

Exemplar GRATUITO

**CENSURADO**

# in **F**23 **o** **co**

[www.jornalinfoco.com.br](http://www.jornalinfoco.com.br)



~~É PROIBIDO RIR~~

Aberto  
no almoço  
aos domingos

# NOVIDADE NO ORIENTAL

Venha experimentar

## AGORA COM CULINÁRIA COREANA

Aponte a câmera  
para o QR Code  
e faça seu pedido!



NEW!



Delivery

14 99822.1958

NEW!

### ORIENTAL MIX

COZINHA CHINESA & JAPONESA

[www.restauranteorientalmix.com.br](http://www.restauranteorientalmix.com.br)

Rua Pará, 1776 | Centro de Avaré (SP)



Feliz dia dos  
PAIS

Presentes que  
traduzem o maior  
amor do mundo!

5



Rua Santa Catarina, 1392 | Centro | Avaré (SP) @pontocinco

14 99615.3288

RECADO AO  
**LEITOR**

# Humor sem taxa

Sarcasmo, ironia, deboche, sátira. Todos são descendentes do humor, a arte de ver o lado engraçado das coisas – desde que ele não seja um meme de esquerda ou direita. Aí é um problema. Seguindo as determinações do governo Lula, o ministro da Fazenda Fernando Haddad acabou se transformando em memes após cunhar a si mesmo a pecha de taxador. Por mais esforçado que seja, o ministro mereceu as brincadeiras e ainda serviu como blindagem para a imagem do governo.

Usar o humor como forma de protesto não é novidade na história da humanidade; remonta desde a Grécia antiga e num passado relativamente recente da história brasileira, foi a principal arma contra a ditadura. Justamente por isso, causa desconforto que a ala

esquerdista se alinhe à direita na resposta a isso: censura. Desde a possibilidade de proibição dos memes, pedido de socorro do STF e a discussão sobre a regulamentação das redes sociais, tudo soa hilário e absurdo em pleno século XXI, em meio a democracia (ou pseudodemocracia).

Não há como não ressuscitar os tempos do Pasquim para recordar uma época, que apesar de não termos vivido, queremos esquecer (metaforicamente falando). Antes que isso tome 'corpo' e que voltemos a fazer matérias com

receitas de bolos, jardinagens e poemas, é preciso reforçar que a liberdade é a base de toda a democracia e que agentes políticos – conforme a lei – estão sujeitos a críticas, seja com bom ou mau humor. Obviamente não podem ser ofensivas, já que tanto o Código Penal quanto a Lei de Imprensa preveem limites de liberdade preservando ataques pessoais, por exemplo.

Ah, mas isso é ser "minion"... não é. Liberdade não pode e não é de nenhum partido. Ela é em sim, a essência da ideologia pela qual guerras são feitas (em tese) e a razão pela qual, o jornalismo independente resiste.

Quando iniciei no jornalismo em 1985, em plena "Diretas Já", ainda havia um clima pós-militarismo. Capitães vigiavam o que eu copiava (lembre-se que era 1985 rsrs) do que eles permitiam que eu tivesse acesso, políticos queriam ler as matérias antes da publicação e um censor ia à noite na gráfica, para conferir as notícias antes da impressão. Pelo que colegas bem mais velhos contavam, essa foi a fase mais light da ditadura – algo que ninguém quer viver.

Defender o humor como instrumento de crítica, não significa defender o "véio" da Havan, nem o escroto Leo Lins (opinião minha), mas defender o direito básico de todos nós, contribuintes, que somos explorados por todos os governos e não recebemos nada a altura pela extorsão; nem saúde, nem educação, transporte, economia. Nada. Então o que nos resta é rir e isso não vão nos tirar, nem taxar.

Boa leitura e obrigada pela companhia como sempre!



Cida Koch  
Editora



Você sabia  
que agora  
pode baixar  
gratuitamente  
a edição do  
nosso site?

Basta acessar o site  
e ir em pesquisa  
Digite **Edições 2024** e  
baixe



[www.jornalinfoco.com.br](http://www.jornalinfoco.com.br)

in**Foco**

faça parte (14) 99148.3715

# Índice



|   |   |
|---|---|
| <b>PG. 5</b><br>Eleições 2024                   | Retrato eleitoral                               |
| <b>PG. 6</b><br>Psicologia                      | O estoicismo e o hedonismo                      |
| <b>PG. 7</b><br>Autoconhecimento                | Comparação, a destruição da autoestima          |
| <b>PG. 10</b><br>Visão                          | Por que nossos olhos enxergam cor?              |
| <b>PG. 11</b><br>Mundo                          | Movimento Blockout                              |
| <b>PGs. 12 e 13</b><br>História com pai e filho | Do pouco que se sabe sobre os nossos fundadores |
| <b>PG. 14</b><br>Trabalho                       | Postagens que podem acabar em justa causa       |
| <b>PG. 15</b><br>Estética                       | Fim das Manchas                                 |

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>PG. 18</b><br>Social           | in Foco Society                                  |
| <b>PG. 19</b><br>Comportamento    | O novo Pai                                       |
| <b>PG. 20</b><br>Cinema           | Frida  |
| <b>PG. 21</b><br>Saúde            | Por que doenças autoimunes atacam mais mulheres? |
| <b>PG. 22</b><br>Neurodiversidade | Desobedecer e responder não diagnostica TOD      |
| <b>PGs. 24 e 26</b><br>Especial   | Um voluntário que fez história                   |
| <b>PGs. 27 a 31</b><br>Capa       | Riso sob censura?                                |



## Expediente

Publicação mensal de AAK-ME  
CNPJ: 04.484.915/0001-70  
Registrado sob n° 3147 no Cartório Oficial de  
Registro de Pessoas Jurídicas da Comarca de Avaré

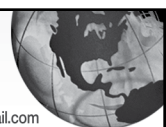


**Direção**  
Cida Koch (MTB 44.331)  
**Depto Comercial**  
(14) 99148.3715

**Diagramação**  
Eduardo A Campanile

**Distribuição**  
Direcionada e Gratuita

**Contato**  
e-mail: if\_atendimento@hotmail.com



Os informes publicitários não expressam a opinião do jornal/revista in Foco. Não é permitida a reprodução total ou parcial das matérias, imagens e peças publicitárias sem a prévia autorização da direção; Fotos : Shutterstock e Arquivo;

SEJA UMA VOLUNTÁRIA JUSTICEIRA



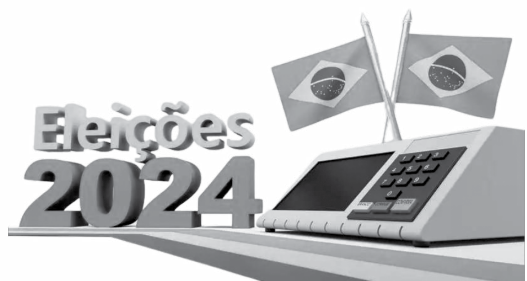
Mulher, denuncie a violência!  
Agora você tem apoio!

Atendimento por WhatsApp

☎ 11 99639.1212



Apoio  
in Foco



# Retrato eleitoral



No dia 6 de outubro, data do 1º turno das Eleições Municipais de 2024, 155.912.680 eleitoras e eleitores estão aptos a comparecer às urnas e escolher representantes para as prefeituras e câmaras municipais. Assim como ocorreu em eleições passadas, a maioria do eleitorado é composto de mulheres. Elas representam 52% do total, alcançando o número de 81.806.914 eleitoras. Já os homens somam 74.076.997 e equivalem a 48% do eleitorado. Outros 28.769 votantes não informaram o gênero pelo qual se identificam, o que representa 0,02% do total de eleitores. São essas pessoas que escolherão as candidatas e os candidatos que ocuparão os cargos de prefeito, vice-prefeito e vereador em 5.569 municípios espalhados pelo país.

Uma das novidades desse pleito é a participação de um novo município nas eleições. Boa Esperança do Norte (MT), que teve sua criação confirmada pelo Supremo Tribunal Federal (STF) em outubro de 2023, contará com um eleitorado de 4.243 votantes. Segundo as estatísticas do Tribunal Superior Eleitoral (TSE), houve um crescimento de 5,4% do eleitorado em comparação com as Eleições Municipais de 2020. Naquele pleito, o número de eleitoras e eleitores aptos a votar era de 147.918.483.

A votação neste ano ocorrerá em 500.183 seções eleitorais. Dessas, 180.191 são seções com acessibilidade, isto é, onde as eleitoras e os eleitores com e sem deficiência ou mobilidade reduzida poderão exercer o direito ao voto sem enfrentar barreiras arquitetônicas. Todas essas seções serão distribuídas por 2.619 zonas eleitorais.

A região Sudeste é a que concentra o maior eleitorado do país: 66.906.335 (quase 43% do total). Em seguida, vem a região Nordeste, com 43.302.692 (27,7%); a Sul, com 22.969.108 (14,7%); e a Norte, com 12.987.166 (8,3%). A região Centro-Oeste ocupa a última colocação, com 9.747.379 eleitoras e eleitores, com pouco mais de 6% do total. São Paulo continua a ser o maior colégio eleitoral do Brasil, com 34.403.609 eleitores (22%). Ou seja: a cada cinco votantes no país, pelo menos um reside em São Paulo. Somente na capital do estado, podem votar na eleição deste ano mais de 9,3 milhões de eleitoras e eleitores. Em contrapartida, é também no estado de São Paulo que está localizado o município com a menor quantidade de eleitores. A cidade de Borá tem apenas 1.094 votantes.

**Voto obrigatório e facultativo** - De acordo com os dados divulgados pelo TSE, para 138.867.932 eleitoras e eleitores, o voto é obrigatório nas Eleições 2024. Já para outros 17.044.748 o voto é facultativo. Entre o eleitorado para o qual o voto é obrigatório, a maior parte está na faixa etária de 45 a 59 anos, que soma 38.883.736 eleitores. O eleitorado jovem, na faixa etária de 18 a 24 anos, é de 18.328.444 pessoas (quase 12%).

Pela Constituição Federal, o alistamento eleitoral e o voto são obrigatórios para os maiores de 18 anos e facultativos às pessoas analfabetas, aos jovens de 16 e 17 anos e aos maiores de 70 anos.

Eleitorado jovem aumentou 78% desde o último pleito municipal. O número de jovens de 16 e 17 anos aptos a votar em outubro alcançou 1.836.081. Na comparação com o pleito de 2020, o aumento nessa faixa etária atingiu 78%. Na outra ponta, o eleitorado acima de 70 anos também cresceu. Subiu 12%, de 13.508.088 em 2020 para 15.208.667 em 2024. O número corresponde a 9% das pessoas aptas a votar no dia 6 de outubro. Nessa parcela do eleitorado, estão 4.826.663 eleitoras e eleitores com mais de 79 anos.

**Nome social** - Desde 2018, a Justiça Eleitoral garante às eleitoras e aos eleitores o direito de utilizar seu nome social – que é aquele pelo qual a pessoa prefere ser chamada – grafado no título de eleitor e no caderno de votação. Nas Eleições 2024, 41.537 pessoas utilizarão o nome social no título de eleitor,

sendo 21.367 eleitoras e 20.170 eleitores. O número é quatro vezes maior que o registrado no último pleito municipal, com 9.985 eleitoras e eleitores que fizeram a mesma opção.

**Eleitorado com deficiência** - Para as Eleições 2024, o número de eleitoras e de eleitores que informaram ter algum tipo de deficiência ou mobilidade reduzida passou de 1.157.619 nas Eleições 2020 para 1.451.846 neste ano, ou seja, houve um aumento de 25% de declarações de votantes nessas condições em quatro anos. No caso, 714.829 mulheres e 736.922 homens disseram necessitar de atendimento ou condições especiais para votar.

**Instrução** - Eleitoras e eleitores brasileiros que declararam ter o ensino médio completo representam 27% do eleitorado, com 42.154.620 de cidadãs e cidadãos. Outros 35.055.587 votantes (22,4%) informaram ter o ensino fundamental incompleto, enquanto 27.716.058 (17,78%) disseram ter o ensino médio incompleto. Já o eleitorado com graduação superior atinge 10,75% do total, no caso, 16.756.310 pessoas.

## Retrato avareense

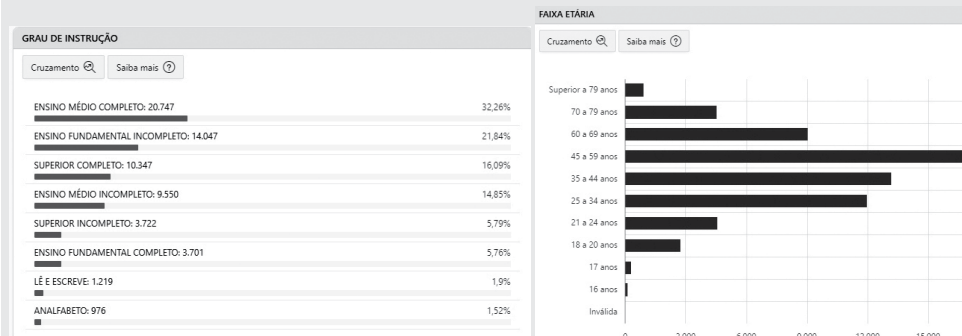
O perfil do eleitorado avareense segue em partes o nacional. Contudo houve uma queda no número de eleitores. Para as eleições deste ano, a cidade tem 64.309 pessoas aptas a votar – número menor que das eleições anteriores. Em 2020, Avaré tinha 67.361; o índice vinha aumentando (64.274 em 2016 e 61.746 em 2012), por isso a redução de mais de 3 mil eleitores chama a atenção, embora a pandemia tenha – infelizmente – sua parcela de culpa nisso.

As mulheres continuam sendo maioria com 52% do eleitorado. A maior parte se concentra na faixa etária de 45 a 59 anos (cerca de 17 mil); seguido dos eleitores entre 35 a 44 anos (13 mil) e 25 a 34 anos (cerca de 12 mil). A fatia mais jovem de 16 até 24 anos soma cerca de 7.300 eleitores, enquanto os de 60 até mais de 79 anos, representam quase o dobro (14,4 mil). Os números confirmam que o eleitorado avareense, além de ter diminuído, está mais velho e portando, com tendência ao conservadorismo.

Apenas 36% do eleitorado se declara casado; outros 52% são solteiros. Contudo o dado mais preocupante continua sendo o grau de instrução. Apenas 16% tem formação superior (10, 3 mil) e 5,79% superior incompleto. A grande maioria dos eleitores – 32,26% - tem o ensino médio completo; a seguir vem os que não completaram o ensino fundamental: 21,84% (mais de 14 mil). Juntos, eles representam mais da metade do eleitorado. Outros 14,85% não completaram o ensino médio, apenas 5,75% completaram o fundamental e 1,9% lê e escreve e 1,52% é analfabeto.

471 eleitores possuem algum tipo de deficiência.

(Fonte TSE e TRE)



# O estoicismo e o hedonismo



As escolas filosóficas da Grécia Antiga surgiram como respostas a questões fundamentais sobre a natureza do universo, a existência humana, a ética e a política. Este período, conhecido como a era clássica da filosofia grega, foi marcado por um florescimento intelectual que estabeleceu as bases para a filosofia ocidental. As escolas filosóficas não apenas moldaram o pensamento de sua época, mas também deixaram um legado duradouro que continua a influenciar a filosofia, a ciência e a ética até os dias de hoje. Antes do surgimento das escolas filosóficas clássicas, os filósofos pré-socráticos dos séculos VII e VI a.C. já buscavam explicações racionais para os fenômenos naturais, afastando-se das explicações mitológicas. Filósofos como Tales de Mileto, Anaximandro e Heráclito investigaram a natureza do cosmos e os princípios fundamentais da realidade. Atenas tornou-se o centro intelectual da Grécia durante o século V a.C., graças ao seu ambiente cultural vibrante e à sua democracia, que incentivava o debate e a investigação filosófica. Foi nesse contexto que surgiram as principais escolas filosóficas.

A cronologia das escolas filosóficas da Grécia Antiga revela uma evolução contínuo do pensamento, com cada escola contribuindo de maneira única para o desenvolvimento da filosofia e das ciências. Esses legados continuam a influenciar o mundo moderno, demonstrando a relevância das ideias gregas. Os métodos desenvolvidos pelos filósofos gregos continuam a ser estudados e aplicados na filosofia contemporânea. Princípios estoicos são utilizados em terapias modernas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental e pela Psicanálise desenvolvida por Freud. A abordagem empírica de Aristóteles influenciou o desenvolvimento da ciência e da metodologia científica. As discussões sobre justiça, virtude e o bem comum continuam a ser relevantes em debates políticos e éticos.

Algumas escolas são importantes por apresentar os pensamentos e comportamentos desenvolvidos naquela época e que até hoje são discutidos nas mais diversas áreas do conhecimento. Alguns exemplos dessas escolas são: a escola estoica ou estoicismo contrapondo-se à escola hedonista ou hedonismo. Essas duas escolas filosóficas oferecem visões contrastantes sobre a vida, a felicidade e a ética.

Os estoicos enfatizam a importância do autoconhecimento e da reflexão contínua sobre os próprios pensamentos e ações. Acreditam que, ao entender as emoções e reações, pode-se viver de acordo com a razão e a virtude. A aceitação

estoica da realidade envolve distinguir o que está sob controle, como as ações, os pensamentos e atitudes, e o que não está, como eventos externos, circunstâncias e ações de outras pessoas. Ao focar no controle interno e aceitar o que não pode ser mudado, os estoicos buscam alcançar a tranquilidade e a paz de espírito.

O hedonismo sustenta que o prazer e a evitação da dor são os bens mais elevados e os principais motivadores das ações humanas. O foco na busca do prazer e na evitação da dor é tido como um bem supremo. Esse prazer pode ser sensual, focado nos prazeres físicos e imediatos, como o sexo, o álcool, as drogas e a comida em excesso. Esses comportamentos podem levar os indivíduos a tornarem-se compulsivos e neuróticos.

Embora o estoicismo e o hedonismo sejam filosofias antigas que abordam a ética e a busca pela felicidade, suas ideias podem ser comparadas e contrastadas com conceitos psicanalíticos. A abordagem psicanalítica teórica e terapêutica se concentra na compreensão do inconsciente, dos desejos reprimidos e dos conflitos internos. Freud introduziu os conceitos de “princípio do prazer” e “princípio da realidade”. No primeiro, sugere que os seres humanos são motivados na busca do prazer e na evitação da dor; no segundo, existe a moderação na busca do prazer e as demandas da realidade. Essa comparação mostra como o estoicismo e o hedonismo oferecem perspectivas diferentes sobre a vida e a felicidade, enquanto a psicanálise fornece uma abordagem mais integrada e complexa para entender o comportamento humano e a busca pela felicidade.

Na contemporaneidade, onde o mundo é líquido, a perspectiva de viver no hedonismo parece ser mais fácil, tendo em vista o imediatismo, a velocidade da comunicação, a superficialidade nos relacionamentos, entre outros prazeres imediatos. No entanto, o comportamento estoico ajuda a viver melhor, enfrentando todas as adversidades da vida, promovendo a aceitação serena do destino e dos eventos externos que fogem ao controle do indivíduo.

**Estoicismo:** é a corrente de pensamento cuja característica central é o pensamento de que todo o cosmo é regido por uma harmonia que determina todos os acontecimentos.

**Hedonismo:** é uma doutrina, ou filosofia de vida, que defende a busca por prazer como finalidade da vida humana. Buscar prazer é o que move o ser humano.

## Rosângela Vendrametto Quartucci

Psicóloga (CRP 06/118.954)  
Especialista em Psicoterapia Psicanalítica  
Contato (14) 99700.3699 ou  
rvqpsic@hotmail.com



# Comparação, a destruição da autoestima



A maioria de nós tem o péssimo hábito de nos compararmos aos outros – seja fisicamente, intelectualmente e até mesmo em suas conquistas. Muitas querem ter o corpo de uma celebridade, o sucesso de uma personalidade, a beleza de uma influencer, o sucesso de uma empreendedora bem sucedida.

Embora desde a infância sejamos instigados a competir, mesmo que inconscientemente - através como notas escolares, disputas esportivas, beleza física, entre outros aspectos – continuamos a nos comparar na vida adulta e as redes sociais só potencializaram este comportamento que acaba se transformando em hábito.

Vivemos em uma sociedade na qual as pessoas são ensinadas o tempo inteiro a dar o seu melhor e isso é de certa forma é saudável, desde que não gere um instinto de competitividade prejudicial. É difícil lidar com tudo isso de forma equilibrada, em uma sociedade que valoriza extremamente o desempenho, seja na vida, na carreira, nos relacionamentos, começando por provas, processos seletivos e premiações. Além disso, há ainda as inevitáveis comparações no ambiente familiar entre irmãos, primos entre outros. No entanto, todo esse clima cria insegurança de não sermos tão boas quanto determinadas pessoas usadas nas comparações.

Buscamos ter reconhecimento social através da aprovação do outro, ou seja, pela competição e comparação. E de todas as formas que falhamos conosco, essa é uma das piores, pois acaba com nossa autoestima.

Quando entendemos que somos únicas e que comparações só nos sabotam, começamos a entender o real significado de autoestima e autovalorização. Em meus atendimentos, grande parte das mulheres usa a comparação para expressar a si mesmas – o que por si só já denota muitas vezes um sentimento de inferioridade e desvalor.

Por isso, ao longo das minhas pesquisas e atendimentos, decidi que seria crucial desenvolver uma Metodologia que de fato priorizasse a individualidade acima de quaisquer padrões pré-concebidos e este sem dúvida, é um dos maiores diferenciais dela e o motivo de tanto sucesso.

Na **Metodologia Duas Marias®** a mulher aprende a encontrar seus próprios estilos, corpo físico, sua coloração, seus segredos da face através de inúmeros processos e descobre que não há padronização. Ela aprende a construir a própria imagem de acordo com sua personalidade e seu momento atual, considerando todas as descobertas que fez, mas acima de tudo, depois de aceitar-se como é, sem comparações.

Não é uma jornada fácil porque ela é diária, mesmo após os cursos e mentorias. A autoestima só vem através do conhecimento de si mesma, mas tem que ser praticada todo dia.

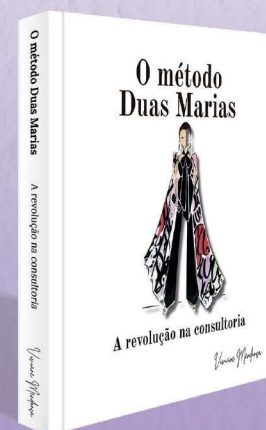
Não se compare mais e pare de destruir sua autoestima. Você é rara, única e deve valorizar suas habilidades, pois ninguém o fará como você mesma. Aprenda a construir a si mesma em nossa Universidade Corporativa. Espero você!

*Viviane Mendonça*



UNIVERSIDADE  
DUAS MARIAS

Aponte sua câmera  
e tire suas dúvidas



ADVOGACIA



11 de agosto

## DIA DO ADVOGADO

Mais que uma data da  
categoria, a celebração da  
**Justiça e dos ideais da  
liberdade!**

A todos colegas, parabéns!

**Renato Gonçalves da Silva**

ADVOGADO

Cível | Tributária | Trabalhista | Empresarial | Direito bancário  
Direito do Consumidor | Organização de Sociedades

Avenida Misael Euphrásio Leal, 333 (ao lado da Eduvale) | Avaré (SP)

Tel (14) 3732.5776 | (14) 3732.0162 ©

Feliz dia dos

pais

Pai é amor incondicional,  
cuidado e carinho.

in Foco

café  
Feliz dia Pais  
café

Amor de Pai é como nosso café.  
Todo mundo quer por perto!



[www.emporiumcafe.com.br](http://www.emporiumcafe.com.br)

Rua Rio Grande do Sul, 1274 | Galeria Guazzelli | Centro | Avaré (SP)

|14| 99785.7735 ©





# 40 anos

Desde 1984 para você

[www.bizunga.com.br](http://www.bizunga.com.br)

Siga nas Redes Sociais

 /grupobizungao

 /grupo\_bizungao



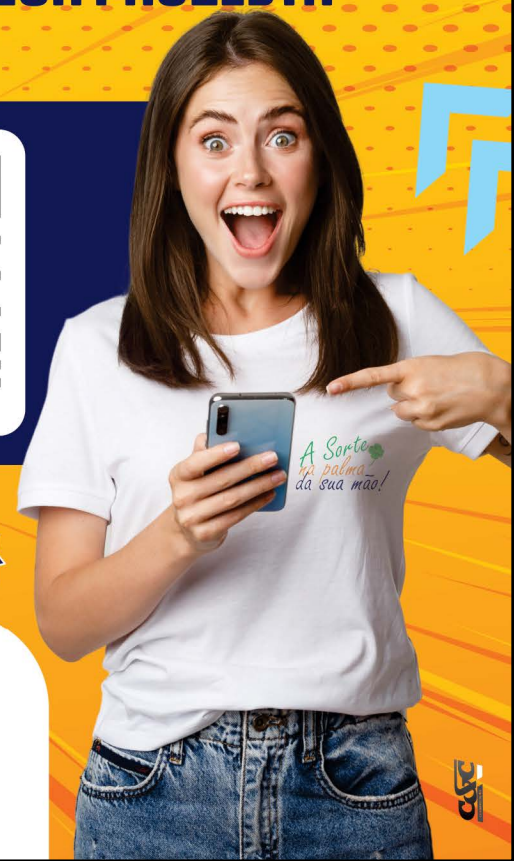
# 100 MIL REAIS EM VALES-COMPRA

A MAIOR CAMPANHA DIGITAL DO COMÉRCIO NO INTERIOR PAULISTA



Baixe o aplicativo da ACIA, compre nas lojas associadas e acumule cupons! Serão diversos sorteios, confira mais informações no site:

[www.aciaavare.com.br](http://www.aciaavare.com.br)



CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SPA/ME N.º 06.033480/2024 PROMOÇÃO N.º 2024/01961

Realização:



Apoio:



# Por que nossos olhos enxergam cor?



Um dos principais sentidos do corpo humano, a visão é uma das formas mais potentes de percepção e interpretação de tudo o que nos cerca. As cores e as luzes atraem o nosso olhar, e tudo que está à nossa volta parece ser colorido: a natureza, os objetos, as cidades. Mas e se você descobrisse que, na verdade, as cores não existem?

Elas são fabricadas pelo nosso cérebro. Isso acontece porque os objetos absorvem as cores que estão na luz branca. Quando essa luz reflete nos nossos olhos, na camada chamada de retina, as células chamadas de cones e os bastonetes transmitem a informação sobre as cores para o nosso cérebro. Por ser um processo individual, cada pessoa percebe as cores de um jeito. Antes de falarmos sobre como os nossos olhos enxergam as cores, vamos entender como elas se formam.

Quando dizemos que as cores não existem, é porque as tonalidades só aparecem na presença da luz branca, que é a mistura de várias cores. Sem a luz, não há cor, apenas um espaço vazio representado pelo preto. Ou seja, a cor é a impressão causada nos olhos pela luz. A cor neutra é o branco, ele é a união de todas as cores que podemos enxergar, compostas pelos espectros de vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, anil e violeta. A ausência de luz – ou inexistência de cor – é representada pelo preto, já que não consegue refletir luminosidade nos objetos. Diferenciamos uma tonalidade da outra por meio do fenômeno físico chamado “comprimento de onda”. Isso quer dizer que as cores são ondas que vibram em velocidades diferentes. Quanto mais rápida a onda, mais azulada ela fica; e quanto mais lenta, mais avermelhada.

Quando um feixe de luz toca um objeto colorido, parte desse feixe é refletida enquanto parte é absorvida pelo objeto, porém, só podemos ver a cor correspondente à frequência que foi refletida.

Logo, a cor de um objeto é justamente a cor que ele não absorveu. Se uma maçã é vermelha, é porque ela absorve muito todas as cores, menos a vermelha – que é refletida para o nosso olho.

**Newton e o prisma** - A descoberta de que as cores são nada mais que luzes refletidas sobre o branco pode ser um pouco impactante. Imagine então em 1665 quando Newton apresentou a sua teoria. Acontece que, por muitos séculos, o arco-íris era um grande mistério da natureza. Ninguém sabia como ou por que aquele arco colorido surgia. Da mesma forma, o feixe multicolorido que saía de dentro dos prismas também era um mistério.

O surgimento dessas cores era tão misterioso que as pessoas acreditavam serem obras de espectros, como seres fantásticos parecidos com fantasmas. Até então, artistas e cientistas viam o branco como uma cor pura, e não uma mistura de cores. Mas essa concepção foi alterada pelo cientista inglês Isaac Newton. Em 1665, Newton fez um experimento que mudaria tudo. Ele dispunha apenas de alguns prismas, lentes e da luz do sol. Através de um pequeno furo em uma cortina, o cientista obteve um feixe de luz que fez incidir sobre o prisma.

A luz, depois de passar pelo prisma, projetava sobre a parede uma mancha com as cores distribuídas do vermelho ao violeta. Esse feixe colorido foi focado por uma lente e direcionado para um segundo prisma. As cores então se misturaram, resultando em luz branca.

Para não haver dúvidas, o mesmo feixe

atravessou um terceiro prisma e novamente se separou nas cores do arco-íris. Essa é a prova definitiva de que a luz branca é composta por todas as cores.

## Como as cores chegam aos nossos olhos?

Hora de entender como essa “mágica” funciona para os nossos olhos e por que enxergamos colorido. O caminho que a luz refletida por um objeto percorre no nosso olho é o seguinte: ela atravessa a córnea, a íris (responsável por regular a quantidade de luz recebida pela pupila), a pupila, o cristalino e chega até a retina. É dentro da retina que as imagens são formadas, nela, existe uma camada de células bem pequenas e sensíveis à luz – os fotorreceptores.

Eles são de dois tipos: bastonetes, que funcionam em lugares mais escuros, e os cones, que se adaptam à luz e são responsáveis pelas cores que enxergamos.

**Cada um vê uma cor** - Uma cor nunca será exatamente igual para todas as pessoas. Isso acontece porque as densidades de recepção da luz variam de um indivíduo para outro.

É o nosso cérebro que produz as cores, o que gera variações de acordo com cada observador: o azul que você vê pode não ser a mesma tonalidade de azul que seu amigo vê.

Além disso, algumas pessoas têm daltonismo – um distúrbio da percepção visual identificado pelo não funcionamento dos cones, os responsáveis pela diferenciação das cores.

Logo, o indivíduo com daltonismo sente dificuldade em apontar a diferença das tonalidades, como tons de vermelho ou laranja. A confusão também existe entre verde, vermelho, azul e amarelo, que são cores oponentes.



o presente  
perfeito para o seu

*Pai*  
está aqui!



ÓPTICAVITÓRIA

Há mais de 25 anos  
cuidando da sua imagem

# Movimento Blockout



Nos últimos meses, um movimento nas redes sociais denominado Blockout 2024 tem ganhado destaque através de hashtags e adesão massiva de internautas. A expressão é um trocadilho com o termo “blackout”, de apagão, com o verbo block, de bloquear.

Esta iniciativa começou nos EUA após o glamoroso Met Gala, um evento beneficente, mas comumente criticado por ser elitista e desconectado da realidade. A proposta do movimento consiste em bloquear, nas redes sociais, celebridades e subcelebridades percebidas pelo público como indiferentes ou silenciosas em relação aos conflitos sociais.

A reação teve início quando os usuários das redes passaram a expressar sua indignação ao verem os participantes do Met Gala ostentando trajes luxuosos enquanto uma grave crise humanitária se desenrola em Gaza. A gota d’água foi um vídeo publicado — e já excluído — pela influencer norte-americana Haley Kalil, no qual ela posa com um visual extravagante em frente a algumas pessoas e dubla o áudio do TikTok “let them eat cake” (que comam brioche, em tradução livre). Essa frase é atribuída à Maria Antonieta, última rainha antes da Revolução Francesa, criticada por viver uma vida de luxo enquanto seu povo vivia na miséria.

De acordo com o site TodayOnline, celebridades como Taylor Swift, Selena Gomez, Billie Eilish e Kim Kardashian já perderam milhares de seguidores. A ideia por trás da ação é reduzir o alcance e a influência dessas figuras, impactando negativamente seus ganhos com publicidade e engajamento online. Ao bloquear celebridades que não se posicionam sobre questões humanitárias, os participantes do movimento estão tentando silenciar, no espaço online, pessoas consideradas prejudiciais e frívolas.

Contas no TikTok até indicam quais celebridades devem ser bloqueadas pelo movimento. Em seu perfil, o usuário @Blockout2024 listou nomes como Cristiano Ronaldo, Harry Styles, Billie Eilish, Zendaya, Beyoncé, Caitlyn Jenner, Kendall Jenner, Timothee Chalamet, Bad Bunny, Ariana Grande, Drake entre outros.

O movimento tem ganhado força no Brasil, sendo um pouco mais abrangente, pois o incentivo é que as pessoas deixem de seguir qualquer pessoa que poste coisas superficiais e sem qualidade, tais como o seu cotidiano, suas roupas e suas comidas, por exemplo. O

desejo é que o espaço público de discussão online seja destinado àquelas pessoas que utilizem as plataformas para promover debates que contribuam positivamente para a sociedade.

A cultura de celebridades e influencers, em sua maioria, privilegia o entretenimento e o consumo, em detrimento das discussões substanciais. Nesse sentido, o movimento Blockout 2024 tenta desafiar a influência desproporcional de pessoas que estão preocupadas somente com seus lucros e com a manutenção de seus luxos.

Apesar do potencial do movimento é necessário avançar mais, pois simplesmente bloquear figuras públicas pode não ser o suficiente para promover mudanças reais. A verdadeira transformação requer um engajamento contínuo, algo que vai além das ações meramente simbólicas. É preciso que essa redefinição do espaço digital promova uma comunicação mais responsável entre as celebridades e influencers e seu público, incentivando essas figuras a saírem de sua zona de conforto e usem seu alcance para causas que realmente façam sentido para todos.

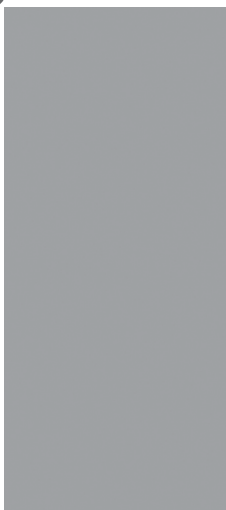
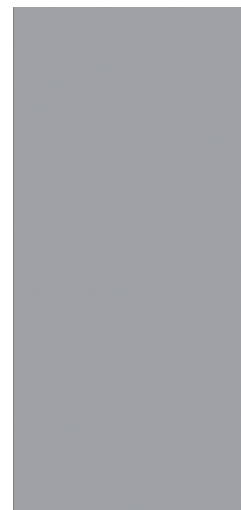
O movimento Blockout 2024 não destaca apenas a frustração com a desconexão entre a cultura de celebridades e a realidade social, mas também exemplifica o poder das redes sociais em moldar o discurso público.

Ao pressionar figuras públicas a adotarem uma postura mais consciente e engajada, o movimento convida a todos para uma reflexão sobre o papel e a responsabilidade de cada um, tanto como produtores quanto consumidores de conteúdo digital.

Para alguns analistas de comportamento, o movimento pode representar um passo na luta por uma esfera pública mais ética e inclusiva, nos desafiando a reconsiderar nossas próprias práticas e valores no universo das redes sociais.

(Fonte UOL, G1 e Metropoles)



Augusto Esteves, *Sonho do Major*, óleo sobre tela, 1961.

*Que tenham sido audaciosos, não há dúvida. Porque chegaram para desbravar o sertão do Rio Novo no período em que os caiuás, integrantes das tribos nativas da região estavam sendo impiedosamente eliminados por bugreiros.*

*Ambos tropeiros, Vitoriano de Souza Rocha e Domiciano José de Sant'Anna, procedentes da Serra da Mantiqueira, são considerados os fundadores de Avaré, por terem doado terras para a formação do Patrimônio de Nossa Senhora*

## Sobre o Major Vitoriano



Desenho de autoria desconhecida esboça o busto do fundador de Avaré.

Major da Guarda Nacional, o tropeiro Vitoriano de Souza Rocha assentou-se no sertão do Rio Novo em meados do século dezenove, antes da Lei de Terras. Apossou-se de áreas onde formou a Fazenda São João do Paranapanema, um latifúndio hoje submerso desde o represamento das águas de Jurumirim, em 1962.

Filho de Francisco Bueno da Rocha e Gertrudes de Oliveira, camponeses, "Victoriano" nasceu em Conceição do Jaguari, primitivo nome da estância climática de Bragança Paulista, onde foi batizado em 7 de março de 1790.

Casou-se com a adolescente Gertrudes

de Oliveira Dorta, tendo seu matrimônio sido celebrado em 9 de novembro de 1808. Três anos depois nasceu José, o primeiro filho. E em Pouso Alegre (MG), onde a família viveu, outros cinco filhos nasceram: Chrispim, Camilo, Pedro, Antonio e João Francisco.

Em 1840, Vitoriano negociou tropas em Sorocaba e depois veio com comitiva para o oeste paulista, tendo se estabelecido no sertão do Rio Novo. Desse período o memorialista Gilberto Fernando Tenor conserva raro documento lavrado pelo fundador, em 1855, doando parte de suas terras para um filho.

Homem alegre, folgazão, valente, domador sem igual e muito devoto, o tropeiro esteve em Botucatu, em 1862, junto de seu compadre Domiciano Sant'Anna para doar um quarto de légua, em cartório, para a futura freguesia.

Com a criação, em 1866, do Distrito Policial do Rio Novo, Vitoriano tornou-se o subdelegado com jurisdição sobre os territórios vizinhos, mas ocupou o posto por pouco tempo.

É a última referência ao major.

Viveu de maneira sóbria, recolhido em sua propriedade rural, cuja sede ficava onde hoje é o Bairro dos Rochas. Morreu aos 90 anos, em 28 de março de 1880.

Seus despojos foram inumados no primeiro cemitério da cidade, que hoje dá lugar ao Lar São Vicente de Paulo.

Avaré, contudo, pouco reverencia a memória de seu fundador. Na cidade apenas uma rua leva o nome dele, no centro histórico. Nada mais.

## Gesiel Neto

Graduado em História pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho (Unesp, 2016) e pós-graduado em Educação Patrimonial pela Universidade Metropolitana de Santos (Unimes, 2021), foi diretor do Museu Municipal de Avaré e do Memorial Djanira (2018-2020). Juntamente com História, leciona Inglês em todos os níveis escolares, inclusive universitário, além de integrar o corpo docente da faculdade Eduvale.



# Do pouco que se sabe sobre os nossos fundadores

das Dores. O historiador Gesiel Neto traçou o perfil biográfico do major Vitoriano com os poucos dados que obteve, mas reconhece estar incompleto por haver bem poucas informações sobre o pioneiro.

O mesmo lamenta o pesquisador Gesiel Júnior, o qual pinçou os registros mínimos encontrados sobre o alferes Domiciano, que se dividia nas lidas da lavoura e da fabricação de selas e selins.

## Sobre o Alferes Domiciano



Retrato de Domiciano Santana feito pelo artista plástico Augusto Esteves.

São raríssimos os registros sobre a vida daquele que pode ser considerado o co-fundador de Avaré. Trata-se de Domiciano José de Sant'Anna, alferes da Guarda Nacional, patente de oficial abaixo de tenente (no Brasil, a designação foi substituída pela de segundo-tenente).

Nascido em Mogi das Cruzes no ano de 1796, Domiciano integrou a comitiva de tropeiros liderada pelo major Vitoriano de Souza Rocha, seu compadre, com quem se radicou no sertão do Paranapanema em meados do século dezenove.

Alguns dados extraídos do arquivo da Cúria

Metropolitana de Botucatu apontam, segundo o arcebispo Dom Vicente Zioni, que ele era “o segundo doador do patrimônio da Capela de Nossa Senhora das Dores do Rio Novo”, casado com Gertrudes Maria da Luz, nascida em Mogi Mirim.

Um dos poucos a mencionar Domiciano é o capitão Tito Corrêa de Mello, um dos fundadores de Botucatu, que fez o seguinte relato: “Ele e seu vizinho e compadre Vitoriano me procuraram e os levei à casa do tabelião, onde foi redigida a escritura de doação que ambos faziam, na parte em que seus sítios dividiam, cortados por um riacho, de um terreno de 27 hectares para o Patrimônio de Nossa Senhora das Dores. Essa escritura foi lavrada em 15 de maio de 1862 e nesse tempo já havia um cruzeiro em frente da capela e oito pequenas casas de taipa ao redor”.

Se de Vitoriano há registros mínimos, do seu compadre Domiciano, menos ainda. Sabe-se ele que tomou posse de glebas na região quando os índios caiuás já estavam sendo eliminados por matadores contratados.

Discreto, além de lavar suas terras, Domiciano trabalhou como seleiro na antiga Avaré, onde morreu no final da década de 1880. Provavelmente não deixou herdeiros.

Uma única homenagem os avaréenses prestaram à memória do pioneiro que contribuiu decisivamente para a fundação de Avaré. Deram o nome de Domiciano Santana à antiga Rua da Escola, uma das mais importantes vias do centro histórico.

## Gesiel Junior

Jornalista, escritor, pesquisador, cronista e poeta, cursou filosofia e teologia no Seminário Arquidiocesano de Botucatu. Autor de 51 livros sobre a história regional, foi correspondente do jornal O Estado de S. Paulo, secretário de Comunicação da Prefeitura de Avaré e hoje integra a Academia Botucatuense de Letras e a Academia Sorocabana de Letras.



# Postagens que podem acabar em justa causa



*Cautela e bom senso devem ser primordiais antes de qualquer postagem nas redes sociais*

As redes sociais têm se tornado um meio pelo qual muitas pessoas expressam seus momentos de felicidades, realizações, tristezas, indignações, medos, preconceitos, manifestações que são externadas. Todavia, muitas vezes, não se pensa em qualquer consequência, já que a rede social aceita o que a pessoa quiser sem questionamentos ou julgamentos.

É certo que quando utilizada com bom senso e responsabilidade, as redes sociais podem trazer ótimos benefícios para a vida de seus usuários. O problema começa quando o seu uso viola a intimidade, a vida privada, a honra e a imagem de terceiros. Tem sido crescente o número de pessoas que fazem uso desse incrível mecanismo para registrar seu aborrecimento com a empresa em que trabalham, com seus superiores ou, ainda, para reclamar de clientes.

## **Redes sociais e o ambiente de trabalho**

A falsa liberdade que foi criada ao se manifestar nas redes sociais já ultrapassou os limites do livre arbítrio. É preciso o bom senso para não ultrapassar os limites legais, éticos, e tampouco possa ferir os direitos constitucionais do indivíduo ou da empresa.

Toda empresa que se preza possui, ainda que informalmente, princípios que norteiam sua atuação no mercado, com respeito aos clientes, aos colaboradores, ao meio ambiente e à sociedade como um todo.

Ao ser contratado, o empregado geralmente é informado da missão, da visão e dos valores da empresa, de forma que o mesmo tenha ciência destes princípios e se comprometa a segui-los, enquanto mantiver o vínculo empregatício. Violar ou extrapolar nas redes sociais pode levar à demissão por justa causa.

## **O que diz a CLT?**

A Consolidação das Leis do Trabalho, em seu artigo 482, explica os motivos que podem levar a uma demissão por justa causa. No caso da publicação em redes sociais, a justa causa pode ser aplicada com base no artigo 482, alínea "k", que diz que todo ato lesivo da honra ou da boa fama ou ofensas contra o empregador e superiores hierárquicos, constituem motivos para a dispensa.

O controle dos computadores é legal e, caso seja identificada utilização indevida dos equipamentos ou da web, a empresa pode

demitir alegando justa causa. Portanto, antes de qualquer postagem mais agressiva, pense duas vezes.

## **Situações que podem levar à demissão por justa causa nas redes sociais**

A liberdade de expressão não se sobrepõe aos valores da empresa, todavia o respeito ao código de ética e de conduta, devem prevalecer na relação empregatícia.

Abrir o Facebook, o Whatsapp, o Instagram ou qualquer rede social para falar mal do chefe, de colegas do trabalho, reclamar do salário, do plano de saúde ruim, da péssima refeição, de clientes chatos ou denegrir a imagem da empresa, é falta grave que pode gerar a demissão por justa causa.

A seguir, 8 razões que mais acarretam em demissão por justa causa e que foram parar nos tribunais trabalhistas:

- Ofender/zombar de chefe ou colega de trabalho
- Denegrir a imagem da empresa;
- Reclamar do salário;
- Reclamar do Plano de Saúde com ofensas;
- Criar fofocas sobre fatos que ocorreram a respeito do ambiente laboral;
- Ofender a honra ou a integridade moral de uma pessoa;
- Curtir uma postagem, que possa ser ofensiva ou contrária aos princípios da empresa,
- Tirar licença médica por doença grave e participar de evento esportivo.

*(Fontes Portal Administradores e Jornal Contábil)*



# beleza beleza beleza

## Fim das manchas

Um novo dermocosmético chegou na **Vitalis Drogaria, Manipulação e Homeopatia: o SabiWhite®**, ideal para quem busca **reduzir as manchas indesejadas da face ou corpo, sem causar efeitos colaterais na pele.**

“Ele possui efeito clareador comparável com a Hidroquinona a 4%, porém sem causar irritação ou efeitos colaterais de sensibilização”, explica a farmacêutica **Fernanda T. de C. Vicentini (CRF-SP 22.874)**

Proveniente dos rizomas da *Curcuma longa*, SabiWhite® também fornece proteção antioxidante tópica eficaz, auxiliando no retardo da melanogênese, além de proteger a pele contra a inflamação induzida pela radiação UVB e os seus consequentes danos. SabiWhite® é um extrato natural de cor clara com comprovada ação clareadora e iluminadora da pele. Ele não é fotossensibilizante, ou seja, pode ser usado durante o dia sem risco de manchas. Além disso, pode ser usado em todos os tipos e tons de pele, inclusive negras e asiáticas. E o melhor: tem compatibilidade com outros produtos, então pode ser manipulado junto com o filtro solar.

### Benefícios

- Possui efeito clareador comparável com Hidroquinona a 4%, sem causar efeitos colaterais (ao contrário da Hidroquinona)
- Possui ação clareadora, antioxidante, anti-inflamatório e antiaging
- Promove o clareamento da pele de forma perceptível, já a partir da primeira semana de uso
- Inibe a enzima tirosinase de forma mais potente que o ácido kójico e o arbutin
- Promove potencial redução da melanogênese
- Seguro para uso tópico, não causando irritação ou efeitos colaterais de sensibilização
- Produto natural



# Vitalis

Drogaria e Manipulação

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 às 20h e aos sábados, das 8 às 18h

Av. Pinheiro Machado, 1134 | Jd. São Paulo | Avaré (SP) Tel. (14) 3733.9337

ISO

ISO-7  
ISO-8

ABNT  
ASSOCIAÇÃO  
BRASILEIRA  
DE NORMAS  
TECNICAS



@vitalis.avare 

Faça seu pedido apontando sua câmera para o QR Code



(14) 99600.2188 



mês dos

# Pais

AOS DOMINGOS

## CAFÉ DA MANHÃ



### Chama no ZAP

São João 1  
(14) 3732.1906  
(14) 99116.8973

São João 2  
(14) 3733.2001  
(14) 99116.7817



Uma delícia de padaria,  
toda hora, todo dia!  
[www.padariasaojoa0.com.br](http://www.padariasaojoa0.com.br)

Aponte sua câmera  
para o QR Code  
e faça seu pedido!



**Unidade 1** - Praça Vereador Janguito, 02 | Avaré (SP)  
**Unidade 2** - Rua Acre, 1298 | Avaré (SP)

dia dos

# Pais

presentes para todos os tipos de pais  
há muitas gerações



A loja do seu coração!

RUA SANTA CATARINA, 1250 - CENTRO - AVARÉ (SP)

© 14 99717 5934 @brasílaavare

Feliz dia dos

# paais



Que ele seja tão especial  
quanto você é para todos nós!

Aponte sua câmera  
para o QR Code  
e faça seu orçamento!



[www.novatecsolucoes.com.br](http://www.novatecsolucoes.com.br)

Rua Espírito Santo, 1289 | Centro | Avaré (SP) Tels (14) 3733.4616 | 3733.4316  
WhatsApp (14) 99790.6060





Tudo em até

5X

UMA DATA QUE PEDE  
UM PRESENTE  
ESPECIAL PARA UM  
PAI SENSACIONAL!

FELIZ  
DIA  
DOS

Pais



TOQUE FINAL  
BIJUTERIAS E ACESSÓRIOS

Carteiras, canecas, copos e garrafas  
personalizadas (e de times),  
cachecóis e presentes originais

*Mais completa pra você*

Rua Pernambuco, 1461 | Centro de Avaré (SP)

(14) 99711.5429 | (14) 99684.3640



pai

a sua Luz  
ilumina  
nossa Vida

Compre conosco e  
ganhe o projeto  
luminotecnico para  
sua obra!

(14) 99165.9595



2000 ILUMINAÇÃO  
MATERIAL ELÉTRICO E ILUMINAÇÃO

Aponte sua câmera  
para o QR Code  
e entre em contato



Rua Pará, 1416 (esquina com Santa Catarina) | Centro | Avaré (SP) Tels 14 3732.6221 | 3022.2285

## Oriental à Coreana

O **Oriental Mix** continua inovando e incluiu em sua culinária, pratos deliciosos e exclusivos da gastronomia coreana. Fica a dica para experimentar essa novidade!



## Arraiá Vitalis

A **Vitalis** promoveu um inusitado arraiá em julho, reunindo seus colaboradores, amigos e familiares em uma animada descontração julina. Isso só reforça a visão da empresa de total interação com bem-estar, saúde e a comunidade. Parabéns pela iniciativa!



## 120 anos da Santa Casa

As comemorações oficiais dos **120 anos da Santa Casa de Avaré** tiveram início em julho com uma caminhada beneficente (destaque para a presença do **Pernas Solidárias**) e com festividades que incluíram inauguração de Jubileu dos médicos, painel comemorativo, homenagens e missa. Uma revista e um livro

estão na programação do aniversário que prossegue pelos próximos meses. Aqui, um breve registro dos eventos de julho.



As fotos da caminhada são assinadas pelo fotógrafo Júlio César Moreira



Felicidades aos aniversariantes de agosto: **Camila Peracelli**, **Bruna Cardoso da Luz** e a amiga **Rose (Viramundo)** (todas dia 8); **Eduardo Quartucci** (18); **Adriana Moura Sossai** (19); um parabéns especial para a querida **mãe e agora bisavó Bá** (foto) que recebe os parabéns dia 13.



Eduardo



Bah





# O novo Pai

Apesar de muitas mulheres serem chefes de família no Brasil, e muitas crianças ainda serem registradas sem o nome do pai (são cerca de 460 registros sem a identificação da paternidade), o modelo de patriarcado tem evoluído nas últimas décadas. Ele deixou de ser o único provedor e entrou para o cotidiano da casa, na qual divide as tarefas com a mulher – alguns de forma mais igualitária que outros, mas há de se admitir que parte dos homens tem se esforçado. Para quem perdeu poder e protagonismo em pouco tempo, adequar-se a uma nova realidade ainda é um desafio (ou vários). Dar afeto, por exemplo, aos filhos era algo praticamente restrito à figura materna; hoje, isso mudou completamente, sepultando aquela figura tradicional de pai sério e distante. Uma pesquisa do Instituto Federal Rio Pomba (MG) revelou que sessenta e dois por cento (62%) dos entrevistados afirmam que têm o hábito de beijar, abraçar e fazer carinho nos filhos. O afeto e a conexão também aparecem nas palavras: 57% dizem frases amorosas e encorajadoras para as crianças com frequência.

“Os papéis parentais vêm sofrendo mudanças significativas ao longo do tempo, o que, sem dúvida, implica em novas configurações para o exercício da paternidade. Alguns dos fatores aos quais se devem tais mudanças são: diferentes contextos históricos e socioculturais, múltiplos arranjos familiares, ingresso da mulher no mercado de trabalho, movimento feminista, avanços na legislação e demandas da contemporaneidade”, explica Rejane Dutra de Oliveira, psicóloga. Os dados comprovam que os homens estão mesmo se envolvendo mais na criação dos filhos, mas, no fim das contas, a maioria das tarefas ainda fica sob a responsabilidade das mães. Retrato disso é a frequência com que ouvimos um homem dizer que “ajudo minha companheira”. Quando a expressão mudar para “divido com minha

companheira”, talvez a igualdade esteja mais próxima de ser atingida, argumenta a psicóloga.

E são os próprios pais que admitem a concentração de tarefas nas mulheres. A pesquisa descobriu que 90% dos homens acreditam que os cuidados diários com as crianças devem ser igualmente divididos entre os responsáveis — 69% dizem, inclusive, conversar sobre desigualdade de gênero com os filhos. Mas, na prática, não é exatamente isso que acontece. Quando questionados sobre a forma como acompanham o desenvolvimento das crianças, apenas 50% dos entrevistados se consideram “participativos” na rotina dos filhos e só 56% acreditam ser “ótimos pais”.

Um outro estudo, “Pais em Casa”, também comprova que a equidade ainda está distante. A pesquisa, iniciativa da plataforma 4Daddy e divulgada em matéria publicada no portal “Papo de Homem”, trouxe dados sobre a divisão de cuidados domésticos e educacionais entre pais e mães. Entre casais com filhos, mães realizam 21% a mais horas de trabalho não remunerado (cerca de 36 minutos por dia) e possuem 15% menos tempo sem interrupções do que os pais. Apesar de um maior engajamento dos pais, estes acreditam em equidade, enquanto a mulher não tem a mesma percepção. São pontos de vista distintos sobre o mesmo tema. Pais continuam privilegiando a realização de certas atividades e evitando outras, como lavagem de roupas. A maioria (70%) declara incluir no cotidiano, tarefas como cuidado das crianças e atividades educacionais. Tanto mães quanto pais (78% dos entrevistados) passaram a acumular mais trabalho com a casa e com os filhos. No entanto, as mães seguem sendo as principais responsáveis pelas tarefas: 74% delas afirmam passar mais tempo que os parceiros cuidando da casa e dos filhos. Enquanto 63% das mulheres com filhos realizam 3 ou mais horas de trabalho não remunerado por dia para as tarefas de

cuidado, apenas 37% dos homens alegam gastar essa quantidade de tempo. Os demais pais responderam que dedicam menos tempo a estas tarefas. Apesar da perceptível evolução da participação masculina nos cuidados com os filhos, como pudemos ver através dos dados acima, ainda há muita disparidade entre homens e mulheres quando se trata da divisão das tarefas. Exemplo disso é que o pai ainda “pode” escolher a tarefa a ser executada. Enquanto as mães, simplesmente as executam, sem direito a escolha.

**Questão social** - Além da evolução da participação paterna, é necessário, portanto, uma revolução em questões culturais, já que “culturalmente a mulher é reconhecida como mais bem preparada para os cuidados com os filhos e este reconhecimento não é sem consequências para o exercício da paternidade ativa”, reflete Rejane. A psicóloga cita alguns exemplos facilmente percebidos no dia a dia das famílias e que demonstram que a ideia de que a mulher é a pessoa ideal para cuidar dos filhos ainda perdura: a insegurança de muitas mães diante da possibilidade de deixarem uma criança sob os cuidados do pai; a própria legislação que, embora determine a guarda paterna, concede a guarda à mãe na maioria dos casos; a licença paternidade, incomparavelmente menor do que a licença maternidade, (não desconsiderando, de forma alguma, a condição física da mulher ao ter um filho). Segundo Rejane, é preciso que a sociedade, como um todo, continue avançando no sentido de oferecer aos homens condições de exercerem o que vem sendo exigido deles: uma paternidade ativa e maior participação nas tarefas e cuidados familiares. Para ela, é inquestionável que, antes de tudo, é preciso querer ser pai, mas isso não é o suficiente se uma sociedade não cria condições para que ele o seja.

## Mudanças após a paternidade

A paternidade é um aspecto importante da vida de muitos homens e pode ter um impacto significativo na saúde mental deles. Ser pai pode ser uma experiência emocionalmente desafiadora, trazendo uma variedade de sentimentos e exigindo ajustes em várias áreas da vida. Veja 6 pontos importantes sobre paternidade e saúde mental!

### • Mudanças de identidade

Tornar-se pai envolve uma mudança na identidade e no papel de vida. É normal sentir uma mistura de emoções, como alegria, amor, ansiedade e medo. A adaptação a essa nova identidade pode levar tempo e exigir ajustes psicológicos e emocionais.

### • Expectativas e pressões sociais

A sociedade frequentemente impõe expectativas e pressões aos pais, incluindo a ideia de ser um “pai perfeito” ou cumprir determinados padrões. Essas expectativas podem criar estresse e ansiedade, levando os pais a se sentirem inadequados ou sobrecarregados.

### • Mudanças no relacionamento

A chegada de um filho pode impactar o relacionamento dos pais. As responsabilidades e as demandas da paternidade podem gerar estresse adicional e desafios de comunicação. É importante que os responsáveis cultivem um espaço de diálogo aberto, apoio mútuo e compartilhamento de

responsabilidades para fortalecer o relacionamento durante essa transição.

### • Sono e fadiga

A falta de sono adequado é comum nos primeiros meses da paternidade, especialmente com recém-nascidos, que requerem cuidados frequentes durante a noite. A privação de sono pode afetar negativamente o humor, a concentração e a capacidade de lidar com o estresse. É essencial que os pais procurem maneiras de descansar e obter apoio para evitar a exaustão física e mental.

### • Equilíbrio entre trabalho e vida pessoal

Conciliar as demandas da paternidade com as responsabilidades profissionais pode ser desafiador. A pressão para sustentar financeiramente a família e estar presente na vida dos filhos pode causar estresse e culpa. Estabelecer limites saudáveis, priorizar o tempo de qualidade com a família e buscar apoio em redes de suporte são estratégias importantes para manter um equilíbrio adequado.

**Para promover a saúde mental na paternidade, os pais podem considerar 6 seguintes estratégias:**

**1. Buscar apoio** - Converse com outros pais, participe de grupos de apoio ou procure orientação profissional para

compartilhar experiências, obter conselhos e lidar com o estresse.

**2. Compartilhar responsabilidades** - Dividir as responsabilidades parentais e compartilhar as tarefas domésticas pode aliviar a pressão e criar um ambiente mais equilibrado.

**3. Cuidar de si mesmo** - Reserve um tempo para cuidar de sua própria saúde mental e bem-estar. Isso pode incluir atividades de lazer, exercícios físicos, meditação, hobbies ou qualquer outra coisa que traga prazer e relaxamento.

**4. Comunicar-se abertamente** - Mantenha uma comunicação aberta e honesta no ambiente familiar, compartilhando preocupações, medos e necessidades. Juntos, busquem soluções e apoio mútuo.

**5. Estabelecer limites** - Defina limites claros entre trabalho e vida pessoal, garantindo que haja tempo dedicado exclusivamente à família e ao autocuidado.

**6. Procurar ajuda profissional** - Se necessário, busque a orientação de um psicólogo ou terapeuta especializado em questões familiares e de paternidade. Eles podem fornecer suporte emocional, estratégias de enfrentamento e orientação específica para lidar com desafios da paternidade.

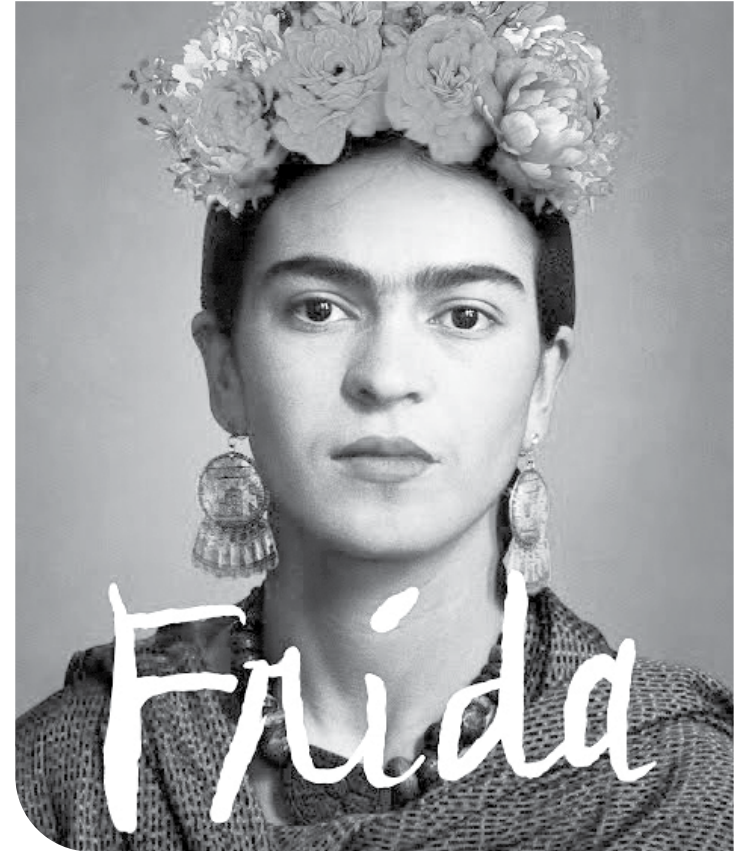
(Fonte IFMG, IG Saúde, UOL, Portal Saúde e Estadão)



# Frida

Documentário traz perfil íntimo da pintora mexicana através de suas ilustrações e de seu diário

(2024, @primevideobr)



A pintora mexicana Frida Kahlo é uma das mulheres mais icônicas e importantes do século XX, tanto como artista quanto na vida pessoal. Além de talentosíssima e com um estilo muito próprio, ela sempre foi transgressora e à frente do seu tempo, quebrando barreiras impostas pelo machismo e sendo uma fortaleza diante dos tantos problemas de saúde enfrentados.

Com uma imagem impactante, sobrancelhas grossas, tranças com adornos de flores e vestidos tradicionais “huipil” (usadas pelas mulheres indígenas do México), sua figura se tornou mundialmente popular e hoje em dia estampa e vende objetos diversos.

Sua vida e carreira extraordinárias já foram retratados na premiada cinebiografia de 2002 “Frida”, e agora chegam sob um olhar mais pessoal e revelador através do fascinante documentário “Frida”, que estreou em janeiro de 2024 no Festival de Sundance e agora está disponível no Prime Video.

A montadora e estreada na direção Carla Gutierrez nos entrega em “Frida” um espetáculo sensorial e emocional. A vida e a obra da artista, que se entrelaçam e se confundem, são narradas em primeira pessoa através de textos do seu diário, cartas e entrevistas.

Vamos conhecendo a alma e o coração dessa artista multifacetada e tão complexa, sua relação com o corpo frágil e suas muitas reflexões através da animação delicada mas

poderosa no seu estilo realista fantástico.

Seus famosos autorretratos, retratos dos amigos, obras inspiradas na natureza e carregadas de símbolos da cultura mexicana e da sua dor física pontuam a bela narrativa.

Mergulhamos na trajetória de Frida como nunca antes, desde a infância nos idos de 1913, a poliomielite, o apoio do pai para seguir em frente, a postura pouco convencional (ela jogava futebol e lutava boxe); os estudos de Medicina, quando se vestia com terno e gravata; até o grave acidente de ônibus que foi um divisor de águas, pois foi durante a convalescença que ela começou a pintar.

O casamento com o famoso muralista Diego Rivera, uma relação conturbada de idas e vindas, amor, rancor e afinidade artística é abordada extensamente, assim como o reconhecimento de Frida como artista a partir da ida a Nova York e da primeira separação, que foi o estímulo definitivo para se dedicar à pintura. A adesão ao Partido Comunista e o ativismo político, que tiveram forte influência em sua obra, foram pouco aprofundados.

O longa não é uma cinebiografia completa e definitiva, no entanto, o tom intimista e a beleza visual fazem de “Frida” um documentário maravilhoso e digno de aplausos, seja dos fãs ou dos que ainda não conhecem essa mulher admirável.

## Karina Massud

Formada em Direito, cinéfila desde os 5 anos, transformou essa paixão em profissão tornando-se crítica de cinema e séries. Escritora em constante evolução, descobriu recentemente seu talento pra comunicadora e apresentadora, e hoje trabalha também na TV e rádio, trazendo informação e entretenimento.



# Por que doenças autoimunes atacam mais mulheres?

As chamadas doenças autoimunes são aquelas que se originam no próprio sistema imunológico que, equivocadamente, ataca e danifica células e tecidos do corpo. Ou seja, o sistema imune produz anticorpos para lutar contra componentes saudáveis do próprio organismo, confundindo-os com agentes invasores. Estas doenças como esclerose múltipla, lúpus e artrite reumatoide, afetam até 8% da população mundial, sendo a maior parte mulheres. A causa para o surgimento dessas condições ainda não está totalmente esclarecida, mas já se sabe que existe uma predisposição genética associada a outros fatores externos que podem representar um risco. O motivo pelo qual as mulheres são as mais afetadas por essas condições segue sendo um mistério. Porém, um novo estudo, publicado na revista *Cell*, traz uma possível luz a essa dúvida. Cientistas da Stanford Medicine, localizada na Califórnia, nos Estados Unidos, acreditam que uma molécula produzida pelo cromossomo X pode gerar anticorpos contra as próprias células das mulheres. Para entender essa teoria, é preciso lembrar como o sexo biológico é definido geneticamente: o sexo feminino é determinado pela presença de dois cromossomos X, enquanto o masculino contém um cromossomo X e outro Y. O cromossomo Y contém poucos genes ativos em seu interior, enquanto o X contém centenas de genes ativos que produzem proteínas específicas. Ter dois cromossomos X, como no caso das mulheres, representa um risco de produzir proteínas em excesso e muitas delas podem ser tóxicas para o organismo. Por isso, naturalmente, cada célula feminina “interrompe” a atividade de um dos cromossomos X, para que a mesma quantidade de proteína presente em uma célula masculina seja produzida em uma célula feminina. Essa inativação do cromossomo X acontece por ação de uma molécula chamada Xist, que se enrola em torno desse cromossomo e o “desliga”. No entanto, esse “agrupamento” do Xist ao X pode fazer com que várias proteínas se liguem a ele, confundindo o sistema imunológico, que começa a atacar essas proteínas por achar que elas são tóxicas. Conseqüentemente, os anticorpos acabam atacando outras partes do corpo também, levando a uma doença autoimune. Isso acontece porque cada célula do corpo pode ter fragmentos dessas proteínas vistas como “tóxicas” em sua superfície.

Para chegar a essa conclusão, os pesquisadores analisaram uma linhagem de camundongos, com fêmeas com alto risco de desenvolver lúpus e machos que não estavam suscetíveis à doença. Os cientistas modificaram geneticamente os ratos machos para que eles, assim como as fêmeas, produzissem a molécula Xist. Segundo os autores do estudo, os ratos machos que foram modificados geneticamente apresentaram os mesmos riscos – ou até riscos mais elevados – de desenvolverem doenças autoimunes. Isso sugere que a ação da molécula Xist no cromossomo X pode estar associada ao surgimento dessas doenças.

Reforçando, cada célula do corpo de uma mulher tem dois cromossomos X, um da mãe e outro do pai. Os homens têm um cromossomo X da mãe e um cromossomo Y muito menor do pai. O cromossomo Y contém apenas cerca de cem genes, mas o cromossomo X contém mais de 900 genes. Para garantir que a atividade dos genes localizados no cromossomo X seja igual em homens e mulheres, um dos dois cromossomos X em cada célula feminina é desligado aleatoriamente. Isso acontece no início do desenvolvimento fetal, quando a molécula Xist e suas proteínas parceiras se enrolam em torno de um dos cromossomos X e o desligam. Se os dois cromossomos X permanecerem igualmente ativos, a célula morrerá.

Como resultado, o corpo da fêmea contém um mosaico de células em

que o cromossomo X da mãe ou do pai é silenciado. Mais evidências vêm de meninos e homens que nascem com um cromossomo X extra e que também têm um risco maior de desenvolver doenças autoimunes, sugerindo o papel fundamental do cromossomo X.

## Fator “X” e emocional

Além do “fator X”, efeitos psíquicos como depressão e a ansiedade podem ser gatilhos para o desenvolvimento para doenças autoimunes principalmente em mulheres. Pesquisa realizada pela empresa HealthTech 3778 mostra que elas têm maior predisposição a desenvolver essas condições de saúde do que os homens, devido ao estresse de administrar trabalho, tarefas domésticas, vida pessoal e cuidado com a família..



Uma das enfermidades que podem ser causadas por condições psicológicas é a artrite reumatoide. Conforme a médica reumatologista Mariana Ortega Perez, a doença é multifatorial e envolve interação entre questões sociais, emocionais e biológicas. Um estudo realizado pela Universidade de Calgary, no Canadá, aponta que a depressão aumenta em 38% o risco de desenvolver artrite reumatoide. Segundo Perez, é muito comum receber em seu consultório casos em que o início de doenças reumáticas esteja associado a eventos traumáticos.

O principal sintoma da doença é inflamação nas articulações, levando à dor e ao inchaço. Aproximadamente 1% da população é acometida pela enfermidade, sendo a maioria mulheres na faixa dos 30 aos 50 anos de idade. Segundo o grupo Imuno Brasil, que atua em linhas de cuidado para pacientes com doenças autoimunes, é fundamental promover a reflexão sobre como melhorar a saúde física e mental das mulheres, tendo em vista as pressões e expectativas impostas a elas. “A conscientização sobre esses fatores específicos e a implementação de medidas que visem mitigar o estresse, promover o autocuidado e fornecer suporte emocional são cruciais para o manejo adequado dessa condição e para melhorar a qualidade de vida dessa parcela da população.”

Especialistas alertam que os quadros autoimunes envolvem um mecanismo de autodestruição, no qual o sistema imunológico não reconhece o que é do próprio corpo ou não.

“Se você possui pensamentos negativos sobre si mesma, como suas células saberão que não deverão seguir o mesmo padrão e se atacarem? O que você busca destruir em você por não reconhecer como seu? O que tem expressado ou reprimido que não condiz com a sua verdade?”, questiona o médico Harley Feildman.

(Fonte Saúde IG, Tua Saúde, CNN e Médico24h)

# Desobedecer e responder não diagnóstica TOD



No passado muito pouco se falava sobre autismo, TDAH ou transtornos de ansiedade, mas tal como hoje, eles sempre existiram. Olhar para essas questões nas pessoas ao nosso redor de uma maneira mais atenta fez com que agíssemos de uma forma mais intensa, dessa forma podendo ajudar muito mais as crianças com TOD, ou qualquer outra condição.

Para o bem as coisas mudaram nesse sentido, contudo quando falamos de diagnóstico devemos entender que não é só porque a criança desobedece, confronta os pais e é agressiva que estamos falando do Transtorno Opositor Desafiador, o famoso TOD. Mais precisamente, seus critérios diagnósticos envolvem padrão de humor raivoso/irritável, comportamento questionador/desafiante ou índole vingativa, com duração de ao menos 6 meses, com ao menos 4 sintomas seguintes, na interação com pelo menos um indivíduo que não seja um irmão.

Outros pontos muito importantes envolvem questionar figuras de autoridade ou, no caso de crianças e adolescentes, adultos, se recusando a obedecer regras ou pedidos de figuras de autoridade. Não é raro indivíduos com transtorno de oposição desafiante apresentarem sintomas somente em casa e apenas com membros da família.

Uma questão central a se expor aqui é que sintomas do transtorno de oposição desafiante podem ocorrer em alguma medida entre indivíduos sem esse transtorno. Em primeiro lugar, o limiar do diagnóstico de quatro sintomas ou mais durante seis meses devem ser atingidos. Em segundo lugar, a persistência e a frequência dos sintomas deverão exceder os níveis considerados normais para o gênero e a idade do indivíduo.

No TOD, se pode dizer que o prazer do indivíduo é mediado pelo desafio. Desafiar, discordar a um nível muito superior ao que seria esperado. Também como em crianças sem esse diagnóstico, tendem a procurar limites ao

desafiar, pois os limites dão segurança (para todos nós). Especialmente para as crianças com TOD, os limites precisam estar muito bem definidos. E entrando no assunto das intervenções com essas crianças, a primeira coisa a qual devemos entender é que trabalhar os comportamentos disruptivos do TOD não é fácil e envolve muita paciência e persistência.

Um primeiro passo importantíssimo na hora de agirmos é procurar entender qual é a função daquele comportamento desafiador que a criança está apresentando. Se for para obter atenção ou alguma coisa que ela goste, uma das formas de prevenir é fornecer atenção quando ela não estiver pedindo por ela de uma maneira desrespeitosa e inadequada e não fornecer quando estiver. Da mesma forma, fornecer as coisas que a criança goste mais, mas sempre quando não estiver se comportando mal, de uma maneira geral. Tal como a criança com o Transtorno Opositor Desafiador, nós adultos também precisaremos fazer algumas concessões e sermos flexíveis com ela, principalmente quando essa criança estiver tentando fugir dos combinados e das obrigações dela, tentando eliminar as características aversivas da tarefa ou situação social que tem gerado essa fuga dela.

Tal como a família, a criança com TOD também pode sofrer com todo o caos que seus comportamentos podem gerar. Ajudá-las é como nos ajudar, o que não é uma tarefa fácil. Aí reside uma grande dificuldade: acreditar no processo e no progresso em meio a uma guerra dentro de casa, mas é necessário. Esse texto traz um retrato muito pequeno de um tema extremamente amplo e complexo, mas que nos dá uma ideia de que quando falamos de comunicação falamos de outras muitas coisas. Importante ressaltar que as dicas e procedimentos colocados aqui devem ser bem analisados caso a caso, principalmente com o auxílio de um/uma profissional em Análise do Comportamento Aplicada (ABA).

## Lucca Sossai

CRP: 06/188743  
Endereço: Rua Pará 1718, Centro  
Instagram: [lucca\\_sossai](https://www.instagram.com/lucca_sossai)





# Feliz DIA DOS Pais

Seu pai pode não caber no seu colo,  
mas cabe num ótimo colchão!

Aponte sua câmera  
para o QR Code  
e entre em contato



## SÓ COLCHÕES



CHAMA  
NO ZAP



(14) 99790.3662

O Marcelo terá muito  
prazer em te atender!

Rua Pernambuco, 1333 | Centro de Avaré (SP) | Tel (14) 3732.3633  
e-mail torrolavare@gmail.com



## meu pai, meu herói

E nossa inspiração!

Parabéns Pais por serem  
tão especiais pra nós!

## Kenji Snack

Desde 1976 primando  
pela qualidade

Av. Parapanema, 242 | Avaré (SP)

Aponte sua câmera  
para o QR Code e  
faça seu pedido



Chama  
no ZAP

14 99607.9323

# PAIS



Um amor e um  
legado que  
transcende  
gerações!

FELIZ  
DIA DOS

## PAIS

Uma empresa de pai e filho!  
Rodrigo (14) 99774.6185  
& João (14) 99657.6535



Rua Voluntários de Avaré, 1134 | Avaré (SP) Tel (14) 3732.4848

# Um voluntário que fez história

Na edição passada, abordamos o momento histórico em que a Santa Casa de Misericórdia de Avaré foi criada, pelo olhar do historiador e escritor Gesiel Júnior, que prepara uma obra especial para os 120 anos da instituição que atende a 17 cidades da região.

Agora, com um 'salto' no tempo vemos que além de atender as necessidades e demandas da região, a entidade filantrópica tornou-se referência em todo Estado, graças ao trabalho de uma dedicada diretoria e em especial, do provedor Miguel Chibani, há 14 anos no cargo, inovando tanto em gestão, como na modernização de todo sistema hospitalar, incluindo obras, equipamentos e recursos humanos.

Conhecido por sua humanidade e sua humildade, Chibani atribui o sucesso de sua gestão a um trabalho conjunto, em parceria com todos os diretores e colaboradores, mas é inegável sua marca na história da instituição.

Poucos sabem, por exemplo, que ele começou sua trajetória na entidade como tesoureiro, o que foi muito oportuno depois de décadas em que o financeiro da instituição vivia com dificuldades, assim como a maioria das Santas Casas do país. É imprescindível registrar, mesmo que em capítulos, todas estas conquistas e avanços sob a gestão Chibani para que no futuro continue a ser um paradigma.

Nesta primeira entrevista, Chibani fala sobre os obstáculos iniciais e as mudanças necessárias que embasaram o sucesso, as primeiras obras e inovações, além dos sonhos para o futuro.

## Os primeiros desafios

O que não faltaram foram os desafios, muitos desafios. Ainda hoje é grande número das Santas Casas que passam por dificuldades em seu custeio, situação essa que é motivada pelo subfinanciamento dos custos dos procedimentos. Infelizmente, a Santa Casa de Avaré passava, na época, por um momento de dificuldades financeiras com dívidas com empresas, títulos protestados e com uma imensa necessidade de equipamentos e funcionários. Fui convidado para fazer parte da Instituição, pelo Provedor na época, Arnaldo Galo, um irmão e amigo, pelo qual tenho muito apreço, que me deu total autonomia com apoio de todos os membros da Diretoria.

Havia necessidade urgente de se implantar um plano de gestão calçado em um planejamento que permitisse definir um mínimo de estratégia e algumas diretrizes para comprometer a equipe sobre a necessidade de mudanças. Era necessário ter um conhecimento mais efetivo de nossas receitas e despesas, bem como um controle de nossos serviços. O planejamento possibilitaria que pudéssemos, todos, quer da diretoria ou da Administração hospitalar, conhecer a realidade da Santa Casa, que permitisse identificar um caminho mais definido para a melhoria de nossos processos.

Era necessário ter o básico para atuar com menos riscos e incertezas e somente com a elaboração de um plano poderíamos ter uma noção de um caminho que criassem as oportunidades para efetivar as mudanças necessárias, algumas radicais.

Era imperioso maximizar os resultados, ou seja, buscar fazer mais com menos, havia necessidade de se implantar um controle visando à redução de despesas, adequando-as com as receitas, buscando um ponto de equilíbrio. No início da gestão, não sei por qual motivo, um vereador usando a tribuna da Câmara

de Avaré, na palavra livre, falou que uma pessoa de extrema frieza havia entrado na diretoria da Santa Casa. Se isso o preocupava, para mim motivou um desconforto ainda maior, pois as mudanças seriam necessárias e teriam que ser implementadas. Eu era funcionário de uma empresa que sempre trabalhou com planejamentos, metas, resultados, o que nos dava uma visão mais ampla das necessidades da Santa Casa. Há o conceito de filantropia, mas isso não quer dizer que devemos ser deficitários, acumular prejuízos, etc. Eu idealizava a gestão da Santa Casa como uma empresa, pois há necessidade de ter recursos para investir na finalidade, para melhorar a prestação de assistência aos pacientes. Não foi muito fácil considerando que toda mudança gera desconforto, causa receios e foi um período conturbado. Nunca me deixei abalar pelo pessimismo e sempre acreditei que com planejamento, dedicação, comprometimento, com certeza superaríamos as dificuldades.

## Mudanças

Havia necessidade de inúmeras mudanças principalmente na organização do organograma de Gestão, de descentralizar decisões, mitigar os riscos e buscar resultados senão superavitários, mas que não evitasse os déficits. Tínhamos a necessidade de criar condições que pudessem gerar recursos, ou seja, receitas para que pudessem ser revertidas na implantação das melhorias que se faziam necessárias, tanto na gestão de controle, como na aquisição de equipamentos, melhoria de suas instalações, ou seja rever toda infraestrutura. Como sempre friso, sem o apoio e a confiança do Provedor, do Departamento Jurídico e demais integrantes da Diretoria, nada poderia ter sido realizado.

Com essa liberdade concedida e apoiada, foi apresentado à diretoria um plano de ação, um projeto de médio e longo prazo, bem como uma redistribuição no organograma de comando da Instituição.

Na minha visão a Santa Casa para melhor se desenvolver tinha necessidade de uma mudança radical; teria que ter uma maior amplitude de controle e solicitei que toda a administração, antes centrada na pessoa de um Administrador Hospitalar, fosse transformada em uma gestão por um colegiado.

Na época explanei a ideia para o Provedor e outros membros da Diretoria que a Administração fosse executada por um Colegiado, ou seja, em Pilares de Gestão. Ao invés de um Administrador Geral, foram criados cinco pilares de Gestão, onde cada Pilar atuava em uma área distinta, porém interligados entre si. Um Pilar Técnico, com uma gerência que seria responsável por todos os funcionários que tivessem como clientes, os pacientes; um Pilar Financeiro, que responderia por toda a movimentação financeira da Instituição; um Pilar de Manutenção, responsável por toda manutenção corretiva e preventiva quer do seu parque de equipamentos como de sua estrutura; um Pilar de Suporte, no qual a Gerência seria responsável por toda estrutura tecnológica e um Pilar de Recursos Humanos e Processos, com uma Gerência que fosse responsável pelo Departamento de Recursos Humanos bem como dos processos da Lavanderia e do serviço de Higiene Hospitalar. Há de ser enfatizado que não foi necessária a contratação de nenhum funcionário junto ao mercado, todos eram funcionários da Santa Casa, escolhidos pela expertise, comprometimento, dedicação e respeito



pela Instituição. E com o transcorrer da administração, oportunamente, houve um outro Pilar na Gestão, o da Controladoria.

Acredito que com essas escolhas, pudemos dar início, ainda que de forma tênue, incipiente, a valorização e a implantação da meritocracia.

## Inovações

Com essa Gestão compartilhada, houve uma melhor condição de gerenciamento, os processos se tornaram mais ágeis, as gerências se comprometeram mais com a Instituição e os resultados começaram a fluir de maneira natural. Houve um aumento da confiança, uma melhoria da autoestima do funcionário e com isso mais empenho e comprometimento com a Instituição. Com essa forma de gerenciar por Pilares, reduzimos a amplitude de comando, pois cada Pilar tinha a sua área de atuação e, isso, facilitava a gestão dos processos, pois o foco era específico, tornando assim mais viável para se conhecer os problemas, acompanhar os processos, ter noção das dificuldades e buscar sempre uma melhor performance de seu setor.

Com a divisão das responsabilidades, cada Gerência tinha como foco principal o seu setor, e a cada melhora que era implantada em seu setor de abrangência, resultava na melhoria do resultado da Instituição como um todo. Todas as gerências entenderam a importância de seu comprometimento e que o sucesso da Instituição só aconteceria com muito trabalho, dedicação de cada um em sua área de atuação e buscando sempre a superação.

Houve o entendimento que todos eram clientes entre si e que todos nós tínhamos que dar satisfação ao Patrão, que passou a ser o Paciente. A meta foi, é e será sempre a de superar as expectativas.

A equipe que gerencia a Instituição sabe que não há muitas condições de elaborar um orçamento anual, por isso o planejamento é um instrumento fundamental para garantir a sustentabilidade da Santa Casa. Outro gravame na Administração Hospitalar, é que não há como ter um plano para elevar a rentabilidade da Santa Casa, pois nossa maior fonte de receita é o SUS que não cobre os custos, mas mesmo sem muitas premissas orçamentárias, foi implantada e sedimentada em todos a consciência que devemos







# O QUE FAZER EM AVARÉ

EM BREVE VOCÊ VAI DESCOBRIR

INFORMAÇÕES (14) 99148.3715

in **Foco**  
23



FELIZ

DIA DOS

PAIS

Parabéns a todos os pais  
que são abrigo, carinho,  
proteção, amor...nossos  
heróis!!!!



GrupoRB

*Imagine o que mais a floresta  
pode nos oferecer*

fazer sempre mais com menos, controlando e reduzindo o supérfluo e aprimorando, continuamente, o processo de gestão.

Há um trabalho incessante na busca por receitas através de emendas parlamentares, um trabalho contínuo de aperfeiçoamento e sempre buscando aprimorar o sistema de compras, sempre com o intuito da redução dos custos sem afetar o trabalho e atendimento com qualidade dos pacientes. Todos os contratos e pedidos de compra são avaliados dentro dos critérios de total transparência e economicidade para embasar as decisões de compras. Em todos os investimentos de grande porte, principalmente de equipamentos, que não foram poucos, os médicos responsáveis foram ouvidos e acatados em suas orientações, bem como as compras são efetuadas por uma Comissão de funcionários com a expertise necessária para escolher o melhor para as necessidades da Santa Casa.

Em todas as conversas e não foram poucas, sempre foi debatida a conscientização de que os recursos são finitos e as necessidades infinitas. Tudo o que for comprado, obviamente que tem que ser necessário e dentro desse prisma, o que é importante e o que é urgente.

Os Gerentes tiveram e tem uma perfeita compreensão do que embasa uma compra e isso possibilitou a redução do tempo para tomada de decisões, houve uma drástica redução dos custos. Dediquei uma atenção maior ao Pilar Financeiro, pois nossas necessidades só poderiam ser supridas com recursos. Assim houve um trabalho de redução do supérfluo, a valorização do que é importante e a busca de suprir o que era urgente.

Acredito que esse modelo de gestão tenha sido uma boa inovação e com isso os resultados apareceram, os investimentos aconteceram. A gerência de Suporte implantou um sistema de gestão, integrando todos os setores na informatização da Santa Casa, o que possibilitou integrar os módulos de gestão e controle. Ainda hoje estamos procurando aprimorar esse modelo, sempre mitigando riscos e melhorando os processos. Isso possibilitou ampliar o controle sobre todos os processos da Instituição.

A equipe da Gerência desempenhando o seu papel na melhoria dos processos começaram a trabalhar sempre colocando a Instituição no futuro. Aprendemos a saber o custo de cada setor, aprendemos a entender todos os processos de elaboração dos mais variados custos – direto, indireto, obsolescência, absorção, etc. A partir desse conceito de gestão a Santa Casa, teve como estabelecer seus custos e seus objetivos. E nessa premissa foram assumidos os serviços que eram terceirizados, o que motivou redução dos custos e aumento das receitas e por último foi assumido a terceirização do Serviço de Hemodiálise.

### Obras e reformas

Havia necessidades prementes de reforma de nossas instalações. Alguns setores demandavam urgência. E com a confiança da Diretoria, com o apoio sem precedentes da Equipe de Gerentes, começamos a buscar solução dentro do próprio espaço da Instituição. Tínhamos que arrumar espaço dentro das nossas instalações e havia o Setor da Lavanderia, onde o enxoval era lavado e utilizava-se o varal, forma rudimentar de secar as roupas.

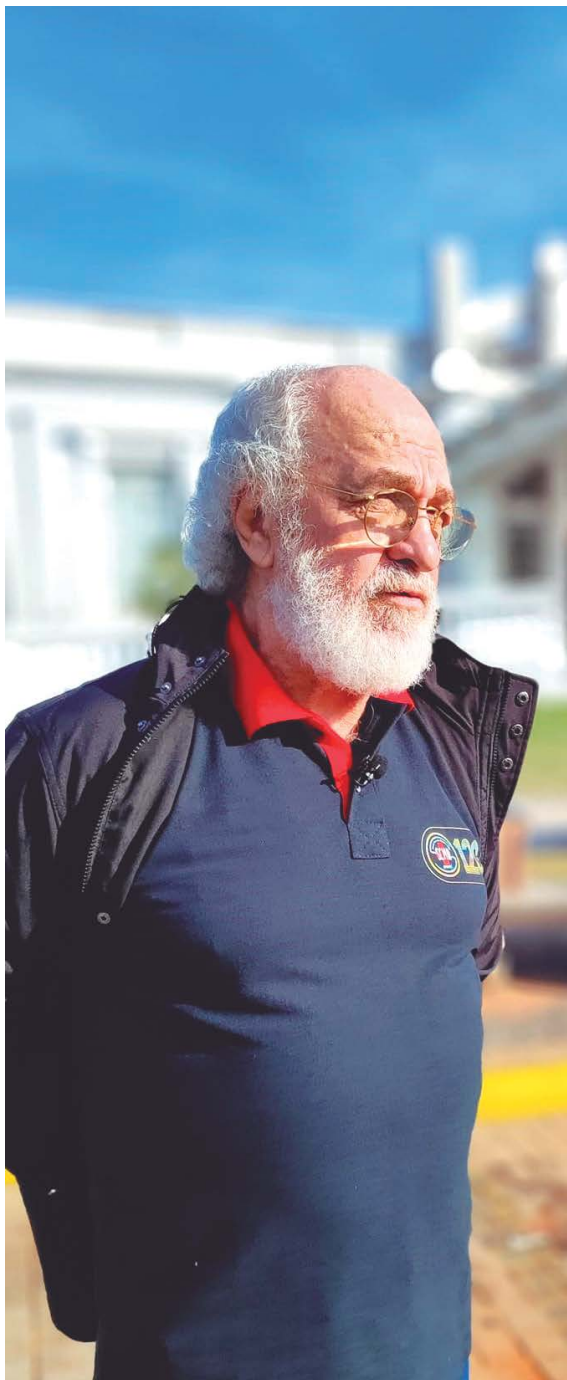
Diante desta necessidade, abrir espaço, melhorar a Lavanderia, eliminando esse processo de lavar e secar os enxovais, foi elaborado um projeto e foi construída a Lavanderia, uma área com mais de 700 m<sup>2</sup>, totalmente feita com recursos próprios, obedecendo todas as normas vigentes. Quando da colocação da placa de inauguração da Lavanderia, pudemos ter plena convicção de que a frase de Paulo Coelho que sempre procurei inculcar nas decisões de cada Gestor - **“O sucesso só é impossível, para quem tem medo do fracasso”** – estava se tornando uma realidade e isso proporcionou muita motivação em todos os envolvidos, na diretoria, em nosso corpo de funcionários, bem como nos profissionais que

trabalham na Instituição, que necessitam de todas as condições para melhor desempenhar suas funções. E assim demos sequência a uma série de obras, quer de reforma ou de ampliação.

E no local da antiga lavanderia instalamos todo o Serviço de Nutrição e Dietética, Sala de Descanso dos Funcionários, Padaria, tudo planejado e construído de acordo com as normas sanitárias vigentes. No antigo setor de nutrição foi construída uma ampla farmácia. Com planejamento, controle, conhecimento dos custos, foi possível realizar muitas outras obras, adquirir inúmeros equipamentos, que acredito, atendem plenamente às necessidades dos profissionais que exercem o seu trabalho na Instituição.

### Metas e sonhos

Muitos sonhos ainda estão por serem realizados. Uma meta ainda a realizar é implantar de forma definitiva, consistente e que possa ser perfeitamente percebida por todos os nossos usuários a: **HUMANIZAÇÃO**, bem como obter uma Certificação para a Santa Casa, fazê-la ser reconhecida. Fazer da Santa Casa um centro de referência médica. Ainda temos como meta concluir algumas obras e dar início a outras que permitirão melhorar nossas estruturas para



atender uma demanda cada vez maior de usuários. Inúmeras obras foram realizadas, a penúltima foi o Setor de Hemodiálise. Que Deus nos dê saúde para concluir a Maternidade que com certeza nossa Diretoria tem como objetivo superar as expectativas dos usuários, em especial dos pacientes do SUS; há necessidade de ampliar as instalações da Pediatria; construir um Centro Pós Operatório; reformar a última ala que em função do COVID ainda não foi efetuada. Manter um acompanhamento da evolução tecnológica dos equipamentos visando sempre atender as necessidades dos profissionais que atuam na Santa Casa.

### Carta enviada ao futuro

Cheguei a Provedoria pelo apoio de todos os integrantes da Diretoria, que sempre me deram total liberdade de trabalho, permitindo implantar uma visão mais empresarial na gestão hospitalar, que graças a Deus e ao empenho de todos deram resultados. Outro fato que permitiu assumir a provedoria foi que o BB, meu empregador, me transferiu para a Gerência de Avaré, e facilitou o trabalho. Depois que aposentei, recusei ofertas de emprego, o que me permitiu continuar fazendo parte da Diretoria da Santa Casa. Agradeço a Santa Casa ser um lugar onde eu, como voluntário, possa trabalhar, ser útil, onde fui acolhido e hoje é mais do que uma segunda casa. A Santa Casa me possibilitou não passar pela vida em branco. Cada placa que fixamos na parede é um sonho realizado, é uma **carta enviada ao futuro**, para que as pessoas possam receber o conforto e o tratamento necessário. E nesta diretoria, que muito me honra fazer parte, somos todos provedores, todos responsáveis pelas realizações e pelo futuro da Instituição.

### Visão humana

Eu acredito que todos nós que atuamos em alguma entidade filantrópica, de forma voluntária, que presta serviços para a comunidade, devemos ter em mente que se somos voluntários; se estamos aqui por decisão de foro íntimo, devemos fazer o melhor, se não for para isso, dê o lugar para outro que tenha mais determinação e capacitação. Quando entrei para a Diretoria, na função de Tesoureiro, tinha uma visão de sanear a Santa Casa, dar ela uma forma de sustentação para melhorar o seu desempenho e atender a demanda de nossa cidade, bem como dos pacientes da região em que estamos inseridos como referência em saúde.

Sei que a Santa Casa está apta para disponibilizar à população serviços de consultas ambulatoriais, cirurgias eletivas e de urgência/emergência, além da prestação de serviços auxiliares de diagnóstico e tratamento, procedimentos cirúrgicos e obstétricos, internações hospitalares, clínicas e cirúrgicas, serviço de hemodiálise, Unidade de tratamento intensivo, entre outros, mas isso é o normal. E tudo isso está materializado, mas eu gostaria de ver tudo isso de forma humanizada. Que todos que estão desempenhando suas funções, em todos os cargos saibam de suas responsabilidades, sintam prazer em proporcionar um acolhimento digno e humanizado a um paciente. E no final do dia, quando terminar a sua jornada, possam ter a consciência de que fizeram o melhor, que se dedicaram para satisfazer as necessidades dos pacientes e superaram as expectativas.

**Gostaria de ter um sonho materializado.** Que todos os que tem responsabilidade pelo desempenho em seus setores não tenham apenas uma visão organizacional, **mas tenham a imagem de futuro, na qual a Santa Casa será o lugar que acolhe, que dá esperança e que cuida de todos os pacientes.** Sempre digo aos Gestores que fazer reforma, construir, ampliar, pintar é a parte mais fácil da Santa Casa; o mais complexo é que lidamos com vida. E a vida sob nossos cuidados deve ser a melhor visão de futuro. Sei que é uma visão ou uma meta ambiciosa e desafiadora, mas também realista e alcançável. Que Deus nos ajude.





**CENSURADO**

# Riso sob censura?

Inegavelmente o humor deixa a vida mais leve e por isso, sempre foi usado como instrumento de protesto também, principalmente em momentos historicamente conturbados. Paradoxalmente, ele acaba gerando mau humor por parte dos objetos do escárnio e esta é uma das suas funções. O Brasil está vivendo um destes momentos, no qual qualquer crítica é tida como esquerda x direita, Lulismo x Bolsonaroismo, com o infeliz aval do Judiciário e do tendencionismo das redes sociais e de parte da imprensa.

Nas últimas semanas, a internet foi inundada por memes sobre o ministro da Fazenda, Fernando Haddad, com piadas que o acusam – merecidamente - de elevar impostos. Os memes fazem trocadilhos com filmes e personagens famosos, sempre retratando o ministro como um político com fúria arrecadatória, determinado a cobrar impostos de tudo. Alguns memes chegaram a aparecer no painel iluminado de Times Square, em Nova York (não se sabe quem pagou pelos anúncios). Isso bastou para políticos, em especial do PT, saíssem em defesa do ministro e que a regulamentação dos memes (?!).

Economistas afirmam que um dos motivos que fazem com que os memes sobre Haddad tenham se popularizado é a percepção entre brasileiros — independente de orientações políticas de cada um — de que os impostos pagos não estão se traduzindo em melhoras na vida da população. Analisando a carga tributária de 30 países com as maiores tributações no mundo com o nível de desenvolvimento do país, medido pelo Índice de Desenvolvimento Humano (IDH), nota-se que o Brasil aparece em último lugar, atrás de outros países sul-americanos como Uruguai (9º) e Argentina (22º). O ranking é liderado por Irlanda, Suíça, Estados Unidos, Austrália e Coreia do Sul. “Quem mora no Brasil não viu melhoria da segurança pública, não viu melhoria do sistema público de saúde, não viu melhoria de estradas e rodovias, não houve atração de grandes indústrias que possam promover ainda mais o desenvolvimento econômico”, diz o analista Ernesto Pinheiro. “Há sim um aumento exacerbado de gastos públicos que não estão sendo transferidos para a população. Então, acho que o meme só ganhou volume porque a população enxerga que existe o interesse do governo

em cobrar mais tributos.”

Outro ponto relevante, segundo ele, na discussão pública sobre impostos é que existe pouca transparência sobre os tributos pagos. Isso gera uma dificuldade de diferenciar no dia a dia os efeitos da redução de impostos em relação à variação dos preços, diz o economista.

Desta forma, o que resta é o riso, antes que seja proibido. Os memes que relacionam o ministro da Fazenda, Fernando Haddad, a um aumento de impostos não param. Ele virou “O Taxador do Futuro”, “Walter Taxagrande”, “Taxado de Assis”, “Rombocop” e “Taxad” entre outras analogias. Análise da consultoria Bites mostrou que 320 mil de quase 2 milhões de posts nas redes mencionando o ministro em 2024 foram veiculados em apenas dois dias (16 e 17 de julho). Foi o maior pico de menções ao petista.

Só no X (ex-Twitter), a Bites identificou que, nos últimos 90 dias, 282 mil perfis postaram sobre Haddad. De 16 a 17 de julho, foram 85.000 contas falando do ministro da Fazenda. Para Manoel Fernandes, diretor da Bites, os memes sobre Haddad começaram em um “ecossistema da oposição”, e foram amplificados por perfis bolsonaristas – o grande alcance, na sua avaliação, é normal. “A internet é habitat da

sátira, da pilhéria, da descontração e da fofoca. Quando essas características se encontram na atividade política e dentro de uma bolha de polarização, a propagação é natural”, declarou o analista.

Há também vídeos satirizando Haddad. Um trecho de “O Gladiador” foi alterado para mostrar o ministro como o imperador Commodus, personagem de Joaquin Phoenix. Já o personagem interpretado por Russell Crowe teve seu nome trocado. Era Maximus Decimus Meridius. Virou Maximus Tributus Assalariatus. O diretor da Bites disse que desde maio, as críticas de perfis ligados à direita não foram rebatidas pela esquerda. Fernandes cita a taxaço em cima de compras internacionais de até US\$ 50, conhecida como “imposto das blusinhas”.

Parte da esquerda era contrária à taxaço, sancionada por Lula (PT). “A direita, então, passou a reforçar a imagem de que ele [Haddad] trabalha para aumentar impostos”, disse Fernandes. Seja como for, regulamentação não é a resposta a essa onda sátira; a resposta deveria ser contenção de gastos, transparência e comunicação. Proibir o humor, infelizmente nos remete – em contexto brasileiro – à época da ditadura, cujo clima parece rondar o país com ‘regulações’ e bloqueios nas redes sociais. Ademais a mesma esquerda que acusa a direita de proliferar essa onda de deboches, sempre usou do humor também como forma de protesto e vice e versa. Independente de partidário, deve-se preservar a liberdade individual, ainda que ela já seja limitada por lei.

## Prazer, Sátira

A maioria dos autores diverge sobre a origem da sátira. A intenção deste tipo de crítica social aparece até mesmo em desenhos da pré-história. Foi a literatura, contudo, que popularizou o estilo a partir da comédia, já no século V, na Grécia antiga, onde a encontramos na literatura, com



a comédia antiga de Aristófanes sendo citada como um exemplo notável. A palavra tem origem no latim “saturar” e, mais especificamente, a frase “lanx satura”, que significa “um prato cheio de muitos tipos de fruta”. Artistas de sátira da Roma Antiga usavam essa frase em referência às mesmas coisas que chamamos de sátira hoje. Porém, foi somente no século XVI que a palavra chegou ao léxico do inglês. Na época do trovadorismo ela ganhou força e continuou séculos afora fazendo rir (quem nunca se hilariou com Boca do Inferno?!).

A sátira é uma técnica literária ou artística que ridiculariza um determinado tema (indivíduos, organizações, estados), geralmente como forma de intervenção política ou outra causa social, com objetivo de mostrar e atacar os males da sociedade - o que deu origem à expressão latina: castigat ridendo moris, que se pode traduzir livremente como “castigar os costumes pelo riso”. É uma das figuras de linguagem mais

eficazes e utilizadas até hoje na literatura, nas artes e na comunicação. Os memes estão aí para comprovar isso.

Quanto a sátira política especificadamente, desde da existência de líderes políticos, existiam pessoas para fazer piadas e sátiras sobre eles. A sátira política expõe as hipocrisias e desigualdades nos sistemas políticos. Também serve como uma maneira de zombar dos líderes de forma divertida, mas afiada.

Também há as sátiras com notícias, que são fake News apresentando estórias no formato de paródias que são escritas para parecerem estranhamente próximas da realidade. O objetivo não é enganar ninguém, ou fazer pensar que as histórias são reais, mas usar o humor para comentar sobre temas contemporâneos. Isso é feito através da apresentação de narrativas falsas sobre tópicos reais, assim como histórias que são completamente fictícias.



Embora seja a primeira coisa que vem à mente, humor não está ligado apenas a piadinhas. Basicamente, humor é de origem latina, e vem da palavra “humore”. De modo geral, ele significa a disposição do ânimo de uma pessoa de acordo com o seu estado de espírito. Inclusive, é justamente por isso que costumamos afirmar que uma pessoa está de bom ou mau humor.

Enquanto isso, para a psicologia, o humor pode ser relativo à uma atitude agradável que realça o grotesco do comportamento de uma pessoa. Aliás, esse comportamento se caracteriza por ser cômico. Vale destacar que o cômico, contudo, não é sinônimo de piadas maldosas.

De modo geral, a expressão humorística iniciou-se com alguns artistas plásticos, que procuravam expressar críticas sociais, políticas e religiosas através das caricaturas. Basicamente, essas caricaturas eram

# Humor negro, senso de humor e a importância de rir

pinturas cômicas de outras pessoas.

E humor negro, o que é? A priori, o humor negro consiste naquelas “piadas” que têm intuito de ser engraçadas. Porém, de forma errada. Isso porque o engraçado para essas pessoas, normalmente, é inferiorizar seu interlocutor, ou então desprezar, ser antiético e cruel. Desse modo, esse tipo de “piada” normalmente predomina elementos absurdos.

Sobretudo, o humor negro geralmente inclui piadas que tendenciam para o lado macabro e grotesco. Até porque focam em aspectos negativos, absurdos e intoleráveis. Como por exemplo, piadas sobre doenças, relacionadas com morte, e de cunho preconceituoso. Por isso, ele se difere do cômico, da caricatura e das piadas engraçadas.

Sobretudo, o senso de humor é uma qualidade própria de quase todo ser humano. Inclusive, as pessoas que têm essa característica ressaltada, normalmente, são aquelas mais dispostas com a vida, que não se chateiam por qualquer motivo e que sabem ver o lado bom em situações mais difíceis.

Aliás, essas pessoas normalmente costumam rir dos seus próprios problemas e dificuldades. De modo geral, são aquelas pessoas que sabem os momentos e assuntos apropriados para se fazer uma piada ou comentário engraçado. Vale destacar que o senso de humor é identificado de diversos tipos. Como por

exemplo, o senso de humor britânico, que é aquela piada sarcástica e irônica. Além dele, tem também o senso de humor negro, que já explicamos; e outros.

## Importância do senso de humor

Sobretudo, como já foi constatado por alguns especialistas, o senso de humor é algo benéfico à saúde. Basicamente, isso se dá porque as pessoas que não têm essa característica mais alegre são mais propensas a desenvolver estados de stress. E também podem se tornar menos produtivas profissionalmente. Isso, certamente, se mencionam os possíveis problemas físicos.

De modo geral, além de ser ótimo para a saúde, o senso de humor também pode ser o responsável por refrescar e adocicar aqueles momentos mais amargos da vida. Inclusive, o psicanalista Sigmund Freud descobriu que é através desses momentos divertidos do cotidiano é que o inconsciente se expressa.

Ou seja, aqueles momentos gostosos e saborosos da nossa vida normalmente nos ajudam a revelar nossos desejos e nossos sentimentos mais profundos. Então, ria mais, se divirta mais e esqueça dos problemas por algumas horas. Até porque a vida é muito curta para você não saboreá-la da forma que deveria. E ria dos memes, claro!



# Sem saudades



O historiador e escritor Sérgio Trindade, autor do blog 'a história em detalhes', descreve, em um brilhante relato, um período horrendo da nossa história em que o humor era censurado:

*'Oito dias depois de decretar o Ato Institucional nº 5 (AI-5), o regime nascido da união de militares e civis insatisfeitos com os rumos traçados pelo governo do presidente João Goulart criou o Conselho Superior de Censura, com o objetivo de julgar os órgãos de comunicação.*

*Antes, devido à promulgação da Lei nº 5.250, de 9 de fevereiro de 1967, a famigerada Lei de Imprensa, a liberdade de expressão sofreu um baque. Posteriormente, por meio do Decreto nº 1.077, de 21 de janeiro de 1970, foi estabelecida a censura prévia.*

*Qualquer um que não seguisse o script poderia sofrer penalidades.*

*Durante o período de atuação do Conselho Superior de Censura, mais de 900 peças e filmes foram censurados e a imprensa passou a ser controlada com maior rigor.*

*Veículos como Veja, Correio da Manhã, O Estado de São Paulo e outros recusavam-se a se dobrar facilmente à censura e a ordem genérica era: "Façam as reportagens e deixem que os censores cortem".*

*Quando os censores passavam a tesoura nos textos e como o regime não admitia que jornais e revistas saíssem com espaços em branco, eles passaram a ser preenchidos por cartas escritas pelos próprios redatores ou textos sobre jardinagem ou falsas receitas de bolo ou trechos de poemas. Era a estratégia usada para denunciar a censura. No entanto, a maioria dos leitores não percebia o engenho e ligavam ou escreviam para as redações elogiando pelo apoio à literatura ou à jardinagem ou para reclamar sobre receitas culinárias que não estavam dando certo.*

*Quem mais trombou com a censura foi o semanário O Pasquim, tabloide criado para satirizar o Brasil do regime autoritário, que nascera após uma reunião entre os jornalistas Sérgio Cabral e Tarso de Castro e o cartunista Jaguar. Lançado em 1969, O Pasquim vendia em torno de 100 mil exemplares. Era mais do*

*que as revistas Veja e Manchete juntas.*

*Para se antecipar a possíveis xingamentos, Jaguar sugeriu o nome (pasquim significa jornal difamador, folheto injurioso), pois assim os adversários teriam que "inventar outros nomes para nos xingar". Foi ele também quem criou o símbolo do jornal, o ratinho Sig (de Sigmund Freud). E Jaguar justificava a escolha: "Se Deus criou o sexo, Freud criou a sacanagem".*

*São muitos os lances hilários envolvendo O Pasquim, mas um é emblemático daqueles anos. A edição de 13 de agosto de 1970, quase dois meses após a conquista do tricampeonato de futebol nos gramados mexicanos, Jaguar desenhou uma família de miseráveis inspirado no quadro Retirantes, de Portinari,*

*com uma bandeira do Brasil e o título "Avante Seleção!" e logo acima pôs um trecho do poema "E agora, José?", de Carlos Drummond.*

*A repressão, que deveria ir para cima de Jaguar, foi em busca de Drummond, exigindo que o cartunista explicasse*

*à censura que o pacato poeta nada tinha a ver com o assunto'.*



## Taxar memes

Absurdamente, como resposta a série de memes, o governo chegou a cogitar recorrer ao Supremo Tribunal Federal (STF) para limitar a 40 gramas de memes — ou a quantidade que os ministros considerarem adequada, data venia — o porte autorizado por usuário (contém sátira), como ironizou o site O Antagonista. Acima disso seria tráfico de influencer e nenhum ministro precisaria mais se preocupar em fazer papel de ridículo ao contar moedas para bancar o ímpeto do presidente de gastar



irresponsavelmente.

A 'resposta' parece absurda, mas considerando os absurdos que o STF tem feito, isso pode virar pauta de discussão. "O problema de fundo não são os memes em si — satirizar o adversário é uma arma tão velha quanto a política. Os memes com Haddad apenas trouxeram, numa linguagem de fácil compreensão, o que já se debate há mais de um ano em relação às contas do governo, que decidiu tratar delas pisando com vontade na receita e não no corte de gastos, corte de despesas, que estão se expandindo, precisando de muita arrecadação", diz o jornalista William Waak, da CNN. "Defensor dessa política, a única que Lula aceita, Haddad já era visto por críticos como uma espécie de refém da Receita Federal. O fato político relevante, porém, é quando a sátira, a brincadeira, o meme e o humor refletem um estado de espírito disseminado: o de que ninguém mais aguenta pagar tanto imposto e duvida de que o governo fará qualquer outra coisa a não ser taxar mais", complementa, lembrando que memes ganham força quando traduzem uma realidade.

Os trocadilhos jocosos com o ministro Haddad representam uma mudança importante na realidade política do país: o brasileiro finalmente está percebendo o quanto paga de impostos — e não está satisfeito.

A atenção dada à cobrança de impostos é uma novidade recente no debate público brasileiro. Numa pesquisa nacional realizada pela Fecomercio/Ipsos, em 2014, 24,5% dos brasileiros não sabia que pagava qualquer imposto no seu dia a dia. A alta carga tributária do país fica oculta no consumo, e boa parte da população acreditava que, por estar isenta de Imposto de Renda, não estava sendo tributada. A realidade é exatamente o contrário: nosso sistema tributário regressivo faz com que, proporcionalmente, os mais pobres sejam mais tributados.

Hoje, o peso dos impostos se tornou um assunto central, e os brasileiros apontam — corretamente — o Ministro como o responsável pelas contas do governo. Tentando se vender como um moderado num partido de extremistas, Haddad prometeu (ainda que sem convicção) manter o equilíbrio nas finanças públicas. Incapaz de convencer Lula a reduzir despesas, o que restou ao ministro foi tentar fechar as contas pelo lado da arrecadação. Não faltam exemplos de tributos e taxas criadas ou revividas pelo governo, que afetam diretamente o bolso do cidadão. O imposto sobre as "blusinhas" compradas em sites como Shein e Shopee; o retorno do CIDE e do Pis/Cofins nos combustíveis; a volta do DPVAT (imposto disfarçado de seguro obrigatório). Isso sem falar nos impostos que Haddad quer criar, mas ainda não conseguiu, como a famigerada taxa global sobre grandes fortunas. As piadas são, assim, uma retaliação legítima de pessoas que percebem que o governo cobra demais e entrega pouco.

A reação de representantes do governo e de partes da imprensa à chacota foi lamentável. Denunciam, sem qualquer evidência, que

as piadas foram orquestradas e financiadas pela oposição. Nada mais longe da realidade da internet, onde movimentos espontâneos desse tipo acontecem com frequência. Pior ainda, argumentam que os memes configuram "desinformação" e clamam pela regulamentação — leia-se censura — das redes sociais.

Ironicamente, as piadas com Haddad mostram um amadurecimento na política brasileira. Por muito tempo os liberais repetiram a mensagem de que "não existe almoço grátis": tudo que o governo entrega é pago pelos nossos impostos. Se queremos que a carga tributária diminua, é preciso reduzir privilégios e desperdícios no setor público, e tornar o gasto mais racional e eficiente.



### Merece meme ou não?

Mas afinal, além das taxas das blusinhas, procede tanta indignação? Sim! A arrecadação do governo federal com impostos, contribuições e demais receitas ultrapassou 190 bilhões de reais em março deste ano. O número representa aumento real de 7,22% na comparação com o mesmo mês de 2022, quando a arrecadação ficou em 177,7 bilhões de reais.

De acordo com a Receita Federal, essa é a maior arrecadação registrada para o mês desde o início da série histórica, em 1995. Somados os três primeiros meses de 2024, a arrecadação federal ultrapassa os 660 bilhões de reais, um crescimento real de 8,4% em relação ao primeiro trimestre do ano passado, o que também é um recorde histórico, de acordo com os números do Fisco.

A Receita Federal credita o crescimento na arrecadação à retomada da tributação integral sobre combustíveis, o que gerou ganho real de PIS/Pasep e Cofins de 20,6%, para 40 bilhões de reais principalmente pelo óleo diesel e pela gasolina.

Enquanto isso, a tributação de fundos exclusivos apresentada meses atrás como uma das medidas para resolver o desequilíbrio das contas públicas gerou 3,38 bilhões de reais.

A Receita Previdenciária totalizou 53 bilhões de reais, com crescimento real de 8,40%, impulsionada pelo crescimento 7,90% da massa salarial (já descontada a inflação). Além disso, houve crescimento de 11% nas compensações tributárias com débitos de receita previdenciária em relação a março de 2023.

O governo continua mirando nos contribuintes como a saída para o descompasso entre

receitas e despesas. O objetivo fiscal de zerar o déficit primário este ano parece não estar se concretizando apesar dos ganhos seguidos da máquina arrecadatória.

Em 2023, o país registrou déficit primário 230,5 bilhões de reais, resultado que só não foi pior que o registrado durante a pandemia. Para este ano, estima-se que para fazer as contas fecharem, a equipe econômica terá de aumentar a receita líquida em cerca de 280 bilhões de reais. A fome do governo (de qualquer sigla, ressalte-se) por impostos sempre vira uma gula incontrolável e sem retorno.

Um levantamento da Confederação Nacional da Indústria (CNI) mostra que 78% dos brasileiros discordam que seja necessário aumentar impostos para melhorar os serviços públicos. O estudo aponta que 76% dos entrevistados consideram que o nível de gastos atual deveria proporcionar melhor qualidade dos serviços de saúde, educação e estradas e rodovias. Quase o mesmo percentual da população, 77%, avalia que a carga tributária já é muito alta e não há necessidade de aumentar a cobrança.

Entre os serviços públicos, a saúde é indicada por 78% da população como uma das áreas que estão abaixo da qualidade que o nível de gastos deveria proporcionar. Em seguida, estão os setores de educação, apontado por 77%, e estradas e rodovias, com 76% da população com a mesma avaliação indicada.

O percentual de pessoas que avaliam o serviço como adequado no atual contexto de investimento se mantém entre 16% e 17% nos três setores indicados. Enquanto isso, os setores que tiveram maior percentual de avaliação positiva foram os de iluminação pública, energia elétrica e aeroportos, sendo os dois primeiros correspondentes a 26% e o último, a 27% dos brasileiros que apontam os serviços como adequados diante dos gastos.

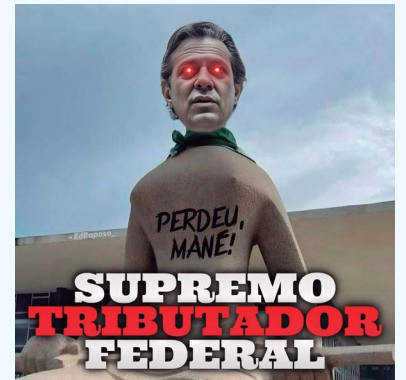
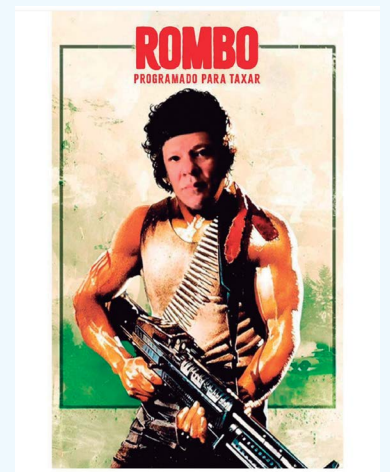
**Gastos X Arrecadação** - O levantamento diz ainda que cerca de dois a cada três brasileiros, o equivalente a 67%, acreditam que o setor público gasta mais do que arrecada impostos. Enquanto isso, 18% avaliam que o setor gasta menos que arrecada, e 7% acreditam que o setor tem gastos equivalentes à arrecadação.

quando você obtém lucro





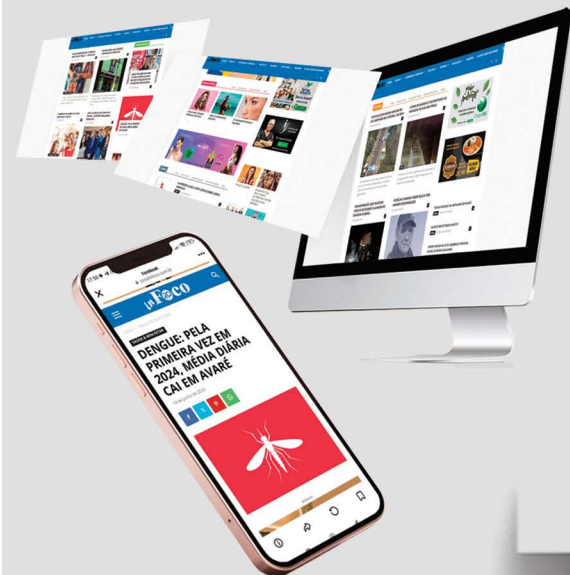
Rir é o que resta aos brasileiros. Então para fechar com humor, alguns dos melhores memes!



(Fontes BBC, Poder 360, Veja, UOL, Antagonista, Conjur, Lula.com, Gazeta do Povo e JusBrasil)

Agora que você já leu todo *in Foco*,  
acesse o site!

[www.jornalinfoco.com.br](http://www.jornalinfoco.com.br)



# 100% FIBRA ÓPTICA

## DENTRO DA SUA CASA

500<sup>Wi-Fi</sup>  
MEGA

R\$ 99,90  
/mês

 [lpnet.com.br](http://lpnet.com.br)

 0800 343 6001

**LPNet**<sup>®</sup>

 **DESKTOP**

Oferta válida para cidades selecionadas. Consulte disponibilidade e condições para sua região em [www.lpnet.com.br](http://www.lpnet.com.br). Instalação sujeita à disponibilidade técnica e enquadramento às normas técnicas. Taxas de instalação e adesão isentas mediante critérios promocionais vigentes. Valores mensais para pagamento mediante boleto na modalidade de envio por e-mail ou pagamento via débito em conta. Equipamento Wi-Fi cedido em sistema de comodato. Fidelidade de 12 meses com cancelamento antecipado sujeito à multa prevista em contrato. Oferta Válida até 31/05/2023, podendo ser automaticamente prorrogada por mais 30 dias. As velocidades nominais máximas dos planos disponibilizados estão sujeitas a variações e devem ser medidas por meio de conexão cabeada. O desempenho do Wi-Fi pode sofrer variação decorrente de obstáculos e distância do equipamento. As condições contratuais do serviço adquirido podem ser consultadas no Contrato de Prestação de Serviço de Comunicação e Multimídia, disponível em nosso site. Para mais informações, entre em contato com nossa Central de Atendimento 0800 343 6001.