deixar a vida mais leve, de estar em sintonia com os meus filhos e de me conectar com a criança que existe em mim”

com as obras presentes”, diz Jeff Neale, produtor da Blow Up Brasil.

O professor e futuro museólogo Rodrigo Robleño, de 57 anos, também atua como palhaço. Na adolescência, passou a trabalhar com crianças e nunca mais deixou de lado o universo infantil. “É a forma que encontrei para recuperar a ludicidade daquele tempo”, diz ele. Para Rodrigo, o vínculo com a infância ajuda na formação de adultos melhores. Com o objetivo de criar um museu de brincadeiras e saberes, o artista coleciona de tudo um pouco, além de também não abrir

mão de participar como voluntário no movimento escoteiro, atividade que foi “muito útil na infância e adolescência”. Conectar-se com a infância, diz Rodrigo, é fortalecer os vínculos da vida, permitir-se brincar, ir além do cotidiano. “Num mundo onde muitos acham que sorrir é não ser competente, mostramos que a leveza da infância tem muito a contribuir para superarmos as dificuldades do dia a dia”. Se pudesse dar um conselho, ele diria: “Brinquem, sejam o sufi cientemente adultos para olhar para a vida com olhos de criança”

Na casa da jornalista Iana Coimbra não podem faltar brinquedos e muito menos a vontade de brincar. Mãe de um casal de filhos, ela recorre aos objetos para se conectar com eles e resgatar o que gostava de fazer em sua infância. “É uma forma de deixar a vida mais leve e de estar em sintonia com eles”. Entre os passeios prediletos da família estão visitas a festivais de quadrinhos, idas ao cinema, pedalar ao ar livre e andar de patins. “Algo que eu amava fazer quando criança e que acabei resgatando após ser mãe.” ■

Brasília com conforto





FELIZ
38
PARA
TODOS
NÓS



FEITU
HORIZO

BH 127 ANOS

EDUCAÇÃO

400 MIL REFEIÇÕES
POR DIA SERVIDAS NAS
ESCOLAS MUNICIPAIS.

300 ESCOLAS
REFORMADAS.

SAÚDE

MATERNIDADE
DO HOSPITAL
ODILON BEHRENS.
100 NOVOS LEITOS.

20 NOVOS
CENTROS DE SAÚDE.
MAIS DE **900**
MÉDICOS NOMEADOS.

OPERAÇÃO TOLERÂNCIA ZERO

23,5 MIL
ÔNIBUS VISTORIADOS.

950 NOVOS
ÔNIBUS COM
AR-CONDICIONADO.

MOBILIDADE

51 NOVAS ESTAÇÕES
E MAIS DE **500**
BICICLETAS
COMPARTILHADAS.

3 NOVOS VIADUTOS
NA REGIÃO DA
CRISTIANO MACHADO.
TRECHOS JÁ INAUGURADOS.

SEGURANÇA

CONTRATAÇÃO DE **472**
PROFISSIONAIS PARA
A GUARDA MUNICIPAL.

MAIS DE **800**
CÂMERAS ESPALHADAS
PELA CIDADE.

CENTRO DE TODO MUNDO

MODERNIZAÇÃO
DO CENTRO
DA CIDADE.

CULTURA

UM DOS CARNAVAIS MAIS
SEGUROS DO BRASIL.
MOVIMENTAÇÃO DE
APROXIMADAMENTE
R\$1 BILHÃO
PARA A ECONOMIA DA CIDADE.



PREFEITURA
BELO HORIZONTE

trabalho
energia
coração



POR LOUIS BURLAMAQUI

Temperança, o equilíbrio em um mundo de excessos

Imagine viver em um mundo onde tudo está disponível ao alcance das suas mãos: comida, entretenimento, informações, bens de consumo. Em um primeiro momento, isso pode parecer o paraíso. Mas, com o tempo, você começa a perceber que o excesso de opções e a gratificação instantânea trazem consigo uma sensação de desequilíbrio. É aqui que a temperança entra em cena.

A temperança, de forma simples, é a habilidade de manter o controle sobre nossos desejos e emoções. É saber a hora de dizer “não” e reconhecer que nem sempre mais é melhor. Ao contrário, muitas vezes, o equilíbrio é o que traz verdadeira satisfação e paz interior. Quando você pratica a temperança, está cultivando uma vida de harmonia, onde cada escolha é feita com consciência e moderação.

Temperança e autocontrole andam de mãos dadas. O autocontrole é a força interior que nos permite resistir às tentações e manter a calma em situações de estresse ou conflito. Imagine estar em uma festa com uma mesa cheia de comidas deliciosas. A prática da temperança não significa que você deve se privar completamente, mas, sim, escolher com consciência, saboreando cada pedaço e apreciando o momento, sem excessos.

Mas o autocontrole não se aplica apenas ao que comemos. Ele é vital em como reagimos às situações do dia a dia. Pense em um momento em que alguém disse algo que o irritou. A primeira reação pode ser responder com raiva. No entanto, ao praticar a temperança, você para, respira e considera a melhor maneira de responder, evitando um conflito desnecessário.

Imagine uma sociedade onde todos praticam a temperança. Um lugar onde as pessoas pensam antes de agir, onde o respeito e a compreensão mútua são a norma. Essa é a verdadeira força da temperança: seu impacto coletivo.

Quando você pratica a temperança, não apenas beneficia a si mesmo, mas também influencia positivamente aqueles ao seu redor. Em um ambiente de trabalho, por exemplo, colegas que exercitam a temperança evitam atritos desnecessários, colaborando de forma mais eficaz e criando um ambiente de apoio mútuo. No círculo familiar, a temperança pode ser a diferença entre uma discussão acalorada e uma conversa produtiva.

Praticar a temperança não é sempre fácil, especialmente em um mundo que muitas vezes valoriza o excesso e a gratificação instantânea. Em um dia comum, você pode se deparar com inúmeras situações que testam sua capacidade de manter o equilíbrio. Talvez seja uma refeição tentadora, um impulso para gastar mais do que deveria, ou a vontade de responder agressivamente a uma crítica.

Esses desafios são reais e reconhecê-los é o primeiro passo para superá-los. Uma estratégia eficaz é manter o foco em objetivos de longo prazo. Quando sentir a tentação de agir impulsivamente, lembre-se do impacto que essa ação terá a longo prazo.

“Comece com pequenos passos: quando sentir a impulsividade surgir, pause, reflita e escolha a resposta que trará mais equilíbrio para sua vida. Temperança não é sobre privação, mas sobre encontrar o equilíbrio.”

Imagine alguém que lutou contra o hábito de comer compulsivamente. Ao longo do tempo, essa pessoa aprendeu a ouvir o próprio corpo, a identificar quando estava realmente com fome e quando estava apenas comendo por tédio ou estresse. Essa prática contínua de temperança permitiu que ela alcançasse um equilíbrio saudável em sua vida, sentindo-se mais em controle e em paz consigo mesma.

Comece com pequenos passos: quando sentir a impulsividade surgir, pause, reflita e escolha a resposta que trará mais equilíbrio para sua vida.

Temperança não é sobre privação, mas sobre encontrar o equilíbrio. É sobre tomar decisões conscientes que promovam uma vida plena e satisfatória.

A corda de um violão se esticada arrebatada e, frouxa, não toca. A vida é a arte do equilíbrio. ■

Louis Burlamaqui é consultor em cultura organizacional, empresário e escritor

Presente na sua empresa. Presente na sua vida.

O Sistema Fecomércio MG, por meio do Sesc, Senac e Sindicatos Empresariais, acredita que a união faz a força do comércio de bens, serviços e turismo. E juntos, podemos transformar a vida das pessoas com mais educação, saúde, cultura, lazer e ação social. **Porque ser parceiro é estar presente em todos os momentos.**

Saiba mais:



sistemafecomerciomg.com.br



Uma nova era na luta contra o peso

Com poucas contraindicações, facilidade de uso e resultados rápidos, canetas emagrecedoras viram fenômeno global, mas devem ser usadas apenas com indicação médica

ALINE DE ALMEIDA

Desde que os anoxerígenos à base de anfetaminas caíram em desuso no Brasil, primeiramente pela proibição da Anvisa, em 2011, depois pela decisão dos médicos de não mais prescrever, a indústria de medicamentos precisou se reinventar para atender a um mercado que, de forma preocupante, não para de crescer: o da obesidade.

Paralelamente ao banimento dessas substâncias – medicamentos com ação no sistema nervoso central e muitos efeitos colaterais –, o laboratório dinamarquês Novo Nordisk apresentou ao mundo, em 2010, a liraglutida, uma substância desenvolvida inicialmente para tratar a diabetes, que se tornaria precursora de um fenômeno global nunca antes visto

DADOS DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE DE 2024 MOSTRAM QUE, ENTRE 1990 E 2022, ENQUANTO A POPULAÇÃO GLOBAL CRESCEU 51%, O NÚMERO DE OBESOS AUMENTOU ALARMANTES 360%, SALTANDO DE 221 MILHÕES PARA OS ATUAIS 1,04 BILHÃO.



Pádua de Carvalho

nesta indústria, o dos chamados “agonistas dos receptores de GLP-1”.

GLP-1 é um hormônio produzido pelo intestino que sinaliza ao cérebro que estamos alimentados, diminuindo o apetite. Ao aumentar a produção de insulina, regular o açúcar no sangue e induzir uma sensação de saciedade, esses medicamentos de aplicação subcutânea levam a uma perda de peso significativa.

Em 2017, o mesmo laboratório lançou a semaglutida, mais potente, com o nome de Ozempic, também inicialmente para tratar a diabetes tipo 2. O efeito secundário da droga, o emagrecimento, chamou atenção. Em 2021, a Novo Nordisk lançou um segundo produto à base de semaglutida, o Wegovy, desta vez voltado ao tratamento de obesidade. Também foi um verdadeiro boom.

Os números falam por si: a Novo Nordisk se tornou, em 2023, a empresa mais valiosa da Europa (US\$ 623 bilhões), superando a marca de luxo Moët Hennessy Louis Vuitton (US\$ 408 bilhões). O faturamento da empresa ajudou a Dinamarca a evitar a recessão, já que o setor farmacêutico foi um dos principais responsáveis pelo crescimento de 1,7% do PIB (Produto Interno Bruto) do país – mais de quatro vezes o crescimento da Zona do Euro,



SAIBA MAIS

Confira abaixo as características de cada medicação

OZEMPIC (SEAGLUTIDA)

- **Indicação Principal:** Tratamento de diabetes tipo 2, com uso off-label para perda de peso.
- **Dose Inicial:** 0,25 mg/semana (pode aumentar para até 1,0 mg/semana).
- **Benefícios:** Controle da glicemia, redução do apetite e perda de peso.
- **Efeitos Colaterais Comuns:** Náuseas, vômitos, diarreia.
- **Duração do Tratamento:** Uso contínuo com acompanhamento médico.

PREÇO: ENTRE R\$ 1.063 E R\$ 1.299

WEGOVY (SEAGLUTIDA)

- **Indicação Principal:** Tratamento da obesidade e sobrepeso.
- **Dose Inicial:** 0,25 mg/semana (até 2,4 mg/semana para adultos).
- **Benefícios:** Redução de peso significativa, controle de glicose em casos de obesidade com diabetes tipo 2.
- **Efeitos Colaterais Comuns:** Náuseas, diarreia, distúrbios gastrointestinais.
- **Duração do Tratamento:** Uso contínuo com acompanhamento médico.

PREÇO: ENTRE R\$ 1.227,99 E R\$ 1.298,83

SAXENDA (LIRAGLUTIDA)

- **Indicação Principal:** Tratamento de obesidade e sobrepeso.
- **Dose Inicial:** 0,6 mg/dia (aumenta até 3,0 mg/dia).
- **Benefícios:** redução significativa do peso corporal, indicado para pacientes com sobrepeso ou obesidade, especialmente com comorbidades associadas (como diabetes tipo 2).
- **Efeitos Colaterais Comuns:** Náuseas, vômitos, diarreia, dor abdominal.
- **Duração do Tratamento:** Uso contínuo com acompanhamento médico.

PREÇO MÉDIO: R\$ 1.052,51

Canetas emagrecedoras: Ao aumentar a produção de insulina, regular o açúcar no sangue e induzir uma sensação de saciedade, esses medicamentos de aplicação subcutânea levam a uma perda de peso significativa

diarreia, diminuição do apetite.

- **Duração do Tratamento:** Uso contínuo com acompanhamento médico.

PREÇO VAI VARIAR DE R\$ 1.752,58 A R\$ 3.952,37

MONJAURO (TIRZEPATIDA)

- **Indicação Principal:** Tratamento de diabetes tipo 2 e controle de peso (ainda não comercializado nas farmácias do país, podendo apenas ser importado).
- **Dose Inicial:** 2,5 mg/semana (aumenta até 15 mg/semana).
- **Benefícios:** redução do peso corporal, melhora significativa no controle glicêmico.
- **Efeitos Colaterais Comuns:** Náuseas, dor abdominal,

NO BRASIL, PESQUISA APRESENTADA NO CONGRESSO INTERNACIONAL SOBRE OBESIDADE DESTA ANO INDICA QUE **48%** DOS BRASILEIROS TERÃO OBESIDADE ATÉ **2044**, E MAIS **27%** TERÃO SOBREPESO.

que fechou em 0,4%. Só no Brasil, foram R\$ 3 bilhões em vendas em 2023 – apesar do preço salgado de R\$ 1.000 a caneta, que dura um mês.

“O Ozempic foi um divisor de águas na endocrinologia. A sua grande vantagem é o controle eficaz da glicemia, a perda de peso significativa, de acordo com a continuidade do tratamento, e a redução do efeito cardiovascular, que é importante destacar”, disse o endocrinologista e nutrólogo Lenio Pinho. Ele resalta ainda a facilidade de uso: a aplicação uma vez por semana, pelo próprio paciente, aumenta a adesão em relação aos medicamentos de uso diário. “Isso se resume numa melhora do estilo e da qualidade de vida do indivíduo.”

O médico Jean Eldin concorda. “Esse é um grande benefício, principalmente para aqueles pacientes que têm indisciplina, que não conseguem tomar os medicamentos todos os dias. No caso de comprimidos, como o Olistat, que impede a absorção de gordura, para funcionar o paciente tem que tomar no horário correto, antes das refeições”, explica.

A empresária Júlia Mongorato é um exemplo de paciente “indisciplinada”. Ela conta que sempre esquece de tomar seus medicamentos de uso contínuo. “Eu pulava um dia, ou tomava em horários diferentes. Então, quando passei a usar a caneta semanal, isso melhorou bastante”, conta. Júlia tem uma

relação tumultuada com a balança desde a infância. Diz que sempre foi gordinha e, na adolescência, se tornou dependente dos anoxerígenos. Também acabou desenvolvendo bulimia. Hoje, aos 47 anos, conta que a luta continua.

“Passei alguns períodos da minha vida bem comigo mesma, mas, mesmo quando eu estava magra, eu achava que estava gorda”. No momento, ela está usando a semaglutida, o Wegovy, após procurar novamente um médico. “Não posso dizer que foi uma grande maravilha, mas me ajuda a controlar a compulsão. Não emagreci muito não, mas perdi alguns quilos”, diz.

Recentemente, a empresária ficou sabendo de um novo medicamento injetável, a tirzepatida, princípio ativo do Mounjaro e do Zepbound, medicações de uso subcutâneo semanal produzidas pelo laboratório americano Eli Lilly. “Até falei com meu médico, mas ele disse que será preciso fazer uma cuidadosa transição”, conta.

O Mounjaro, que ainda não está disponível no mercado do Brasil, mas já tem aprovação pela Anvisa e pode ser prescrito, e o Wegovy estão entre as medicações para emagrecimento mais populares no mundo. E, apesar de ambos serem eficazes, um estudo clínico apontou que o Mounjaro promoveu uma perda de peso relativa 47% maior, levando a uma perda de peso de 20,2% da gordura corporal, superior quando comparada a 13,7% do concorrente. No entanto, o medicamento é ainda mais caro que o Ozempic: seu preço pode variar entre R\$ 1.752,58 e R\$ 3.952,37. Quem o utiliza precisa trazê-lo do exterior ou comprá-lo das clínicas que o importam.

Aos 28 anos, a secretária Camila Machado sofre com excesso de peso desde os 20, após a segunda gestação. “Eu pesava 51 kg e cheguei a 85 kg”, conta. Agora, ela está usando o Monjauro. “Tentei diversos métodos: medicamentos para inibir o apetite, tratamentos médicos, Saxenda, com o qual não me adaptei, e depois Ozempic. Tive amigas que usaram o Ozempic e tiveram excelentes resultados, mas eu não tive o mesmo resultado que elas. Recentemente, comecei a usar a tirzepatida. Eu me adaptei melhor, não tive enjoos e senti um impacto melhor na redução do apetite”. Na última vez que pesou, Camila estava com 62 quilos. “Estou satisfeita com o resultado”.



Camila Machado, secretária, iniciou a luta contra o peso após a segunda gravidez e passou por diversos métodos; hoje, tenta resultado com a tirzepatida

Com a quebra de patente do Ozempic prevista para 2026, laboratórios já se movimentam para fabricar a semaglutida. A EMS desembolsou R\$ 70 milhões em uma nova fábrica, que foi inaugurada em Hortolândia (SP), em setembro passado, e deverá produzir biossimilares, assim como a Hypera Pharmed. A Cimed é outra que está de olho nesse filão, um movimento que é global, assim como as farmacêuticas chinesas.

OZEMPIC FALSIFICADO: ANVISA E NOVO NORDISK FAZEM ALERTA

Diante de relatos de pessoas que passaram mal devido à utilização de Ozempic supostamente falsificado, a Novo Nordisk, fabricante do medicamento, foi a público alertar para os riscos e ensinar os consumidores a identificar as canetas verdadeiras, assim como a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Confira abaixo, orientações gerais à população e aos profissionais de saúde. Fique atento!

- ❗ A caneta de Ozempic® é de cor azul clara, com o botão de aplicação cinza.
- ❗ Se a embalagem do medicamento estiver rasurada ou visivelmente alterada, em idioma estrangeiro, com aparência farmacêutica (apresentação) diferente da registrada e com informações incorretas sobre o produto – o Ozempic® 1mg é vendido apenas em canetas pré-preenchidas injetáveis - desconfie.
- ❗ Preços muito abaixo dos praticados no mercado regular de farmácias e drogarias também são suspeitos.
- ❗ Adesivos e indicações de “nova fórmula” ou informações semelhantes – a Novo Nordisk não lançou nenhuma nova fórmula de Ozempic® desde sua chegada ao mercado, em 2019 - não devem ser considerados.
- ❗ Canetas de Ozempic® 1mg com numerações no seletor de dose diferentes de 0mg e 1mg são falsas.

EM FORMA DE COMPRIMIDO

Na esteira do fenômeno mundial das canetas emagrecedoras, novos análogos de GLP-1, ainda mais potentes, estão em desenvolvimento pela indústria farmacêutica. “Existe, inclusive, a expectativa de que sejam formulados em comprimidos, que a pessoa poderá tomar uma vez por semana e ter o mesmo efeito dos injetados. Além disso, nas injetáveis, a tendência é que sejam reunidos mais moléculas no mesmo medicamento, aumentando sua eficácia”, afirma o médico Jean Eldin, especializado em endocrinologia e nutrição. “Outros medicamentos que vão surgir prometem combinar ainda a essa fórmula o Glucacon, hormônio liberado quando os níveis de glicose no sangue caem, sinalizando ao fígado para liberar a glicose armazenada”, acrescenta Lenio Pinho, sobre uma melhora metabólica e energética dos pacientes.

Alguns estudos focam, segundo ele, nos moduladores de grelina e leptina, medicamentos de controle hormonal relacionados à fome. “Os moduladores de grelina e leptina são medicamentos para o futuro”.

Uma outra abordagem promissora, de acordo com Lenio Pinho, refere-se ao controle do “efeito-sanfona”: o desenvolvimento de fármacos que tratam o ponto de equilíbrio do peso corporal para segurar o organismo e evitar a recuperação do peso perdido. “Temos ainda muitas promessas relacionadas à intervenção metabólica avançada, terapia gênica, terapia genéticas e epigenéticas, que estão sendo estudadas relacionadas a metabolismo basal e influência dos genes ligados ao armazenamento de gordura. Mas nenhum medicamento deve ser tomado de forma isolada, sem o acompanhamento de um trabalho focado na mudança comportamental do paciente”, diz o médico. Segundo ele, a tendência no tratamento de emagrecimento segue cada vez mais para uma abordagem holística e integrativa.

“ROSTO DE OZEMPIC”

Embora o Ozempic seja eficaz na perda de peso, é fundamental estar atento aos efeitos colaterais que podem surgir: flacidez facial, constipação intestinal, enjoo e fadiga são alguns deles. Acompanhamento médico contínuo, cuidados com a alimentação, exercícios físicos e tratamentos estéticos po-



Lenio Pinho, endocrinologista e nutrólogo:
“O Ozempic foi um divisor de águas na endocrinologia.”

dem ajudar a minimizar esses efeitos e garantir uma perda de peso mais saudável e equilibrada.

Um dos mais impactantes é a alteração estética no rosto, que ocorre devido à perda de gordura e, frequentemente, de massa muscular. O efeito acontece especialmente em pessoas que não praticam atividades físicas. Como resultado, o rosto perde volume, principalmente nas bochechas,





Jean Eldin, médico especializado em endocrinologia e nutrição: "Há a expectativa de que esses medicamentos sejam formulados em comprimidos"

o que pode levar à chamada "queda" da estrutura facial. Para amenizar esses efeitos, tratamentos dermatológicos podem ser eficazes, além da recomendação de suplementação de proteínas e a prática de exercícios para fortalecer a musculatura facial.

Outro efeito comum é a fadiga, um cansaço que pode interferir nas atividades diárias e está relacionado à redução da ingestão alimentar, causando deficiências vitamínicas e anemia. O médico Lenio Pinho alerta que a falta de nutrientes essenciais pode piorar a sensação de cansaço, sendo importante monitorar e tratar essas deficiências com a suplementação adequada.

A constipação também é consequência que pode ocorrer. De acordo com Pinho, o GLP-1, presente na medicação, atua no sistema digestivo, retardando o esvaziamento gástrico e afetando os reflexos naturais da evacuação. Isso pode resultar em dificuldades para ir ao banheiro, algo que ocorre em função do impacto do remédio no sistema nervoso intestinal.

Medidas simples, como aumentar a ingestão de líquidos, fibras e o uso de probióticos ajudam a normalizar a situação. A prática de atividades físicas também é recomendada para ajudar a manter o sistema intestinal funcionando corretamente. Em casos mais persistentes, o uso de um laxante leve pode ser necessário.

ANÁLISE

Por Sílvia Regina Dias, psicóloga

"EXISTIU UMA ÉPOCA EM QUE O MILAGRE DA VEZ CHAMAVA-SE SIBUTRAMINA"

"Há um reforço mental e emocional do desejo para soluções rápidas de uma situação, sem que haja esforço. O efeito de perda de peso através do uso do Ozempic é visivelmente rápido, mas são necessárias a colaboração e a consciência de adotar um novo comportamento para se manter o resultado que se deseja.

A ausência desta conscientização acaba contribuindo para a ineficiência do resultado positivo. Alguns se automedicam aumentando a dosagem, outros desistem e interrompem o tratamento sem ao menos avisar ao profissional, ou querem a troca da medicação por outra que acreditam fazer milagres.

Existiu uma época na qual o milagre da vez chamava-se Sibutramina. Atualmente, o Ozempic e outras canetas do tipo estão neste lugar da esperança do emagrecimento sem muito esforço, mesmo ocorrendo muitos efeitos colaterais desagradáveis, em que o cliente opta por continuar com o tratamento. Ele percebe o peso diminuir junto com a falta de apetite, a boca seca, a dor de cabeça, o desânimo...

Também não refletem sobre a importância de aprender e se manter uma reeducação alimentar para futuramente fazer a retirada da medicação. Muitos caem no efeito sanfona, do emagrece-engorda por não conseguirem levar o tratamento adiante, pelo fato de não seguirem a restrição alimentar e também pelo alto investimento financeiro das canetas.

Sabemos que a obesidade é uma doença que precisa ser vista com olhar multiprofissional no tratamento. Não somente a parte medicamentosa irá funcionar, mas movimentar o corpo com atividade física, selecionar a alimentação com nutrólogo e nutricionista, cuidar do metabolismo e controle das vitaminas que o corpo precisa com endocrinologista, equilibrar a saúde mental com psiquiatra e psicólogo, cuidando da ansiedade e outras possíveis doenças da psique que podem influenciar no descontrole alimentar, manter hábitos saudáveis do sono, lazer, descanso e prazer. Estar consciente da forma como se relaciona com a comida (utilizando-a como alívio ou compensação ou somente como nutriente) e buscar ajuda para solucionar estas relações dependentes." ■

Hplus
HOTELARIA

hplus.com.br

15 hotéis pelo Brasil

Desde 2002 administrando hotéis com alta rentabilidade, transparência e eficiência.

Entre em contato

desenvolvimento@hplus.com.br 61 9989-2856





Aula de ciclismo indoor na Epic, com sistema Spivi: plataforma de treino imersiva com bikes conta com sistema de gamificado e cenários interativos

Tecnologia a serviço do bem-estar

Além de equipamentos de ponta, academias de BH investem em treinamentos personalizados, flexibilidade de horários e atendimento acolhedor para estimular a prática de atividade física

▀ DANIELA COSTA

Praticar exercício físico vai muito além de cuidar da aparência: trata-se de um investimento em saúde e bem-estar. Difícil mesmo é vencer o sedentarismo e superar a correria do dia a dia. Apesar disso, os especialistas orientam que quando se pensa a lon-

go prazo, é preciso entender que são as atividades físicas que vão garantir a capacidade funcional do corpo para que se possa realizar, de forma segura e independente, tarefas simples como pegar uma roupa no chão, levantar-se da cama ou ir ao banheiro. Pensando em uma forma de vencer essa resistência e estimular a prática de atividade física,

as academias de Belo Horizonte investem em treinamentos personalizados, flexibilidade de horários, tecnologia de ponta e atendimento humanizado.

“As pessoas precisam ter alegria em se exercitar, por isso apostamos no acolhimento e nos resultados”, diz Vladimir Martins, educador físico da rede de Academia Pratique, que possui mais de 100



Servidora da Justiça Federal, Eliane Said Tavares treina há 13 anos na Epic Fitness: “É uma terapia. Além de me sentir mais disposta, me sinto mais animada e ativa”

Divulgação



A aposentada Selma da Silva frequenta a Academia Pratique há três anos: “Emagreci 13 quilos e não precisei operar de uma hérnia de disco na coluna”, diz, ao lado do personal Vitor Lima Barbosa Gomes

unidades espalhadas pelo Brasil. Para contribuir com a saúde física e mental dos alunos, diz ele, a experiência precisa ser convidativa e agradável. Uma das estratégias utilizadas pela rede é disponibilizar treinos diversificados e que atendam a todos os gostos e objetivos. “Na Pratique, temos as modalidades de musculação, natação, hidroginástica, dança, jump, lutas e um programa de nutrição exclusivo”, diz Vladimir. O atendimento personalizado começa por meio de um sistema de inteligência artificial chamado Diagnose.

Após uma “entrevista” com o aluno, a plataforma detecta características particulares que definirão qual o tipo de atividade é mais adequada para cada perfil. “É um diagnóstico completo que torna os treinos e resultados ainda mais assertivos”, explica o educador físico. Aposentada, Selma da Silva, de 55 anos, frequenta a unidade do bairro Nova Floresta há três anos e só se arrepende de não ter começado antes. “Eu era bancária e por causa de uma hérnia de disco a minha coluna travou”, diz. Para não precisar realizar cirurgia e reduzir as dores, começou a fazer fisioterapia e musculação em busca de fortalecimento da lombar. Desde então, emagreceu 13 quilos, melhorou a sua qualidade de vida e ganhou força e disposição. “Musculação é vida”, afirma ela.

As academias também estão investindo em equipamentos e acessórios tecnológicos que acompanham o desempenho e a evolução dos treinos, ajudando as pessoas a monitorar seu progresso de forma prática e motivada. Localizada no bairro de Lourdes, a Epic Fitness possui programas de exercícios para todas idades, inclusive para bebês e idosos. Na sala de ciclismo indoor, o sistema Spivi – plataforma de treino imersiva com bikes – conta com tecnologia de ponta e sistema de treino gamificado com cenários interativos. “Assim, o exercício fica mais interessante e atrativo, possibilitando tanto a ciclistas amadores quanto profissionais praticar para alcançar os resultados desejados”, diz o gestor e educador físico, Frederico Kempler.

A servidora da Justiça Federal Eliane Said Tavares, de 55 anos, treina há 13 anos e relata que o que começou por necessi- ▶

Fotos: Paulo Márcio



Há um ano e meio, a fisioterapeuta Luise Velloso Valadares treina na Bodytech Ponteio: "O meu objetivo inicial era emagrecer, mas também não abro mão da musculação"

dade acabou se tornando algo prazeroso. "Em 2011, fui esquiar numa viagem de férias e acabei caindo e rompendo três ligamentos do joelho direito", diz. A indicação para fazer exercício físico veio do próprio médico, o que ela não sabia é que seria algo tão viciante. "É uma terapia. Além de me sentir mais disposta, me sinto mais animada e ativa." Outra preocupação do mercado de academias é a capacitação constante dos profissionais do setor para que estejam sempre atualizados.

A rede de academias Bodytech Company que possui mais de 90 unidades no país, investe em equipes qualificadas e em práticas e equipamentos inovadores. "Somos centros de atividades físicas, esportes, bem-estar e lazer. Acreditamos que o movimento pode ser um divisor de águas na história de qualquer pessoa", diz Mariana Moraes, coordenadora fitness da unidade Ponteio, no bairro Santa Lúcia. Uma das apostas da academia é o Cardio Burn, atividade que tem o conceito de treinamento funcional como base. "É um treino de alta intensidade, com curta duração e que promove um alto gasto calórico, trabalhando grandes grupos musculares", explica. Dividido em três estações, o treino mescla remo, exercícios funcionais e esteira. O espaço também conta com parque aquático e quadra de futebol society para treinos diferentes dos convencionais.

Há um ano e meio a fisioterapeuta Luise Velloso Valadares, de 38 anos, treina na Bodytech Ponteio cinco vezes por semana. Seu objetivo inicial era emagrecer, mas ciente da importância do fortalecimento muscular, também não abre mão da musculação. "Ela me ajuda, inclusive, a ter mais foco durante o dia", diz. Na mesma academia, a chamada área FT Zone é voltada para o treinamento funcional realizado com peso corporal. É nela que a advogada Luciana Bayer, de 51 anos, realiza a maioria dos seus treinos. "Faço exercícios desde a adolescência e posso dizer com propriedade os benefícios que os exercícios físicos trazem ao corpo e à mente." Quem ainda não começou a praticar, não precisa se preocupar. Afinal, nunca é tarde para investir em si mesmo. ■



Na Bodytech Ponteio, o treinamento funcional realizado com peso corporal é o preferido pela advogada Luciana Bayer: "Posso dizer com propriedade os benefícios que os exercícios físicos trazem ao corpo e à mente"



Valorizando a **individualidade**
com experiências
enriquecedoras e foco
no desenvolvimento
dos **talentos** e nas
altas habilidades
dos seus alunos.

SELEÇÃO DE
NOVOS ALUNOS
PARA 2025



INFORMAÇÕES
(31)9 7257-7143



Colégio Edna Roriz
Escola Internacional



Fachada do Hospital das Clínicas: local deve abrigar Centro de Doenças Neurodegenerativas

Suporte para pacientes de Alzheimer e Parkinson

UFMG desenvolve projeto para criação de Centro de Doenças Neurodegenerativas; orçamento é de R\$ 30 milhões e demanda apoio e parcerias para virar realidade

▀ **PATRÍCIA CASSESE**

Em setembro último, um relatório divulgado pelo Ministério da Saúde apontou que cerca de 8,5% da população com 60 anos ou mais convivem com a demência, representando um número aproximado de 2,71 milhões de casos no Brasil, sendo a doença de Alzheimer responsável por cerca de 60% dos casos. Segundo o estudo, até 2050, a projeção é que 5,6 milhões de pessoas sejam diagnosticadas com demência no país. As informações foram anunciadas durante evento realizado na sede da Organização Pan-Americana da Saúde (Opas), em Brasília. No site oficial da pasta da Saúde, há outro apontamento alarmante: cerca de 80% das pessoas com demência no Brasil não estão diagnosticadas.

Diante de um quadro cujas posturas de enfrentamento indiscutivelmente requerem urgência, uma boa notícia é a existência de um projeto que emergiu no escopo da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG): o de criação do Centro de Doenças Neurodegenerativas. A iniciativa é coordenada pelo médico neurologista Paulo Caramelli, professor titular do Departamento de Clínica Médica da Faculdade de Medicina da UFMG e coordenador do Ambulatório de Neurologia Cognitiva e do Comportamento do Hospital das Clínicas (HC) da UFMG.

Encontro procurou Paulo Caramelli com vistas a perscrutar os meandros do que, por ora, ele enfaticamente situa como “em estágio embrionário”. “Nesse momento, é ainda um projeto”. A distinção



Membros da equipe que integra o desenvolvimento do projeto: atendimento 100% SUS

solicitada por ele é importante inclusive para esclarecer que, para ser concretizada, a iniciativa demanda investimentos que podem vir tanto da iniciativa pública quanto da privada.

A criação do Centro, um espaço no qual os pacientes serão atendidos por profissionais de variados campos – além das áreas de geriatria, neurologia e da psiquiatria, também da educação física, enfermagem, fonoaudiologia, fisioterapia, psicologia, terapia ocupacional e – começou a ser discutida há pouco mais de um ano, por um grupo interdisciplinar. Compõem também a equipe que trabalha pela formação do espaço, professores da Faculdade de Farmácia e do Instituto de Ciências Biológicas da UFMG, responsáveis por pesquisas de bancada.

A equipe envolvida na iniciativa entende que o orçamento inicial para a concretização da ideia situa-se em torno de R\$ 30 milhões. O valor inclui a construção de um prédio de quatro pavimentos com seis consultórios e seis salas de atendimento multiprofissional, além da aquisição de equipamentos para exames de imagem e laboratoriais.

“Já tivemos algumas sinalizações positivas de pessoas interessadas em nos apoiar, mas precisamos de mais parceiros e também de mais recursos para poder

“Com o fenômeno do envelhecimento da população no país, o número de casos de doenças degenerativas deve aumentar ainda mais nos próximos anos”

Paulo Caramelli, médico e professor da UFMG



viabilizar o projeto. Dentre os potenciais parceiros privados, o Grupo Tracbel já manifestou apoio à proposta”, diz Caramelli. O médico afirma que a ideia, desde o início, é que o espaço se situe no Campus Saúde da UFMG, no bairro Santa Efigênia. “Já temos o aval tanto da reitoria quanto da superintendência do Hospital das Clínicas e da diretoria da Faculdade de Medicina da UFMG, de modo a viabilizar a construção do Centro no Campus Saúde – claro, conscientes da restrição de espaço que existe e dependendo da obtenção dos recursos necessários.”

Concretizado o local, vale pontuar, o atendimento no Centro estará aberto a qualquer cidadão. “O atendimento é via Sistema Único de Saúde (SUS). Importante esclarecer que o Hospital das Clínicas é um hospital universitário, 100% SUS. E, assim, neste sentido, a criação de um centro desta natureza seria muito importante para a saúde pública no Brasil”. Cumpre lembrar que, atualmente, 70% dos idosos no Brasil dependem exclusivamente do SUS.

A ideia da criação de um Centro de Doenças Neurodegenerativas emergiu diante de uma constatação inequívoca: a capacidade de atendimentos hoje realizados no âmbito da Faculdade de

Medicina/Hospital das Clínicas chegou ao seu limite. O próprio Paulo Caramelli explica: “Felizmente, o atendimento e as pesquisas que realizamos há muitos anos têm obtido reconhecimento crescente, tanto no cenário nacional quanto internacional. No entanto, a percepção que eu e colegas compartilhamos é que chegamos ao limite do que é possível fazer, tanto do ponto de vista de assistência quanto de pesquisa, com a infraestrutura de que dispomos hoje”.

Caramelli se refere a desde pontos mais básicos, como número insuficiente de salas de atendimento ambulatorial e a falta de integração com espaços de pesquisa, ou seja, estruturas de laboratório, em que as pessoas atendidas possam, por exemplo, coletar amostras de sangue ou líquido que serão analisadas pela equipe de pesquisadores em um mesmo espaço físico. Vale dizer que a presença de um laboratório se faz necessária diante dos avanços registrados nos últimos anos no diagnóstico das doenças neurodegenerativas. “Análises de biomarcadores em fluidos biológicos, principalmente sangue e líquido, são exames importantes para o diagnóstico e acompanhamento dos pacientes.”

Mais que isso, o Centro de Doenças Neurodegenerativas, com foco em assistência e em pesquisa, poderia oferecer também programas de orientação a pacientes e a seus familiares/cuidadores. Além disso, poderia ser o espaço para a formação e atualização de profissionais de saúde médicos e não médicos para o adequado atendimento a pacientes com doenças neurológicas degenerativas. Em relação à pesquisa, alguns pacientes atendidos poderiam ser convidados a participar de estudos sobre suas doenças – naturalmente, com total liberdade para não assentirem. Outra expectativa é que, no futuro, o espaço esteja equipado para que também possam ser realizados exames de neuroimagem, como ressonância magnética.

O fato de uma pessoa que esteja convivendo com uma doença neurodegenerativa ter acesso à assistência multiprofissional e à participação em projetos de pesquisa no mesmo espaço físico, evidentemente, oferece maior conforto e eficiência. Isso porque grande parte desses pacientes são pessoas idosas.



#ficaadica: Das doenças neurodegenerativas mais frequentes, o Alzheimer e o Parkinson têm sido retratados no cinema, ajudando na conscientização sobre os males, caso dos documentários *A Memória Infinita* (Chile, 2023) de Maite Alberdi, que concorreu ao Oscar neste ano (foto acima) e está disponível no Prime Vídeo; e *Still: Ainda Sou Michael J. Fox*, documentário da Apple TV em que o ator canadense narra sua trajetória de sucesso no cinema e suas batalhas após o diagnóstico do Parkinson aos 29 anos (foto abaixo)



Apple TV/divulgação

“Muitas, com limitações, obviamente impostas pelas próprias doenças”, acrescenta Caramelli.

Paulo Caramelli lembra que, ao usar o termo “doenças neurodegenerativas”, dois campos tiram sobressaem: a doença de Alzheimer e outras demências; e a doença de Parkinson e outras formas de parkinsonismo, que, situa, causam uma síndrome motora. “Alzheimer e Parkinson são, respectivamente, a primeira e a segunda doenças neurodegenerativas mais frequentes. Com o fenômeno do envelhecimento da população – e isso vem acontecendo de

forma muito rápida no Brasil – o número de casos deve aumentar ainda mais nos próximos anos. Temos que estar preparados”, diz. “Portanto, existe um cenário demográfico e epidemiológico, preocupante, pelo número crescente de doenças neurodegenerativas detectadas no Brasil, especialmente, as duas citadas”. Evidentemente, outras doenças neurodegenerativas serão atendidas no centro, e, eventualmente, pacientes poderão participar de projetos de pesquisas visando a descoberta de novos métodos para o diagnóstico precoce e de tratamentos mais eficazes. ■

A ASSEMBLEIA É DE TODOS OS MINEIROS, DAS MINAS E DAS GERAIS.

E TRABALHA PRA VOCÊ O TEMPO INTEIRO.

A Assembleia Legislativa fiscaliza para melhorar os serviços na **saúde, educação e segurança**. Legisla para promover desenvolvimento e reduzir desigualdades. **E representa para que todas as vozes sejam ouvidas.**

Crise climática, dívida de Minas, igualdade racial, inclusão de pessoas com deficiência, combate à violência contra a mulher, incentivo à agricultura sustentável, valorização da ciência e tecnologia, esporte, promoção do desenvolvimento e da economia de Minas, são alguns dos temas tratados neste ano pelas deputadas e pelos deputados estaduais.

Trabalhamos muito e ainda há muito por fazer. Para todos os mineiros.

CONFIRA ESSES E
OUTROS PROJETOS
E AÇÕES AQUI!

[almg.gov.br/
relatorio](http://almg.gov.br/relatorio)



**ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS**

Poder e voz do cidadão





COMO MANTER O PESO EM TEMPOS DE FESTAS E FÉRIAS

O período de celebrações chegou e, com ele, vários eventos, festas e confraternizações entre nossos vários grupos de amigos, do trabalho, da corrida, da música... Seja qual for sua tribo ou comunidade, será inevitável se render a algumas tentações. Então, se tem o desejo de manter seu peso ou, ainda, emagrecer, siga as minhas dicas e orientações:

- Acorde um pouco mais cedo e faça pelo menos 30 minutos de atividades físicas, diariamente. Se sair e exagerar um pouco à noite, no dia seguinte aumente a prática para uma hora, de preferência, em jejum;

- Se já sabe que vai sair, evite doces e carboidratos em geral ao longo deste dia, pois, com certeza, vai comer um pouco a mais no evento;

- Reduza o consumo de álcool aumentando a ingestão de água. Mantenha sempre um copo em mãos ou perto do seu drinque ou outra bebida alcoólica. Isso vai ajudar também na eliminação do álcool e, no dia seguinte, o dano será menor;

- Antes de sair de casa, faça refeições leves e práticas, com proteínas, para não exagerar na festa. Até um ovo cozido vale a pena. Trará mais saciedade e você não terá vontade de comer tudo pela frente;

- Escolha os salgados e doces que mais gosta e coma devagar. Não pegue de tudo só porque é liberado. Coma realmente aquilo que te enche os olhos e te dê vontade;

- Se vai receber amigos em casa ou vai à casa de amigos, sirva ou leve para contribuir entradas mais leves, das quais você também possa comer e se beneficiar, evitando os aperitivos mais calóricos. Seguem abaixo algumas opções leves e que vão te dar saciedade:

- Rolinhos de frios com queijo;
- Queijo coalho grelhado com geleia sem açúcar;
- Espetinho de tomatinho com queijo de búfala e manjeriçã;
- Dadinhos de melão com presunto parma;
- Caponata de berinjela com castanhas;
- Guacamole;
- Tábua com queijos e frutas frescas ou secas + nuts.
- Tábua de vegetais (palmito, pepino, cenoura em palitos, azeitonas, tomatinho, acompanhados de um molho de iogurte com ervas para servir com os vegetais: misture iogurte natural desnatado com azeite e ervas finas);

Faça um patê com proteínas e sirva com torradinhas de arroz ou endívias.

Se seguir essas dicas, tenho certeza de que não vai engordar neste final de ano ou, ainda, vai emagrecer! Siga meu instagram para mais dicas e aceite um desafio pessoal: Mais é menos! Quanto mais peso você perder ainda este ano, ou não ganhar, menos sobra para continuar no processo em 2025! Boa sorte!

Excelente Ano Novo!
Abraços da Nutri



Fotos: Arquivo pessoal



CONFIRA RECEITINHAS DE PATÊS:

- ▶ Atum (misture maionese light, atum enlatado e orégano);
- ▶ Frango (misture frango desfiado, requeijão light, cenoura ralada e curry);
- ▶ Salmão (misture salmão grelhado amassado, creme cheese light e tomilho);
- ▶ Carne seca (misture carne desfiada, azeite, tomate picado sem semente e alecrim);

Freepik



ELÉTRICO E À PROVA DE DISTRACÇÕES

A marca britânica de carros esportivos Lotus trará em seu próximo lançamento, derivado do conceito Theory 1, sistemas inteligentes de tecnologia digital que não tiram a atenção do motorista em prol da segurança

▶ FÁBIO DOYLE

A Lotus revelou a sua visão do futuro de um carro esportivo “divertido e envolvente” na era digital com o Theory 1. O conceito de três lugares utiliza tecnologia digital inteligente para dar assistência ao motorista sem o distrair, uma reclamação comum em relação

a vários sistemas de assistência e conectividade nos carros da atualidade.

O banco do motorista fica na posição central, ladeado pelos dois assentos para os passageiros, como no já conhecido supercarro McLaren F1 de 1996. As inovadoras portas do Theory 1 se abrem no sentido inverso, de forma a permitir fácil acesso, mesmo em es-



O banco do motorista fica na posição central, ladeado pelos dois assentos para os passageiros: como no já conhecido supercarro McLaren F1 de 1996



Veículo futurista e de mercado limitado: versão comercial será revelada em 2025

paços apertados. O carro é longo, com 4.490 mm de comprimento, e deverá ter uma bateria relativamente pequena, de 70 quilowatt-hora (kWh), de forma a reduzir o peso a menos de 1.600 kg, sem prejuízo da autonomia, que é de 402 quilômetros. O Theory 1 tem potência de 1.000 cv e pode acelerar de 0 a 100 km/h em 2,5 segundos, atingindo velocidade máxima de 320 km/h.

O superesportivo que a Lotus tem hoje é o Evija, com quase 2.000 cv de potência e o plano agora é começar a entregar um segundo carro esportivo, 100% elétrico com o codinome Type 135, em 2027. O Type 135 deverá ser vendido, no mercado europeu, pelo preço médio de US\$ 95 mil (equivalente a cerca de R\$ 551 mil), informou a Lotus. A ideia é que esse carro venha a substituir o esportivo Emira, com motor a combustão. ▶

A versão comercial será revelada em 2025, o que significa que o Theory 1 poderá ter elementos de design e engenharia inspirado no Type 135. A assistência focada no motorista no Theory 1 inclui cápsulas infláveis no assento e no volante que oferecem avisos sutis por meio de feedback tátil personalizado, por exemplo, inflando sob a mão direita para sinalizar uma curva à direita. A iluminação inteligente dentro da cabine como, por exemplo, reflexos no para-brisa, tem o propósito ainda de comunicar informações ao motorista com o mínimo de distração. Gráficos 3D imersivos também são usados de maneira a serem facilmente compreendidos pela visão periférica do motorista, exigindo menos movimentos da cabeça em favor da segurança. O carro oferece “a melhor experiência de direção imersiva possível”, disse Ben Payne, chefe de design da Lotus.

A construção do carro foi simplificada com técnicas que a Lotus disse terem sido inspiradas pela história da Fórmula 1 da empresa. Um exemplo é conjunto do motor elétrico e da bateria, que funcionam juntos para absorver forças diretamente da suspensão, que a Lotus informa não precisar de um subchassi, reduzindo a complexidade e o peso. A Lotus disse



que esse método espelha o usado pelo Lotus 49 F1 de 1967, no qual o motor V-8 era um elemento estrutural do chassi. A asa traseira (spoiler), por seu lado, foi montada diretamente no conjunto do motor e da suspensão para garantir que a força descendente (downforce) atue diretamente nos suportes da suspensão, reduzindo a elevação frontal.

O Theory 1 tem aerodinâmica passiva e

ativa para aumentar a força descendente e torná-la mais eficiente. O cone do nariz do veículo tem um difusor, bem como defletores de ar redutores de arrasto, juntamente com uma cortina de ar que otimiza o fluxo do ar sobre a carroceria do carro. As asas laterais suavizam o fluxo de ar em direção à traseira do carro.

O Theory 1 tem o conjunto de sensores de veículo autônomo de 360 graus da Lotus alimentado pela plataforma de processamento Nvidia Drive. Um veículo futurista, de mercado muito limitado, que para nós brasileiros deve permanecer na “teoria” e ser admirado à distância. Mas é sempre bom saber. ■

As inovadoras portas do Theory 1 se abrem no sentido inverso para permitir fácil acesso, mesmo em espaços apertados





MATRÍCULA WIZKiDS

**GARANTA O FUTURO DO SEU FILHO COM
OS MELHORES BENEFÍCIOS!**



Benefícios e
descontos
exclusivos com o
**CLUBE DE
BENEFÍCIOS**

Seu filho
fluyente

Exclusivo para leitores
ENCONTRO:

Matricule-se e
começe a pagar
em Fevereiro.



3261-2110

98327-2089



Agende já sua aula demonstrativa



GABRIEL GUIMARÃES E EDUARDO COUTO

ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DE MINAS GERAIS E O FORTALECIMENTO DAS POLÍTICAS PÚBLICAS PARA O SETOR MINERAL

A Assembleia Legislativa de Minas Gerais (ALMG), sob a liderança do presidente Tadeu Leite, tem se consolidado como um espaço de diálogo e construção de políticas públicas para o setor mineral. A Comissão de Minas e Energia, presidida pelo deputado Gil Pereira, lidera debates sobre a exploração sustentável e a gestão de recursos minerais, enquanto a Comissão de Meio Ambiente, sob a presidência do deputado Tito Torres, atua na preservação ambiental e recuperação de ecossistemas. O ambiente favorável ao diálogo entre as instituições, como o Judiciário, Ministério Público, Parlamento e Poder Executivo, conta com a coordenação estratégica do Líder do Governo, o experiente deputado João Magalhães, além da importante presença do deputado Gustavo Valadares, na direção da Secretário de Governo do Estado. Como exemplo dos resultados da atuação do Parlamento mineiro, merecem destaque: a apro-



vação da Lei Mar de Lama Nunca Mais (Lei 23.291, de 2019); e a importante presença da ALMG na construção do Acordo de Repactuação, homologado pelo STF em 2024, que garantirá a destinação de 170 bilhões de reais à pessoas, comunidades atingidas e recuperação do meio ambiente. Com

essas iniciativas, a ALMG reafirma seu compromisso com o progresso econômico aliado à proteção ambiental, consolidando Minas Gerais como referência em políticas públicas voltadas ao setor mineral. É fundamental que esses espaços estratégicos continuem bem dirigidos.



GUSTAVO CHALFUN É ELEITO PRESIDENTE DA OAB-MG PARA O TRIÊNIO 2025-2027

O advogado Gustavo Chalfun foi eleito presidente da Ordem dos Advogados do Brasil - Seção Minas Gerais (OAB-MG) em uma vitória histórica, marcada pelo fortalecimento da representatividade da advocacia do interior do Estado. Chalfun sucede Sérgio Leonardo, e o resultado eleitoral também representa a aprovação da atual gestão, sobretudo pela qualidade dos demais postulantes, Raimundo Cândido Neto e Adriano Cardoso. A OAB-MG também emprestará nomes de peso ao Conselho Federal, com importante destaque para a professora Misabel Derzi, referência no Direito Tributário; Sérgio Leonardo; e Virginia Alfonso. Essa representatividade reforça a força da seccional mineira no cenário jurídico nacional. A questão mineral, de grande relevância para Minas Gerais, também seguirá como um dos pilares de atuação da OAB-MG e da advocacia mineira. E a direção e respectiva composição da Comissão de Direito Minerário da OAB traz grande relevância para o fortalecimento desse debate e ações, em sintonia com o Conselho Federal.



BYD E VALE FIRMAM PARCERIA PARA ELETRIFICAÇÃO DE FROTA

A BYD, gigante global na produção de veículos elétricos, e a Vale, referência no setor mineral, firmaram uma parceria estratégica para promover a eletrificação da frota da mineradora. O acordo faz parte do compromisso da Vale com a sustentabilidade e a descarbonização de suas operações, alinhando-se às metas globais de redução de emissões de gases de efeito estufa. Um dos grandes articuladores dessa iniciativa foi Marco Braga, diretor global de Suprimentos e Logística Inbound da mineradora, cuja atuação foi determinante para consolidar a parceria e garantir que a Vale avance em seus objetivos de inovação e sustentabilidade. A eletrificação da frota inclui desde veículos de pequeno porte até maquinário de grande escala, representando uma transformação significativa no setor mineral e reafirmando o protagonismo da Vale em práticas ambientais responsáveis. Com essa parceria, a Vale e a BYD dão um passo importante rumo a um futuro mais sustentável, evidenciando o papel da inovação tecnológica na construção de uma economia de baixo carbono. Na foto ao lado, o presidente da BYD Brasil, Tyler Li, e a coordenadora de suprimentos da Vale, Mariana Cançado, durante entrega do primeiro veículo da parceria.

AVANÇA NO COMPOR ACORDO PELA VIA DO MINÉRIO QUE REDUZIRÁ ACIDENTES EM RODOVIAS

O Procedimento de Autocomposição nº 163/2023, celebrado no âmbito do Compór, sob a coordenação do Ministério Público de Minas Gerais, e instaurado por iniciativa de municípios mineradores — com destaque para os prefeitos Orlando, de Itabirito, e João Marcelo, de Nova Lima —, representa um marco na busca por soluções para reduzir acidentes nas rodovias BR-040 e BR-356 decorrentes do transporte de minério. Esse acordo, fruto de mediação colaborativa, demonstra o compromisso do setor com a segurança viária e a mitigação de impactos socioambientais. Na segunda reunião de mediação, realizada em 28 de novembro, os participantes discutiram os avanços em estudos, diagnósticos e propostas de soluções. Dentre outras companhias, a Vale, Cedro Mineração, Minar - Mineração Aredes, CSN, Anglo American, Mineração Serra da Moeda e Herculano Mineração tiveram papel essencial no processo, comprometendo-se com medidas concretas de segurança e redução de riscos nas rodovias. Os quatro pilares fundamentais discutidos pelo Grupo Executivo foram destacados como diretrizes para as ações futuras:



1. Ações voltadas para o aumento da segurança viária, priorizando a redução de acidentes nas rotas mais impactadas.
2. Saúde e bem-estar dos motoristas, com foco especial nos condutores de veículos de minério que utilizam a BR-040 e BR-356.
3. Melhoria das condições de circulação e capacidade do sistema viário, incluindo intervenções específicas como a "Melhoria do NS" para atender ao aumento do tráfego.
4. Otimização do sistema ferroviário, promovendo alternativas ao

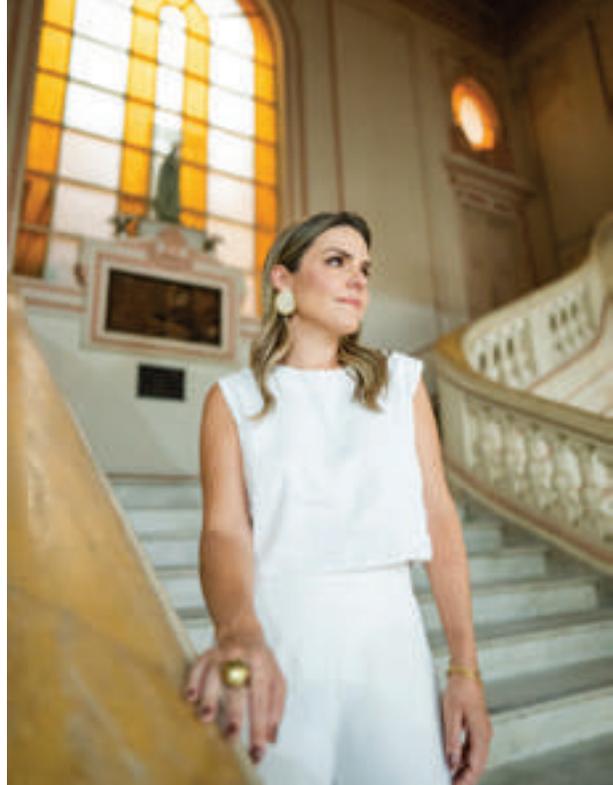
transporte rodoviário e reduzindo a pressão sobre as estradas.

A atuação no Compór reforça a relevância dos métodos alternativos de resolução de conflitos para alcançar soluções ágeis e sustentáveis. Essa iniciativa reafirma a liderança do setor mineral não apenas no desenvolvimento econômico, mas também na construção de práticas responsáveis que beneficiam toda a sociedade, priorizando a segurança viária e a sustentabilidade em Minas Gerais.

PROJETOS

EXCELÊNCIA EM ARQUITETURA E DESIGN DE INTERIORES

Manuela Senna pensa que é preciso estar lado a lado com o cliente durante todo o processo de desenvolvimento do projeto até sua conclusão



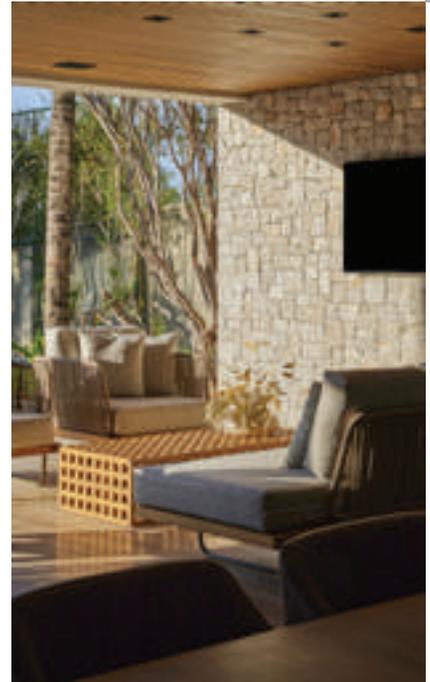
A arquiteta Manuela Senna está junto de seus clientes durante o todo o processo: "Como me interessa ver o projeto pronto, executado, não apenas vendê-lo, ter essa rotina de acompanhamento é essencial"



O NASCIMENTO DE UM PROJETO - A arquiteta Manuela Senna foi contratada pela família para assinar o interior desta casa ainda durante sua construção. Isso permitiu que algumas interferências fossem executadas já ao longo da obra evitando, assim, retrabalhos



FUNCIONALIDADE - A proposta era criar uma decoração atemporal e elegante para servir de palco para os momentos do dia a dia e também para os de confraternização com amigos



ACONCHEGO - A palavra de ordem deste projeto foi aconchego. O abundante uso de madeira e a escolha por materiais naturais e seu mix de texturas trouxe conexão com a natureza e uma sensação de pertencimento dos moradores. Mobiliário, tapetes, quadros e adornos foram escolhidos a dedo junto aos clientes



COR DO ANO - A paleta escolhida de tons terrosos indo do bege ao marrom, além de linda e atemporal, vai ao encontro da tendência para 2025: a cor recém-eleita pela Pantone Color Institute, a Mocha Mousse, uma espécie de marrom. "Uma tonalidade marrom quente e rica, a PANTONE 17-1230 Mocha Mousse nutre com sua sugestão da deliciosa qualidade do cacau, chocolate e café, nutrindo nosso desejo de conforto" descreveu a empresa

Com 21 anos de escritório próprio, a arquiteta e designer de interiores Manuela Senna, que já participou de diversas mostras de decoração como a Casa Cor e o Modernos Eternos, é enfática ao dizer que o que lhe interessa não é apenas vender projetos, mas executá-los. Para isso, claro, é

necessário um longo período de acompanhamento e apoio aos clientes, inclusive nos percalços que atravessam a realização de uma obra.

"Meu escritório foi fundado em 2003. Desde sempre, buscamos fazer um atendimento personalizado para cada cliente, para cada família. Assim conse-

guimos alcançar as expectativas deles. E não só em relação a suas demandas e rotinas, mas também ao trazer um olhar apurado para soluções de arquitetura e fazer projetos diferenciados", orgulha-se ela, que é graduada em arquitetura e pós-graduada em design de interiores.

A boa formação, aliás, é um atributo essencial para ser parte do time de Manuela Senna. Outro diferencial importante é a atenção dedicada aos cadernos de detalhamentos, além, claro, do acompanhamento metuculoso e permanente. "São processos longos e de muito envolvimento", resume.

"Como me interessa ver o projeto pronto, executado, não apenas vendê-lo, ter essa rotina de acompanhamento é essencial", avalia, explicando que está junto de seus clientes durante o todo o processo, dos desenhos iniciais, passando pela obra e suas eventuais intercorrências até a montagem final de adornos, quadros, escolha de tapetes ou até mesmo da flor da mesa de centro, como ela costuma brincar.

MANUELA SENNA - ARQUITETURA E DESIGN

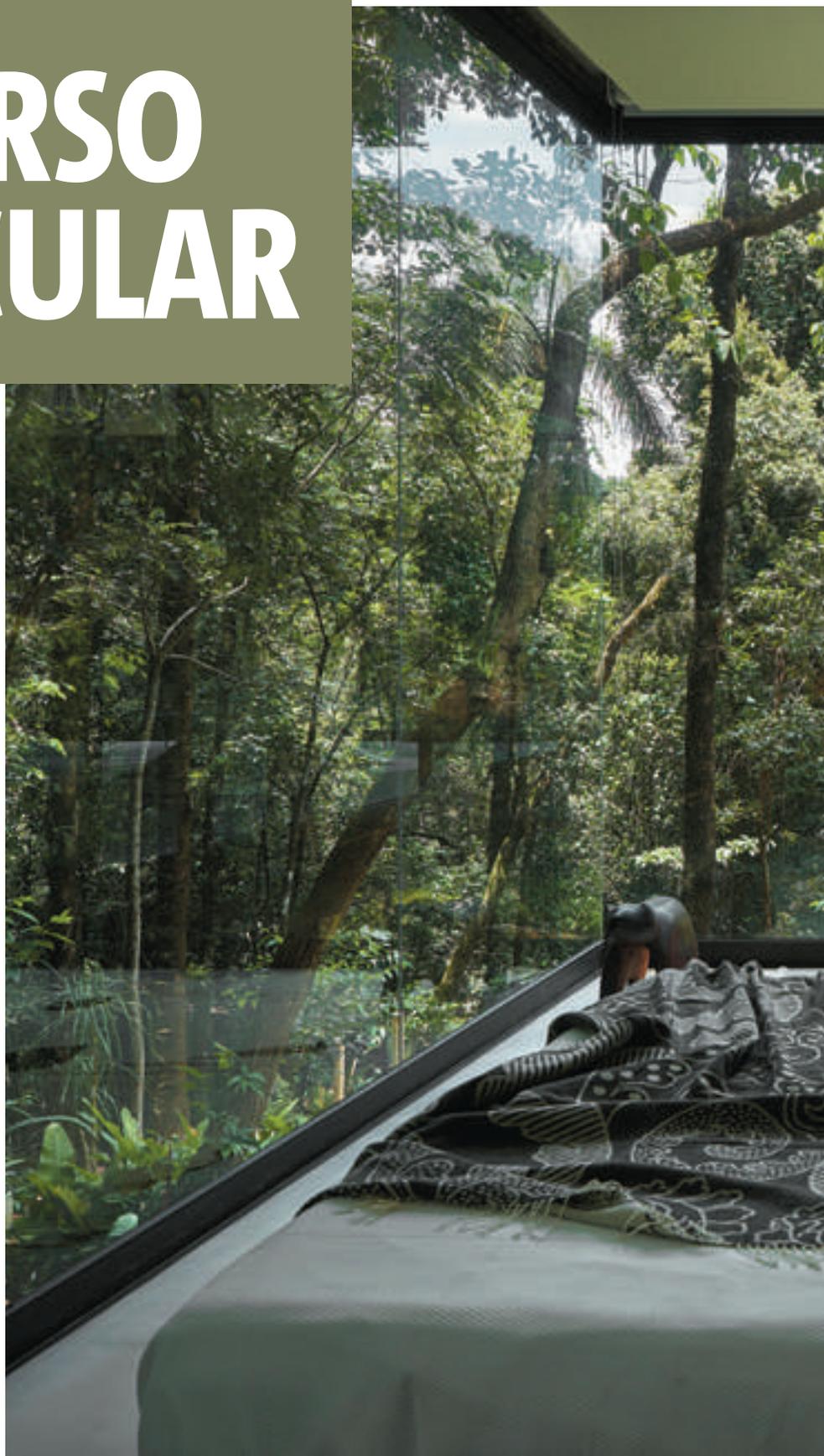
Rua Matias Cardoso, 271 sala 801, no bairro Santo Agostinho

UNIVERSO PARTICULAR

De acordo com o bureau de tendências WGSN, ficaremos, trabalharemos e descansaremos cada vez mais em casa e projetos devem prever bem-estar neste sentido

▀ ANA HELENA MIRANDA

A casa é mais do que um espaço físico. É onde encontramos conforto, segurança, consolo e um senso de pertencimento. Lugar em que estamos livres para ser o que quisermos ser. Não à toa, ela vem ganhando cada vez mais importância. A mudança veio com a COVID-19, momento em que ela se tornou o centro de nossas vidas, em que trabalho, lazer e descanso foram obrigados a conviver no mesmo espaço. Essa tendência continua, como afirma Carla Buzasi, CEO do bureau de tendências WGSN no report "Lar e Lifestyles 2025". "A alta do custo de vida, a recessão e a crise climática farão com que façamos cada vez mais coisas em casa - e também que esperemos mais dela". A seguir, selecionamos tendências previstas para 2025 que já estão sendo aplicadas por arquitetos e designers de interiores mineiros.





Projeto Glass House,
da arquiteta Ângela
Roldão, em Brumadinho:
revestido de vidro,
convida o verde
a entrar e faz com
que o quarto se torne
ainda mais acolhedor

SALA DE BANHO VOLTADA PARA O AUTOCUIDADO

Quando se fala em autocuidado na casa, o banheiro lidera a preferência dos moradores. Segundo a consultoria Grand View Research, o mercado global de produtos de luxo para o banho vai movimentar US\$28,65 bilhões em 2030. Prepare-se para ver o cômodo ganhar outros status dentro de casa. Nesta suíte projetada por **Andrea Buratto**, uma película aplicada no vidro faz com que o banheiro ganhe privacidade quando se acende a luz. “Trazemos uma banheira dupla, pois a moradora adora o conceito de SPA. E integramos ao quarto para que ela pudesse assistir TV quando quisesse”, explica Andrea. Há também um espaço para cromoterapia e para acender velas, tudo acompanhado de um som ambiente. “É um espaço pensado realmente para o autocuidado do casal”, finaliza.





Fotos: Gustavo Xavier/Divulgação

CASA QUE CURA

A casa se transformou em um santuário de autocuidado devido à pandemia. Neste sentido, as pessoas procuram cada vez mais casas e apartamentos com varandas e áreas externas repletos de verde, não só com o objetivo de descansar, mas de se sentirem mais seguras. “Isso vai continuar em meio às incertezas econômicas dos próximos anos, à medida que o consumidor vai em busca de momentos acessíveis de prazer e tranquilidade em casa”, afirma o relatório do bureau de tendências WGSN. Essa casa de **Laís Albergaria** ilustra bem a busca por essas experiências. “Usamos materiais bem naturais, como a pedra, o mármore, a madeira clara, tudo pontuado com muito verde. O espelho d’água na entrada faz uma transição suave entre o interior e exterior da casa e a iluminação indireta favorece o acolhimento”, explica.



ESPAÇOS MULTIFUNCIONAIS

Até 2009, a maioria da população mundial vivia na zona rural. Atualmente, cerca de 55% da população mundial vive em cidades e grandes centros urbanos, segundo relatório da Ikea. Essa demanda fez com que os apartamentos tenham seu tamanho reduzido, o que é um desafio para arquitetos e designers de interiores ao criar um projeto. Neste apartamento de 60 m² com três quartos, a arquiteta **Fabiola Constantino** apostou na marcenaria para garantir a sensação de amplitude. “Tudo passa por uma boa proporção. Quando a gente consegue alcançar uma boa proporção através da marcenaria e do mobiliário, você nem percebe que os espaços são tão pequenos assim”, explica.





Fotos: Ruy Teixeira/Divulgação

MÓVEIS VINTAGE

O chamado capitalismo regenerativo entra em cena em 2025. Segundo o relatório do WGSN, "à medida que o clima se torna cada vez mais imprevisível - trazendo dificuldades no acesso à comida, água e combustível - viver com intenção será importante para que possamos sobreviver, crescer e recuperar o controle da situação, convictos de que pequenas ações podem fazer a diferença". No quesito móveis, a escolha por peças vintage demonstra o compromisso claro com as pessoas e com o planeta. A arquiteta **Joana Hardy** utiliza o mobiliário vintage na maioria de seus projetos. Além da questão da memória e da história presentes em cada peça, Joana ressalta as suas matérias-primas e o seu processo de produção. "Ele é um mobiliário único, de uma época em que o designer acompanhava a sua produção. Além disso, é feito por uma madeira de lei, que atualmente não conseguimos encontrar mais", finaliza.



UM QUARTO PENSADO PARA DORMIR BEM

O paradoxo entre descanso e produtividade vem ocupando cada vez mais espaço em nossa rotina. Ao mesmo tempo em que exigimos uma grande performance dos outros e de nós mesmos, precisamos também de momentos de descanso. Isso tudo dentro de nossa casa, que se tornou lugar de relaxar, se divertir e trabalhar. Problemas com o sono tem sido uma consequência dessa rotina atribulada. Segundo pesquisa da Philips Global Sleep, 60% das pessoas se interessam por novas informações ou estratégias que as ajudem a dormir melhor. Daí, é natural que os quartos ganhem outro olhar por parte dos moradores. Nesta suíte de **Manuela Senna**, uma marcenaria suave e delicada - que tem a madeira como principal matéria-prima - garante os momentos de acolhimento. Outro ponto importante são as chaises ao pé da cama, ótimas para ver TV ou simplesmente ler um livro.

Fotos: Jomar Bragança/Divulgação





Fotos: Jomar Bragança/Divulgação

ORGANIZAÇÃO ACIMA DE TUDO

Que atire a primeira pedra quem não se pegou visualizando vídeos no Instagram e Tik Tok sobre acessórios e novas formas de arrumar os armários de casa. Segundo relatório “Life at Home”, da Ikea, a busca pelo conforto e pelo cumprimento das tarefas diárias de arrumação da casa será uma das prioridades em 2025. Por isso, armários planejados, projetados de acordo com sua necessidade, com divisórias e acessórios pensados de acordo com seu acervo, estarão em alta em 2025. “Planejar bem um closet deixa a sua vida mais prática, além de um visual agradável ao olhar. Garante que você tenha uma organização que facilite as suas escolhas diárias”, explica a arquiteta **Angélica Araújo**.





Fotos: Jomar Bragança/Divulgação



CASA BIOFÍLICA

“O ato de descansar está se transformando em algo que deve ser buscado e mensurado, e esse será um foco-chave da casa em 2025”, afirma o relatório de tendências “Lar e lifestyle 2025”, do WGSN. Nesta temática, a natureza continua em foco, e a casa biofílica - que busca conectar os espaços com a natureza, promovendo bem-estar e conforto para seus ocupantes - surge como uma opção contundente. Um exemplo disso é a Glass House de **Ângela Roldão**, localizada em Brumadinho. Revestida de vidro, ela convida o verde a entrar e faz com que o quarto se torne ainda mais acolhedor. ■

MERCADO DE LUXO

ARQUITETURA EMPÁTICA E TECNOLÓGICA

Estúdio Andrea Buratto investe na aquisição de ferramentas avançadas e na escuta ativa para que projetos reflitam o estilo de cada cliente

Há mais de 30 anos aplicando sua expertise ao mercado de luxo, Andrea Buratto, profissional à frente do estúdio que leva seu nome, se norteia pelos princípios da “arquitetura empática”, com vistas a assegurar, ao cliente, a realização de sonhos, com projetos que atendam às necessidades funcionais, mas, ao mesmo tempo, que reflitam a personalidade e o estilo de vida de cada pessoa. Ao longo de sua trajetória, a profissional já assinou mais de 200 projetos (nacionais e internacionais), arrebatando premiações de vulto e figurando em mais de 50 publicações de renomadas revistas de arquitetura e design.

No entanto, todo este lastro não impede que a arquiteta e urbanista esteja sempre em movimento, no sentido de se atualizar quanto a novidades tanto tecnológicas quanto de tendências de mercado. Para citar um exemplo, uma das mais recentes aquisições do Estúdio Andrea Buratto é um laser scanner 3D, que, ressalta ela, permite uma maior assertividade ao dia a dia, à medida que propicia, ao cliente, uma visualização mais efetiva do projeto e, desse modo, uma compreensão das etapas, bem como das expectativas do resultado.

A integração com a plataforma BIM (Building Information Modeling), por sua vez, lembra Andrea, permite a integração da arquitetura com a engenharia, de modo a garantir a percepção de todas as interfaces entre todas as instâncias da obra (elétrica, hidráulica, tubulações etc), de modo a mitigar erros.

Mais que a aquisição de instrumentos de tecnologia de ponta, o Estúdio Andrea Buratto também investe na formação humana. Para citar um exemplo, neste momento, a própria arquiteta e urbanista está inserida em um MBA de arquitetura de luxo, em São Paulo. Do mesmo modo, cursou um outro direcionado à Inteligência Artificial. Não bastasse, esteve recentemente em Milão, onde participou de um curso visando o entendimento dos meandros do mercado de luxo no momento atual.

De acordo com Andrea, o segmento tem registrado um



Andrea Buratto, arquiteta e urbanista: “Respeito tanto o cliente que quero que o resultado final tenha a cara dele”

Fotos: Danel Mansur/divulgação



Espaço projetado pelo Estúdio de Arquitetura Andrea Buratto: Utilização de inovações propiciam clareza, assertividade e, em um espectro mais amplo, economia

boom desde o pós-pandemia, à medida que as pessoas perceberam a importância do aqui e agora, e, portanto, passaram a priorizar a qualidade de vida aplicada à moradia, ao lar. Não por outro motivo, a demanda atual não se limita à casa em si, mas também a construções como haras, campos de golfe, heliponto, vinícola e interior de barcos.

Evidentemente, todas essas medidas não seriam suficientes para garantir a satisfação do cliente se o projeto não refletir sua identidade. Para atingir este objetivo, Andrea Buratto costuma, inclusive, estudar psicologicamente a pessoa. “Afinal, trabalho com sonhos. E, para surpreender o cliente, preciso, de início, entendê-lo. Escuto muito a pessoa e procuro ser muito fiel a tudo o que ela fala”. Tão importante quanto, ressalta ela, é a participação efetiva deste cliente no acompanhamento de cada etapa. “Respeito tanto o cliente que quero que o resultado final tenha a cara dele. Então, a personalização é muito importante. Costumo dizer que é quase como um vestido de noiva, feito sob medida. Ou seja, trabalho caso a caso para garantir o diferencial que faça a pessoa sentir que é exclusiva”, finaliza.

ESTÚDIO ANDREA BURATTO ARQUITETURA

R. Palmares, 17 - Santa Lúcia, Belo Horizonte
Tel: (31) 3643-2544 [@andreaburattoarquitetura](https://www.instagram.com/andreaburattoarquitetura)

DESIGN

HÁ QUATRO DÉCADAS PROJETANDO COM ALMA



Casas cheias de vida e arquitetura com sentimento sempre foi o objetivo do escritório Laís Albergaria – Arquitetura e Design de Interiores



A empresária e designer Laís Albergaria: "Muitos (clientes) se tornaram amigos do coração e hoje já estamos projetando para seus filhos"

Fotos: Gustavo Xavier/Divulgação

Laís Albergaria lidera, há 40 anos, escritório que se especializou em projetos que combinam arquitetura e design de interiores

Da terraplanagem às flores. Tudo em um pacote só, projetando casas para serem vividas. É esta, de uma forma poética, a proposta do escritório Laís Albergaria – Arquitetura e Design de Interiores, com quase 40 anos de atuação em Belo Horizonte. A profissional costuma dizer que entrega para seus clientes não apenas um projeto, mas a casa pronta e cheia de vida. Aliás, casas cheias de vida e arquitetura com sentimento sempre foi o objetivo do seu escritório, como ela costuma frisar nessas conversas sobre suas quatro décadas de dedicação ao ofício.

"O escritório foi fundado em 1986, juntamente com Sara Braga, minha grande amiga", recorda Laís Albergaria, que iniciou, no ano 2000, seu voo solo à frente da empresa. "Nessa fase, eu indicava os projetos arquitetônicos para amigos e desenvolvíamos o trabalho a quatro mãos, eles assinando a arquitetura e eu o interior", situa, acrescentando que, a partir de 2010, seu escritório ampliou o leque de serviços: "Começamos, com minha equipe, a desenvolver também os projetos arquitetônicos residenciais".

A empresária e designer também se orgulha de ter, com seus clientes, uma relação íntima e tão duradoura que atravessa gerações. "Muitos se tornaram amigos do coração e hoje já estamos projetando para seus filhos, sempre com o mesmo objetivo: abençoar famílias, através do dom que Deus me proporcionou", diz, agradecida.

Um dos grandes diferenciais do trabalho de Laís Albergaria é a sólida experiência acumulada por seu escritório ao longo de 40 anos. Outro é a originalidade de seus projetos, pautados, justamente, por essa raiz do projeto feito em nanquim.

"Quando comecei, os projetos eram todos desenvolvidos à mão. Passávamos horas e horas na prancheta, criando, desenhando e deleitando da experiência de ver ideias ganhando forma. E os resultados sempre surpreendiam e eram aprovados com louvor", lembra. "Creio que, como venho de uma época onde o mundo era grande e a comunicação, restrita, sem que a tecnologia fizesse parte de nossas vidas, nossas inspirações vinham de viagens, livros, revistas e filmes, o que nos permitiu armazenar, dentro de nós mesmos, essa capacidade criativa que confere mais originalidade aos nossos projetos", defende, resumindo todo esse contexto em uma só frase: "Quer ser original, volte para o seu quintal".

A caminho de completar 40 anos de profissão, Laís segue com a mesma alegria e paixão do início dessa trajetória. "Sinto gratidão a Deus pelas realizações profissionais, grandes amizades e parcerias que surgiram ao longo dessa história, possibilitando que eu alcançasse, todos os dias, o meu objetivo principal: realizar sonhos com amor, dedicação e profissionalismo", conclui.



O QUE VEM POR AÍ

PROJETO QUE BH ABRAÇOU COMPLETA 50 EDIÇÕES

MARÍLIA MENDONÇA

Tudo nasceu de uma paixão, uma ideia e uma Kombi. Hoje, chegando à 50ª edição, a Campanha de Popularização do Teatro e da Dança segue como lá atrás, no início da década de 1970: com o mesmo amor pelo palco e objetivo de levar a arte cênica ao maior número de pessoas. “Celebrar esses 50 anos é mais do que comemorar uma trajetória; é reafirmar o compromisso com a democratização da cultura em Belo Horizonte”, afirma Rômulo Duque, presidente do Sindicato dos Produtores de Artes Cênicas de MG (Sinparc), organizador do evento.

Em 2025, a maior maratona teatral mineira acontece entre 3 de janeiro e 16 de fevereiro, com números relevantes: cerca de 180 espetáculos em mais de 30 teatros e salas de apresentação. Além de lotar os teatros, o evento movimentará a economia, gerando mais de 2.000 empregos diretos e indiretos, sendo a época em que artistas e produtores mais trabalham na capital.

“Hoje, meio século depois, continuamos fiéis a esse propósito, ampliando horizontes e conectando pessoas por meio das artes cênicas. É uma alegria e um orgulho imensos ver a Campanha consolidada como um dos maiores movimentos culturais do país, marcando gerações e contribuindo para o fortalecimento do cenário cultural de BH”, completa Duque.

O evento foi inspirado em uma iniciativa de produtores e artistas do Rio de Janeiro, que promoviam a exibição de produções teatrais com valores dos ingressos reduzidos, disponibilizados em pontos móveis de venda — inicialmente, uma Kombi, que percorria praças e locais estratégicos. A ideia foi tão bem-sucedida que rapidamente se espalhou por várias cidades do Brasil. Em Belo Horizonte, a Campanha chegou em 1973. Na época, duas Kombis circulavam pela cidade vendendo ingressos.

Após décadas, o evento está integrado ao calendário cultural da capital e é aguardado todos os anos pelo belo-horizontino. “A Campanha se conecta profundamente com Belo Horizonte. São 50 anos de história, e isso não se constrói da noite para o dia. A população já incorporou o evento em seu calendário e aguarda ansiosamente por ele todos os anos, em janeiro e fevereiro. Além de ser uma tradição local, movimentando o turismo da cidade, atraindo pessoas do interior de Minas que



Um clássico: *Peça Acredite, Um Espírito Baixou em Mim* já era um sucesso, mas, ao entrar na Campanha, se tornou um fenômeno

Pedro Vale/Divulgação

vêm prestigiar os espetáculos e conhecer BH”, afirma o ator Dilson Mayron, coordenador do evento.

Campanha de Popularização do Teatro e da Dança
Em mais de 30 espaços culturais da cidade. De 3/1 a 16/2.
R\$ 25 (preço promocional nos postos do Sinparc, site e app). Confira a programação completa em @sinparcmg e vaaoteatromg.com.br.

Janeiro no CCBB: programação teatral intensa

■ VELOCIDADE - DE 2/1A 3/2

O calendário de 2025 do Centro Cultural Banco do Brasil Belo Horizonte (CCBB-BH) já começa no início de janeiro, com a estreia nacional de teatral *Velocidade*, o 10º espetáculo do grupo mineiro Quatroloscinco – Teatro do Comum. Com direção de Ricardo Alves Jr. e Ítalo Laureano, a peça celebra os 18 anos de trajetória do coletivo.



Igor Cerqueira/divulgação

■ OBATALÁ: UMA CONEXÃO SALVADOR-ÁFRICA-BRASIL - 4/1

O show do Grupo Ofá de Salvador traz cânticos em português e iorubá dedicados aos orixás, acompanhados por arranjos que dialogam com a música popular brasileira, incluindo composições de Gilberto Gil e Caetano Veloso. Participação gratuita, mediante retirada de ingressos.



Casa Fiat/Divulgação

BRACHER CELEBRA BH

A Casa Fiat de Cultura abriga, até 9 de fevereiro, uma exposição que reúne mais de 60 obras do artista Carlos Bracher, um dos artistas plásticos mais prestigiados e premiados do país. Entre os trabalhos exibidos estão pinturas em óleo sobre tela, aquarelas e desenhos a carvão, incluindo o primeiro quadro feito na capital mineira, retratando o Parque Municipal, até obras criadas exclusivamente para a mostra.

Casa Fiat de Cultura | Praça da Liberdade, 10 – Funcionários. Até 9/2. Visitação presencial: terça-feira a sexta-feira das 10h às 21h; sábados, domingos e feriados, das 10h às 18h (exceto segundas-feiras). Tour virtual no site: www.casafiatdecultura.com.br. Gratuito

Marcos Hermes/Divulgação



• **NOITE DE SUCESSOS** - Fábio Júnior volta a Belo Horizonte em nova turnê em comemoração aos seus 70 anos. O show *Bem Mais Que os Meus 20 e Poucos Anos* fará uma espécie de viagem no tempo ao revisitar a carreira multifacetada do artista. **BeFly Hall (av. Nossa Sra. do Carmo, 230, Belo Horizonte). Dia 24/1, às 21h. A partir de R\$110 (meia-entrada, arquibancada), na bilheteria da casa ou pelo site sympla.com.br.**

É CARNAVAL! - Já em clima de Carnaval, o cantor Saulo Fernandes aterrissa em Nova Lima com seu projeto especial "Saulo, Som e Sol". Com a banda Caraivana, levará ao público grandes sucessos de sua carreira solo e à frente da Banda Eva. **Alphaville – Lagoa dos Ingleses (BR 040 – Nova Lima). Dia 25/1, às 15h. A partir de R\$ 130 (meia entrada, 2º lote), pelo site sympla.com.br.**

ENSAIO DA ANITTA - Antecipando a agenda pré-Carnaval de fevereiro: Belo Horizonte receberá, pela segunda vez, um dos eventos mais aguardados do período: "Ensaio da Anitta". Com um formato de palco de 360 graus, a apresentação terá por um line-up diversificado, com pop, funk, trap, rap, sertanejo, piseiro, brega e axé. **Esplanada do Mineirão (Avenida Antônio Abrahão Caram, 1001). Dia 1/ 2. Abertura dos portões às 14h. A partir de R\$ 150 (meia-entrada, 3º lote, Arena), no site ingresso.com**

Acervo Cia O Trem/divulgação



Centro Cultural Banco do Brasil Belo Horizonte (Praça da Liberdade, 450 - Funcionários). Mais informações em bb.com.br/cultura

MOSTRA ESPECIAL - DE 10/1 A 10/2

O Trem – Companhia de Teatro celebra 18 anos com uma mostra especial que apresenta cinco espetáculos do grupo para todas as idades: *A Fantástica Floresta*, *A menina que entra em livros*, *O que mora no escuro* (foto), *Princesa Falalinda sem papas na língua* e *Margot e a árvore da vida*.

‘Que cinema é esse?’

A provocação é o mote da 28ª edição da Mostra de Tiradentes, evento que abre o calendário de festivais da sétima arte no Brasil e homenageia, em 2025, a atriz Bruna Linzmeyer

▶ ALEX DE OLIVEIRA

“Que cinema é esse?”. A indagação é da 28ª edição da Mostra de Cinema de Tiradentes, que, em 2025, tem a proposta de impulsionar uma inovação mais profunda do fazer cinematográfico. “Que reconfigure um olhar para o mundo e para o novo, para aquilo que ainda não tem nome”, examina Raquel Hallak, diretora da Universo Produção e coordenadora-geral do evento anual, que abre o calendário de festivais dedicados à sétima arte no Brasil.

“Mapear o conjunto numeroso de filmes, práticas e ideias, conhecer e reconhecer obras diversas e diferentes entre si e que, na maior parte dos casos, não viria a público de outro modo que não fosse em um festival. Trazer ao público uma multiplicidade de títulos e de cineastas que desejam existir (e ter condições de existir) para além do evento que os revela: Que cinema é esse?”, provoca ela, em entrevista a **Encontro**, quando trouxe detalhes exclusivos da próxima edição

da mostra, que acontece entre 24 de janeiro a 1º de fevereiro de 2025.

No total, serão nove dias de uma programação, classificada por Hallak como “intensa, abrangente e gratuita, com atrações para todas as idades”, incluindo a exibição de mais de 100 filmes brasileiros em pré-estreias e mostras temáticas. O tradicional evento mineiro também recebe atividades formativas e de mercado, como seminário, rodas de conversa, oficinas e o Brasil CineMundi, que reúne ações de mercado voltadas para o cinema nacional. Há, ainda, obviamente, as premiações, que consagram títulos, artistas e realizadores. Outras atrações incluem exposições, teatro de rua, lançamento de livros, shows, performances e o Cortejo da Arte, que abre a mostra levando um desfile de grupos tradicionais para as ruas da cidade histórica localizada nos Campos das Vertentes. Mais uma vez, a mostra estende seu programa por meio de plataformas online, que recebem uma janela de filmes selecionados.

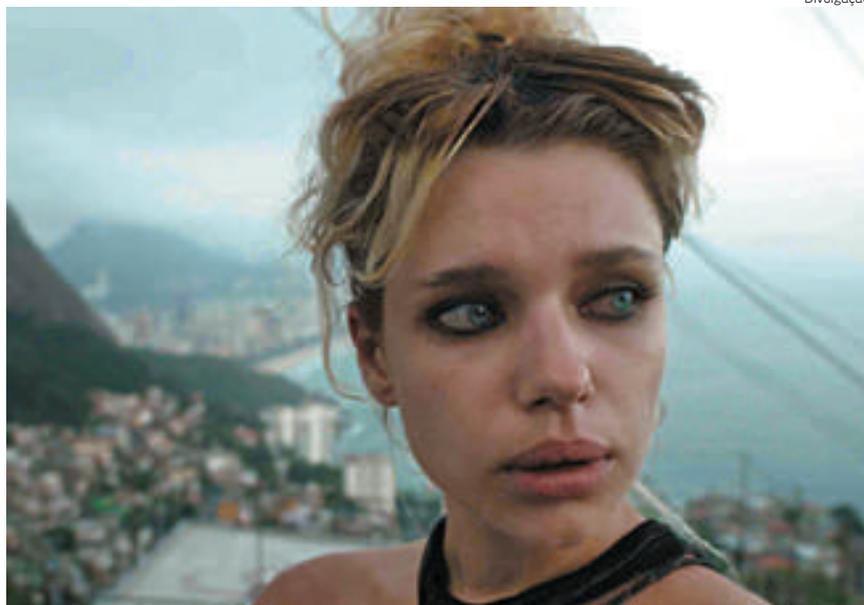
A próxima edição do festival, aliás, já definiu

Público assiste a filme na praça durante Mostra de Tiradentes, em 2024: evento movimentou a economia da cidade e reuniu, na edição passada, um público de 35 mil pessoas



“A Mostra de Tiradentes se tornou uma importante plataforma de lançamento e visibilidade para novos realizadores e para o cinema independente.”

Raquel Hallak, coordenadora-geral



Bruna Linzmeyer, acima em cena do filme *A Frente Fria que a Chuva Traz*, será a homenageada desta edição e é elogiada por Raquel Hallak: “Soma carisma rebelde, uma fotogenia rara, um talento mutante.”

a sua homenageada: a atriz Bruna Linzmeyer. “(Ela é) um dos principais nomes de uma geração de atores e atrizes que ascenderam no início da segunda década dos anos 2000, quando deixou a televisão aberta para fazer frente à diversificação dos produtos audiovisuais estrangeiros, experimentou uma renovação de temas e formas na sua teledramaturgia e o mercado de cinema vivia um aquecimento estimulado pelas políticas públicas e por uma razoável circulação internacional”, elogia Raquel.

Catarinense, Bruna Linzmeyer se mudou para São Paulo aos 16 anos para estudar teatro e trabalhar como modelo. Estreou na televisão em 2010 na série *Afinal, O Que Querem as Mulheres?*, de Luiz Fernando Carvalho, e, em seguida, engatou uma sequência de novelas. No cinema, estreou em 2013, na produção estrangeira *Rio Eu Te Amo* ao lado de Rodrigo Santoro. Desde então, realizou mais de 20 filmes. “Artista de coragem e escolhas assertivas, Bruna Linzmeyer soma carisma rebelde, uma fotogenia rara, um talento mutante, que se transforma a cada projeto, e se apresenta como uma mulher de seu tempo, pois se vincula às lutas e a um cinema do prazer, inventivo, poético e desconcertante”, avalia a coordenadora-geral do evento, acrescentando que a atriz esteve muitas vezes nas telas da Mostra de Cinema de Tiradentes, mas nessa 28ª edição marcará sua presença como homenageada e receberá o Troféu Barroco no primeiro dia de atividades.

Em relação aos títulos que serão exibidos, Raquel sinaliza que o processo de seleção está em andamento. “Mas vamos adiantar aqui a exibição de dois longas-metragens que integram a Mostra Homenagem a Bruna, que são *A Frente Fria que a Chuva Traz*, de Neville d’Almeida (2016), e a pré-estreia do filme *Baby*, de Marcelo Caetano, o público poderá conferir a atuação da nossa homenageada”, revela.

#FICAADICA

28ª Mostra de Cinema de Tiradentes

De 24 de janeiro a 1º de fevereiro de 2025

Centro histórico de Tiradentes
Gratuito

Repercussão no Festival de Veneza contribuiu para impulsionar *Ainda Estou Aqui*, de Walter Salles; longa já tem indicações ao Globo de Ouro (melhor atriz e filme estrangeiro), cuja cerimônia que acontece em 5/1; ao Critics Choice Awards (filme estrangeiro), em festa em 12/1; e há expectativas de indicação ao Oscar, cujos nomeados serão anunciados em 17/1



FESTIVAIS CONTINUAM VIVOS E RELEVANTES

Entre os fatores que levaram o longa *Ainda Estou Aqui* (2024) a se tornar um fenômeno no Brasil - ultrapassou a marca dos 2,5 milhões de espectadores - surpreendendo até mesmo seu diretor, Walter Salles, está a estreia no Festival de Veneza, onde foi aplaudido por dez minutos e premiado na categoria de Melhor Roteiro. Um reconhecimento que ressoou nacionalmente, como analisou Fernanda Torres, protagonista da trama: “A expectativa em torno do filme começou com a reação do público no Festival de Veneza. Aquilo viralizou. Depois vieram as críticas, todas muito positivas e isso acendeu a expectativa de que o longa pudesse ter um caminho parecido com *Central do Brasil* (BRA, 1998)”, disse, em entrevista ao jornal *Folha de S. Paulo* no fim de novembro.

Raquel Hallak concorda. E vai além. Para ela, o fenômeno *Ainda Estou Aqui* é um símbolo de como os festivais de cinema continuam vivos e relevantes, mesmo na era do streaming, que transformou as formas de consumir filmes ao oferecer acesso instantâneo a uma enorme variedade de conteúdos. Mesmo nesse cenário, prossegue ela, esses eventos continuam a ser vitais para a sétima arte por várias razões: “Eles são pontos de encontro para profissionais que integram o ecossistema audiovisual e público, permitindo a troca de ideias e o fortalecimento da indústria cinematográfica; são plataformas para o lançamento de filmes, mas também são catalisadores para o sucesso comercial e artístico de obras, mesmo em um

cenário dominado pelas plataformas de streaming; além disso, podem destacar filmes que talvez não recebessem a mesma atenção nos meios tradicionais, apontando tendências e inovando a cena audiovisual”, afirma.

“A estreia em um festival de cinema também pode gerar um burburinho de crítica e mídia, o que aumenta a visibilidade do filme e sua demanda em salas de cinema, antes mesmo de sua chegada ao streaming. Essa visibilidade no circuito de festivais pode, assim, impulsionar o sucesso de um filme, como demonstrado por *Ainda Estou Aqui*, que se beneficiou de sua estreia em um ambiente de prestígio”, conclui a coordenadora-geral da Mostra Tiradentes, que marca o início do ciclo anual de celebração e reflexão sobre a produção cinematográfica nacional.

“Com foco em filmes brasileiros contemporâneos, especialmente aqueles com características autorais e inovadoras, a Mostra de Tiradentes se tornou uma importante plataforma de lançamento e visibilidade para novos realizadores e para o cinema independente. É reconhecida também por promover discussão sobre tendências e ser um espaço para a troca de ideias entre cineastas, críticos, profissionais do audiovisual, acadêmicos e público”, assinala Hallak, acrescentando que o evento cumpre uma função essencial na construção de um panorama contemporâneo do cinema brasileiro, refletindo temas sociais, culturais e estéticos da atualidade. ■

24/03

20h

SEGUNDA

TURNÊ 2025

BELO HORIZONTE - MG

BEFLY MINASCENTRO

BELO HORIZONTE

CÍNTIA CHAGAS

Chique, chiquíssima.

REALIZAÇÃO REGIONAL

ESPAÇO
PR PATRICK®
RIBEIRO
VITÓRIA AIRPORT

REALIZAÇÃO



INGRESSOS

 blueticket



FIM DE ANO COM SAÚDE: O MOMENTO IDEAL PARA O CHECK-UP DO SEU PET

O fim do ano é tempo de celebração, renovação e, claro, organização. Entre tantas tarefas como preparar as festas, planejar viagens e fazer as famosas resoluções de Ano Novo, você já pensou em incluir a saúde do seu pet na lista de prioridades? Aproveitar esta época para agendar um check-up veterinário é uma excelente forma de garantir que seu peludinho siga em 2025 com muita energia e bem-estar.

POR QUE O CHECK-UP É TÃO IMPORTANTE?

Assim como nós fazemos consultas preventivas, os bichinhos também precisam de uma avaliação completa para identificar possíveis doenças que, muitas vezes, são silenciosas e só dão sinais quando já estão em estágio avançado.

Os animaizinhos não podem, como nós, contar ao médico quando algo não vai bem, o que torna a realização de exames regulares ainda mais importante. Eles permitem identificar doenças como diabetes, alterações no fígado, rins, coração, tumores e muitos outros problemas antes que se tornem graves.

Durante um check-up, além de uma análise física, o veterinário pode realizar exames complementares, como hemograma, ultrassonografias e avaliações cardíacas, além de monitorar peso, dentes e vacinas. Assim como no nosso caso, os exames variam de acordo com a idade e o estilo de vida do pet.

PREVENÇÃO AGORA, TRANQUILIDADE DEPOIS!

O check-up não é só para identificar doenças, mas, também, para evitá-las. Ele ajuda o médico a montar um plano de cuidados personalizado para seu peludinho, ajustando dieta, exercícios e vacinas conforme a idade, porte e histórico de saúde. Bichinhos idosos, por exemplo, podem precisar de exames mais específicos, como avaliação ortopédica e cardíaca, enquanto filhotes têm demandas diferentes, como vermifugação e controle de crescimento.

A Shakira, cachorrinha do diretor de filmes Paulo Emílio Fernandes, foi diagnosticada, em sua última consulta preventiva, com um sopro no coração. Agora, com o uso da medicação prescrita pela médica veterinária, ela pode controlar esse problema e ter a qualidade de vida que tanto merece. Imagina como esse problema poderia se agravar com toda agitação das festas e dos fogos de fim de ano?

E tem mais! Cuidar da saúde do seu animalzinho contribui para a segurança de toda a família. Doenças como leptospirose e leishmaniose, que podem ser transmitidas para humanos, são facilmente evitadas com o acompanhamento médico regular.



RENOVE OS CUIDADOS COM SEU PET PARA 2025

O fim do ano é uma ótima oportunidade para retribuir todo o amor e alegria que seu pet oferece. Ao garantir que ele receba os cuidados necessários agora, você proporciona a ele um início de ano mais saudável e feliz. ■



Réveillon no
PALÁCIO MODERNISTA

Dê boas-vindas a 2025 em grande estilo no Brasília Palace Hotel! Um jantar exclusivo no Oscar Restaurante, ao som de jazz, MPB e bossa nova, com uma vista deslumbrante para o Lago Paranoá e uma queima de fogos inesquecível.

Pacotes com hospedagem ou apenas jantar disponíveis. Garanta sua virada memorável!



plazabrasilia.com.br/reveillon-brasilia-palace-2025



PET

A TIRACOLO

Com a chegada das férias, muitos já se preparam para viajar e quem tem animais de estimação em casa deve começar a pensar em qual será a melhor solução para garantir o bem-estar dos seus bichinhos neste período

▀ DANIELA COSTA

“Não humanizo os bichos porque é ofensa – há de respeitar-lhe a natureza – eu é que me animalizo”. Cravada na década de 1970 na obra *Água Viva* (Ed. Rocco, 1973), a frase da sempre potente Clarice Lispector (1920-1977) nos traz à baila, hoje, um debate cada vez mais urgente no Brasil e no mundo: a humanização dos animais de estimação. Será que estaríamos indo longe demais? Mas a verdade é que, independentemente da resposta, temos, só no Brasil, aproximadamente 160,9 milhões de pets. E havemos de nos responsabilizar por isso, especialmente nesta época do ano quando, com a chegada das festas e viagens de férias, um problema se agrava: o abandono de animais.

Não, não é preciso abrir mão dos bichinhos para aproveitar alguns períodos fora. É o que alerta a campanha Dezembro Verde, movimento de conscientização lançado pelo Senado Federal contra o abandono e os maus-tratos aos animais. Em consonância com a ação nacional, a **Encontro** foi em busca de belos exemplos de carinho e responsabilidade e de dicas sobre como lidar com a questão da bicharada em caso de viagem, seja levando-os, deixando-os em

casa com pessoas de confiança ou providenciando hospedagem temporária.

Antes, fica o valioso ensinamento, dado por James Serpell, professor emérito de ética e bem-estar animal da Escola de Medicina Veterinária, da Universidade da Pensilvânia, em entrevista ao *The New York Times*: “Desfrute da companhia do seu bicho, mas lembre-se sempre: eles não são pessoas. Conheça o animal sob sua própria perspectiva em vez de forçá-los a se conformar com a sua. Isso permite que você experimente indiretamente a vida de outro ser.”

O abandono de animais é crime no país, desde 1998. Em 2020, a Lei 14.064/20 endureceu as penalidades para maus-tratos contra cães e gatos, prevendo reclusão de dois a cinco anos, multa e proibição de guarda.

NO ACONCHEGO DO LAR

Para os pets que forem ficar no conforto do lar, o requisito básico é que a pessoa que ficará responsável por seus cuidados tenha afinidade com os animais. Isso porque cuidar não é apenas dar alimento, água e fazer a higiene do local. A

interação através de carinhos, passeios e brincadeiras enriquece o ambiente e diminui o estresse e a ansiedade da bicharada, principalmente no caso dos cães. A espécie tende a sofrer mais quando fica sozinha, de acordo com a especialista em comportamento canino e médica-veterinária Joana Loureiro Tavares, membro do International Association of Canine Professionals (IACP). ▶

A advogada e professora universitária Daniela Recchioni Barroso deixa Beethoven no hotelzinho: "Já chegou a ficar 20 dias hospedado e desfrutando de muitas mordomias"



Ela lembra que, por serem descendentes de lobos, que vivem em matilha, cachorros estão acostumados a estar no que seria uma organização social. E a solidão, muitas vezes, resulta na chamada Síndrome de Ansiedade de Separação (SAS). “A força do animal está no grupo. Nós é que os temos adaptados às nossas necessidades”, diz ela. Assim sendo, para que a mudança de rotina do pet não ocorra de forma muito abrupta, é preciso que haja uma preparação prévia. “Um cachorro que tem suas necessidades físicas e mentais supridas, e que é habituado a entender que o seu dono vai sair, mas volta, tem uma qualidade de vida muito melhor”, afirma Joana.

Também é fundamental que o indivíduo que acompanhará o animal saiba administrar medicamentos, quando necessário, e esteja preparado para agir em casos de acidentes ou de imprevistos de saúde. Em se tratando de gatos, a preocupação é ainda maior. Especializada nos cuidados com a espécie, a cat sitter Karina Gomes está habituada a tomar conta dos bichanos no local onde vivem quando os tutores viajam. “Para eles, a sensação de segurança está diretamente ligada à permanência em seu território”, afirma ela.

Já a médica veterinária Flávia Giaccotti ressalta que, ao contrário do que se preconiza, os felinos são muito apegados aos seus tutores e também ao espaço onde moram. “Retirá-los do ambiente ao qual estão acostumados é motivo de muito estresse, o que pode desencadear inúmeros problemas fisiológicos”, afirma a especialista. Entre eles, a baixa da imunidade, mudanças comportamentais, como micção fora da caixinha de areia, lambedura excessiva e até a perda de apetite. “E a falta de alimentação pode levar à chamada lipidose hepática felina, doença grave que afeta o fígado desses animais”, diz.

Atleta do vôlei do Minas Tênis Clube e da seleção brasileira, a carioca Thaísa Daher, 37 anos, coleciona títulos e bichanos: Gucci e Fendi Marie, da raça ragdoll, ambos com 7 anos; a gatinha Stella, sem raça definida (SRD), 4 anos, e o caçulinha Salvatore, um maine coon de 9 meses. Bicampeã olímpica, medalha de bronze nos Jogos de Paris, em 2024, e oito vezes campeã da Superliga, entre outros títulos, Thaísa mora na capital



A apresentadora, produtora e youtuber Vivi Tomasi mora em Nova York, mas vem sempre a BH visitar os pais junto com o cãozinho Tito: “A burocracia para que ele possa viajar de avião não sai barata, mas pra mim vale super a pena”

mineira desde 2019 e revela que uma de suas válvulas de escape são os seus bichinhos, carinhosamente chamados por ela de “filhos”.

Com uma rotina de viagens intensa em alguns períodos do ano, Thaísa e o marido, Rafael “Mineiro” Rodrigues, ex-jogador de basquete, fazem questão de ter certeza de que os pets vão ficar bem em sua ausência. “Só viajo tranquila porque conto com o apoio da Karina para cuidar

deles em nossa casa”, revela.

A publicitária e empresária Laila Ribeiro, também prefere não levar a Chewbacca, SRD de 3 anos, em suas viagens. Adotada, a cadelinha já sofreu muitos maus-tratos, o que a tornou mais medrosa e desconfiada. “Opto por não tirá-la de sua rotina. Estando no ambiente em que vive e com as pessoas que já confia, ela se sente mais segura em minha ausência”, diz. A tutora não tem

A jogadora do Minas Thaísa Daher coleciona títulos e bichanos: "Só viajo tranquila porque sei que estão em boas mãos", afirma, sobre a cat sitter Karina Gomes



dúvidas de que a pet faz parte de sua família: "Ela adora participar de todos os programas e se sente muito à vontade com a gente."

Outra que também prefere deixar os seus bichinhos no aconchego do lar quando viaja é a empresária Nathália Minzon, proprietária do pet shop Pimp My Pet. Os cuidados das cadelinhas SRD Madonna, de 14 anos, e Shakira, de 13, e de Cher, spitz alemão de 3 anos, ficam a

cargo de pessoas de sua confiança. "Sempre que faço viagens curtas e para locais pet friendly, tento levá-las. Caso contrário, deixo-as quietinhas em casa, onde sei que estarão bem-cuidadas". Acostumada a lidar com pets, faz questão de enfatizar: "Se for deixar seu pet em hotelzinho, pesquise bastante e busque referências".

HOTELZINHO

A recomendação de Minzon está cor-

reta e pode evitar maus-tratos, fugas e até o óbito dos bichinhos. Mas nada de pânico. Existe um passo a passo que pode ajudar a evitar os imprevistos no caso de seu bichinho ficar hospedado em outros locais. Primeiramente, verificar se a carteira de vacinação, a vermifugação e a aplicação do antiparasitário contra pulgas e carrapatos estão em dia. Em seguida, providenciar uma plaquinha de identificação ou microchip para que ▶

CUIDADOS EM CASA

- ▶ Opte por alguém que tenha afinidade com os animais;
- ▶ Cuidar não é apenas dar alimento, água e fazer a higiene do local. A interação através de carinhos, passeios e brincadeiras enriquece o ambiente e diminui o estresse e a ansiedade dos pets;
- ▶ Confira se a pessoa que tirar ficar responsável sabe ministrar medicamentos, quando necessário, e se está preparada para agir em casos de acidentes ou de imprevistos de saúde;
- ▶ Não deixe que passeios sejam realizados sem o uso de guias e coleiras, além de microchip ou placa de identificação.

ESCOLHA DE UM HOTELZINHO

- ▶ Busque referências e pesquise sobre o local;
- ▶ Visite o espaço com antecedência e verifique as condições de higiene do lugar, assim como dos comedouros e utensílios dos pets;
- ▶ Observe se os animais demonstram alegria por estar no local;
- ▶ Confirme se os pets ficam 100% livres no espaço, sem uso de gaiolas;
- ▶ Dê preferência para locais em que os pets são monitorados 24 horas por profissionais da área;
- ▶ Escolha hoteizinhos com câmeras de segurança que possam ser acessadas pelo tutor;
- ▶ Mantenha as vacinas, vermífugos e antiparasitários do seu bicho em dia;
- ▶ Desconfie de locais que não exigem cartão de vacina atualizado;
- ▶ Não envie o seu pet para o hotel sem microchip de localização ou coleira de identificação.

seja possível localizá-lo em casos de fuga.

Com tudo isso averiguado, é hora de procurar um lugar seguro. Nesses casos, o marketing boca a boca continua sendo uma das melhores opções, pois valida a satisfação do cliente. Nunca abra mão de pesquisar e de buscar referências. E tente fazer um trabalho de ambientação do animal no local antes da viagem. "Ao conhecer o espaço com antecedência, ele se sentirá mais seguro e à vontade durante a sua estadia", diz a empresária Luisa Pires Greco, fundadora do Aufabeto, hotelzinho e centro de educação e psicologia canina. Durante a visita, aproveite para conferir a limpeza do ambiente e dos vasilhames dos bichos, e não deixe de observar se



A publicitária e empresária Laila Ribeiro prefere não levar a Chewbacca em suas viagens: "Opto por não tirá-la de sua rotina. Estando no ambiente em que vive e com as pessoas que já confia, ela se sente mais segura em minha ausência"

VIAGEM DE CARRO

- Para evitar o contágio de doenças, mantenha a vacinação, vermífugos e antiparasitários (pulgas e carrapatos) do seu pet sempre em dia;
- O animal deve ser transportado em caixa adequada, cadeirinha de cachorro ou coleira peitoral com cinto de segurança;
- O pet não deve ficar no colo do motorista, nos braços ou entre as pernas;
- É proibido transportar pets soltos no veículo;
- O animal jamais deverá ser transportado no porta-malas do carro;
- Lembre-se de preparar a mala do seu pet com itens básicos como: ração, sachês, caminha, água, medicamentos, brinquedos, itens de higiene como sacos para colher fezes e cobertinha;
- Ao longo do trajeto, o pet deve ser mantido em espaço arejado e confortável, livre de calor, frio ou vento excessivo. Garanta, também, a sua hidratação e faça pausas para que possa fazer xixi e coco;
- A utilização de microchip e placa de identificação é fundamental para a localização do pet em caso de imprevistos ou fugas.

VIAGEM DE ÔNIBUS

- Mantenha em dia a vacinação, vermífugos e antiparasitários (pulgas e carrapatos) do seu bichinho de estimação;
- O animal deve ser transportado em caixa adequada;
- O peso máximo permitido é de 10 kg, mas pode variar de acordo com a empresa de ônibus;
- Se organize com antecedência: as empresas podem limitar o número de animais por veículo;
- A recomendação é comprar a poltrona ao lado para que você e seu animalzinho possam viajar com mais tranquilidade e conforto.

VIAGEM DE AVIÃO

- O pet deve ter comprovante de vacinação atualizado, incluindo a vacina antirrábica;
- O Atestado de Saúde deve ser emitido por um médico-veterinário e é válido por até 10 dias após a sua emissão;
- A reserva deve ser feita com antecedência junto à companhia aérea, pois há limite de animais por voo;
- O pagamento de uma taxa varia de acordo com a companhia, o peso do animal e se ele será levado na cabine ou no bagageiro;
- Cada companhia aérea possui regras específicas para o transporte de animais de estimação. Consulte com antecedência;
- Para a entrada de cães e gatos no Brasil, é preciso apresentar o Certificado Veterinário Internacional (CVI) ou passaporte (reconhecido pelo MAPA) emitido por autoridade veterinária do país de origem e atendendo aos requisitos sanitários do Brasil;
- Passaportes oficiais para os pets são aceitos apenas de países que aceitam reciprocamente o passaporte brasileiro de animais de estimação;
- O uso de microchip de identificação é obrigatório;
- O destino para outros países exige o CZI (Certificado Zoonosológico Internacional). Verifique as exigências de acordo com o destino;
- Animal não é bagagem: pesquise e evite companhias aéreas nas quais os pets transportados já tenham sofrido maus-tratos ou, até mesmo, perdido a vida.

O BRASIL POSSUI **160,9 MILHÕES** DE ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO – UM CRESCIMENTO DE **3,33%** EM RELAÇÃO A 2022. É A **3ª MAIOR** POPULAÇÃO DE ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO DO MUNDO, SUPERADA APENAS POR CHINA E EUA

O MERCADO PET BRASILEIRO DEVERÁ ALCANÇAR UM FATURAMENTO DE **R\$ 76,3 BILHÕES** AO FINAL DE 2024

Fonte: Associação Brasileira da Indústria de Produtos para Animais de Estimação (Abinpet) e do Instituto Pet Brasil

eles são mantidos 100% soltos, livres de gaiolas, e demonstram alegria por estar no local.

Experiente em comportamento animal, Luísa também sugere fazer uma suplementação alimentar, indi-

cada por médico veterinário, cerca de um mês antes da hospedagem, para aumentar a imunidade do cãozinho. “Observe também se o hotelzinho exige a comprovação da vacinação em dia, caso contrário, desconfie. Isso significa que

pets não vacinados podem frequentar o espaço e oferecer risco à saúde do seu animal”.

Quando o assunto é hotelzinho, o cãozinho Beethoven, de 4 anos e sem raça definida, é descolado. Desde os sete meses, ele já frequentava a creche do Aufabeto. A tutora, a advogada e professora universitária Daniela Recchioni Barroso, o adotou ainda filhote. “Coincidiu com a nossa mudança de apartamento. Como o imóvel precisava de uma obra emergencial, tive que buscar um local onde ele pudesse ficar seguro e confortável”, lembra.

Mãe coruja, começou a pesquisar sobre as opções de hotezinhos para pets em Belo Horizonte. Para o seu alívio e ▶

Sempre que viaja, a empresária Nathália Minzon deixa as suas cadelinhas no aconchego do lar com pessoas de confiança: "Sei que estarão bem-cuidadas"



alegria, a experiência foi um sucesso. "Durante o dia, Beethoven tinha uma rotina de cuidados e brincadeiras com os coleguinhas. Naquele período, também dormia no local. E todos os dias eu recebia um relatório sobre ele com fotos", relata. Não deu outra. Sempre que precisa viajar a lazer ou a trabalho, ela já tem o destino certo para o pet. "Beethoven já chegou a ficar 20 dias hospedado e desfrutando de mordomias que incluem picolé com água de coco, petiscos e até musicoterapia para relaxar", conta Daniela.

Na avaliação dos tutores, transparência é outro ponto indispensável. Por isso, escolha hospedagens onde os pets sejam monitorados 24 horas tanto por profissionais da área quanto por câmeras de segurança às quais se possa ter acesso às imagens.

NA ESTRADA

Ok. Mas e aqueles tutores que não abrem mão de viajar de carro com os seus peludinhos? Nesse caso, a dica é preparar aquela tradicional listinha com itens que o pet possa precisar para pegar a estrada. A exemplo de ração, sachês, caminha, água, medicamentos, brinquedos, itens de higiene e cobertinha. Tão importante quanto os objetos anteriores, a caixa de transporte, ou cadeirinha pet, ou ainda a coleira peitoral com cinto de segurança são obrigatórias.

Ao longo do trajeto, mantenha o pet em espaço arejado e confortável, livre de calor, frio ou vento excessivo. Garanta, também, a sua hidratação e faça pausas para que possa fazer xixi e cocô. E jamais se esqueça da placa de identificação ou microchip de localização.

No alto de seus 15 anos de vida, a cadelinha Cleópatra, da raça chihuahua, faz jus ao título de cachorrinha viajante. A tutora, a médica veterinária Paula Junqueira França, conta que, apesar da idade avançada, a pequena de 1,8 kg ainda dá pulinhos de alegria quando percebe que vai passear de carro.

Moradora de Santa Luzia e proprietária de um pet shop e clínica em Belo Horizonte, o Dog Dog & Cat Cat, ela leva Cléo pelo menos duas vezes por semana para um rolê na capital, e sempre na caixinha de transporte. "Quando viajamos para locais muito distantes, preferimos deixá-la em hotelzinho de nossa confiança para não cansá-la demais", diz Paula.

PELOS ARES

A belo-horizontina Virginia Tomasi



A médica-veterinária Paula Junqueira França e a filha Ana Laura com a cahorrinha Cleópatra, que já tem 15 anos: "Quando viajamos para locais muito distantes, preferimos deixá-la em hotelzinho de nossa confiança para não cansá-la demais"

Paiva, apresentadora, produtora e youtuber, ganhou Tito, seu cachorrinho da raça cavalier king, do marido, o humorista Rafinha Bastos, com quem mora em Nova York (EUA). Acostumada a vir muito para o Brasil tanto para visitar o enteado em São Paulo como os pais em Belo Horizonte, Vivi tem no cãozinho de 2 anos seu grande companheiro.

"O Tito foi o melhor presente que eu ganhei na vida", diz. Para onde vai, leva o peludinho a tiracolo. Vivi conta que ganhou o animalzinho em um momento difícil de sua vida. Após a sua última mudança, começou a passar mais tempo em casa, terminou por se sentir muito sozinha e a sofrer com a depressão. Foi então que o marido a surpreendeu.

"E minha maior preocupação passou

a ser viajar e não poder levá-lo. Eu jamais iria 'despachá-lo' como se fosse bagagem no avião". Foi então que encontrou, em São Paulo, a Pet Friendly Turismo, empresa especializada em transporte de animais. "Eles fazem toda a parte burocrática para que o animal possa viajar com o seu tutor."

Vivi acabou descobrindo que, por ser um cão de Suporte Psiquiátrico (SVAN), Tito tem autorização para viajar na cabine e em seu colo. Entre os documentos exigidos para que os pets possam ser transportados de avião nos EUA, estão a emissão do CVI (Certificado Veterinário Internacional), cartão de vacinas atualizado e o atestado de saúde do pet. "Não é um processo barato, mas para mim vale muito a pena. Tito mudou a minha vida." ■

* Sinta o Natal mais esperado de todos.



De 15/11 a 31/12, **R\$ com R\$800 em compras***

= 1 número da sorte para concorrer a 2 Volvo EX30 Core



Cientes MultiVocê Gold**
Ganham números da sorte em triplo



Cientes MultiVocê Silver**
Ganham números da sorte em dobro

Aponte a câmera do seu celular para o QR Code ao lado.



*ATENÇÃO: PARTICIPAÇÃO PARA MAIORES DE 18 ANOS, COM CPF VÁLIDO, RESIDENTES NO BRASIL. VIA APP MULTI SERÃO ACEITAS APENAS NOTAS FISCAIS CONTENDO O CPF DO PRÓPRIO PARTICIPANTE OU SEM CPF. **JÁ PERTENCENTES ÀS RESPECTIVAS CATEGORIAS DO PROGRAMA MULTIVOCÊ DO BH SHOPPING ANTES DE CADASTRAR SUAS NOTAS FISCAIS NA PROMOÇÃO. LIMITE DE 1 AUTOMÓVEL, POR CPF CONTEMPLADO. ANTES DE PARTICIPAR, CONSULTE CERTIFICADOS DE AUTORIZAÇÃO SPA/INF, DEMAIS CONDIÇÕES E BENEFÍCIOS NOS REGULAMENTOS NO APP MULTI E NO SITE WWW.BHSHOPPING.COM.BR, ONDE PODERÃO SER CONSULTADAS AS LOJAS/QUIOSQUES PARTICIPANTES. GUARDE SEUS CUPONS FISCAIS, IMAGENS E CORES ILUSTRATIVAS.



Daniel Iglesias/divulgação



QUÉ FUERTE!

Essa expressão espanhola é usada quando se quer descrever algo chocante. E parece ter sido feita especialmente para o Gata Gorda, novo restaurante da **Bruna Martins**, que também comanda o Birosca e o Florestal. Localizado na Le-vindo Lopes, na Savassi, o espaço é de encher os olhos: um imponente salão com mobiliário clássico e toalhas brancas transporta os clientes para as tradicionais casas europeias. Alguns toques na decoração e arquitetura, no entanto, equilibram a cena com sofás listrados de branco e vermelho, azulejos antigos e alguns pintados à mão. É clássico sem ser careta. A comida tem sotaque espanhol. É do país que a chef busca suas principais referências. “Querida fazer uma comida mais divertida, pop e sem ser caricata. E acho que a culinária espanhola traz isso, é cosmopolita”, diz. Um dos destaques é brioche, atum fresco, kewpie, ovo de codorna confit e ikura (R\$ 40); e empadinha, tartar de lula, boursin e guacamole (R\$ 40). Para quem está perguntando, tem paella com camarão, lula, polvo e mexilhão (R\$ 120, para uma pessoa, R\$ 340, para quatro). De sobremesa, vale pedir a torta basca com doce de leite (R\$ 40). De terça a sexta, tem almoço executivo com valores que variam entre R\$ 65 e R\$ 75.

RANGO DE PRIMEIRA NO CENTRO

O Pirex, dos sócios **Caio Soter** e **Vitor Veloso**, agora tem executivo de terça a sexta. São quatro cardápios fixos que mudam toda semana. “A gente queria um almoço que representasse bem os PFs, com comida caseira. Peguei os elementos que mais fazem sucesso com os clientes do Pirex e trouxe algumas coisas do Pacato que são parte da minha história”, explica Caio. Para começar, tem salada ou acepipes da casa. São três opções de proteínas animais e uma vegetariana acompanhadas de quatro guarnições: arroz, tutu de feijão, espaguete e maionese de batata. Os preços variam entre R\$ 29,80 e R\$ 44,80. Faz muito sucesso o frango assado (R\$ 36,80) e a língua na cerveja preta (R\$ 44,80). Nos finais de semana, pratos que “todo brasileiro ama”, como o strogonoff de frango e cogumelos, com arroz branco e batata palha, e galinhada, frango assado, ovo mollet e aioli (R\$ 49,80). O Pirex fica na Galeria São Vicente, no Centro.

Daniel Iglesias/divulgação



UM NEGÓCIO DE FAMÍLIA

Pai e filha sempre tiveram vontade de abrir um bar para unir a música dele e a cozinha dela. É assim que **Gabi Sasso** diz de onde veio a ideia do Leopoldo Butiquim, no Santo Antônio. É um bar descolado e descomplicado, “com cerveja gelada e comida gostosa”, diz Gabi, ao lado do pai, o músico **Serginho Olly**. Com capacidade para 40 pessoas, às sextas e sábados tem música ao vivo. Uma pegada MPB. O cardápio conta com sandubas e petiscos. Na primeira categoria, a baguete com carne na cerveja preta desfiada e requeijão de corte (R\$ 29) é um dos mais pedidos. As batidinhas da casa (R\$ 14) variam diariamente e aparecem nos sabores coco, morango e maracujá. Na estufa, há um rodízio de petiscos, como moela e bolovinho de carne de porco com ovo de codorna.

Pádua de Carvalho



Natalia Campos/divulgação



CONFEITARIA TUPINIQUIM

Desde que se mudou para Belo Horizonte, a confeitadeira **Marina Mendes** tem feito sucesso com suas receitas criativas em cima dos clássicos franceses. Com uma passagem pelo Masterchef Confeiteiros, no ar na Band, Marina acaba de abrir o seu ateliê no bairro Santo Antônio: o Sá Marina. Com passagens pela Alemanha e França, foi em Toulouse que a advogada se apaixonou pelo universo da pâtisserie. “Foi lá que meu coração sentiu e encontrou o compasso que tanto buscava”, diz ela, que batiza as suas criações como bijoux gourmands, ou seja, joias comestíveis. Trabalhando só com encomendas, no catálogo da Sá Marina há receitas cheias de borogodó como o Saint-Honoré, pâté sucrée de cacau, creme mousseline de chocolate ao leite e praliné de avelã, massa choux e crumble de cacau, compota de tangerina, disco de chocolate caramelizado e flor de sal, trufas de uísque e chocolate 70% e folhas de ouro (R\$ 315 e serve de 6 a 8 pessoas).

COM AS BÊNÇÃOS DA RITA LOBO

Ele era um executivo especialista em gestão pública. Também dava aula em diversas universidades. **Glauco Knopp**, no entanto, largou tudo depois que a apresentadora Rita Lobo o descobriu na internet, onde ele fazia reproduções das receitas do site Panelinha. O que era então só paixão virou carreira. Depois de se formar em gastronomia, abriu a Savorique. “Faço receitas com inspiração francesa que dialogam com a gastronomia brasileira e de outros países”, explica. Tem os grandes clássicos como pâtê de campagne, fatia de terrine de copa-lombo e pernil suínos marinado em conhaque, bacon, fígado de frango, ameixa seca demolhada em licor de cassis, macadâmia e pó de cogumelo (R\$ 26, fatia de 100g). Há ainda pâtê de foie (R\$ 28, 130g) e rillettes de porc (R\$ 29, 130 g). A mostarda à l’Ancienne sai a R\$ 18. Os pedidos podem ser feitos pelo Instagram @savoriquebr.

Pádua de Carvalho





rfonseca@revistaencontro.com.br

POR RODRIGO A. FONSECA

Marcas do tempo nos vinhos

O tempo não para mesmo! Em relação aos vinhos, fala-se muito sobre o desenvolvimento de complexidade, melhor integração entre seus constituintes e afinamento de taninos (para os tintos) com os anos de guarda. Mudando o enfoque, uma análise invertida dos anos 1980 até hoje pode revelar como a evolução da produção tornou os atuais melhores do que seus antecessores.

As mudanças são perceptíveis em todas as faixas de preço. Os vinhos mais correntes se beneficiaram de novas tecnologias (*mencionadas abaixo*) e da concorrência. Os europeus antigos não raramente mostravam oxidação, rusticidade e até defeitos. Os varietais do Novo Mundo foram, aos poucos, ampliando sua presença no mercado, obrigando os europeus a melhorar ou sair da praça. Hoje, são facilmente encontrados juntos, em prateleiras e cartas, rótulos de países do Novo e do Velho Mundos, de ótima qualidade, concorrendo diretamente. Como são vinhos de consumo mais imediato e que pouco ganham se guardados, não temos como colocar lado a lado uma mesma bebida de 30 anos atrás e uma de hoje.

Os mais clássicos ainda permitem uma comparação direta entre um de 40 anos e o mesmo 15 a 25 anos mais novo, quando se evidencia a superioridade do mais recente. Há um único senão – os preços aumentaram consideravelmente! A partir, principalmente, dos anos 1980, as técnicas de cultivo evoluíram de maneira marcante, permitindo a maturação mais perfeita da fruta com rendimentos adequados. Análise detalhada de solos e mapeamento de vinhedos com inúmeras subdivisões permitiram a otimização de cuidados, como irrigação (onde permitida) e adequação de variedades. Técnicas de poda foram aperfeiçoadas. O uso intensivo de fertilizantes e herbicidas cedeu lugar a técnicas mais naturais. A saúde das plantas melhorou consideravelmente. Vinhas velhas foram privilegiadas em detrimento de replantios visando maiores rendimentos e com o benefício da maior qualidade.

A partir da década seguinte, as técnicas de elaboração evoluíram notavelmente. Máquinas modernas para a seleção de fruta e prensas pneumáticas e/ou de atmosfera controlada passaram a ser largamente utilizadas. O uso de frio nas instalações de vinificação tornou-se regra. Já os concentradores tiveram curto período de utilização. A extração na elaboração de tintos foi otimizada, preservando componentes aromáticos e obtendo-se taninos mais elegantes. A clarificação e a filtração foram suavizadas, também preservando aromas e sabores, ao custo de mais depósitos, opção válida pela maior qualidade do produto.

Com ajustes finos ditados pela experiência e uso de técnicas avançadas, os melhores vinhos passaram a ser bebíveis mais cedo, sem perder a capacidade de se desenvolver e de manter a longevidade se bem armazenados. Houve também um aumento de concentração, sem perda de elegância. Várias propriedades já faziam seleção e produziam um segundo vinho. A seleção ficou mais restrita. Em não poucos casos, a produção do primeiro diminuiu para ganhar em qualidade e muitos produtores

“Com ajustes finos ditados pela experiência e uso de técnicas avançadas, os melhores vinhos passaram a ser bebíveis mais cedo, sem perder a capacidade de se desenvolver e de manter a longevidade se bem armazenados.”

passaram a elaborar um vinho. Isso se deveu, em parte, à popularização das notas – as mais altas significam vendas mais rápidas e preços mais altos. As melhores propriedades passaram a reinvestir mais, sempre em busca de evolução.

Exemplos de vinhos melhores e mais modernos não faltam, sendo Barolo o exemplo mais conhecido. Antes, precisavam de 25 anos para serem bebidos com prazer, hoje, muito menos. Os Crus Classés de Bordeaux também evoluíram muito e são bebíveis após poucos anos de guarda. Os tintos chilenos, que no passado, geralmente, não duravam mais que seis ou oito anos, hoje atingem com facilidade 15 ou mais. Os brancos, que em sua maioria não ganham tanto quanto os tintos quando guardados, têm hoje mais definição e pureza.

Com a escalada de preços nas regiões clássicas, outras regiões que se modernizaram passaram a fazer parte do universo dos melhores vinhos, um ganho para os consumidores. Em contrapartida, seus preços também já começaram a subir. ■

Rodrigo A. Fonseca é engenheiro, chef e sócio do restaurante francês Taste-Vin

2024 não acabou, ainda dá tempo de mudar.

Agora é só escolher qual unidade da maior imobiliária de BH para encontrar seu próximo LAR.

 LAR IMÓVEIS
SÃO BENTO



Av. Bento Simão, 128

 LAR IMÓVEIS
LOURDES



Av. do Contorno, 7320

 LAR IMÓVEIS
VILA DA SERRA



Alameda Oscar Niemeyer, 1369

 LAR IMÓVEIS
NOVA SUÍÇA



Av. Barão Homem de Melo, 270

 LAR IMÓVEIS
PAMPULHA



Av. das Palmeiras, 717

 LAR IMÓVEIS
CIDADE NOVA



Av. Cristiano Machado, 1323

COMPRE SEU IMÓVEL

20% de sinal e restante
em até 420 meses*

ALUGAR É COM A LAR

Sem fiador e
sem burocracia*



“CONSOME-SE MAIS TEQUILA NOS ESTADOS UNIDOS DO QUE UÍSQE AMERICANO”

O belo-horizontino, diretor regional para América Latina e Caribe da Jose Cuervo, fala sobre a mudança de status da bebida e dá dicas de consumo

Acostumada a levar a fama por resacas, a tequila não é mais a mesma. Nos últimos anos, a bebida está passando por um processo de evolução e qualificação, tornando acessível sabores, nuances e qualidade. Boa parte deste processo no Brasil é graças à marca Jose Cuervo, fundada há mais de 250 anos. Os destaques do portfólio são as tequilas premium 1800 Tequila e Maestro Dobel, que têm sido apresentadas desde o início do ano em jantares harmonizados – na capital mineira, a experiência ocorreu no Instituto Ivo Faria, no Belvedere. A 1800 Tequila utiliza apenas agave azul 100% puro e métodos tradicionais de produção

(os rótulos atualmente são o 1800 Silver, 1800 Reposado, 1800 Añejo, 1800 Cristalino e a 1800 Milenio). Do portfólio Maestro Dobel, a novidade é a Maestro Dobel Diamante, a primeira tequila cristalina da história – ou seja, envelhecida, mas que passa por processo de filtragem para remover a cor e torná-la mais suave. E esse processo de requalificação da tequila tem um mineiro à frente: Leonardo Brettas, o diretor regional da Jose Cuervo para América Latina e Caribe. Apesar de não ser mexicano, este belo-horizontino de 51 anos conhece como poucos todo o processo de produção, comercialização e consumo desta bebida. Afinal, são

quase 20 anos na Jose Cuervo. Nesta entrevista, ele fala sobre o desenvolvimento do setor, perspectivas e dá dicas sobre como apreciar uma boa tequila.

1 | O mineiro sempre teve o hábito de beber tequilas em shots em festas de formatura ou eventos do gênero. Mas como é a relação com a tequila premium?

A tequila vem conquistando seu espaço e se tornando uma opção cada vez mais popular entre os mineiros que buscam experiências mais refinadas no consumo de destilados. Hoje, a cidade que mais consome a 1800 Tequila no Brasil é Belo Horizonte.

Walisson Queiroz/divulgação



2 | Qual o maior mito sobre a tequila, aquela história que você sempre ouviu, mas não é verdadeira?

Já ouviu falar que a tequila “sobe rápido”? Pois então. Essa é uma das maiores lendas. A culpa não é da bebida, e sim da forma como ela, às vezes, é consumida.

3 | Quais os critérios que definem uma tequila premium?

Uma tequila premium é definida por uma combinação de fatores. A matéria-prima é fundamental: apenas o agave azul tequilana Weber, cultivado em regiões específicas do México, pode ser utilizado. O processo de produção é rigoroso, com destaque para a cocção tradicional do agave em fornos de pedra e fermentação natural. O envelhecimento em barris de carvalho, geralmente americano ou francês, confere complexidade e nuances aos sabores. A região de produção também tem influência no sabor final, com terroirs únicos que oferecem características distintas a cada tequila. A combinação desses elementos, aliada à qualidade dos ingredientes e à expertise do produtor, resulta em uma tequila com sabores complexos e elegantes.

4 | Você citou o terroir. Como a região de produção influencia o sabor da tequila?

O solo, o clima, a altitude e até mesmo as técnicas tradicionais de cultivo influenciam diretamente o sabor de uma tequila. Um agave cultivado em uma região vulcânica, por exemplo, pode produzir uma tequila com notas minerais mais pronunciadas, enquanto um agave cultivado em uma região mais quente pode resultar em uma tequila com aromas frutados mais intensos. Essa diversidade de terroirs é o que torna cada tequila única e especial, permitindo aos apreciadores explorarem um universo de sabores e aromas.

5 | E a respeito dos barris? Quais os tipos utilizados para o envelhecimento das tequilas premium? Como cada tipo de barril influencia o sabor da tequila?

Os mais utilizados são os de carvalho americano e francês. O carvalho americano confere à tequila notas de baunilha, caramelo, coco e especiarias. A

intensidade desses sabores dependerá do tempo de envelhecimento e do grau de tostagem interna do barril. Já o carvalho francês, menos comum que o americano, oferece sabores mais delicados e complexos, com notas de frutas vermelhas, especiarias e um toque de defumado. É frequentemente utilizado para tequilas aňejo de alta qualidade. Tequilas mais refinadas trazem uma finalização em barris provenientes de Cognac, Vinho do Porto e outros.

“ Já ouviu falar que a tequila “sobe rápido”? Pois então. Essa é uma das maiores lendas. A culpa não é da bebida, e sim da forma como ela, às vezes, é consumida”

6 | Quais as perspectivas de crescimento do mercado da tequila premium nos próximos anos? Quais os principais mercados consumidores atualmente?

As expectativas são as melhores possíveis. O Brasil sempre segue as tendências internacionais e tem uma forte influência dos Estados Unidos, onde a tequila se tornou a categoria de maior crescimento entre todos os destilados, já há alguns anos. Consome-se mais tequila nos Estados Unidos do que uísque americano.

7 | E qual é a principal dica para quem quer começar a beber tequila premium?

A tequila é um destilado muito versátil e ótima para a preparação de drinks. Se prefere sabores mais suaves e frescos, opte por tequilas brancas; se gosta de notas amadeiradas e de maior complexidade, prove uma reposado ou aňejo. Para quem quer uma experiência mais refinada, uma tequila mais macia e complexa, deguste as tequilas cristalinas.

8 | Como apreciar uma boa tequila?

Comece escolhendo uma taça de degustação, de preferência tulipada, para concentrar os aromas. Vale dizer que a taça ideal varia de acordo com o tipo de tequila. As taças tulipadas são excelentes para concentrar os aromas das tequilas envelhecidas, enquanto as taças de boca larga são mais adequadas para as tequilas cristalinas, permitindo uma maior oxigenação do líquido. Sirva a tequila em temperatura fria (mesma temperatura de consumo de um vinho tinto) e gire a taça suavemente para oxigenar o líquido. Aproxime a taça do nariz e inspire profundamente para apreciar os aromas complexos. Em seguida, dê um pequeno gole e deixe a tequila percorrer todo o paladar, identificando as notas de sabor. Para finalizar, inspire um pouco de ar pela boca para prolongar a sensação. A tequila é uma bebida que deve ser apreciada lentamente, como um bom vinho, e não apenas ingerida em shots. Experimente diferentes tipos de tequila para descobrir seu sabor preferido. As tequilas aňejo e cristalino são perfeitas para serem consumidas “on the rocks”, como o uísque.

9 | A temperatura de serviço influencia a apreciação da tequila premium?

A temperatura de serviço é fundamental para realçar as nuances de sabor de uma tequila premium. Uma tequila reposada ou aňejo, por exemplo, se beneficia de uma temperatura levemente abaixo da temperatura do ambiente, cerca de 18°C, para que seus aromas complexos se desenvolvam. Já as tequilas cristalinas, como a blanco, preferem uma temperatura mais fresca, por volta de 16°C, para ressaltar seus sabores mais puros e frescos.

10 | Quais os acompanhamentos ideais para a tequila?

A tequila blanco combina com ceviches, tartares e saladas (pratos crus e frescos); reposado e cristalino caem muito bem com carnes brancas, arroz e massas (molhos leves); já as tequilas aňejo e cristalino aňejo são perfeitas para carnes vermelhas, de caça e comidas muito condimentadas; para as sobremesas com chocolate, nozes, café, baunilha, a sugestão é a tequila extra aňejo, como a 1800 Milenio. ■

SOU O MUNDO, SOU MINAS GERAIS

O modo de fazer o queijo minas artesanal é declarado Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pela Unesco; produtos locais têm tido destaque e têm conquistado prêmios no Brasil e no exterior

✶ DANIELA COSTA

Minas, são muitas. Seus queijos artesanais também. O apego às tradições e a estima pela vida no campo fizeram com que o feitiço original da iguaria mineira fosse preservado em propriedades rurais espalhadas pelos rincões do estado. O resultado é a multiplicidade e originalidade dos sabores que agregam ainda mais valor cultural e econômico ao produto. A produção do Queijo Minas Artesanal (QMA) feita com leite cru e sem pasteurização é uma tradição centenária, passada de geração para geração. E essa identidade local tão rica foi reconhecida e se tornou Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade, título concedido pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco), no último dia 4 de dezembro, em Assunção, no Paraguai.

“O queijo mineiro é o primeiro produto da cultura alimentar do Brasil a ter o título da Unesco. É um marco histórico que une pertencimento, valoriza nossa cultura e impulsiona o turismo sustentável no estado”, diz o secretário de Estado de Cultura e Turismo de Minas Gerais, Leônidas de Oliveira.

O mercado queijeiro mineiro já vinha sendo destaque, como em 2023, na 6ª edição do Mondial du Fromage et des Produits Laitiers, concurso realizado a cada dois anos na França. Na ocasião, o Brasil conquistou 84 medalhas, sendo 17 de ouro, 23 de prata e 44 de bronze. Destas, 11 ouros foram conquistados por laticínios e produtores daqui, além de várias outras de



Em Carrancas, José Orlando Ferreira Junior produz o queijo Bicas da Serra, premiado dentro e fora do Brasil: "Apanhei muito, quase desisti de fazer o queijo, mas aí resolvi entender sobre o processo de maturação. Foi quando tudo mudou".

prata e bronze. Os critérios para a avaliação do produto reuniram aparência, aromas, sabores, textura e equilíbrio.

Minas Gerais também é responsável por manter o Brasil no posto de 6º maior produtor desse alimento do mundo, fornecendo a iguaria para mais da metade do consumo em solo nacional. Cada fabricante confere aspectos únicos à sua iguaria, de acordo com a região onde vive. Isso fez com que o agora prestigiado "Modo de Fazer o Queijo Minas Artesanal" sobrevivesse à avalanche da industrialização.

Elaborado de forma manual, esse "fazer" chegou a ser proibido pela Lei 1283 de 1950 que, alegando questões sanitárias, acabou levando os criadores de vacas a vender o leite para cooperativas e grandes empresas. O saber centenário, no entanto, não tinha como ser esquecido.

Herdado de imigrantes portugueses que aterrissaram em solo mineiro no início do século XVIII, o queijo mineiro surgiu da releitura de uma receita do tipo coalho, que durava o dia todo sem azedar. A técnica antiga foi cuidadosamente descrita no livro Viagens às nascentes do rio São ▶

SUA BUSCA PELO

Café Ideal

TERMINA AQUI!

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



www.casanicolau.com.br @ f

Rua Catete, 669 – Alto Barroca | BH-MG (31)2555-7969

Francisco, publicado em Paris, no ano de 1848, pelo botânico e naturalista francês Auguste de Saint-Hilaire (1779-1853): “Tão logo o leite é tirado, coloca-se nele o coa-lho. As fôrmas são de madeira e de feito circular... O leite talhado é colocado dentro delas em pequenos pedaços, até enchê-las. Em seguida, a massa é espremida com a mão, e o leite cai dentro de uma gamela colocada em baixo...”

Neste modus operandi, a lida com o gado é feita pelos lendários vaqueiros, uma das profissões mais antigas do Brasil. Com fé na padroeira Nossa Senhora Aparecida, eles reúnem forças para vencer os dias de trabalho árduo. É deles a tarefa de ordenhar as vacas para a retirada do leite que será utilizado como matéria-prima para a fabricação de produtos como a coalhada, o doce, o requeijão, a manteiga e o queijo mineiro artesanal. São tantas as benesses que o produtor rural consciente sabe a importância de garantir o bem-estar animal. Em suas fazendas, o leite e o queijo vendidos não deixam para trás um rastro de sofrimento.

“A maioria das fazendas leiteiras tiram o leite da boca do filhote para vender para os laticínios. Aqui temos o espaço da ‘maternidade’ para que as vacas prenhas pastem à vontade e os bezerros possam conviver ao seu lado”, diz o produtor rural Jorge Luiz Bezerra, do Sítio Primavera. Em busca de uma vida mais saudável e sustentável, há nove anos ele e a esposa Maria Elisa de Almeida decidiram abandonar o Rio de Janeiro para aportar em terras mineiras.

O destino escolhido foi o município de Lima Duarte, que faz parte do Circuito Turístico das Serras do Ibitipoca, na Zona da Mata. A região foi a oitava do estado a ser regulamentada como produtora da iguaria. Presidente da Associação dos Produtores de Queijo Minas Artesanal, Maria Elisa destaca que a portaria incentivou os produtores a regularizar suas queijarias e a aumentar a produção. Em 2021, o casal teve sua primeira conquista: medalha de ouro no Concurso Internacional de Queijos Artesanais de Araxá, com um produto maturado no vinho. Outro premiado foi o requeijão em barra Lírio Branco, medalha super ouro no 3º Mundial do Queijo do Brasil, realizado este ano, em São Paulo. No Sítio Primavera, são produzidas, em média, 50 peças dos tipos minas artesanal e do reino por mês, feitos com leite de



Fabrycio Junior/divulgação

O Modo de Fazer o Queijo Minas Artesanal, com leite cru, sem pasteurização e de forma manual, conquista título inédito de Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pela Unesco



Isis Medeiros/divulgação

No Sítio Primavera, em Lima Duarte, no Campo das Vertentes, Jorge Luiz Bezerra e a esposa Maria Elisa de Almeida produzem o premiado queijo maturado no vinho e o requeijão em barra: “O sabor desse requeijão é muito distinto porque deriva de um queijo maturado e tem a consistência perfeita”

produção própria. “Temos o certificado de boas práticas de curral e de queijaria, e de propriedade livre de brucelose e tuberculose”, orgulha-se Jorge.

O Governo de Minas reconhece oficialmente como regiões tradicionalmente produtoras no estado Araxá, Campo das Vertentes, Canastra, Cerrado, Diamantina, Entre Serras da Piedade ao Caraça, Serra do Salitre, Serro, Triângulo Mineiro e Serras da Ibitipoca. A Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural do Estado (Emater-MG) é a responsável por realizar capacitações, regularização da produção e orientar os produtores sobre oportunidades de comercialização e participação em concursos. O

reconhecimento de uma região ocorre a partir da iniciativa dos produtores locais. Até o momento, o queijo mineiro é classificado em três tipos: o minas artesanal, o de Alagoa e o da Mantiqueira de Minas. Sua produção gera renda para mais de 30 mil famílias em mais de 600 municípios do estado.

Os fabricantes também contam com o apoio da Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais (Epamig), especializada em desenvolver tecnologias para o setor agropecuário. A instituição ajuda a identificar e corrigir os defeitos mais frequentes na produção artesanal. “O nosso requeijão, por exemplo, nasceu de um queijo



QUEIJO MINAS ARTESANAL: O PASSO A PASSO

O Modo de Fazer tem 12 etapas conhecidas

1. Ordenha das vacas para obtenção do leite (que pode ser manual ou mecânica, desde que observados os procedimentos prévios de higienização dos úberes e que seja feito o teste para diagnóstico negativo de mamite);
2. Coagem do leite e acondicionamento em vasilhame próprio;
3. Adição do coalho (natural, feito de estômago de bezerro, ou industrial);
4. Adição do pingo;
5. Coagulação do leite, por um período de até 90 minutos;
6. Corte da massa e mexedura;
7. Dessoragem e colocação da massa em formas de 13 a 15 cm de diâmetro, espremedura e prensagem manual. Esta pode ser feita apenas com o uso das mãos (como no Serro), ou com a ajuda de um pano (como se faz na Serra da Canastra e em Serra do Salitre/ Alto Paranaíba);
8. Primeira salga (sal grosso), por período de 6 a 12 horas;
9. Recolhimento do pingo;
10. Viragem do queijo e segunda salga, por 12 horas;
11. Após 48 horas, o queijo é retirado da forma e colocado na prateleira para maturar (curar). O tempo de maturação (ou de cura) varia de região para região;
12. Acabamento: grosagem, com ralos artesanais ou industriais.

que estava fora dos padrões comerciais exigidos”, revela Jorge.

A principal característica do minas artesanal é a produção com leite cru não pasteurizado, ou seja, direto da ordenha da vaca. O processo de maturação também é distinto, podendo durar mais de 20 dias, o que resulta em um sabor acentuado e em uma massa mais firme. Cada produto também é influenciado pelo chamado “terroir”, um conjunto de fatores ambientais como solo, clima, alimentação animal, fontes de água e técnicas empregadas na produção que influenciam diretamente no sabor do produto.

Dono da fazenda Santo Antônio do Cagero, localizada na zona rural de Carancas, na região de Campo das Vertentes, José Orlando Ferreira Junior produz o premiado queijo Bicas da Serra. Sob o seu olhar atento, nenhum detalhe passa despercebido. Antes chamado de Catiara na região, a produção do QMA é uma herança recebida de seus pais e avós, e ao qual se dedica há 12 anos. Com várias espécies de gado, ele conta que obtém diferentes tipos de leite. A alimentação dos animais é uma de suas principais preocupações. “Existem vários tipos de pasto para ofertar uma variedade de alimento e ter um queijo com sabor diferenciado. O gado não pode comer só uma braquiária. É a mesma coisa da gente comer só arroz e feijão todos os dias”, diz José Orlando. E ressalta: “A vaca te dá o leite, você faz o queijo e vende. Ela também te dá o bezerro. Como tratar mal um animal que te dá tanta coisa?”.

Ele relata que, para a produção de 15 queijos por dia, são necessários 200 litros de leite. O restante ele vende para a indústria de laticínios. “Apanhei muito, quase desisti de fazer, mas aí resolvi entender sobre o processo de maturação. Foi quando tudo mudou”, conta. Cada queijo é uma “casa” construída por fungos e bactérias que lhe conferem um sabor original. E José Orlando acertou em cheio. Em 2017, ganhou o ouro no III Prêmio Queijo Brasil na categoria queijo com fungo. Em 2019 e 2021, conquistou a medalha de bronze no Mondial du Fromage, na França. Em 2023, foi o grande campeão do Concurso Estadual do Queijo Minas Artesanal (QMA). Este ano, conquistou a medalha de ouro no Mundial do Queijo do Brasil, realizado em São Paulo. Com o seu típico jeitinho mineiro, ele promete ir ainda mais longe. ■

Fotos: Divulgação



CAFÉ DA MANHÃ **DE HOTEL**

Nada como começar o dia com um café da manhã “de hotel”, daqueles que fazem o cliente se perder diante de tantas possibilidades. O Fasano, em Lourdes, atende tanto os hóspedes quanto o público externo. O menu combina uma seleção de itens frescos no bufê e pratos à la carte. No bufê, a clientela encontra pães artesanais, croissants, frutas, frios, iogurtes e cereais. Ainda é possível pedir omeletes, ovos Benedict, mexidos, pochê ou estrelados, além de tapiocas recheadas, panquecas e toasts. O valor é de R\$ 137, por pessoa, mais 15% de taxa de serviço. Crianças até 7 anos não pagam, enquanto as entre 8 e 12 anos pagam a metade do valor. É preciso fazer reserva pelo (31) 3500-8970.

UMA DELÍCIA **DE MIMO**

Lista com sugestões de dar água na boca servem de inspiração para presentear em qualquer época do ano

▸ CAROLINA DAHER

A primeira coisa é: guarde esta lista. Ela pode te salvar quando a imaginação falhar. É difícil contar as vezes em que pensar em um presente surpreendente se tornou um desafio. O que oferecer para aquele amigo que tem tudo? Como agradar um colega de trabalho? Como se declarar sem precisar comprar um anel? Essas opções não se restringem a datas, valem em todos os meses. Mais: todas são deliciosas, seja para comer, beber ou viver uma experiência cinco estrelas. Essas dez sugestões cabem em vários bolsos e perfis. Com certeza, podem arrancar sorrisos e deixar alguém feliz, independentemente do calendário.

JOIA DE **CHOCOLATE**

A Ambar é reconhecidamente uma das chocolaterias mais sofisticadas do Brasil. É bean to bar, ou seja, produz o chocolate desde o grão, respeitando toda a cadeia produtiva. Os produtos da casa são preciosos. “A ideia é que a pessoa sinta que está recebendo realmente uma joia”, diz a sócia Helena Avelar. Um dos clássicos é a placa de chocolate pintada à mão, que se assemelha a uma pedra preciosa. Ela aparece em dois tamanhos que podem vir na embalagem escolhida pelo cliente (R\$138, grande; e R\$ 65, a mini). Outras opções também são as caixas de bombons, ofertadas em seis tamanhos e que podem ser preenchidas com 12 sabores, todos também pintados à mão: praliné de castanha-de-caju torrada; maracujá e coco caramelizado; caramelo e avelã; pistache; tortinha de limão; três chocolates; banoffe; caramelo com flor de sal; frutas vermelhas e limão; caramelo de especiarias; marshmallow e caramelo; e manteiga tostada e marshmallow. Os preços variam entre R\$ 38 com quatro unidades e R\$ 168, com 16 unidades).





TIM-TIM

Engana-se quem pensa que espumante só cabe em datas comemorativas. Em um país quente e tropical como o Brasil, é o tipo de bebida que cai bem em diversas ocasiões. Paulo Amalfi, gerente na Casa Flora Importadora, indica o kit Veuve Du Vernay Brut (R\$ 79). Este kit inclui uma garrafa do espumante francês Veuve, com aromas marcantes de frutas como pêssego e abacaxi. No paladar, apresenta bom corpo, final macio, frutado e agradável, com uma perlage fina e longa que encanta pelo visual amarelo-palha. Elaborado com um blend de uvas Colombard (40%), Sauvignon Blanc (40%) e Chardonnay (20%), possui graduação alcoólica de 11% e deve ser servido a uma temperatura entre 4°C e 6°C. O kit é acompanhado por uma taça de acrílico branca. Harmoniza perfeitamente com peixes, aves com molhos leves, queijos finos ou como aperitivo.



DÁ ATÉ PARA COMPARTILHAR

Dá para dividir com quem você gosta, mas dá para comer sozinho também. A Dona Torta chegou já conquistando os belo-horizontinos com seu caramelo salgado impecável. Depois, o proprietário Dudu Pônzio mostrou que dava para fazer o coração dos apaixonados por confeitaria bater mais forte com outras receitas, inclusive o brasileiroíssimo quindim. Uma opção que anda fazendo sucesso é a Dona da Pista, torta de ganache de pistache (100% natural) e doce de frutas vermelhas. Uma combinação deliciosa e equilibrada. Tudo isso, claro, sobre massa sablée crocante e que derrete na boca. É apresentada em três tamanhos: porção individual (R\$ 35), média (R\$ 165, seis fatias) ou a grande (R\$ 279, de oito a dez fatias). O ideal é fazer a encomenda com dois dias de antecedência pelo whatsapp (31) 97107-4922 ou diretamente na loja, no Funcionários.

PARA COMEÇAR BEM O DIA

A Pannetteria Carazolli já nasceu tendo o croissant como o carro-chefe. Com unidades no Sion e Belvedere, a cafeteria oferece o clássico francês de diversas formas, recheados, em forma de sanduíche e até de sobremesa. Na receita, Roberta Carazolli usa dois tipos de farinha para deixar o folhado mais saboroso e leve. Se você conhece alguém que não resiste a esse pão feito com manteiga e finas folhas crocantes, uma boa opção é investir na Caixa Petit (R\$ 119), que vem com quatro mini croissants tradicionais, três mini croissants chocolate, três mini croissants queijo canastra, dois mini croissants goiabada, um mini pote geleia artesanal da casa (50g) e 1 sachê manteiga (10g). Há ainda opções mais robustas, como a cesta Bonjour (R\$ 329), ideal para quem quer começar o dia de bem com a vida. No interior da embalagem de pinus, uma caixa de chás especiais (20 sachês blends variados), dois croissants tradicionais, dois miniquiches Lorraine, dois croissants au chocolat, dois croissants amêndoas, um mini tartelete de limão-siciliano, um sachê manteiga (10g), dois potes geleia artesanal da casa (50g).

Pádua de Carvalho



Fotos: Divulgação

DAS ARÁBIAS

A Mosque é especializada em presentes finos e originais. Foi durante uma visita ao Mercado de São Paulo que Gilma Mourão teve a ideia de trabalhar com tâmaras recheadas. Ela se juntou, então, com a filha Júlia, para abrir a loja, inspirada no mundo da confeitaria árabe. A marca oferece caixas diversas. A de tâmaras jumbo recheadas de trufa de chocolate meio amargo, com cobertura de chocolate e acabamento especial pintado à mão de dourado custa R\$ 139, com quatro unidades; e R\$ 233, com dez. A caixa com dez tâmaras jumbo recheadas de pistache com flor de sal sai a R\$ 237. "São produtos muito originais e únicos. Uma surpresa para quem experimenta. A caixa também é um diferencial. A ideia é que o olho brilhe desde o primeiro momento", diz Júlia. Há ainda opções de trufas com sabores do Oriente como chocolate com um toque de cardamomo; pistache; nozes com especiarias; e damasco com um toque de laranja (R\$ 197, com 12 unidades).



BEM-VINHO

Um bom vinho é sempre bem-vindo. Além de ser um produto que pode ser consumido imediatamente ou a longo prazo, a bebida remete a momentos de compartilhamento e celebração. Para quem não entende muito do assunto, pedimos ao gerente comercial da Del Maipo, Bernardo Avelar, dicas para todos os paladares. Na categoria branco, a sugestão é o Pacha Sauvignon Blanc da Viña Marty 2022 (R\$ 98). Produzido no Vale do Leyda, no Chile, é conhecido por sua intensidade aromática e gustativa de frutas tropicais como abacaxi, laranja e mel. Os fãs de rosé podem investir sem medo no 4 Estações State Rosé de Malbec da Titarely Wines 2021 (R\$ 70). Produzido na Argentina, é ideal para acompanhar pratos leves. Elegante e refrescante, é uma boa opção para os dias quentes. Já na seção tintos, Bernardo sugere o Jean Bousquet Malbec Tinto 2024 (R\$ 89), produzido na região de Mendonza, Argentina. "Um malbec clássico com corpo e estrutura. Surpreendente pela complexidade e equilíbrio. Excelente custo-benefício", explica.



DELICADEZA DOCE

Macaron é um pequeno biscoito de forma arredondada e fofinha que faz lembrar um pequeno sanduíche. Feitos à base de farinha de amêndoas, clara e açúcar, eles devem ser crocantes por fora e macios por dentro. Apesar de ter sido inventado na Itália, foi na França que a receita ganhou fama. A Espetacular Doceria é uma pâtisserie francesa comandada pela chef confeitadeira Elisa Dayrrel, formada na tradicional Le Cordon Bleu, em Paris. Por ali, é possível encontrar 14 diferentes sabores e eles se transformam em um delicado presente em caixas montadas especialmente para essa finalidade. São vários kits, entre eles o que vem com seis doces nos sabores nozes, pistache, baunilha com caramelo, avelã com Nutella, morango com champagne e frutas vermelhas e um pacote de café em grãos ou moído (R\$ 64). O kit anniversaire (R\$ 315) é composto por 12 itens, incluindo cinco macarons, pacote de café, cartão postal, bolo inglês do dia, dois biscoitos, um caramelo, uma barra de chocolate, oito salgadinhos sortidos e um waffle. "Macaron é um presente que cabe em qualquer data, desde batizado, casamento, chá revelação...", diz Elisa.

SABORES GERAIS

A curadoria de produtos do Minas Demais, na avenida Bandeirantes, Mangabeiras, é reconhecida pelo cuidado e capricho. Produtores de todo estado estão representados nas prateleiras e receitas ofertadas pelo restaurante-empório. E já pensou em montar uma cesta só com sabores legítimos das Gerais? "É uma forma de fazer um carinho na alma de quem recebe, com produtos que trazem memória, tradição e um toque especial de mineiridade para a mesa de quem você quer surpreender", diz o proprietário Leandro Dornas. O espaço oferece dois tipos de cestas. A primeira vem com queijo Canastra do produtor Mauro Ferreira, goiabada cascão Jatiboca, mel com nozes e açafrão e doce de leite Dom (R\$ 177,60); a segunda opção traz doce de leite, compota de limão-capeta, geleia de jabuticaba Sabará & Sabor, cachaça Mil Montes, queijo meia cura (R\$ 149,90). Há ainda a possibilidade de o cliente escolher os produtos de acordo com o seu gosto e montar um presente exclusivo.



JANTAR ESTRELADO

O italiano Marco Renzetti, uma estrela Michelin com o Fame Osteria (São Paulo), assina o novo cardápio do Nino Cucina. Enquanto o guia gastronômico francês não chega à capital mineira, essa é a chance de quem quer vivenciar a experiência de provar um prato assinado por um chef estrelado. Oferecer um jantar como presente pode ser uma deliciosa surpresa. Com preparos mais sustentáveis e sazonais, Marco apresenta um menu contemporâneo sem deixar de seguir as tradições italianas. Entre as opções de principais, está o Agnolotti piemontesi, burro, nocciola e sálvia (R\$ 89), massa fresca recheada de carnes assadas ao molho de manteiga, queijo, sálvia e avelã; e o Cavatelli e polpo all'arrabiata (R\$ 98), cavatelli com polvo e molho arrabiata. Para aqueles que não abrem mão da tradição, o Tonarelli Alla Carbonara (R\$ 71), massa fresca de trigo duro italiana, guanciale, gema de ovo, queijo pecorino e pimenta do reino, é uma ótima escolha. ■





Banda Biod'Or, formada por músicos médicos



Ektor e Bárbara Vrandecic, Guilherme Villa

BIOCOR REDE D'OR CELEBRA 2024

Em clima de harmonia, alegria e celebração, o Biocor Rede D'Or reuniu seu corpo clínico num belíssimo evento de confraternização, realizado no espaço Caravaggio do Jardim Canadá. Os diretores reforçaram que os resultados alcançados somente foram possíveis devido ao corpo clínico de excelência ser totalmente engajado. Ao som da "Biod'Or Rock and Roll Band", composta por médicos do Biocor, os convidados aproveitaram a festa Celebra 2024. Fotos: Edy Fernandes



Erika, Heloisa e Ektor Vrandecic



Gustavo Agra e Aline Agra



Erika Vrandecic e Ana Adalgisa Borges



Claudio Filizzola de Mattos e Guilherme Villa



Evandro e Jacqueline Guimarães, Eduardo Szuster, Selem Teixeira



Laura e Carlos Mapa



Marcelo Peruci, Rafael Tavares, Marcelo Peixoto



Marco Antonio Percope e Erika Vrandecic



Rossana Dall'Orto, Leonardo Catorali



Marcela Craibe, Romana Saliba, Mary Feliciano e Camila Caetano



Marco Tulio e Antonieta Tanure



Melissa Guimaraes, Marcus Bolivar, Erika Vrandecic



Thiago Fabricio Pereira, Fernando Augusto



Guilherme Villa, Ivete Avila e Wellington Azevedo



Cristiane Martins



Mario Coutinho, Heraldo Neves, Isabela Pedrosa, Erika Vrandecic, Eduardo Szuster e Rogério Batela



Jorge Gerdau



Jorge Gerdau e o governador Romeu Zema



Carlos Henrique Martins Teixeira e Wagner Furtado Veloso



Rafael Simas e Pedro Torres

JORGE GERDAU LANÇA, EM BH, LIVRO COM LIÇÕES PESSOAIS E DE LIDERANÇA

Em evento realizado em dezembro, no Museu das Minas e do Metal MM Gerdau, na Praça da Liberdade, o empresário Jorge Gerdau Johannpeter, 88 anos, lançou sua autobiografia: *A Busca - Os aprendizados de uma jornada de inquietações e realizações*. A obra traz as lições que marcaram sua vida, carreira e liderança no setor industrial do aço. Fotos: Tião Mourão/divulgação.



Laercio Augusto de Castro, Amilcar Martins, Eduardo Azeredo e Evando Neiva



Adriana Werneck, Gustavo Werneck, Sérgio Coelho e Maria Alice Coelho



Adriana Werneck, Gustavo Werneck e Marcia Guimarães



Antônio Joli, Henry Gonzalez, Gustavo Werneck, José Roberto Reynald e Leandro Castro



Erika Menezes, Cadu Gerdau, Margarida Morgan e Cláudia Macedo



Athetas vôlei do Minas, Jorge Gerdau, Gustavo Werneck, Carlos Henrique Teixeira e Wagner Veloso



Rafael de Fuccio Júnior e Maria Aparecida Rios de Fuccio



Rafael, diácono João Vitor e Cidinha



Rafael de Fuccio Júnior e Maria Aparecida Rios de Fuccio



Rafael Rios de Fuccio e Maria Aparecida Rios de Fuccio

AFETIVIDADE E BÊNÇÃOS MARCAM BODAS DE OURO EM ARAXÁ

O Salão Minas Gerais do Grande Hotel Termas de Araxá foi palco, em 16 de novembro, da celebração dos 50 anos de união do casal Maria Aparecida Rios de Fuccio e Rafael de Fuccio Júnior. A data reuniu filhos, noras, genros e netos, além de amigos de Belo Horizonte e São Paulo que foram prestigiar a festa na cidade do Triângulo Mineiro. Fotos: Oficina da Imagem



Itala Rios de Fuccio Rodrigues, Rafael de Fuccio Júnior e Giovana Cristina Rios de Fuccio



Rafael de Fuccio Júnior e Maria Aparecida Rios de Fuccio com os filhos



Alessandro Pintaui com Giovana, Diogo Borges Rodrigues com Itala, Rafael e Cidinha, Patrícia Avelar Cortes e Rafael Rios de Fuccio



Rafael Gotelip Rios de Fuccio, Maria Eduarda Gotelip Rios de Fuccio, Rafael, Cidinha, Gabriele Gotelip Rios de Fuccio, Manuela Rios de Fuccio Pintaui, Alice Rios de Fuccio Rodrigues



Casal reunido com filhos, noras, genros e netos



PRIMEIRA FILEIRA: Telma Santos, Érica Marques, Kecia Castro, Maria de Lourdes Aguiar, David Braga, Cristina Stiebler, Rosana Chaves, Valéria Plata, Beth Fernandes.
SEGUNDA FILEIRA: Vinicius Gomes, Marlus Teixeira, Geovanni Vieira, Marco Paulo Mascarenhas, Marcos Marangoni e Warney Silva. Conselho Estratégico

CEO DA PRIME TALENT ASSUME A PRESIDÊNCIA DA ABRH-MG

David Braga, CEO da Prime Talent, foi empossado como o novo presidente da Associação Brasileira de Recursos Humanos, seccional Minas Gerais (ABRH-MG), para o triênio 2025-2027. A cerimônia aconteceu em 3 de dezembro, na Escola de Design da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG). Restrito a convidados, o evento contou com a presença de 180 pessoas, entre elas líderes empresariais e membros da comunidade de Recursos Humanos do estado. Fotos: Edy Fernandes.



Júlio Damião, Mariana Moura, Junia Marçal, Renata Santana e David Braga



David Braga e Barbara Nogueira



David Braga, Eliane Ramos e Leandro Pinho



Beatriz, Valseni e David Braga



David Braga e Lucia Ventura



Fred Junio, Fernanda Tamiatti, Ronaldo Nunes, Daniela Teixeira, Silvano Aragão e David Barga - Conselho Fiscal



Marcos Silva, Dayse Guelman, Renata Horta, Juselder da Mata, Cláudia Cavalcante e David Braga - Diretoria Executiva



Leandro Pinho, Andiana Martins, Thiago Sampaio, Daniela Barbosa, Cláudio Morais, Alexandre Faria e David Braga



Maria Angélica Alves, Juliana Dibai, Débora Carvalho, Marcela Nunes, Flávia Barbosa, Daniela Cristina, Bruna Teles e Mariana Luttembarck



Mariana Luttembarck



Manuela Fraga, Rodrigo Ferreira, Renata Fraga, Mariana Luttembarck Bianchini, Leonardo Luttembarck Bianchini, Luna Luttembarck Bianchini, Bruno Bianchini

LUTTZ ACESSÓRIOS ABRE NOVO ESPAÇO NA CIDADE JARDIM

A empresária Mariana Luttembarck inaugurou, em novembro último, o novo espaço da Luttz Acessórios (@luttz.oficial), marca de acessórios femininos que está conquistando BH. O projeto tem Collab com um dos salões de beleza mais charmosos da cidade, o Renata Fraga Hair SPA. A inauguração, que durou todo o dia, foi encerrada com um coquetel para mais de 400 convidados. Fotos: Sofia Cordeiro



Aline Leal e Mariana Luttembarck



Mariane Ferrão, Mariana Luttembarck e Mariana Guimarães



Kadu Kaires, Letícia Puppim, Mariana Luttembarck e Bruno Bianchini



Alessandra Lambertucci e Vanessa Cangussu



Carolina Bagno, Gabriela Torres, Maria Eduarda Vorcaro, Aline Leal, Mariana Luttembarck e Thamara Zaia



Ilda Ruggio, Vera Lúcia Luttembarck, Maria Alice Diniz, Mariana Luttembarck, Gabriela Diniz



Mariana Luttembarck e Camila Carvalho



Tadeu Leite e Jarbas Soares Júnior



Agostinho Patrus, Eugênio Mattar e Ítalo Gaetani

HOMENAGEM NA ALMG

O procurador-geral de Justiça de Minas Gerais e presidente do Conselho Nacional dos Procuradores-Generais (CNPJ), Jarbas Soares Júnior, foi homenageado pela Assembleia Legislativa no dia 9 de dezembro. Jarbas ficou quatro anos à frente do Ministério Público de Minas Gerais (MPMG) e entregou o cargo no dia 13, para o promotor de Justiça Paulo de Tarso Morais Filho. O presidente da ALMG, Tadeu Leite, destacou a atuação do procurador na modernização da estrutura administrativa do Ministério Público e na ampliação das áreas de direitos humanos e meio ambiente da instituição. Fotos: Tião Mourão.



Cristiana Nepomuceno Soares, Luiz Carlos Gomes da Mata e Clarissa Nepomuceno Soares



Matheus Simões e Tadeu Leite



Marcelo Souza e Silva e Bruno Engler



Pedro Henrique Guimarães, Marcio Heli Andrade, Carlos Melles, Virgínia Afonso, Maria Celeste Guimarães e José Márcio Vieira



Estevão Fiuza, Adriano Alvarenga e Alberto Pinto Coelho Filho



Igor Peixoto, Emmanuel Levanhagem, Jader Cardoso, Guilherme Fábregas e João Rafael Nepomuceno Soares



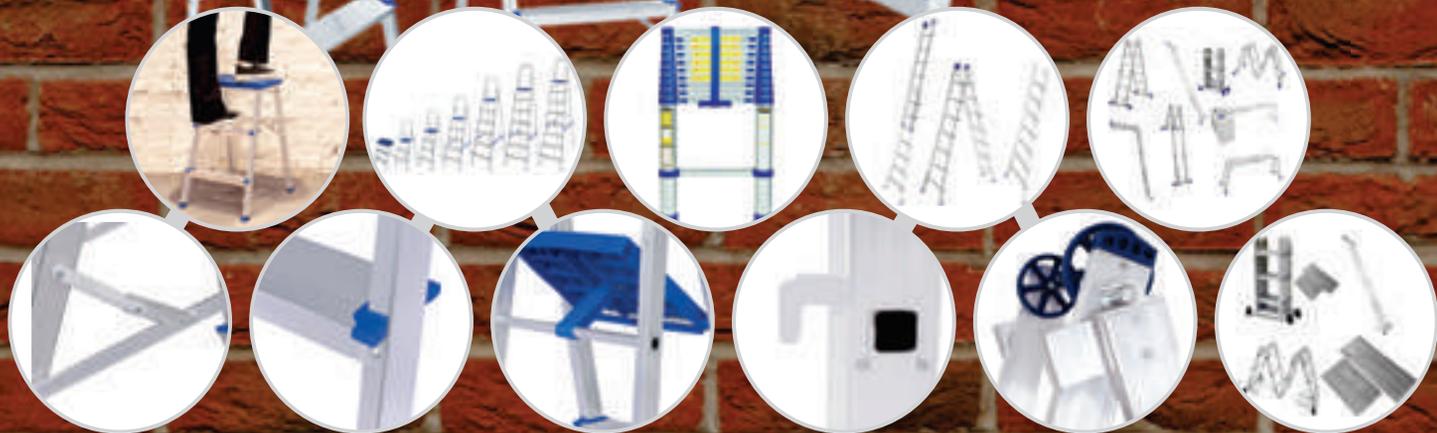
Eduardo Pentagna e Ciro Soares



DOUTOR
ESCADAS
ESPECIALISTA EM ESCADAS



Resolver tarefas simples do dia a dia e alcançar lugares que antes pareciam improváveis, agora ficou fácil com nossas Escadas de Alumínio, são duráveis, seguras e ideais para uso doméstico ou profissional.





Tempo de volta

Um dia desses, arrumando a minha estante, me deparei com um livro que li há muitos anos: “Do You Remember the First Time?”, da autora Jenny Colgan. Nele, o sonho da protagonista, uma mulher de 32 anos, era poder voltar aos 16. Tanto quis que acabou conseguindo.

Ao se dar conta de que tinha de novo a idade desejada, o primeiro susto que ela tomou foi com a própria aparência. Apesar de adorar ter de novo pernas bem torneadas e sem nenhum sinal de celulite, descobriu que seu cabelo estava o mesmo caos do que tinha na adolescência, quando as chapinhas ainda não tinham sido inventadas. Em seguida, se deu conta de que não tinha mais dinheiro, de que precisava pedir permissão aos pais para sair e – o pior, segundo ela – de que era obrigada a ir à escola.

O que mais me chamou a atenção na história é que ela voltou no tempo apenas exteriormente. A cabeça continuou a mesma. Desse jeito, eu também adoraria voltar aos meus 16! Nessa idade, eu era ainda mais tímida do que sou hoje. Só que a diferença é que, agora, eu empurro a timidez para um canto e não deixo que ela me impeça de ser feliz. Na adolescência, eu pedia para o meu pai me deixar a dois quarteirões do colégio, para não ter que ser vista na presença dele. Hoje, eu adoraria tê-lo ao meu lado onde quer que fosse. Aos 16, eu tinha paixões platônicas, escrevia cartas, músicas e poesias para os meus amores inventados. Hoje, o único que merece minhas palavras é o meu amor real.

Se pudesse voltar no tempo sabendo o que agora eu sei, ninguém me seguraria. Eu seria a mais bonita da sala, a mais popular, a mais amiga e – claro – a mais modesta. Eu saberia exatamente que vestibular fazer, que roupa vestir, o que eu não deveria comer e quem mereceria a minha atenção.

Infelizmente, a vida não é assim. Os (muitos) anos que me separam daquela idade foram fundamentais para que eu me tornasse a pessoa que sou hoje. Eu não gostaria de voltar para os meus 16. Mas adoraria poder assistir à minha adolescência de camarote e rir daquela menina que eu era, que achava que sabia de tudo.

No livro, a protagonista chega à conclusão de que aquele corpo lisinho e a liberdade de poder ser irresponsável não compensavam a falta de tudo o que ela já tinha conquistado na vida. Concordo com ela. Acho que eu até me saí bem durante o tempo em que já vivi... Só espero que eu continue aprendendo, afinal, acho que o mais importante da vida são as lições que adquirimos com a experiência.

Daqui a alguns anos, ao reler essa crônica, certamente vou rir, da mesma forma que faria hoje se pudesse assistir aos passos da Paula adolescente. Posso me imaginar lá em 2050 pensando em como eu me achava madura, quando, na verdade, ainda era uma menina, pensando que já sabia o suficiente...

“Este recado é para a Paula do futuro: Espero que você esteja vivendo esteja vivendo intensamente a nossa vida, exatamente como eu estou agora e como já vivi no passado. Para que a gente nunca sinta vontade de voltar no tempo...”

Então, este recado é para a Paula do futuro: Espero que você esteja vivendo intensamente a nossa vida, exatamente como eu estou agora e como já vivi no passado. Para que a gente nunca sinta vontade de voltar no tempo... ■

Tem interesse em conhecer o formato de franquias que mais cresce no Brasil? Confie na

9^a
maior
microfranquia
do Brasil*.



*De acordo com a ABF
(Associação Brasileira
de Franchising).



Saiba mais:



Uma empresa **EMIVE**∞



CENTRO MÉDICO BIOCOR REDE D'OR

Reconhecido pela sua excelência, o Biocor Rede D'Or amplia o cuidado com você por meio do seu Centro Médico. Além de possuir um corpo clínico altamente qualificado e instalações modernas, nossa unidade atende aos principais convênios.

Especialidades Clínicas e Cirúrgicas

- Anestesiologia
- Angiologia
- Arritmia e Eletrofisiologia
- Cardiologia
- Cardiopediatria
- Cir. Cabeça e Pescoço
- Cir. Plástica
- Cir. Torácica
- Cirurgia Cardiovascular Adulto e Pediátrica
- Cirurgia Endovascular
- Cirurgia Geral
- Cirurgia Oncológica
- Cirurgia Vascular
- Clínica da Dor
- Clínica Médica
- Coloproctologia
- Dermatologia
- Endocrinologia
- Endocrinologia Pediátrica
- Gastroenterologia
- Geriatria
- Ginecologia
- Hematologia
- Hemodinâmica
- Mastologia
- Nefrologia
- Neurocirurgia
- Neurologia
- Neuroradiologia Intervencionista
- Oftalmologia
- Oncologia
- Ortopedia
- Otorrinolaringologia
- Pneumologia
- Radiologia
- Reumatologia
- Urologia

Central de Atendimento:



biocor.com.br
(31) 3289-5040
3003-3230

Horário de Funcionamento do Centro Médico:

7h às 19h, de segunda a sexta-feira
e de 7h às 13h, aos sábados.

Alameda Oscar Niemeyer, 217 -
Bairro Vila da Serra Nova Lima - MG

Contamos com Laboratório de Análises Clínicas



REDE D'OR