o debate
2012
1934
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte, Novembro de 2012 78 ANOS

5 coisas para fazer com o décimo terceiro

Seja para quem está com a corda no pescoço e precisa de um alívio imediato, para os que planejam as compras de Natal, ou mesmo para os poupadores, que vibram a cada chance de engordar o pé de meia, o salário extra é sempre bem-vindo.

Entretanto, há quem reclame e talvez seja o seu caso que o 13º mal chega e já vira fumaça, sobrando apenas aquela sensação de que o dinheiro poderia ter sido mais bem usado.

Se sua promessa de ano novo em 2012 foi cuidar melhor do orçamento, ainda dá tempo de cumprir o voto, pelo menos no que se refere ao 13º.

O consultor financeiro Mauro Calil e o professor de finanças da Fundação Getúlio Vargas Samy Dana dão cinco dicas para quem vai receber o benefício, que é pago em duas etapas, metade até o último dia útil de novembro e o restante até 20 de dezembro. Com elas, é possível começar 2013 mais abonado ou pelo menos mais tranquilo.

1- Pague as dívidas

Segundo Calil, a primeira lição da cartilha do 13º é usá-lo para se livrar das dívidas, se elas existirem. "Pague tudo, ou a maior parte delas, essa é a prioridade", afirma o consultor. Segundo Dana, da FGV, essa dica será especialmente útil neste ano.

Para Dana, as dívidas com cartão de crédito e cheque especial são as que devem ser quitadas o mais rápido possível, porque esses são os juros mais altos do mercado. "Temos visto as taxas caírem bastante, mas elas ainda são muito altas."

2- Reserve uma parte para as contas do começo do ano

Muitas despesas são previsíveis. A maior parte delas aparece no começo do ano: IPVA, matrícula e mensalidade da escola dos filhos, material escolar, IPTU, dentre outras. Calil diz que é importante fazer uma estimativa do tamanho dessas dívidas e guardar uma parte do 13º para o pagamento.

Depois das férias coletivas, o 13º salário está no topo da lista das pequenas alegrias de fim de ano.

O professor da FGV Samy Dana lembra que há chances de um reajuste no preço da gasolina ainda em 2012, ou no começo de 2013, além da provável alta nas tarifas do transporte público e do reajuste de mensalidades nas escolas. "É bom estar preparado para isso", diz.

3-Engorde a cesta de Natal

Se sobrou dinheiro após pagar as dívidas e garantir o pagamento das contas de começo de ano, a dica, segundo Calil, é dar-se o luxo de alguns prazeres, como fazer uma ceia de Natal mais completa e comprar presentes. "Procure, porém, não gastar tudo e separe uma parte para investir", orienta o consultor.

Já Samy Dana recomenda que os consumidores fiquem alertas ao parcelamento de compras que, ainda que os vendedores não confessem nem sob tortura, quase sempre embutem uma taxa de juros. Além disso, muito cuidado com as promoções de Natal.

4- Pense no seu futuro

As dívidas estão pagas e você fez uma economia ao longo do ano para as compras de Natal e as despesas de janeiro, fevereiro e março? Parabéns. Além de ser um caso raro, você também está em uma situação razoavelmente confortável. Nesse caso, Calil recomenda que o 13º seja totalmente investido.

De acordo com o consultor, "isso faz com que haja uma folga orçamentária ainda maior para o próximo ano", afirma.As melhores opções, para Samy Dana, são as aplicações de renda fixa.

"Para quem vai investir menos de R$100 mil, indico títulos do tesouro indexados ao IPCA, que é o índice de inflação oficial do governo.

" Segundo ele, embora a rentabilidade desses papéis não seja mais tão atrativa com a queda dos juros, o investidor tem seu poder de compra preservado, já que o papel corrige ao menos o aumento da inflação.

Sobre o rendimento de aplicações de até seis meses incide uma alíquota de IR de 22,5%. De seis meses a um ano, o percentual cai para 20%. Entre um ano e dois, o imposto é de 17,5% e acima de dois anos, 15%.

5- Desligue a televisão

É difícil encontrar alguém que seja totalmente imune aos apelos sedutores dos saldões de fim de ano, as promoções de Natal e as queimas de estoque. "Fique de olho", diz Dana.

"As promoções seduzem e fazem muitos caírem na armadilha das compras mal planejadas." Segundo Dana, o melhor é ter em mente quais são as reais necessidades da casa, da família e as pessoais, ignorando os demais apelos.

"Sempre vale a pena pensar se aquilo que estou comprando é realmente útil", diz o professor.

A cidade desamparada

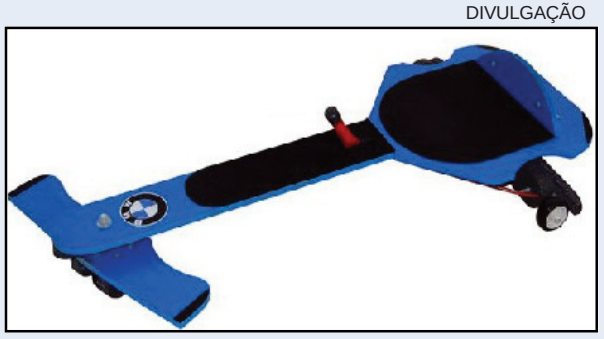
A primeira intempérie que se abateu sobre Belo Horizonte neste ano expôs a fragilidade de várias de suas regiões diante de catástrofes naturais. A chuva represada transformou ruas e praças localizadas nas partes baixas em rios e lagoas acidentais, invadindo residências e prédios. A exemplo do que ocorreu em anos recentes, houve mortos, feridos e desabrigados. A pergunta que a população estupefata faz aos administradores municipais é a seguinte: não há meio de evitar as tristes cenas que vêm se repetindo na Capital de Minas há décadas? Por que não se realizam, em caráter prioritário obras urbanas capazes de facilitar o escoamento da água e livrar pedestres e motoristas de desastres anunciados e, portanto previsíveis? Está claro que os belo-horizontinos não precisam de babás, mas não abrem mão da segurança que toda boa cidade precisa ter no dia-a-dia.

Sempre que se realizam eleições, os candidatos se apresentam aos eleitores como pessoas providenciais que prometem fazer tudo o que for possível para resolver as questões que lhes são submetidas. E por que então se mostram tão sem iniciativa quando os desastres acontecem? O pior é que o período de desastres anuais está apenas começando: logo, as primeiras enchentes causadas pelas chuvas suceder-se-ão, além de outros fenômenos da mesma natureza, as queimadas e os deslizamentos de terra, do quais resultarão previsível e infelizmente muitas vítimas. Não é hora de já ir pensando nas providências que deverão ser postas em prática para amenizar o sofrimento humano e as perdas materiais? É a sugestão que encaminhamos aos administradores não só de Belo Horizonte, mas de todos os municípios mineiros, para impedirem que aconteça o pior.

Jornal O Debate
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte - Novembro de 2012

Antes dos "carangos" incrementados, os carrinhos de rolimã embalavam os sonhos da meninada brasileira

DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO


DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO

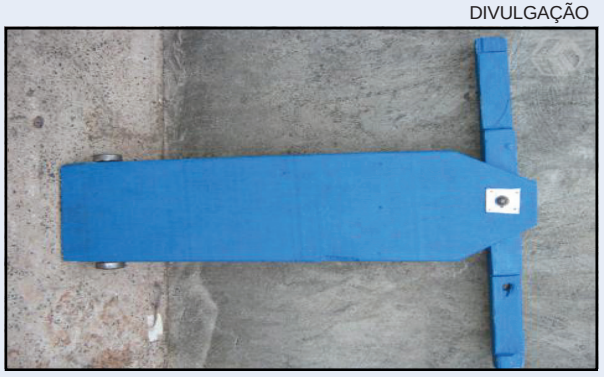
DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO

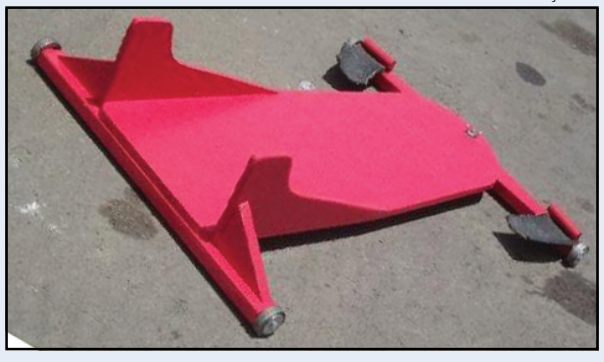
DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO

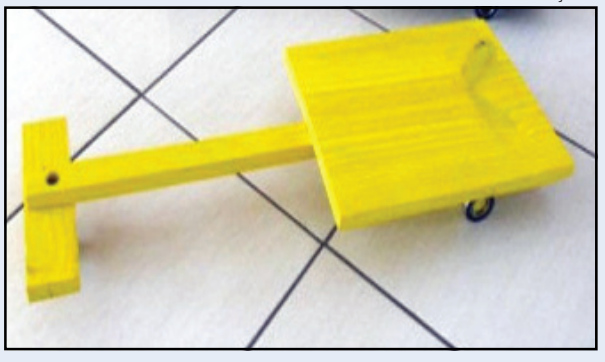
DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO


DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO


DIVULGAÇÃO

DIVULGAÇÃO


o debate
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte, Novembro de 2012
Gente que é Notícia

Madonna e Gangnam Style no Brasil

Ao final da apresentação de Madonna, em Nova York, o rapper multimídia Psy contou que foi convidado para vir ao Rio no Carnaval, desfilar para a escola de samba carioca Inocentes de Belford Roxo.

Foi o suficiente para ela chamar o autor do hit 'Gangnam Style' para vir ao país participar dos shows que fará por aqui em dezembro.

O hit, sucesso no mundo todo, também bomba por aqui e fecha o ano com quase 700 milhões de visualizações do You Tube, considerado o maior fenômeno musical de 2012.

A cantora tem agendadas quatro apresentações no país: dia 2 de dezembro no Rio; no dias 4 e 5 de dezembro em São Paulo; e dia 9 de dezembro em Porto Alegre.

Neymar vai assumir namoro

Apesar do casal ainda negar publicamente, Neymar e Bruna Marquezine namoram oficialmente há quase um mês. A opção pelo "namoro escondido" partiu do craque do Santos e da seleção brasileira e ganhou força com o apoio da família da atriz.

Amigos e familiares de Neymar afirmam que o jogador está apaixonado pela atriz e, inclusive, já ouviram o craque santista prometer que fará em breve o anúncio oficial.

Michael pode ter morrido virgem

O escritor norte-americano Randall Sullivan que acaba de lançar o livro biográfico Untouchable, sobre o cantor Michael Jackson revelou em entrevista ao jornal The New York Times que existem evidências de que o Rei do Pop "tenha morrido virgem aos 50 anos".

Embora Sullivan reconheça que as indicações dadas por um garoto em 1993 sobre os detalhes de um relacionamento sexual com Jackson sejam "inquietantes", o escritor é da opinião de que o cantor possa ter sido "assexuado".

O livro tem seu foco nos problemas atravessados pelo cantor ao longo de sua carreira, especialmente em seus últimos anos de depressão antes da morte. A obra foi oficialmente lançada nesta semana nos Estados Unidos.

Depois de virar DJ, Jesus Luz investe na carreira de ator

Normalmente, atores conquistam a fama depois de papéis marcantes. Jesus Luz, no entanto, parece fazer o movimento contrário. Seu rosto já era conhecido por grande parte do público antes mesmo de sua primeira cena como o Ronaldo, de "Guerra dos Sexos", da Globo, ir ao ar.

Ex-namorado de Madonna, Jesus ganhou espaço na mídia e investiu fortemente na carreira de DJ. Depois de revelar no "Programa do Jô" que gostaria de ser ator, foi convidado pelo autor Silvio de Abreu para fazer um teste para um papel na atual novela das 19h.

Ele competiu com mais de trinta candidatos e ganhou sua primeira grande oportunidade na TV. "Fiquei bem nervoso na hora do teste e ansioso depois, esperando a resposta. Mas a notícia boa veio em uma semana", celebra.

Coqueiros Praia Hotel

- 19 aptos c/ ar-condicionado ou ventilador
- Quadra de Futevôlei e Peteca
- Diária c/ café da manhã • Sala de TV
- Frigobar e TV
- Lavanderia
- Estacionamento
- Piscina

www.coqueirospraiahotel.com.br
Reservas: (28) 3534-1592 / Fax: (28) 3534-1308
Av. Dom Helvécio, 1020 - Iriri - Anchieta - ES Cx. Postal 25 / CEP: 29.230-000

Podólogo
Alexandre Rodrigues
Av. Alvares Cabral, 999 - Lourdes
Tel.: (31) 3335-3480
(31) 8861-6905

Jornal O Debate - Gente que é Notícia
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte - Novembro de 2012

China

DIVULGAÇÃO

Hu Jintao sai de cena e tem início o governo de Xi Jinping. Depois de viver uma década de ouro, China teve o crescimento mais baixo desde 1997. Cabe ao novo presidente o esforço para recuperar a economia do país, hoje a 2º potência do planeta.

Antonio Álvares em Weimar

DIVULGAÇÃO

O professor Antonio Álvares da Silva, titular da cadeira de Direito do Trabalho na UFMG, realizou palestra em um congresso realizado em Weimar, na Alemanha.

Clóvis José Ferreira

DIVULGAÇÃO

Campeão de leitura na Biblioteca Pública Estadual Luiz de Bessa, na Praça da Liberdade, com uma média de oito obras por mês, nos últimos 50 anos. "A leitura", diz ele, melhora o ser humano.

Câmara aprova vale-cultura

A Câmara dos Deputados aprovou o projeto de lei que cria o vale-cultura, nos mesmos moldes que hoje os empregadores pagam vale-refeição e vale-alimentação aos seus funcionários.

O benefício será de R$ 50,00 por mês e será pago preferencialmente por meio eletrônico, como um cartão.

O benefício vale para os trabalhadores que recebam até cinco salários mínimos e será distribuído pelas empresas que aderirem ao programa Cultura do Trabalhador. O dinheiro deve ser usado na compra de produtos ou serviços culturais, como livros, ingressos para cinemas, teatros e museus.

Como sempre a Câmara fazendo benesses com o chapéu dos outros.

Hormônio pode manter homens longe de mulheres atraentes

A descoberta é de uma pesquisa da Universidade de Bonn, na Alemanha onde pesquisadores administraram oxitocina ou placebo por meio de um spray nasal em voluntários saudáveis e heterossexuais. Depois de 45 minutos, foram apresentados a uma mulher atraente. Os comprometidos que receberam oxitocina mantiveram uma distância maior da desconhecida em relação aos que usaram o placebo. E a oxitocina não teve efeito sobre os solteiros.

Você se habilita?

DIVULGAÇÃO

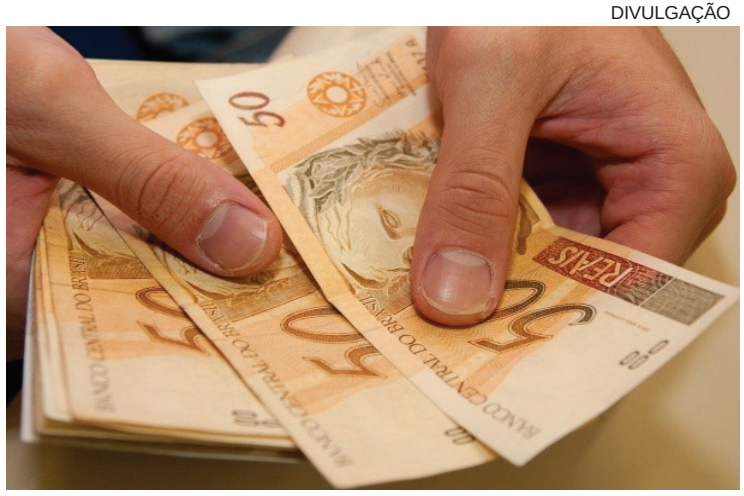
JFK e Jackie: uma das últimas fotos

DIVULGAÇÃO

Nas últimas semanas, a televisão tem mostrado o momento em que o falecido presidente JFK disse: não pergunte o que o seu país pode fazer por você, pergunte o que você pode fazer pelo seu país. A frase vale para qualquer pessoa em qualquer país do mundo, principalmente naqueles em que certos marmanjos só pensam em mamar nas tetas do Estado. Há também uma passagem com Luther King, que se refere ao dia em que a nação americana se levantou contra a opressão. É um dos grandes momentos de sua trajetória de homem público. São dois instantes admiráveis na trajetória dos dois grandes líderes.

Salário dos brasileiros pode crescer 7,5% em 2013

DIVULGAÇÃO



A porcentagem é menor que a verificada neste ano (8%) e está abaixo da média na América, que terá acréscimo de 12% - valor puxado por Venezuela e Argentina, com 28% e 23%, respectivamente.

No entanto, o índice geral não inclui o impacto da inflação. Em termos reais, os rendimentos no Brasil devem subir 2,6%, considerando uma inflação de 4,9% em 2012. "Isso ainda é significativamente mais positivo do que a dois anos atrás quando foram observadas quedas em termos reais", afirmou em nota Lauren Smith, gerente geral da ECA International New York.

Combate ao trabalho infantil será intenso na Copa

DIVULGAÇÃO

A 3ª Conferência Global sobre Trabalho Infantil, marcada para outubro de 2013 em Brasília, foi tema da reunião do ministro das Relações Exteriores, Antonio Patriota, e do diretor-geral da Organização Internacional do Trabalho (OIT), Guy Rider, em Genebra, na Suíça. Na conversa, Patriota disse que o governo brasileiro quer associar o combate ao trabalho infantil às campanhas de grandes eventos esportivos, como a Copa do Mundo de 2014 e as Olimpíadas de 2016.

Pelos dados do relatório Combater o Trabalho Infantil: do Compromisso à Ação, divulgado em junho pela organização, há 215 milhões de crianças e adolescentes de 5 a 17 anos trabalhando no mundo, sendo que 5 milhões são submetidas a trabalhos forçados, inclusive em condições de exploração para fins sexuais e de servidão.

O Debate

Fundado em 1934

Diretor Responsável: Eduardo Carvalhaes Nobre (Registro DR-MT/SRTE/MG - Nº 11.411)

Propriedade de O Debate Ltda - CNPJ: 19.403.088/0001-10
Redação - Av. Amazonas, 2234 - Santo Agostinho - 30180-003
Belo Horizonte/MG - (31) 3337-8008
Edição impressa em 27 de Novembro de 2012

Paulo Pinheiro Chagas (1934-1953)
Oswaldo Nobre (1953-2007)

Diretoria Executiva
Luisa Maria Maia Nobre - Redação
Eduardo Carvalhaes Nobre - Midias Digitais

Site: www.odebate.com.br
Redator-chefe: Floriano de Lima Nascimento
Gerente: Sandra Regina Valentim Maia
Projeto Gráfico: Carlos Alexandre Domingues
Órgão de Utilidade Pública pela Lei 1.950, da Câmara Municipal de Belo Horizonte

Os artigos e colunas assinados não expressam necessariamente a opinião do jornal.

Crescendo no espaço global

O economista indiano Pankaj Ghemawat, em palestra feita na Escócia, disse que o Brasil "precisa parar de se autocongratular pelas conquistas econômicas e pensar no que deve ser feito para ganhar mais espaço no mercado global".

Não li, em nossa imprensa, críticas às considerações do indiano, que têm o caráter inegavelmente construtivo.

Mesmo quem costuma torcer o nariz para o que considera "palpites de estrangeiros" deve reconhecer que bons conselhos são sempre bem-vindos, principalmente quando partem de pessoas qualificadas. Ora, Ghemawat pertence à geração de economistas que está conseguindo transformar a Índia, antes um país pobre, em uma nação emergente, membro dos chamados "Brics", superados apenas pelas grandes potências mundiais. Professor da Universidade de Harvard e da IESE Business, na Espanha, o mestre indiano não é uma voz isolada, mas alguém que, sob a liderança do Prêmio Nobel de Economia Amartya Sen e de outros luminares, coordena estudos, reflexões e ações para colocar a Índia em privilegiada posição na corrida pelo desenvolvimento econômico.

Deve-se notar que o esforço empreendido naquele país não se circunscreve aos *insights* de um líder político ou de economistas em evidência, mas reflete um esforço orgânico, que estimula não apenas as lideranças políticas, mas também os setores mais avançados da cultura, representados pela Universidade.

Nunca faltou aos políticos e técnicos brasileiros visão e capacidade para enfrentar, com criatividade, desafios impostos por momentos adversos (embora raramente isso tenha sido o resultado de um esforço orgânico, com envolvimento de toda a sociedade, em especial, de quadros universitários). Registraram-se, nesses casos, triunfos significativos: o processo de intervenção do Estado no domínio econômico colocado em prática pelo Governo Vargas (que, em revelação feita pelo então presidente Roosevelt dos EUA, teria sido a inspiração para o "*New Deal*" norte-americano; a estabilização monetária colocada em prática pelo governo do presidente Itamar Franco; e o Pró-Álcool (inexplicavelmente sub-utilizado pelos nossos administradores), embora tenha sido a única iniciativa capaz de dar ao mundo uma opção de combustível não poluente, etc.

> **" O Brasil precisa parar de se autocongratular pelas conquistas econômicas e pensar no que deve ser feito para ganhar mais espaço no mercado global".**

Ghemawat considera que, mesmo que o Brasil tenha avançado, há que pôr de lado a sensação de dever cumprido, baseado na crença de que a hora do país chegou e de que é tempo de comemorar, pois somos pouco integrados com o mundo. Não temos dúvidas sobre a necessidade de se discutir o tema aqui focalizado – seja dentro do governo, seja na área parlamentar, seja no âmbito da universidade, porque uma nação vocacionada para o pleno desenvolvimento econômico, como tem sido o nosso caso, nas últimas décadas, não pode contentar-se com triunfos efêmeros. A expectativa nacional é de que possamos conquistar um lugar no conceito dos países desenvolvidos, em sintonia com a expectativa de gerações de brasileiros.

Superioridade do Bem Estar-Social

Terá o chamado Estado do Bem Estar Social chegado ao fim? Pessoalmente, a pergunta nos parece absurda, mas estudiosos do tema já especulam sobre essa possibilidade. É o caso do professor do Instituto de Economia da UNICAMP, Antônio Márcio Buainain, para quem o noticiário da crise européia, "transmite uma imagem de rápida desconstrução do Estado do Bem-estar Social, marca da civilização que vem orientando as temáticas de desenvolvimento ao redor do mundo".

A crise do Liberalismo Econômico no Século XIX, como sabemos, não se limitou a discussões teóricas, mas provocou violentos confrontos sociais. Muitos teóricos retrataram, em suas obras, a extensão da crise, na verdade um conflito entre a riqueza dos beneficiários da industrialização e a extrema penúria dos trabalhadores submetidos a precárias condições de trabalho, como descrito nas obras de escritores da época, como Dickens, Zola e outros; para não falarmos socialistas. Também a Igreja católica, até então indiferente à questão, tomou partido, por intermédio do Papa Leão XIII, que, na Encíclica "Rerum Novarum", aderiu à defesa dos trabalhadores, exigindo que os patrões lhes concedessem benefícios como moradia, previdência e assistência médica. Isso deteve o ímpeto revolucionário dos trabalhadores europeus, ensejando o surgimento do Estado Social, que sobrevive até os dias de hoje, em grande parte do mundo ocidental.

> **"Estará o chamado 'Estado Social' chegando ao fim? Em nossa opinião, não há possibilidade de acontecer tal catástrofe, sob pena de se suprimirem os padrões de racionalidade sobre os quais repousa o que nós aprendemos a chamar de civilização."**

Como se percebe, essa rica experiência, fruto de uma crise de grandes proporções, foi a responsável pelo surgimento de um tipo de civilização que, embora imperfeita, como todas as construções sociais, tem sido responsável por uma convivência razoavelmente equilibrada, ainda que sujeita a crises periódicas.

Por isso mesmo, subscrevemos a opinião do professor Antônio Márcio Buainain de que a crise européia traz embutida a séria ameaça de desconstruir uma etapa relevante e vital da civilização humana, que, embora imperfeita, tem sido um dos fatores de estabilidade em um mundo conturbado por crises de natureza diversa.

O tema não é novo, pois vem, desde os últimos anos, participando da agenda de políticos e intelectuais europeus. Tivemos a oportunidade de fazer alguns comentários a respeito na revista da Fundação Brasileira de Direito Econômico, há alguns anos.

As crises econômicas que vêm surpreendendo o mundo, não poupando economias até então sólidas, como a dos Estados Unidos da América e a da maioria dos países europeus, causam apreensão e propõem aos estudiosos questões às vezes difíceis de responder. Uma delas, que consideramos especialmente assustadora, é a que vem tirando o sono de muitos historiadores, economistas e cientistas políticos: estará o chamado "Estado Social" chegando ao fim? Em nossa opinião, não há possibilidade de acontecer tal catástrofe, sob pena de se suprimirem os padrões de racionalidade sobre os quais repousa o que nós aprendemos a chamar de civilização.

***O autor é Redator-chefe de O Debate, escritor e professor de Direito Econômico, Membro do Instituto Histórico e Geográfico e da Arcádia de Minas Gerais e ex-presidente da Fundação Brasileira de Direito Econômico.**

Recargas de cartuchos de tinta e toners

Tel: (31) 3043-0042 // 9197-4660

pedidos@toner.com.br

NÚCLEO ASSISTENCIAL CAMINHOS PARA JESUS

(0800-315600)

Rua José Ferreira Magalhães, 341 - Floramar
CEP 31.765-760 Belo Horizonte - MG
Caixa Postal 1622 - CEP 30.161-970
Tel: (31) 3434-7373 / 3434-6494
- Fax: (31) 3434-6499
E-mail: nucleo@gold.com.br
Home Page: www.gold.com.br/~nucleo

RESTAURANTE
XICO DA KAFUA
O REI DO FRANGO CAIPIRA

O melhor frango caipira da cidade

Av. Itaú, 1195 B. João Pinheiro, no Anel Rodoviário, final do ônibus - Belo Horizonte

Reservas 3375-2640

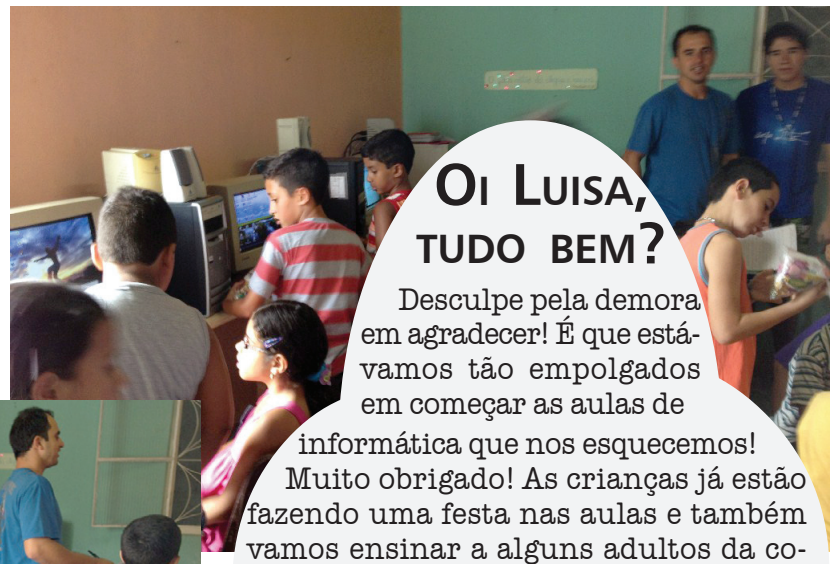
Jornal O Debate - Gente que é Notícia
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte - Novembro de 2012

Você pode fazer a diferença

Sempre que vamos renovar ou adquirir novos computadores para nosso jornal, adotamos a ideia de doar. Após a manutenção dos equipamentos, as máquinas usadas iam para algum beneficiário.

Este ano tomamos a decisão de no lugar de fazermos doações isoladas, elas seriam para uma cidade do Nordeste.

As máquinas antigas totalmente revisadas seguiram para uma Igreja para que se criasse uma escola que ensinasse e fizesse uma boa utilização dos referidos equipamentos. Ao lado, o e-mail que O Debate recebeu em agradecimento à referida doação. (Fotos de Daniel)



Oi Luisa, tudo bem?

Desculpe pela demora em agradecer! É que estávamos tão empolgados em começar as aulas de informática que nos esquecemos!

Muito obrigado! As crianças já estão fazendo uma festa nas aulas e também vamos ensinar a alguns adultos da comunidade!

Em anexo coloquei algumas fotos do momento de aula pra senhora ver a festa da garotada! Precisei reduzir o tamanho das fotos para poder enviar por e-mail.

Que Deus a abençoe MUITO.

DIVULGAÇÃO

Isis Valverde - a mineira que conquistou o Brasil

DIVULGAÇÃO

Vera Fischer atira para acertar - "É difícil no Brasil achar um homem da minha idade. É tudo casado ou galinha. É melhor ficar sozinha, disse a loura"

DIVULGAÇÃO

Salve **Claudia Raia** – Ela reapareceu fulgurante na novela Salve Jorge, da TV Globo. Os fãs estão comemorando...

DIVULGAÇÃO

Carlos Nunes - Há 30 anos fazendo sucesso como humorista

DIVULGAÇÃO

Lançamento do primeiro DVD do baterista Esdra Ferreira "Neném" foi um dos melhores acontecimentos do ano em BH. Outro fato digno de destaque foi o lançamento do disco "Continental Dancing

DIVULGAÇÃO

Neville D'Almeida - um talento mineiro que enriquece o cinema nacional

Versatilidade - Roberto Feith fez uma trajetória brilhante de correspondente da Rede Globo para o trabalho de Editor

DIVULGAÇÃO

Organização Faleiro Buffet
• Almoços • Jantares • Coquetéis
• Formaturas • Coffee-Breaks
• Salões de Festas • Recepções
TRADIÇÃO E EXCELÊNCIA
TELEFAX: 3291-7887
www.faleiro.com.br // faleiro@faleiro.com.br
Rua Santa Catarina, 557 - Lourdes - BHte - MG

SALÕES PARA FESTAS E COMPLETO SERVIÇO DE BUFFET
Encomendas de doces e salgados para festas e lanchonetes

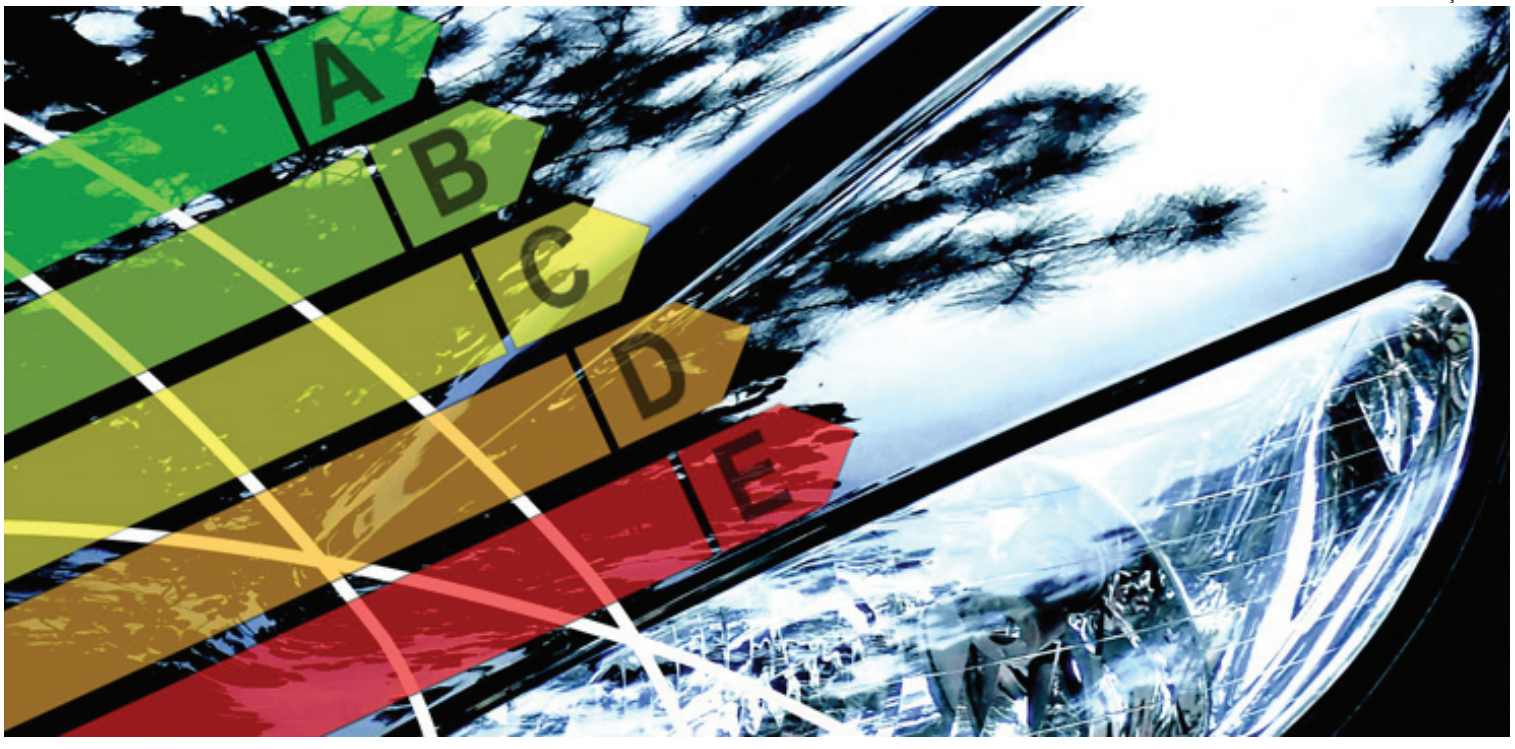
Juliana Maia da Silveira
Foto: PÉREZ

Clínica Geral
Periodontia
Tel: (31) 3212-4222
Av. Augusto de Lima, 655 - sl 1509

o debate
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte, Novembro de 2012
TECNOLOGIA MÁXIMA

Novo regime automotivo beneficiará diretamente o consumidor final

DIVULGAÇÃO



De acordo com a Dra. Lúcia Helena Santana D'Angelo Mazará as montadoras e importadoras de veículos serão obrigadas a se adequarem à etiquetagem dos seus veículos.

"Coordenado pelo Inmetro, o sistema se assemelha ao programa de eletrodomésticos e eletroeletrônicos que recebem etiquetas com faixas coloridas que vão de "A" até "E", e que mostram a eficiência do produto", explica a advogada.

Até agora, a grande maioria das marcas não tinha aderido à Etiquetagem, que não era obrigatória.

Com o Inovar-Auto, além de obrigatória, a Etiquetagem fornecerá dados confiáveis sobre o consumo e a emissão de poluentes de seu automóvel, com a chancela do Inmetro.

Os veículos terão um adesivo afixado em seus vidros que mostrará a classificação dos modelos quanto à eficiência energética em sua categoria e trará informações sobre o consumo na cidade e na estrada e a emissão de CO_2, um dos gases responsáveis pelo efeito-estufa.

O objetivo é que, de uma forma progressiva, até 2017, os veículos comercializados no Brasil – nacionais ou importados – sejam, aproximadamente, 12% mais econômicos e menos poluentes do que os modelos disponíveis hoje em dia. Todas as marcas terão de seguir esta legislação.

A advogada dá um exemplo simples do que esta economia poderá representar para o bolso do consumidor. "Hoje, um carro que consumir 12 km/litro e rodar 2 mil quilômetros por mês terá um consumo de 166,7 litros de combustível por mês.

Com a redução de consumo de cerca de 12% prevista pelo programa, este número cairá para 146,7 litros mensais.

Isso representará uma economia aproximada de R$ 600,00 por ano, uma quantia que poderá contribuir para o consumidor efetuar o pagamento do seguro ou do IPVA do veículo", acrescenta a Dra. Lúcia.

Veja quem economiza e quem abusa no combustível

Saiu a nova lista do Conpet e do Programa Brasileiro de Etiquetagem Veicular sobre consumo de combustível.

É interessante porque, dentro de uma mesma linha de veículos, você pode ter os dois extremos. O novo Ford EcoSport, por exemplo, recebe nota A em suas versões com motor Sigma, 1.6 16V. O Eco antigo, com motor Rocam, é nota C, enquanto o 2.0 automático é E.

Outra forma de consultar, mais direta, é por meio do site do Conpet, ou, mais especificamente, no do PBVE. Os novatos Hyundai HB20 e Toyota Etios receberam notas A.

Segundo Marcos Borges, responsável pelo programa, a diferença de consumo entre um carro de nota A e um de nota E, entre os compactos, pode chegar a R$ 611,00.

Antes de comprar seu próximo veículo, consulte a lista. Dê preferência a quem participa do programa: sinal de que não tem nada a esconder. Dos que participam, escolha os mais econômicos. Isso ajuda seu bolso e o ar das grandes cidades.

Telefone: (28) 3534-1420

Jornal O Debate - Tecnologia Máxima
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte - Novembro de 2012

Apple lança iPad mini e novo iMac

DIVULGAÇÃO

A Apple aproveitou seu evento nos Estados Unidos, para apresentar o iPad mini, novo iMac, novo MacBook Pro 13 com tela Retina e atualização do iMac.

Segundo a mídia especializada, o objetivo da empresa é concorrer com outros tablets de pequeno porte, como o Kindle Fire e o Nexus 7, do Google.

O iPad mini tem uma tela de 7,9 polegadas e é 23% mais fino e 53% mais leve que o iPad anterior, que tem a tela de 9,6 polegadas.

Ele vem também com processador A5, câmera FaceTime HD de 5 mega pixels e o conector Lightning. Assim como o seu irmão mais velho, ele também poderá ser encontrado em versões com Wi-Fi e Wi-Fi + Celular e terá as Smart covers disponíveis para venda.

O iPad mini mais básico, com 16GB de armazenamento e Wi-Fi será vendido nos Estados Unidos e outros países (Brasil não está incluído) a partir de novembro por US$ 329. Segundo a Apple, a bateria pode durar até 10 horas de uso.

A Apple apresentou também o seu novo iMac, o mais fino já feito até hoje. Ele será comercializado em duas versões, com tela de 21,5 e 27 polegadas. Entretanto, a grande novidade desta edição é o novo sistema de armazenamento que funciona de forma integrada, apesar de ser composta por um flash drive de 128 GB e um HD normal, que pode variar entre 1TB e 3TB.

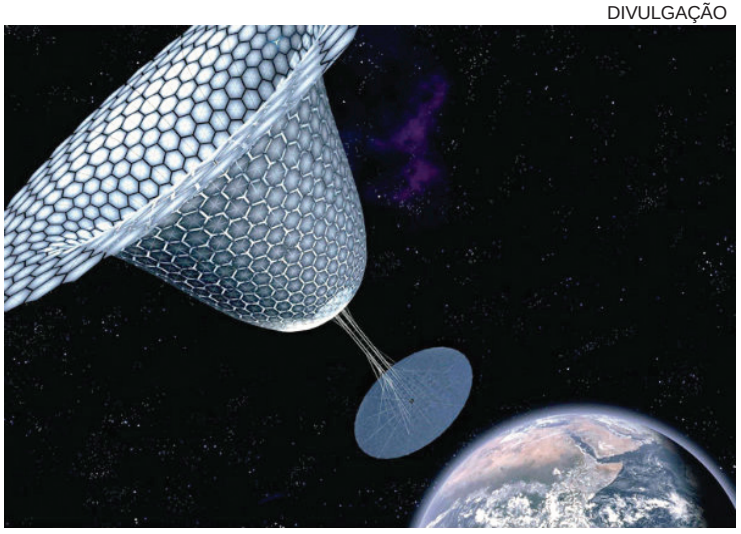
Satélites no espaço em forma de flor

Se der certo, a ideia é montar usinas combinando flores-satélite, transmitindo a energia em ondas de baixa frequência para estações na Terra, onde ela seria transformada em eletricidade.

Amplamente disponível e totalmente sustentável, a energia solar é uma das mais promissoras que existem. Por enquanto, só promissora, mesmo. Um motivo de ela continuar meio apagada é que só pode ser obtida durante o dia. A esperança de reverter esse quadro é passar a captar a luz no lugar certo: no espaço.

O projeto mais novo para realizar essa façanha foi criado pela empresa Artemis Innovation com patrocínio da Nasa. A estratégia de colocar as placas no espaço aumentaria a eficiência da captação de luz porque, em órbita, elas passam apenas uma hora por dia no escuro, em vez da noite inteira. Imitar a natureza, com o formato de uma flor, também aumenta a eficiência da placa.

DIVULGAÇÃO



As “pétalas” cobertas de espelhos canalizam a luz para convertê-la em calor no “caule”. A ideia é transmitir a energia em ondas de baixa frequência para estações na Terra, onde ela seria transformada em eletricidade. “Com o financiamento, o protótipo pode ser construído em até 7 anos e o projeto começa a operar comercialmente em 15 anos”, afirma John C. Mankins, presidente da Artemis.

A primeira etapa vai usar US$ 10 milhões para realizar uma demonstração em órbita baixa. Depois, a empresa vai precisar de mais US$ 1 bilhão para um primeiro satélite, que geraria 1 GW, Itaipu gera 14 GW. Se der certo, a ideia é montar usinas combinando flores-satélite em verdadeiros buquês espaciais.

Redes sociais viciam mais que bebidas

Pesquisa da Universidade de Chicago constata que usuários preferem checar o Facebook a sexo e bebida.

Há maiores chances de uma pessoa ser viciada em checar se sua foto postada no Instagram foi um sucesso do que ter uma vontade incontrolável de fazer sexo sem parar. É o que aponta uma pesquisa divulgada pela Universidade de Chicago.

Para chegar a essa conclusão, a equipe de pesquisadores distribuiu smartphones para 205 voluntários, com idades entre 15 e 85 anos. A partir disso, entravam em contato, de 30 em 30 minutos, para saber qual eram os principais desejos dos particiapantes.

Após uma semana, a estonteante realidade: os participantes tinham mais vontade de checar suas redes sociais do que fazer qualquer outra coisa. Fumar, beber ou fazer sexo. Nada importava mais.

Os pesquisadores afirmam que a predileção por checar Facebook, Twitter e todos os outros penduricalhos virtuais tem uma explicação: dinheiro.

É muito mais barato se viciar em redes sociais do que comprar cigarros e cerveja.

Senado aprova lei que recompensa a redução de emissões de gases

O projeto de lei cria um sistema de redução de emissões por desmatamento e degradação florestal, além de incentivar o manejo sustentável e o aumento dos estoques de carbono, conhecido como Redução de Emissões por Desmatamento e Degradação Florestal.

A iniciativa estabelece valor econômico para a "floresta em pé" e cria regras que viabilizam a remuneração do proprietário que mantém área florestada.

A implantação do REDD+, segundo Braga, contribuirá para que as florestas brasileiras sejam vistas como ativos econômicos, estimulando a preservação e a recuperação de áreas florestadas nas propriedades rurais.

De acordo com o senador, regulamentar o mercado de serviços ambientais é importante para consolidar o controle do desmatamento nos biomas, por meio de incentivos à preservação, além de dar nova fonte de renda a comunidades tradicionais ou mesmo agricultores individuais que preservam matas nativas.

O país ainda não conta com uma lei que prevê a remuneração pela proteção de ecossistemas mantenedores da vida no planeta.

Para viabilizar o mecanismo, o projeto quer criar a Unidade de Redução de Emissões por Desmatamento e Degradação Florestal, que corresponde a uma tonelada de dióxido de carbono que deixou de ser emitida com a manutenção da floresta.

Essa unidade poderá ser usada na obtenção de financiamentos ou convertida em títulos que poderão ser negociados em bolsas de valores.

O texto também estabelece que o sistema seja financiado com recursos dos fundos sobre Mudança do Clima, Amazônico, de Meio Ambiente e de Desenvolvimento Florestal, além de recursos provenientes de acordos internacionais, doações e de orçamentos públicos.

A proposta segue para a Câmara, com análise das comissões de Assuntos Econômicos e de Meio Ambiente.

76% dos brasileiros já foram vítimas de crime digital

DIVULGAÇÃO

Pesquisa conduzida pelo Instituto Ponemon identificou que o Brasil é o segundo país com mais vítimas do cibercrime, ao lado da Índia: 76% das pessoas já sofreram algum tipo de ataque. A China é a líder, com 83%, e os EUA vêm em terceiro, com 73%.

O estudo foi realizado com 583 companhias norte-americanas, das quais 90% informaram ter tido seus sitemas hackeados ao menos uma vez nos últimos 12 meses. A maioria delas, 59%, informou que as brechas aconteceram com mais frequência neste período. As informações são do Mashable.

O prejuízo causado pelas fraudes digitais em nível global foi avaliado em mais de US$ 1 trilhão, segundo a empresa. A pesquisa avaliou que, em média, 65% dos usuários de internet já sofreram algum tipo de ataque, seja na forma de vírus, clonagem de cartão de crédito ou roubo de identidade.

Google lança plataforma de sites móveis

O Google, em parceria com a DudaMobile, lançou uma nova plataforma que permite adaptar os sites de pequenas empresas para serem visualizados no celular. A versão mobile do site é gratuita e pode ser feita em apenas quatro passos. O site móvel criado através da plataforma tem opções de layout simples e recursos como localização. De acordo com a empresa, 10% das pesquisas do Google são feitas de dispositivos móveis e o acesso através de smartphones cresceu 30 vezes nos últimos dois anos. A iniciativa faz parte do programa GoMo, do Google, que quer incentivar as empresas a usarem mais as plataformas móveis.

Facebook pode lançar Smartphone

DIVULGAÇÃO

De acordo com um site britânico, o aparelho viria com o processador Qualcomm Adreno 305, contará com tela HD e, por enquanto, rodará a versão 4.1 do Android, conhecida como Jelly Bean.

Os boatos de que o Facebook estaria lançando seu próprio smartphone voltaram a ganhar força depois que o site britânico, Pocket-lint, noticiou que os taiwaneses da HTC estão desenvolvendo o dispositivo móvel, que já teria até nome: HTC Opera UL.

Uma "fonte confiável", segundo o site, teria revelado aos britânicos que estaria desenvolvendo o " smartphone do Facebook". A fonte também afirmou que o aparelho não teria lançamento previsto.

Jornal O Debate - Tecnologia Máxima
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte - Novembro de 2012

Galaxy S III é o smartphone mais vendido

DIVULGAÇÃO

A Galaxy S III já vendeu 30 milhões de unidades e o mesmo aparelho já ultrapassou as vendas do iPhone 4S, destronando-o do título de smartphone mais vendido, durante o terceiro trimestre de 2012.

Mas você já tinha parado para pensar o que toda essa quantidade significa? Não, então a Samsung vai explicar para você. A fabricante fez um infográfico para ilustrar o quanto esses 30 milhões representam.

Segundo a Samsung, os 30 milhões de Galaxy S III comercializados em cinco meses dão uma média de um aparelho vendido a cada 0,45s; essa quantidade também seria capaz de cobrir a superfície da área de 12 Coliseus de Roma; o peso de 100 baleias-jubarte; e se colocados um em cima do outro seriam capazes de alcançar uma altura de 29 montes Everest.

O Galaxy S III foi lançado oficialmente no dia 29 de maio de 2012 e traz uma tela de Super AMOLED de 4,8 polegadas, resolução de 1280×720 pixels, chip Exynos 4412 com processador quad-core rodando a 1.4GHz, GPU Mali-400, 1GB de memória RAM e está recebendo o Android 4.1.

Índia lança tablet mais barato

DIVULGAÇÃO

A Índia lançou uma nova versão de seu tablet de baixo custo, ainda mais barato e dotado de uma unidade central mais rápida, vendido aos estudantes ao preço de 1.130 rúpias (US$ 19, cerca de R$ 38).

O tablet "Aakash" (céu, em hindi), considerado o mais barato do mundo, foi desenvolvido em parceria entre os setores privado e público. O objetivo é fazer com que a tecnologia fique mais acessível aos estudantes de países onde a internet ainda é pouco desenvolvida: apenas um indiano em cada dez tem acesso à internet.

O projeto do Aakash visa dar a um número crescente de estudantes e alunos as condições tecnológicas necessárias para estimular o rápido crescimento econômico. Os 100 mil primeiros tablets serão vendidos com prioridade aos estudantes de engenharia, e o preço ao público será de 3.500 rúpias (cerca de R$ 128). As configurações do aparelho são processador de 1GHz, 512 MB de memória RAM e tela de sete polegadas.

Na Índia, o índice de alfabetização é de 63% e está muito abaixo do registrado em outros países em desenvolvimento, como a China, com um índice de 94%, e sofre com um sistema educacional anárquico devido à falta de investimentos e professores.

Água pode ser um problema para o país

DIVULGAÇÃO

55% das cidades brasileiras podem ter problemas para ter acesso à água de boa qualidade, segundo o presidente da Agência Nacional de Águas.

Mais da metade dos municípios brasileiros pode ter problemas com o abastecimento de água ou dificuldade para receber água de boa qualidade nos próximos anos. A afirmação é do presidente da Agência Nacional de Águas (ANA), Vicente Andreu.

Responsável pela agência que regula o uso dos recursos hídricos brasileiros, Andreu afirma que a discussão hoje deve se concentrar na qualidade da água a que os brasileiros têm acesso. "Inclusive no semiárido brasileiro, a gente imagina que (o problema) é a quantidade, mas o grande problema é a qualidade dos açudes, que apresentam grande nível de comprometimento", disse o presidente da ANA.

Mas as dificuldades futuras não estão apenas no semiárido

Embora o Brasil seja reconhecido com um dos países mais beneficiados em recursos hídricos, a distribuição é extremamente desigual em todo o território. Na região Amazônica, que não concentra nem um décimo da população brasileira, está 70% da água doce do país.

Para piorar, a água brasileira é de boa qualidade – 81% é classificada como boa ou ótima – mas os mananciais de avaliação ruim ou péssima estão concentrados na populosa faixa litorânea do sul e sudeste, informou o presidente da ANA.

Eficiência Máxima
Soluções Energéticas
Produtos e Serviços Ecológicos
Saiba mais
www.eficienciamaxima.com.br
ou pelo telefone (31) 3275-4358
Estruturação de Programas de Economia de Energia
Avaliações Energéticas e Monitoramento
Análise de Viabilidade de Alternativas Energéticas
Capacitação de Comissões Internas de Economia de Energia - CICE

o debate
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte, Novembro de 2012 SAÚDE & BELEZA

10 doenças mais comuns entre os executivos brasileiros

A maioria dos executivos entrevistados não mantêm uma alimentação equilibrada no dia a dia, 44% são sedentários e 31,7% têm índice elevado de estresse.

A pesquisa foi divulgada pela Omint, empresa especializada em plano de saúde empresarial. Segundo os pesquisados, a rinite alérgica é a doença mais comum entre os executivos brasileiros.

O levantamento apontou também, que 29% dos profissionais entrevistados sofrem com a poluição e a manutenção inadequada do ar condicionado no ambiente de trabalho.

A segunda enfermidade que mais atinge os profissionais é a alergia de pele, atingindo 22,4% do total. Dor no pescoço e nos ombros foi a terceira queixa mais apontada por 19,36% dos executivos, seguido de excesso de peso (18,42%), dores de cabeça frequente (16,50%), ansiedade (18,19%), asma ou bronquite (13,47%) insônia (10,86%), colesterol alto (11,53%) e dor nas costas (8,52%).

Para o diretor-médico da Omint e coordenador do estudo, Caio Soares, a adoção de hábitos de vida saudáveis deveria ser uma preocupação de primeira ordem para empresas e seus colaboradores. “As pessoas hoje têm consciência do risco que correm com os hábitos de vida não saudáveis, mas conforme nosso estudo comprova, isso não é suficiente para a mudança de comportamento. Elas precisam de estímulos contínuos para mudança de estilo de vida”.

DIVULGAÇÃO

Vacina da gripe pode reduzir risco de AVC

A vacina contra a gripe pode ter outros efeitos além de prevenir a infecção por vírus: ela também pode diminuir os riscos de o paciente desenvolver doenças cardiovasculares.

Segundo duas pesquisas divulgadas no Congresso Cardiovascular Canadense de 2012, a vacina pode ser um importante tratamento para manter a saúde do coração e prevenir eventos como acidentes vasculares cerebrais (AVC) e ataques cardíacos.

Um dos estudos avaliou uma série de pesquisas publicadas desde os anos 1960. “Aqueles que receberam a vacina tiveram uma grande redução no risco de doenças cardiovasculares”, diz Jacob Udell, cardiologista da Universidade de Toronto e autor do estudo.

Juntando todas as pesquisas, foram avaliados 3.227 pacientes. Cerca de 50% deles já tinham doenças cardíacas diagnosticadas, mas os efeitos benéficos foram registrados nos dois grupos. Metade dos pacientes recebeu a vacina, enquanto outra metade recebeu placebos, e todos foram observados ao longo de um ano.

Resultado: aqueles que receberam a vacina registraram uma queda de até 50% no risco de sofrer problemas como ataques cardíacos e AVCs se comparados aos que tomaram placebos. Esses mesmos voluntários tiveram 40% menos chances de morrer por causa desses problemas.

Os especialistas não têm certeza sobre o mecanismo que leva à redução de eventos cardíacos, mas sugerem que a vacina previne as complicações da gripe, como inflamações, que já foram relacionadas a ataques do coração. Jacob Udell afirma que esses resultados dão apoio à prática médica de sugerir a vacinação de indivíduos que tenham problemas cardíacos. Agora, o pesquisador pretende realizar um estudo maior para demonstrar a a efetividade da vacina em salvar a vida de pacientes com esse tipo de doença.

Um segundo estudo apresentado no Congresso examinou o efeito das vacinas em pacientes que receberam desfibriladores implantáveis, que estão programados para detectar arritmia e aplicar choques elétricos calibrados para restaurar o ritmo normal do coração.

“Já havíamos percebido que os pacientes costumavam receber mais choques durante as temporadas de gripe. Em nossa pesquisa, estávamos tentando entender como poderíamos reduzir a quantidade de choques nessa época”, disse Ramanan Kumareswaran, cardiologista do Centro de Ciências da Saúde de Sunnybrook, no Canadá, e um dos autores do estudo.

Foram analisados 230 pacientes, que tinham entre 70 e 74 anos. Desses, 179 haviam recebido a vacina no último ano. Entre eles, 10,6% receberam pelo menos um choque durante a temporada de gripe. Já entre os que não foram vacinados a taxa foi de 13,7%.

A pesquisa também precisa ser realizada em maior escala antes que seus resultados sejam confirmados.

Jornal O Debate - Saúde & Beleza
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte - Novembro de 2012

Acne da idade adulta – como lidar?

Quem acredita que as acnes só aparecem na fase da adolescência está muito enganado. Em alguns casos, as temíveis espinhas resolvem permanecer na nossa pele e nos acompanhar durante a fase adulta.

Segundo a dermatologista Vanessa Penteado, médica da Clínica Pantheon, as causas da acne a partir dos 25 anos, ainda estão sendo investigada, mas tudo indica que o excesso de ansiedade, preocupação, alterações no humor e o uso de cosméticos inadequados, alterações hormonais, contribuem para o surgimento da espinha nessa fase.

"Esses são um dos principais fatores que ocasionam a acne. Eles liberam o hormônio cortisol, que provoca desequilíbrio no organismo e está ligado ao surgimento das espinhas. Alguns cremes hidratantes também podem ser culpados pela volta da acne na fase adulta", explica a dermatologista. Quem faz uso de corticóides deve ficar atenta, eles também podem alterar as taxas hormonais e causar espinhas.

É normal acne na fase adulta? O surgimento da acne na idade adulta da mulher não é considerado um fato normal. As mulheres que apresentam acne devem procurar um especialista para verificar a sua causa. "Na mulher a causa da acne pode estar relacionada à disfunção hormonal ou ovários policísticos. O aumento dos hormônios andrógenos ocasiona o estímulo á glândula sebácea, que pode provocar um

DIVULGAÇÃO

entupimento, acelerando o aparecimento da espinha", destaca a dermatologista Vanessa Penteado. A frequência e o período que as espinhas aparecem podem ajudar no diagnóstico e descobrir a sua causa. Caso, o problema se torne constante, o melhor a fazer é procurar um dermatologista para iniciar um tratamento em combate a acne e cravos.

Vamos tratar? Não existe prevenção para a acne na fase adulta, porém, são diversas soluções como cremes, pomadas, antibióticos, que podem ajudar na resolução desse problema. Após o resultado do diagnóstico, é possível indicar o tratamento certo como, por exemplo, o uso oral de contraceptivos que atuam contra o hormônio masculino. Peelings Superficiais, luz pulsada, isotretinoína também são uma opção de tratamento para combater a acne da fase adulta.

Cuide da sua pele

A dermatologista Vanessa Penteado revelou alguns cuidados que devem ser tomados por homens e mulheres para evitar que as espinhas e cravos apareçam:

✓ Evite cosméticos que apresentem óleo em sua fórmula e escolha o hidrante correto para o seu tipo de pele.

✓ Lave o rosto com um sabonete específico para a sua pele duas vezes ao dia. Opte pelos produtos com indicação oil free e formulação não comedogênica.

✓ Pratique exercícios físicos regulares para controlar a produção de hormônios e minimizar o estresse.

✓ Não consuma alimentos ricos em açúcar, gorduras e sódio. O excesso de glicose desequilibra a produção de insulina e provoca o aumento de sebo pelas glândulas sebáceas.

✓ O suor sobre a pele pode criar um ambiente úmido propício para o crescimento de microrganismos. Por isso, evite fazer quantidades exageradas de exercícios ou atividades que possa provocar um suor excessivo.

Crianças obesas têm paladar menos sensível

As crianças obesas comem mais porque têm paladar menos sensível, diz estudo.

Crianças obesas têm papilas gustativas menos sensíveis. E é justamente a menor percepção dos cinco sabores (amargo, doce, salgado, azedo e umami) que faz com que comam mais.

A descoberta é da Universidade Charité Hospital, em Berlim, Alemanha. Os dados foram divulgados pelo jornal Daily Mail.

Os cientistas analisaram voluntários entre 6 e 18 anos, sendo 94 de peso normal e 99 obesos. Todos estavam com a saúde em dia e não tomavam medicamentos que pudessem afetar o paladar e o olfato.

A sensibilidade ao gosto foi testada com tiras gustativas na língua, que abrangiam os cinco sabores em quatro intensidades.

Constatou-se que, embora os pequenos obesos tenham capacidade semelhante dos outros de saborear o doce, apresentaram menor sensibilidade aos outros tipos de gosto.

Com o tempo, os participantes do grupo de controle melhoraram a capacidade de diferenciar as sensações, o que não ocorreu com os obesos. O motivo exato para essas diferenças não foi identificado.

Os pesquisadores acreditam que genes, hormônios, cultura e exposição a diferentes gostos no início da vida desempenhem um papel importante.

Conheça três tratamentos que prometem secar e endurecer o abdômen

Novos tratamentos estéticos prometem reduzir a circunferência abdominal com poucas sessões e mínimo esforço; a manutenção, porém, depende de alimentação saudável e prática regular de exercícios físicos.

Quem é fã de tratamento estético já deve ter notado que os aparelhos estão cada vez mais seguros e potentes, tanto que alguns deles prometem resultados com uma única sessão.

Excelente notícia, especialmente quando se está a poucos dias de vestir o biquíni e a barriga ainda incomoda. Para esses casos, os especialistas estão recomendando três técnicas: o VelaShape II, o Liposonix e o CoolSculpting.

Criado especialmente para quem tem excesso de gordura e flacidez de pele no abdômen, o VelaShape II é aguardado para este mês e vem três vezes mais poderoso do que sua versão anterior.

"Daí a explicação para a melhora de até 60% da textura da pele e redução média de 7,3 centímetros de circunferência abdominal após cinco sessões de 20 minutos cada uma.

Porém, o tratamento completo inclui seis sessões, sendo uma por semana, mais uma de manutenção a cada 30 ou 60 dias", diz Fernando Emiliozzi, diretor responsável da importadora Skintec, em São Paulo.

Segundo ele, o equipamento continua indolor e combinando quatro técnicas. "A luz infravermelha e a radiofrequência aquecem profundamente a pele para acelerar o metabolismo da gordura e aumentar a produção de colágeno e a contração das fibras de sustentação.

Tem ainda a sucção, que estimula a circulação, e a massagem mecânica, para drenar os líquidos e as toxinas retidas", explica Fernando, que adianta que o preço médio por sessão deve ser por volta de R$ 250. Em tempo: o VelaShape II já tem aprovação da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) e é contra-indicado para grávidas.

DIVULGAÇÃO

Pneuzinho no alvo

A gordurinha na lateral do abdômen é a principal mira do Liposonix, que promete reduzir entre 2,5 e 4 cm de cintura em uma única sessão. Para chegar lá, a novidade, que foi apresentada no Congresso Americano de Dermatologia, que aconteceu em março, nos Estados Unidos, emite um ultrassom concentrado de alta intensidade capaz de aquecer profundamente a área tratada.

Esse calor não só destrói os nódulos de gordura, que são absorvidos pelo sistema linfático, como favorece a produção de colágeno, dando mais firmeza à pele e combatendo a flacidez que pode aparecer com a redução dos excessos.

"Tem gente que sente ardor durante e depois do tratamento e nas mais sensíveis esse desconforto pode se prolongar por algumas semanas", conta a dermatologista Marcela Studart, do Rio de Janeiro. Cada sessão do Liposonix dura cerca de uma hora e, geralmente, uma resolve o problema.

Já o resultado aparece cerca de duas semanas depois do tratamento. Como a previsão é de que a novidade chegue por aqui até dezembro, ainda não há um consenso sobre o custo, mas é esperado que ele seja salgado, algumas clínicas falam em R$ 2,5 mil e outras em R$ 3 mil.

Vale lembrar que a técnica não pode ser feita por quem está grávida, usa marca-passo, tem problemas de coagulação ou fez uma cirurgia na região abdominal recentemente.

Aquele barrigão

Para quem está até 15 quilos acima do peso ideal, o CoolSculpting consegue remover de forma permanente até 25% da gordura da área tratada com uma única sessão.

"Tudo graças à criolipólise, que resfria a uma temperatura negativa as células de gordura e provoca uma inflamação local que causa a morte gradual delas sem prejudicar o funcionamento do organismo", explica o médico Fred Aslan, presidente da Advance Medical, companhia responsável pela distribuição e comercialização da máquina no Brasil.

Ele avisa: "A pessoa pode voltar a acumular gordura na área tratada se não comer de forma equilibrada nem se exercitar regularmente". Geralmente, uma sessão de uma hora é suficiente para alisar a barriga, mas quem quiser repetir a dose deve esperar entre seis e oito semanas período que o resultado demora a aparecer.

Vale lembrar que o CoolSculpting está sendo usado no país há um ano, é liberado pela Anvisa e contra-indicado para quem tem hérnia umbilical, marca-passo, hepatite C, alta sensibilidade e reações ao frio, está grávida ou passou recentemente por uma operação na região que vai ser tratada.

Mais: o tratamento causa um desconforto de leve a moderado nos minutos iniciais, depois, por uma hora, a sensação é de um beliscão e, nos dias seguintes, é possível ter dormência no local, sensibilidade e algumas manchinhas vermelhas.

O preço da beleza varia de R$ 1,5 mil a R$ 2,5 mil.

Medicina Empresarial

A Solução para evitar problemas com o INSS, Ministério do Trabalho e Justiça do Tabalho

e-mail: comercial@mel-net.com.br
engemel@mel-net.com.br
e-mail: franquia@mel-net.com.br

Rua dos Timbiras, 3055 - 2º e 3º andares - Barro Preto
Cep. 30.140-062 - Belo Horizonte -MG // Telefax: (31) 3349-7500

www.mel-net.com.br

Jornal O Debate - Saúde & Beleza
Edição Número: 2520 - Belo Horizonte - Novembro de 2012

Dicas e cuidados antes de fazer uma tatuagem

Já sabe o local e o desenho da sua nova tatuagem? Então prepare-se e fique atenta aos cuidados com a higiene. Antes de fazer a tatuagem você deve estar segura sobre suas escolhas, conhecer a forma de trabalho do seu tatuador e prestar atenção se ele utiliza material descartável. Esses cuidados com a higiene são muito importantes para evitar o contágio de doenças como hepatite B e AIDS.

De acordo com o dermatologista Fernando Passos de Freitas (CRM-106.504), alguns cuidados com higiene evitam que a tatuagem se torne um facilitador para uma infecção na pele.

"Não deixe de questionar o profissional sobre o pigmento que ele usará para fazer a sua tatuagem. Pigmentos de má qualidade podem causar danos na pele como alergias, manchas, além de desbotar as cores com o tempo", explica o médico.

DIVULGAÇÃO

Cuidados com a pele antes da tatuagem

Antes de fazer a tatuagem é importante que a pele esteja limpa, hidratada e saudável.

"Utilize um hidratante à base de uréia duas vezes por dia na região que a abrigará a tatuagem, dessa forma a pele ganha mais tonicidade. Observe se há pelos na região: eles precisam ser removidos. O ideal é fazer uma depilação dois dias antes da tatuagem para evitar a inflamação dos pelos", recomenda o dermatologista Fernando Passos de Freitas.

Observe se o tatuador lavou as mãos com água, sabonete e álcool antes de iniciar o procedimento. A área da pele onde será feita a tatuagem também deve ser lavada e aplicado o álcool para desinfecção.

Locais para se tatuar

O local do corpo é uma das principais dúvidas de quem decide fazer uma tatuagem. As opções são muitas e você pode tatuar praticamente qualquer parte do seu corpo.

"Evite escolher áreas do corpo em que há maior acúmulo de pele ou que já apresentam mais flacidez. O resultado pode não atender suas expectativas, pois a pele precisa ficar esticada na hora de tatuar", alerta o dermatologista Fernando Passos de Freitas.

Fiz a tatuagem, e agora?

"Após a tatuagem, é necessário fazer um curativo no local com uma pomada composta de ácido dexpantenol, com o intuito de reconstituir o tecido epitelial. A proteção da tatuagem também deve ser levada em consideração para evitar infecções e lesões", orienta o médico Dr. Fernando Passos de Freitas.

Mantenha a região da tatuagem sempre limpa e coberta por roupa até duas semanas depois do procedimento. Evite pegar sol, coçar ou arrancar cascas. Espere a cicatrização da tatuagem para voltar a fazer exercícios físicos. Se a tatuagem ainda apresentar casquinhas, o exercício físico pode fazê-las rachar e o desenho pode apresentar falhas.

Depois da cicatrização mantenha o uso de protetores e hidratantes, usá-los vai causar uma diferença no intervalo de tempo entre o dia que você fez a tatuagem até o dia de retoque.

Quer fazer uma tatuagem? Então, preste atenção nas recomendações do dermatologista Fernando Passos de Freitas e saiba o que é preciso saber na hora de fazer uma tatuagem:

✓ Nunca faça uma tatuagem sob a influência de álcool ou drogas. Além dessas substâncias serem prejudiciais à saúde, suas decisões devem ser sempre tomadas de maneira lúcida.

✓ Faça muita pesquisa. Escolha um profissional experiente, que use luvas e equipamento esterilizado e já tenha realizado esse tipo de trabalho. Observe se o estabelecimento é limpo e possui boa estrutura.

✓ Após a tatuagem evite consumir alimentos gordurosos como carne de porco, presunto, frutos do mar nos próximos 30 dias.

✓ Se você já fez alguma tatuagem e teve alguma reação alérgica, procure um dermatologista para tratar essa reação.

Rapidinhas

●O doente olha com ar de desconfiado para a receita, depois para o médico e diz:
- Estou sofrendo muito. No meu estado de depressão, preciso de algo que me estimule. Que me excite, me desafie, me transforme. Há alguma coisa assim nesta receita?
- Não diz o médico. - Vai encontrá-la na conta.

●Entrando num hospital, um carteiro diz:
- Um cachorro mordeu minha perna!
- Minha nossa! - diz uma enfermeira. - Pôs alguma coisa nela?
- Não - responde o carteiro. - Ele gostou dela ao natural.

●Dois sujeitos conversavam num bar:
- Aqui o barulho é tamanho que não consigo ouvir as minhas próprias palavras! Comenta o primeiro.
- Não se preocupe - responde o outro. - Você não está perdendo nada!

●O pai pergunta para a filha que anunciava o noivado:
- Seu noivo tem algum dinheiro?
- Os homens são todos iguais! Respondeu a moça.
- Ele me perguntou a mesma coisa a seu respeito!

Pára-choque

A propaganda é a alma do negócio

DIVULGAÇÃO

Dois Homens

Duas mulheres pequeninas e grisalhas estavam conversando animadamente quando entram no elevador lotado e uma delas disse, em alto e bom som:

- "Sabe, minha fantasia sempre foi ter dois homens ao mesmo tempo."

Fez-se um silêncio absoluto enquanto todos os passageiros do elevador se viram para fitar a mulher que havia feito a revelação tão íntima. Ela aí continuou:

- "Um para cozinhar e o outro para limpar".

O tombo

Dois amigos escalam uma montanha enorme quando um deles pisa em falso e despenca lá de cima, desaparecendo no abismo. Nervoso o amigo tenta fazer, contato pelo walkie-talkie:

- Alô ...Alô... você está bem?
- Sim, estou.
- Quebrou algum osso?
- Não, nenhum.
- Então volte a subir que eu espero.
- Não posso ainda estou caiiinnnndooo

Horoscopiada

Áries - Terá que ter muita paciência durante todo o ano. Muitas coisas ainda acontecerão em sua vida, principalmente do lado negativo. Se as pessoas ainda o vão decepcionar lembre-se que também do seu lado ninguém tem nada a elogiar.

Touro - Sua resistência física está mal. Não conseguirá resolver nem mesmo as pequenas equações da vida. Qualquer decisão que tomar reverterá contra você. Acho que ao nascer lhe tiraram o cérebro e colocaram uma melancia no lugar.

Gêmeos - Sua busca incessante para encontrar uma companhia vai ter um fim. Não existe na face da Terra alguém com suficiente caridade para se postar ao seu lado pelo menos por dois minutos. Desista de ser levado a sério e caia na realidade.

Câncer - Todo mundo já sabe que o dia em que você comer sua própria língua vai morrer envenenado. Sua irracionalidade vai deixar babando o burro. Sua saúde está tão debilitada que nenhum médico terá coragem de fazer um diagnóstico.

Leão - Uma coisa que você precisa parar imediatamente: bisbilhotar a vida alheia. Todo mundo já sabe que espécie de fofoqueiro é você. Tem gente disposta a esclarecer o seu passado, deixando bem à mostra sua dupla personalidade.

Virgem - Você jogou todas as possibilidades para o alto, está num isolamento total. As pessoas estão se afastando tanto que nem de binóculo você conseguirá ver ninguém. As luzes se apagarão para sempre e você ficará na escuridão. Como tem sido sua alma.

Libra - Falta-lhe talento e disposição para até mesmo, enfiar uma linha na agulha. Você pensa que sabe costurar as pessoas, mas na realidade jamais passará de um simples bordado. Sua cara de bundão não consegue mais enganar ninguém.

Escorpião - Nunca se posicione em plano superior a uma vara de tirar abacaxi. Sua altura condiz bem com a sua mentalidade. Gente da sua espécie costuma viver muito. Para ter tempo suficiente para expiar suas culpas.

Sagitário - O que adianta ficar pensando em como a vida seria melhor sem a sua nefasta presença. Seus familiares vivem desejando que você se afaste por muito tempo e se instale definitivamente em algum lugar que não conste no mapa.

Capricórnio - Por enquanto, você ainda não atingiu os seus próprios limites. Os que convivem com você sentem que sua capacidade de infernizar a vida dos outros ainda tem muita lenha para queimar. Para você, o mundo será sempre quadrado.

Aquário - Não fosse o problema da vaidade até que você conseguiria viver em grupo. Os burros, às vezes, conseguem estabelecer princípios rígidos para uma convivência em bloco com o objetivo de todos poderem comer o mesmo naco de capim.

Peixes - Buscando sempre encontrar as partes piores do ser humano, você se esqueceu de pensar em seus próprios defeitos. Seu senso de humor tende a piorar nos próximos dias e a maior decepção de sua vida ainda está por vir.

Em Minas, as boas ideias ganham vida.

O trabalho de um governo é pensar em projetos para melhorar a vida das pessoas. Mas não basta fazer planos. Uma boa gestão precisa tirar as ideias do papel. Isso é uma coisa que o Governo de Minas vem fazendo. **O Mães de Minas, o Caminhos de Minas, o Travessia, a atração de novos investimentos e o desenvolvimento do ensino básico são programas e ações que começaram assim: como boas ideias.** Hoje são realidades que estão transformando para melhor a vida de milhões de mineiros em todas as regiões do estado. Tudo isso para deixar as pessoas que a gente gosta assim: mais saudáveis, mais próximas, mais felizes e confiantes no futuro.

SAÚDE

Programa Mães de Minas. O maior programa de atenção à gestante já feito em Minas, garantindo o acompanhamento da gravidez até o primeiro ano de vida do bebê. Ligue 155 e cadastre-se.

162 tipos de medicamentos distribuídos gratuitamente em 100% dos municípios mineiros.

DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Programa Travessia. Hoje o programa é uma realidade em municípios com menor índice de desenvolvimento, ajudando as pessoas a fazerem a travessia para uma vida melhor.

237 municípios atendidos até 2012.

Desde 2008, mais de **1 bilhão de reais investidos** em ações sociais.

EDUCAÇÃO

Desenvolvimento do ensino básico.

Resultados do Ideb*: Minas tem hoje **a melhor educação básica do país.**

Mais de 88% das crianças lendo e escrevendo aos oito anos de idade**.

** Fonte: Ideb – Índice de Desenvolvimento da Educação Básica, 2011.*

*** Fonte: Proalfa – Programa de Avaliação da Alfabetização, 2011.*

ATRAÇÃO DE INVESTIMENTOS E GERAÇÃO DE EMPREGOS

Mais de 172 mil novos empregos criados só em 2011.

1 milhão e 500 mil empregos com carteira assinada entre 2003 e 2012*.

Região Metropolitana de BH: o desemprego vem caindo ano a ano desde 2003 e, em 2012, atingiu o menor nível, 4,8%**.

** Fonte: Caged – Cadastro Geral de Empregados e Desempregados do Ministério de Trabalho e Emprego.*

*** Fonte: PED – Pesquisa de Emprego e Desemprego.*

CAMINHOS DE MINAS

Mais 1.900 km de estradas asfaltadas nos próximos anos.

Naiara e seu filho Leonardo: mineiros atendidos pelo Mães de Minas

GOVERNO DE MINAS

POPULUS