

JORNAL

images

DA ILHA

Foto: Hermes Bezerra

A MAGIA DO NASCER

Estímulo ao parto natural traz segurança pra mãe e bebê

• Página 5

Marla estava com a cesárea marcada, mas Bernardo chegou mais cedo

VERÃO: Ação nas praias • Página 6



Imagem da Ilha informa turistas no Norte da Ilha

> AGENDA

SHOW

Jazz de qualidade

Já estão à venda os ingressos para o show da Orquestra Buena Vista Social Club. Esta será uma das últimas oportunidades dos fãs assistirem ao show do grupo, já que esta é uma turnê mundial de despedida, após 16 anos de estrada. A compra de ingressos pode ser feita nas bilheteiras dos teatros Ademir Rosa (CIC), Álvaro de Carvalho (TAC) e Pedro Ivo. Dia 18 de maio, às 21h, no CIC. Mais informações: 3364-2555.



TEATRO

Mulheres insanas

O espetáculo "Mulheres Insanas" retrata com bom humor e um pouco da filosofia os desejos de mulheres clássicas e contemporâneas. Além de personagens inéditas, o espetáculo leva ao palco algumas das inesquecíveis personagens femininas criadas ao longo dos 13 anos de sucesso do projeto "Terça Insana" que revolucionou a cena paulistana e se tornou um divisor de águas no cenário da comédia no Brasil. Dia 07 de março, às 21h, no Teatro Pedro Ivo. Mais informações: 3665-1630.



Publicação quinzenal da Editora de Jornais Imagem da Ilha com distribuição gratuita para a região da Beira-Mar Norte, via mala direta etiquetada, e com distribuição porta em porta nos bairros Santo Antônio de Lisboa, Cacupé, João Paulo, Jardim Anchieta e Parque São Jorge.

TIRAGEM: 10.000 exemplares - MALA DIRETA: 9.500 Assinantes

Direção geral: Hermann Byron Neto - **Edição:** Gabriela Morateli - **Textos:** Gabriela Morateli, Luciana de Moraes e Tatiane Dores da Silva - **Conselho editorial:** Hermann Byron Neto, Gabriela Morateli e Urbano Salles - **Diagramação:** Edson Egerland - **Jornalista responsável:** Gabriela Morateli (RP0041871/SC) **Tel. comercial:** (48) 3024 2747 - **Celular Comercial:** (48) 9162 8040 - e-mail: hb@imagemdailha.com.br

Telefone Redação: (48) 3028 3778 - **Impressão:** Diário Catarinense

Os artigos assinados não refletem necessariamente a opinião do jornal, sendo de inteira responsabilidade de seus respectivos autores

Troca de endereços, comentários e sugestões para o e-mail redacao@imagemdailha.com.br.

EMPREENDEDORISMO

Startup Weekend

Estão abertas as inscrições para a quarta edição do Startup Weekend. O objetivo é reunir profissionais atuantes em diferentes áreas para compartilhar ideias, formar times e lançar startups. O evento é o maior conjunto de eventos de startups do mundo, com edições realizadas em quase 500 cidades em todos os continentes. De 20 a 22 de março, no auditório do Sebrae/SC. Mais informações: <http://florianopolis.startupweekend.org/>.

> CARTA AO LEITOR

Finalmente voltamos à rotina normal depois das férias e feriadão de Carnaval. Mesmo na alta temporada de verão, o Imagem da Ilha esteve em ação nas praias do Norte de Florianópolis com a entrega das edições especiais, em ação voltada especialmente aos turistas nessa época do ano. Quem esteve por lá recebeu dicas de lazer e gastronomia na cidade, além de cuidados com saúde e beleza. Todos os detalhes estão na página 6.



Também nesta edição temos assuntos de repercussão nacional, mas com informações aqui da cidade. Um deles é: nascer é perigoso? O Brasil mostra índices alarmantes de cesarianas contra uma porcentagem muito pequena de parto normal. Falta de conhecimento dos pais ou falta de comprometimento dos médicos? Leia na matéria especial de capa na página 5. Outra questão relevante é a educação. As crianças estão sendo incentivadas a ler e escrever? Conversamos com educadores e descobrimos projetos muito satisfatórios nas escolas e pais que incentivam o hábito dentro de casa.

O caderno Arquitetura & Decoração estreia este ano com um novo colunista: o arquiteto e urbanista Mário Pinheiro. Ele trará novidades do setor, eventos badalados da área e exemplos de projetos bem sucedidos em outros locais do País e do mundo que poderiam ser utilizados para melhorar o visual de Florianópolis.

No Femina também temos novidades: o cardiologista Jamil Mattar Valente é o novo colunista do caderno, com informações sobre medicina preventiva do coração.

Uma boa leitura!

Hermann Byron

EXPOSIÇÃO

Eli Heil

A artista plástica Eli Heil completa 85 anos de vida com uma exposição que transcorre sua trajetória de 53 anos de carreira. A retrospectiva inclui pinturas e desenhos de cada década de produção, além de três séries (12 desenhos em branco e preto, 50 desenhos coloridos e 40 pequenas pinturas) e três grandes painéis inéditos (dois com cerca de 20 metros de extensão e um com 32 metros de extensão), totalizando cerca de 160 obras. Até o dia 22 de março, no Museu de Arte de Santa Catarina, no CIC. Mais informações: www.masc.sc.gov.br.



TELEFONES ÚTEIS

Construções irregulares:

SMDU - 3251-4951

Pró-Cidadão - 156

Disque Ecologia (Fatma) - 1523

Tele-denúncias (SSP) - 1683

Defesa Civil - 199

CONFIRA OUTROS EVENTOS NO BLOG DO JORNAL (WWW.IMAGEMDAILHA.COM.BR/BLOG)

O Imagem da Ilha oferece 500 exemplares a mais nos seguintes locais com reposição semanal:

Beiramar Shopping: Café Fanny
Shopping Iguatemi: Café Cultura (1º piso)

Jurerê Internacional: Doce de Pelotas (Jurerê Open Shopping)
SC-401: Verde & Cia Garden Center (Sentido Centro)

> EDUCAÇÃO

Mundo das letras

O que escolas da capital estão promovendo para elevar a interação dos alunos com os livros

Gabriela Morateli

“Ah, como é importante na formação de qualquer criança ouvir muitas histórias... Escutar histórias é o início da aprendizagem para ser um leitor, é ter todo um caminho de descobertas e de compreensão do mundo, absolutamente infinito...”, recomenda a escritora infanto-juvenil e pedagoga Fanny Abramovich. Ler histórias para as crianças é o início de sua jornada pelo mundo das palavras. “Meu pai dizia que a gente deveria ler tudo que estivesse ao nosso alcance, fosse placas, bulas de remédios, rótulos, enfim, qualquer coisa. Tudo é conhecimento, um dia pode ser útil”, conta a arquiteta Dirlene Serrano. E esse ensinamento que resultou em qualidades positivas ela procura passar também para o filho Roberto, de 9 anos.

Na casa dela e do marido, o também arquiteto, Ricardo Fonseca, o hábito da leitura faz parte da rotina. “Nós sempre procuramos ter livros e revistas que sejam do interesse dele em casa. Quando saímos para passear sempre levamos livros e procuramos ir com frequência a livrarias, que oferecem espaços Kids e contadores de histórias”, destaca Dirlene. No quarto de Roberto um cantinho reserva seus títulos favoritos, como o livro “Contos e Encantos dos 4 Cantos do Mundo”.

DE CASA PRA ESCOLA

Saber utilizar o idioma pátrio para a expressão escrita é pré-requisito para entrar no competitivo mercado de trabalho ou continuar os estudos superiores. Por



Foto: arquivo pessoal

Roberto é incentivado pelos pais e sempre tem seus livros favoritos por perto. Um exemplo disso é o cesto que fica no quarto



Foto: Karen de Lima

Nas aulas da professora Rosa Maria, um dos recursos utilizados para estimular a oratória é o microfone

isso, algumas escolas primam pelos projetos de literatura desde o início para que ele seja desenvolvido com a qualidade necessária ao longo dos anos de formação. “A leitura é extremamente saudável para a elaboração de conflitos, emoções reprimidas e valores morais, culturais e sociais a serem reorganizados”, ressalta a psicóloga Camila Gomes.

Do berçário ao ensino fundamental, os alunos da Escola Dinâmica participam de um projeto de literatura. Toda a sexta-feira o aluno leva um livro para ler, ou no caso dos bebês, para interagir, em casa no final de semana, com o acompanhamento dos pais. De acordo com Roberta Diener, diretora da unidade Centro, “dessa maneira cria-se um momento de lazer e interação entre os pais e seus filhos”, salienta.

De acordo com a professora Rosa Maria Testoni Schmitt, especialista em Oratória, responsável pela oficina de leitura do Educandário Imaculada Conceição,



a criança precisa ser provocada diariamente para que tenha o hábito da leitura em sua vida. “É interessante sair do seu espaço e mostrar um encantamento em cima do livro”. Para isso, ela utiliza em suas aulas a oratória, através de microfone, e o palco, para que os alunos apresentem as histórias que aprenderam com os livros para seus colegas. De acordo com a psicóloga Camila Gomes, “não existe o livro certo. Existe a necessidade e a curiosidade da criança sendo sanada e impulsionada pelo livro. Muito mais do que um brinquedo o livro traz vivacidade para a criança”, destaca.



QUASE
TUDO
COM
30%^A / 50%
OFF OFF

Desconto de 30% a 50% em toda loja, exceto para Le Creuset e Nespresso que estão com 20%. Promoção válida enquanto durar o estoque.

SK
Shopping Kilar

Largo Benjamin Constant, 595 • Centro

48 3028 3044

www.shoppingkilar.com.br



Raul Sartori

raulsartori@raulsartori.com.br

Promessas

Gelson Merisio (PSD), eleito pelos 40 deputados estaduais, tomou posse como presidente da Assembleia Legislativa prometendo “independência, transparência e sintonia com as ruas”. A conferir, porque estes objetivos não estiveram assim tão próximos da realidade como desejável. O Legislativo, por exemplo, se concede benesses que não ganham nenhuma divulgação. Tem que ser descobertas.

Perda bilionária

Uma estimativa da Confederação Nacional do Comércio estremece. Ela aponta que o comércio catarinense perderá R\$ 1,03 bilhão este ano em decorrência dos feriados. Em 2014, além do meio expediente na Quarta-Feira de Cinzas (5 de março) e também em 15 de novembro, um sábado, outros sete feriados nacionais integrais ocorreram em dias úteis para o comércio. Em 2015, serão 10 feriados integrais entre segundas e sextas-feiras, além do meio expediente da Quarta-Feira de Cinzas (em 18 de fevereiro). E o governo estadual dá sua contribuição negativa ao deixar de arrecadar algumas dezenas de milhões em tributos, baixando seguidos decretos de pontos facultativos nas segundas e sextas-feiras sempre que há feriados nas terças e quintas-feiras. Um descalabro.

Avulso

O sistema eleitoral brasileiro não admite a candidatura avulsa, que é a possibilidade de pessoas não filiadas a partidos poderem se candidatar. Entretanto, segundo pesquisa divulgada pelo TSE, mais de um em cada dois entrevistados se posicionou de forma favorável à candidatura avulsa, e menos de 20% declararam não saber ou não responderam. Na mesma pesquisa 76% se manifestaram contra o voto obrigatório e 21% a favor.

Alerta

Que sirva de alerta principalmente para prefeituras a multa de R\$ 50 mil de indenização por danos morais e estéticos que um município do interior de SC deverá pagar a um motociclista, vítima de acidente de trânsito sobre uma lombada, localizada em área de iluminação insuficiente e notoriamente fraca. Logo após o acidente, o local foi sinalizado mas, quatro dias depois, a sinalização foi retirada.

Chamas

Na mensagem anual do Executivo, lida na Assembleia Legislativa, o governador Raimundo Colombo destacou a necessidade de redução de custos e provocou um começo de incêndio ao sugerir a possibilidade do Samu ter uma atuação compartilhada com os bombeiros.

Aleluia!

Finalmente, o Ministério Público de Contas promete investigar o “desperdício de dinheiro e falta de fiscalização” na Ponte Hercílio Luz. Desde sua interdição, em 1982, tem levado cerca de R\$ 300 milhões do contribuinte catarinense.

E permanece fechada. Mas há mais de 30 anos vem aumentando a lista de milionários por sua conta. Sinceramente, esse indignado espaço torce para que ela desabe e seja tragada definitivamente.



Alívio

A cada notícia negativa envolvendo o ex-bilionário Eike Batista – como o bloqueio de R\$ 3 bilhões de bens – ouve-se suspiros de alívio no governo de SC. Imagina-se as consequências políticas se tivesse vingado projeto de um mega estaleiro de plataformas de exploração de petróleo em Governador Celso Ramos, com investimento de R\$ 2,5 bilhões, com apoio do poder público.

Algo a ver?

É algo para ser apurado hora dessas. A corrupção entre a Arxo, de Piçarras, com a BR Distribuidora, a quem fornecia tanques de combustível, tem algo a ver com o fato dos postos da empresa em SC, com raras exceções, sempre venderem o combustível mais caro que a concorrência, quando deveriam ser reguladores de preços?

Água

A falta de água que aflige e até já apavora milhões de brasileiros acendeu alarmes também em SC. O governo estadual lançou ontem o programa Água para o Campo, que consiste no aproveitamento da água da chuva a partir da construção de cisternas. O programa começa com 1,8 mil, em 66 municípios.

Acontecimento

As posses, por estes dias, de novos secretários regionais, tem paralisado algumas cidades do interior de SC e redondezas. Por trás das pomposas solenidades, há despesas desnecessárias, como diárias, transporte, etc. Um exagero que demonstra a compulsão de alguns políticos para chegar lá, ao poder, a qualquer custo. Alguns com as piores intenções.

Meu papai!

Um homem de município da comarca de Itapiranga, no extremo-oeste, foi condenado a um ano de detenção, pena substituída por prestação de serviços à comunidade por igual período, por entregar a condução de veículo ao filho menor de idade. Flagrado nesta condição, desacatou autoridades policiais. Entre outras sandices, disse que eram sustentados por ele, que prestavam serviço malffeito e, inclusive, comiam “a carne de porco que eu crio”. Não contente, ainda registrou seu inconformismo em página de rede social.

Bolso

Na mesma mensagem Raimundo Colombo deixou insinuado que poderia imitar o Rio Grande do Sul e o Paraná, que aumentaram o ICMS sobre a energia elétrica e o IPVA, mas que em SC isso não vai acontecer.

Descrédito

É assim que nossa justiça perde credibilidade e contribui com um motivo a mais para afastar o bom torcedor dos estádios, cada vez mais vazios. Há muita possibilidade daqueles torcedores bandidos, denunciados pela vergonhosa pancadaria na Arena Joinville, no ano passado, terem seu processo arquivado. Voltariam a ser anjos.

Sem covardia

Ministro do Superior Tribunal de Justiça e relator de vários habeas corpus relativos à operação Lava-Jato, o catarinense Newton Trisotto gosta de usar uma frase de Rui Barbosa e que sinaliza muita coisa: “Não há salvação para juiz covarde”.

Fuga de SP

Alguns corretores de imóveis de Florianópolis dizem notar que depois do anúncio da possibilidade de racionamento de água na cidade de São Paulo, cresceu vertiginosamente o número de contatos de paulistanos interessados em se mudar para SC, tanto a Capital quanto o interior. Entre eles se destacam, principalmente, profissionais liberais, como arquitetos, engenheiros e advogados.

Seguro de nascituro

Foi julgado procedente no Tribunal de Justiça de SC apelação de um casal para condenar a empresa Líder ao pagamento do seguro DPVAT em seu favor, por óbito fetal registrado em acidente de trânsito, quando o nascituro contava 37 semanas de idade gestacional.

Prioridade

As reformas política e tributária são duas das principais prioridades do mandato do senador Dário Berger (PMDB-SC). Ele diz que os municípios vivem uma crise financeira enorme e, a cada ano, recebem mais atribuições e menos recursos.

Insosso

Uma pesquisa, por estes dias, seguramente confirmaria uma percepção muita nítida em Florianópolis: que o prefeito Cesar Sousa Junior ainda não disse a que veio. Os jovens dirigentes que designou para o primeiro escalão podem ser perdoados pela inexperiência, mas não por sua incompetência generalizada, deslumbramento e falta de humildade.

Túnel do tempo

O consumidor brasileiro parece zozzo diante do recente aumento de 7% no litro da gasolina. Por muito menos que isso, no memorável dia 30 de novembro de 1979, em episódio que se notabilizou com o nome de “Novembrada”, o então ministro das Minas e Energia, o cearense Cesar Cals, levou um safanão nas suas salientes orelhas, e uns impublicáveis palavrões, de um motorista de táxi, por ter autorizado um pequeno aumento nos combustíveis, dias antes.

> COMPORTAMENTO

A era das cesáreas

Embate protagonizado pelo parto natural e a cesariana gera expectativas em mulheres brasileiras em período de maternidade

Aline Torres

Ano passado, 440 mil brasileiros foram arrancados de úteros. Para a maioria dos médicos o corpo da mulher exige interferência – bacia estreita, pouco líquido, feto grande, muito líquido – e assim é justificada uma taxa de 52% de cesáreas no SUS, 88% nas redes privadas e 92% nas clínicas de Florianópolis. O avanço da medicina batizou de primitivo um rito que a igreja em outros tempos batizou de demoníaco. O corpo transformado em máquina pela renascença é sentenciado a procedimentos mecânicos. A mulher antes sacralizada por gerar vida, tem sete camadas do corpo cortadas, seu organismo bombardeado por medicamentos para que o bebê seja expelido do útero para as mãos de um médico, quando sua vagina não é aberta a bisturi e a criança retirada da mãe, que está dopada.

E mesmo a declaração da OMS (Organização Mundial da Saúde), que diz que a taxa de cesárea maior que 15% é violenta e desnecessária, é ignorada. A Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) também criou normas para as maternidades brasileiras diminuírem as cesáreas. Entretanto, a procura aumentou 5% nos últimos três anos. Agora foi a vez do Ministério da Saúde e da ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar): dia 7 de janeiro foi publicada uma resolução de estímulo ao parto.

OS RISCOS

Mas, afinal, nascer não é perigoso? O obstetra Fernando Pupin, professor do hospital-escola da Universidade Federal de Santa Catarina, ensina o contrário: “a cesárea é uma cirurgia de urgência banalizada. Seus riscos são variados, hemorragia, infecções, trombose. Sem contar que a mulher não curte as primeiras horas de vida do bebê”.

A doula Cristina Mello acompanha todo o processo do nascimento, acompanha mãe e bebê e dá suporte à família no pós-parto



Foto: Hermes Bezerra

Já a ANS divulgou que 41% das mortes de crianças no Brasil estão relacionadas à prematuridade, principalmente a produzida por nascimento antecipado. A cesárea também aumenta em até 120 vezes a probabilidade de problemas respiratórios no recém-nascido, e o risco de morte da mãe é três vezes maior do que no parto natural.

Contra a corrente, há o movimento conhecido como parto humanizado, baseado em outros países, como os nórdicos, onde a taxa de cesárea é de 17%, ou a França, de 21%. Sua bandeira é a autonomia da mulher, a naturalidade do parto. Em Florianópolis, o obstetra Fernando Pupin e a doula Cristina Mello são seus defensores.

SUBVERSIVAS

Filha de parteira, Cristina Mello queria entender os segredos de pegar criança. Sabedoria escondida nas profundezas do feminino, banhada de sangue de mulher e água de criança. Aos 16 anos, acompanhou o primeiro parto. Aos 17, sentiu a emoção de se tornar mãe. Desde

doula também domina métodos para aliviar a dor no parto, banhos, óleos, massagens, e seu trabalho não acaba com o nascimento. No pós-parto auxilia emocionalmente a família.

A PRÓPRIA SORTE

Marla Luciana Ferreira Bezerra estava com a cesárea marcada para 5 de fevereiro de 2015. Quando oito dias antes sentiu as primeiras contrações. Na Maternidade Ilha, no bairro Pantanal, em Florianópolis, chegou com o marido Hermes Bezerra e o primogênito João Pedro às 3h15. Estava com 1 cm de dilatação, e a doutora Christiane Falcão, com carinho e segurança, a estimulou a fazer parto normal. Após 1h15, a dilatação era de 6cm, e a encaminharam para

o banho quente, onde Bernardo nasceria, se a doutora não chegasse depressa para colocá-la no leito.

Chegara o momento de fazer força pelo filho, o pai chorava e fotografava. Como as fêmeas leiteiras, Marla estava em metamorfose: hormônios expelidos para a corren-

te sanguínea; o corpo se abrindo, pele, músculos, ossos; o útero empurrando o bebê; três contrações a cada dez minutos; bolsa rompida; a água de mulher o verde do líquido amniótico o vermelho do sangue e o choro do bebê se misturaram em dois minutos e meio de luta pela vida. A emoção do parto apagou da memória de Marla todas as dores. Às 7h15, do dia 28 de janeiro, Bernardo nasceu, com 50 cm, 3.415kg e a sorte de ter escolhido seu tempo.



Marla estava com a cesárea marcada e foi aconselhada pela médica a fazer o parto normal. Na foto, com o pequeno Bernardo e o primogênito João Pedro

lá soube que sua função era trazer gente ao mundo.

Cristina se matriculou no Gama (Grupo de Maternidade Ativa), onde aprendeu truques para ajudar na gestação, no parto e na maternidade. Formou-se doula, uma espécie de amiga da gestante, com saberes técnicos e experiência. A



OFERTAS SANTA RITA

2 ANOS DE GARANTIA

Siga-me
Controla a temperatura do ar de acordo com a posição do controle remoto.



HOMECO

CONDICIONADOR DE AR SPLIT PRINCESS
FRIO 945W 220V 01KHXH09UF111

9000 BTUS	12000 BTUS
R\$ 1.090,00	R\$ 1.260,00

1073010003 - Unidade à vista 1073010005 - Unidade à vista

4002-4600
www.santarita.com.br

Ofertas válidas até 28/02/2015 ou enquanto durar o estoque. Fotos meramente ilustrativas. Preços e promoções válidas somente para as lojas de Santa Catarina.



SANTA RITA
ILUMINANDO SUA VIDA

Florianópolis - Dr. Fúlvio Aducci, 1.028 - Estreito - Fone (48) 3271.5000

Florianópolis - Francisco Tolentino, 591 - Centro - Fone (48) 3225.1600

Florianópolis - Rodovia SC 401 - Km 5, 4.910 - Fone (48) 3343.4000

São José - Av. Presidente Kennedy, 306 - Campinas - Fone (48) 3241.9100

Centro de Distribuição - Rua Wilson de Menezes, 563 - Campinas - Fone (48) 3240.5440

Palhoça - Rua Jacob Weingartner, 4.147 - Centro - Fone (48) 3342.8100

Tijucas - Av. Jacob Lameu Tavares, 125 - Centro - Fone (48) 3263.0352

Joinville - Av. Getúlio Vargas, 903 - Centro - Fone (47) 3431.2800

> TEMPORADA DE VERÃO

Imagem da Ilha nas praias

Edições especiais de verão com dicas de lazer e gastronomia são distribuídas nos balneários do Norte

Da redação

Verão é época de se esbaldar na piscina, tomar um demorado banho de mar, investir em atividades ao ar livre e refrescar-se com água de coco bem gelada. Para garantir a informação durante a alta temporada na exuberante Ilha de Santa Catarina, a equipe do *Jornal Imagem da Ilha* esteve presente em praias do Norte de Florianópolis e nos vinte melhores hotéis da cidade para entregar diretamente aos turistas as duas edições especiais da estação. A ação de verão acontece há dez anos, com a entrega nos hotéis, e desde 2012 nas praias. Moradores que deixam suas residências para passar uma temporada nos balneários da cidade também tiveram a oportunidade de ler as edições fresquinhas.

Quem esteve do dia 05 de Janeiro a 10 de Fevereiro em Jurerê, Lagoinha, Ponta das Canas e Praia Brava teve à mão informações sobre lazer, saúde, gastronomia e dicas de beleza para aproveitar ao

máximo os dias quentes na cidade. A distribuição dos 10 mil exemplares de cada edição aconteceu semanalmente por entregadoras uniformizadas que conversaram com o público explicando o conteúdo do jornal. Segundo o diretor geral do *Imagem da Ilha*, Hermann Byron Neto, "a ação é uma maneira de o jornal chegar nas mãos dos turistas quando eles realmente têm esse tempo de lazer para a leitura. Com dicas de um veículo local como o *Imagem da Ilha* eles podem aproveitar melhor esse tempo por aqui".

CONFIRA AS EDIÇÕES

Se você não teve a oportunidade de conferir o conteúdo das edições acesse o site do *Jornal Imagem da Ilha* (www.imagemdailha.com.br) e clique nas edições impressas 340 (1ª quinzena de Janeiro) e 341 (1ª quinzena de Fevereiro).



A distribuição foi feita por entregadoras uniformizadas que conversaram com o público explicando o conteúdo do jornal



ASSOCIADO



NOVOS
ACABAMENTOS
PEROLIZADOS

LUXO

FLORENSE

FLORIANÓPOLIS BEIRA MAR NORTE 5136 (48) 3225 5222



Urbano Salles
urbanosalles@uol.com.br

Resta um

Desligada de obras públicas como a restauração da Ponte Hercílio Luz e a duplicação da SC-403, a Construtora Espaço Aberto está investindo no momento em apenas um empreendimento – e voltado para o setor privado: o Montes Alpha Center, na esquina da Trompowsky com Luiz Delfino. O prédio de espaços comerciais fica, aliás, em frente à sede da construtora.

Orgulho americano

O artista plástico catarinense Fabiano Amin foi mais uma vez convidado para participar da Georgetown Arts, evento de artes visuais que acontece há seis anos em Washington D.C. E não foi só isso que ele andou aprontando de bom por lá, onde está radicado há vários anos. Amin acaba de emplacar no livro Stars e Stripes, onde 64 artistas escolhidos a dedo representam ao seu modo o maior dos símbolos patrióticos americanos: a bandeira.

Quadros e drinks

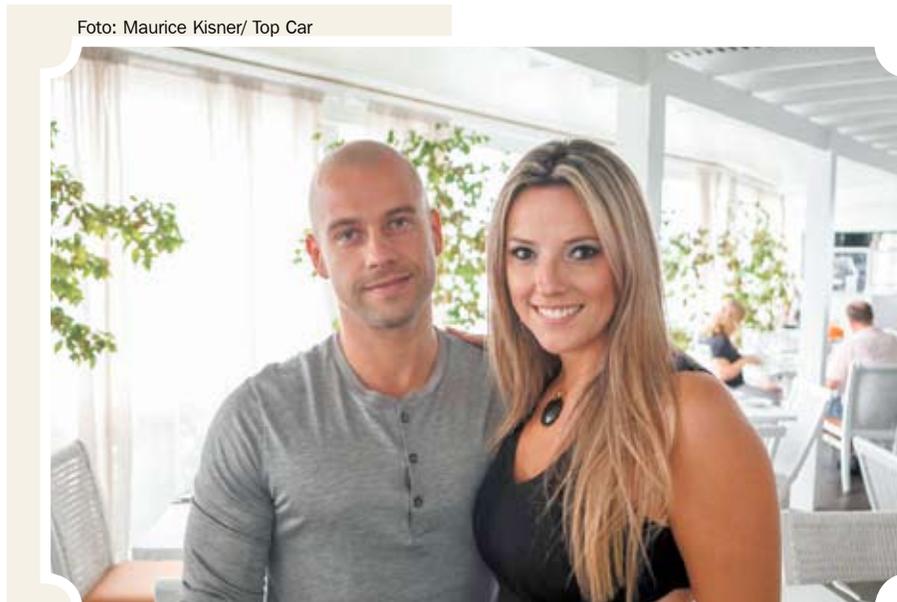
O artista plástico e publicitário George Peixoto, o "Picolé", prepara para o final de março uma exposição-festa na Devassa, na Bocaiúva. Naief Alassal, Julinho Duarte e Roberto Costa estão na linha de frente do evento.

Dia tenso

A administradora catarinense Mônica de Matos tirou férias pela Europa. Seria apenas mais uma viagem no passaporte não fosse por um detalhe: ela estava em Paris justo no dia do atentado à revista Charlie Hebdo.

Sapatilhas em ação

O diretor para América Latina do Balé Nacional da Rússia, Augusto Stevanovich, é quem anuncia. Após dois anos de ausência dos palcos locais, em 2015 a companhia voltará a Florianópolis.



O casal Lillian Petres e Thiago Lucas curtindo o almoço da BMW Top Car no sábado de Carnaval no Café de La Musique

O que será?

A expectativa continua intensa para saber dos empreendedores o que será construído na esquina da Othon Gama D'Eça com a Beira-Mar Norte. Na bolsa de apostas, um hotel segue liderando disparado.

Do samba ao circo

Ausente em 2014, o artista catarinense Marcelo Perina reassumiu neste ano a função - pra lá de nobre - de puxador do samba da União da Ilha da Magia. Na sequência do Carnaval, ele seguirá no elenco internacional do Cirque du Soleil na turnê do espetáculo Corteo, incluindo diversas cidades do México. O contrato com o circo vai até o final do ano. Marcelo confessa: ainda não sabe se continuará na companhia.

Fé na web

Ronaldo Koerich, coordenador geral da Procissão do Senhor dos Passos, e sua equipe querem atrair mais jovens para o evento. Uma das estratégias para atrair a garotada serão ações nas redes sociais.

Do mar para a terra

Marcelo Banana Meneses da Silva saiu do segmento de iates direto para a nova loja

DVA Jeep na Avenida Beira-Mar, que será aberta em fevereiro, perto do CIC. Uma das estrelas do mix da marca é o Jeep Renegade, a partir de 65 mil.



Viu Spider

A médica Bia Kuerten foi a Las Vegas e aproveitou tudo de bom a que tinha direito. O momento mais marcante da viagem foi acompanhar a volta - vitoriosa - de Anderson Silva, na MGM Arena.

Novos passos

Bi Almeida está se despedindo dos palcos, após 16 anos de carreira. Bailarina, coreógrafa e professora, ela entra em cena pela última vez dia 15 de março, no Teatro do CIC, onde sua Ritmo Cia. de Dança apresentará o espetáculo "Vestígios", uma homenagem a Franklin Cascaes. Mas a aposentadoria será apenas diante da plateia: a partir desta montagem, ela seguirá nos bastidores, dirigindo e produzindo projetos culturais.

Foto: Angelo Santos



O casal de desembargadores Cesar Mimoso Abreu e Maria do Rocio Luz Santa Ritta também foi abraçar o advogado Claudio Gastão da Rosa Filho no festão de aniversário que atraiu uma multidão de poderosos aos salões do La Perle no finalzinho de janeiro

É TANTA EXCLUSIVIDADE QUE ESTAMOS PENSANDO EM COLOCAR UM TAPETE VERMELHO NOS CORREDORES.

Venha para o Hippo e confira os produtos exclusivos e os importados que você só encontra aqui.

HIPPO VOCE BEM AQUI
hippo.com.br

8 Acesse www.imagemdailha.com.br e surpreenda-se com a Versão Digital

> C I N E M A

Filmes para viajar

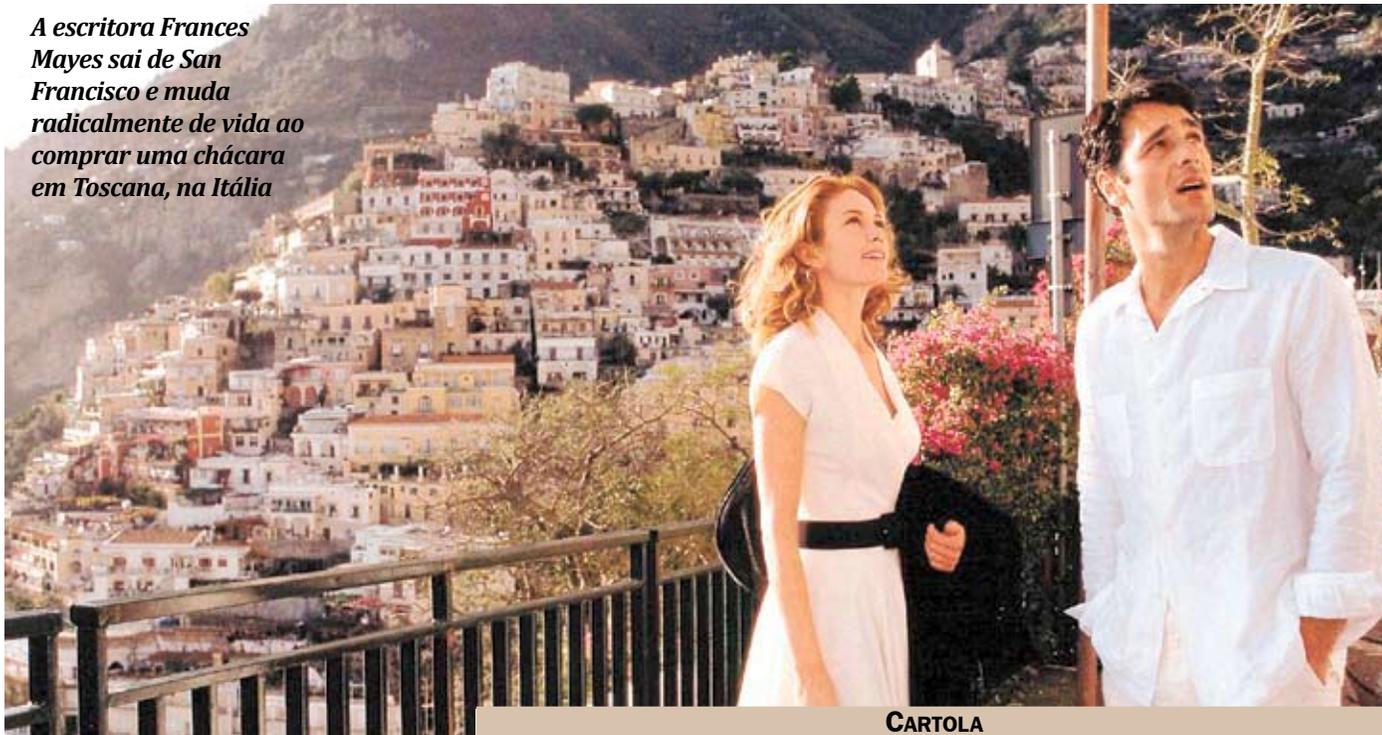
Aperte os cintos e desfrute de uma inesquecível viagem com uma seleção de filmes imperdíveis

Karin Verzbickas

Atire o primeiro passaporte quem nunca foi ao cinema e saiu de lá obcecado por fazer uma viagem qualquer. Cinema não faz só você viajar, metaforicamente falando, faz também que você fique sonhando com a próxima viagem que vai fazer de fato. Assistir por exemplo ao "Meia-Noite em Paris" e não ter vontade de voltar à cidade de luz naquele exato instante equivale ao "te ver e não te querer" do Samuel Rosa, ou seja, "é improvável, é impossível". Não fosse assim, a indústria cinematográfica de Hollywood não faturaria tantas doletas promovendo novos e velhos destinos mundo afora.

Se você ainda não sabe, há instituições criadas em diversas cidades, estados e países que tem como único objetivo aumentar o número de visitantes por meio de produções cinematográficas. Esse foi o caso de Santiago de Compostela que, coincidência ou não, triplicou o número de visitantes nos últimos dez anos. Tudo isso depois de ter criado em 2001 o SFCF - Santiago de Compostela Film Commission, que nada mais é que um serviço público dirigido ao setor audiovisual com o objetivo de promover Santiago através da captação de filmes com ambientação local. Desde então, mais de uma centena de lon-

A escritora Frances Mayes sai de San Francisco e muda radicalmente de vida ao comprar uma chácara em Toscana, na Itália



CARTOLA

gas e comerciais internacionais rodaram por lá.

Não é por acaso que a maior parte das cidades que vira cenário de filmes paga – e bem – por isto. Às vezes não em espécie, mas com uma série de benefícios para a produção como hospedagem e alimentação de toda a equipe, compra de equipamentos e até mesmo garantia de aportes privados através de leis de incentivo à cultura.

E o resultado vem. Uma pesquisa feita pelo instituto francês de opinião pública com turistas estrangeiros em Paris mostrou que filmes ambientados na França influenciaram a decisão de visitar o país em 61% dos casos. Palmas para a Film France, o organismo que promove a realização de filmes estrangeiros em território francês, e para a Atout France, a entidade que define as estratégias para receber os turistas atraídos pelo cinema.

E aí, tá se sentindo manipulado, usado, um verdadeiro fantoche? Keep calm! De todas as perversidades cometidas com o objetivo de controlar comportamentos em massa, vamos combinar que esta é uma das mais deliciosas. Então viaje e, se fizer você se sentir melhor, faça de conta que foi uma decisão toda sua, sem interferências externas. Baixe o filme, aperte os cintos e escolha aqui o seu próximo destino:

Itália

"O Poderoso Chefão" (1972 -1974 - 1990) – Sicília, em especial Corleone
 "Cinema Paradiso" (1988) – Sicília
 "Sob o Sol da Toscana" (2003) – Toscana
 "Cartas para Julieta" (2010) – Verona e região

França

"O Último Tango em Paris" (1972) – Paris
 "O Fabuloso Destino de Amélie Poulain" (2001) – Paris
 "Um Bom Ano" (2006) – Sul da França
 "Meia-Noite em Paris" (2011) – Paris e arredores

Espanha

"Vicky Cristina Barcelona" (2008) – Barcelona
 "O Caminho de Santiago de Compostela" (2010) – Espanha e parte da França

Reino Unido

"Um lugar chamado Notting Hill" (1999) – Londres
 "O Diário de Bridget Jones" (2001) – Londres
 "Closer" (2004) – Londres
 "P.S. Eu Te Amo" (2007) – Irlanda

Estados Unidos

"Taxi Driver" (1976) – Nova York
 "Manhattan" (1979) – Nova York
 "Los Angeles – Cidade Proibida" (1997) – Los Angeles
 "Sideways" (2004) – Califórnia
 "Crash – No Limite" (2005) – Los Angeles

Ásia

"A Praia" (2000) – Tailândia
 "Encontros e Desencontros" (2003) – Tóquio
 "Sete Anos no Tibet" (2007) – Tibet

Brasil

"Rio" (2011) – Rio de Janeiro
 "Tainá" (200 - 2004 - 2013) – Amazônia
 "Bem-vindo a São Paulo" (2004) – São Paulo

Múltiplos destinos

"Antes do Amanhecer" (1995) – Viena, Paris
 "Diários de Motocicleta" (2004) – América do Sul
 "Comer, Rezar, Amar" (2010) – Itália, Índia e Indonésia
 "Sex and the City 2" (2010) – Abu Dhabi e Nova York
 "Na Natureza Selvagem" (2007) – Costa Oeste dos Estados Unidos e Canadá até o Alasca

Casados Quadros
 by Felix Decorare

Artigos de Decoração especiais para presentear

Imagine ...

nós concretizamos

Rua Felipe Schmidt, 706 - Centro
 (48) 3879-9001
www.casadosquadros.com.br

Karin é jornalista, empresária, mãe, corredora, blogueira, gastrônoma, viajante e nas horas vagas assiste a um filminho. Um olhar de quem, como você, curte cinema por prazer e sem a pretensão de fazer uma análise crítica profissional.



Arquitetura & *Decoração*

CONEXÃO DE ESPAÇOS

*Projeto de apartamento tem como
inspiração mostra de decoração*

• Página D3

Foto: Rô Reitz

*A vista que
invade o
apartamento
foi decisiva
para um layout
confortável e
de apreciação*

> DECORATIVAS

Palavra de arquiteto

Arq. Mário Pinheiro
pinheiro@psfarquitetura.com.br

Por que ainda não?

O trem está no trilho e em alta velocidade, o planeta não para mais, a população cresce, as cidades se desenvolvem e os efeitos colaterais são inúmeros. A pergunta que fica é: como abastecer o mundo? Em meio a estes efeitos que crescem de maneira exponencial e totalmente sem controle, o momento agora é "co" (compartilhamento), um conceito que veio para nos ensinar o novo modo de viver, e se tudo der certo, Floripa, nós chegaremos lá!

Não temos mais tempo para ficar balançando na rede e curtindo o ócio, esperando que algo aconteça ou que alguém providencie. Que tal propormos a Floripa ser um laboratório vivo de inovações e ações, um celeiro de ideias criativas, transformadoras e com soluções tecnológicas, um modelo mundial a ser seguido?

Chega de parcerias bairristas com propósitos infundados, o que precisamos é de macro sustentabilidade, com parcerias mundiais, avanços tecnológicos e, sim, muita arquitetura e urbanismo recriando a nossa cidade em um processo de cocriação, com um grande planejamento estratégico, programa de implementação, gestão monitorada, participativa e vigiada.

As grandes cidades e metrópoles do mundo trabalham a muito tempo com as questões urbanas em busca de soluções para as suas superpopulações. Acupuntura urbana, operações urbanas e operações consorciadas, questões amplamente aplicadas e com benefícios comprovados, algo imprescindível para o desenvolvimento coerente, planejado e eficiente para a população de grandes cidades e metrópoles.

Por que ainda não? Por que Florianópolis



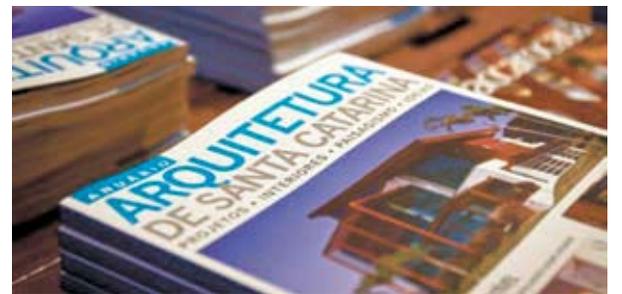
A Singapore Flyer é uma roda-gigante de observação localizada em Singapura

polis não consegue entender que ela possui essa necessidade de um planejamento muito mais abrangente, por que ela não entende que não se pode mais parar o seu desenvolvimento, por que ainda não temos equipamentos urbanos de qualidade, infraestrutura, mobilidade e planejamento para o futuro?

Ações espásmicas são comumente aplicadas no cotidiano desta cidade sem a maior preocupação com o todo, o potencial aqui é extremamente alto e por que ainda não somos a capital mundial do turismo, do esporte, do lazer, do entretenimento, da tecnologia? Eu respondo: Pelo simples fato de não investirmos em nosso futuro, por não pensar grande, por não ter a maior Singapore Flyer (foto) nas bordas da Ponte Hercílio Luz, por não ter um Burj Al Arab na Ponta do Coral, um calçadão à Beira-Mar, como Benidorm, por não ter ciclovias por toda a cidade, por não pensar em uma mobilidade urbana amplamente integrada, simplesmente por não evoluir e não pensar grande.

Anuário de Arquitetura de Santa Catarina

A sétima edição do Anuário de Arquitetura de Santa Catarina acontecerá em março deste ano. A publicação foi criada para agir como um canal de divulgação oficial dos arquitetos e um registro de obras significativas de arquitetura, interiores, paisagismo, urbanismo e empreendimentos.



Tapumes interativos

A construção de um prédio leva alguns anos e, pensando nos transeuntes que vão conviver com a obra durante todo tempo, a PSF Arquitetura inovou criando para o WOK, empreendimento da Construtora Koerich, um tapume humanizado. Com muro verde, visor para a obra e um relógio que marca os dias que faltam para a conclusão da obra. Esta ação deve começar a fazer parte do cotidiano das construções, tapumes cada vez mais incrementados com apelos de sustentabilidade, incentivos a obras de arte e características que levam as mensagens que as construtoras pretendem passar de sua imagem.



Coleção Outdoor: conforto e sofisticação

A nova coleção Outdoor de tecidos da marca Entrepasto chegou trazendo para os espaços todo o charme e a bossa característicos da marca, com a vantagem de proporcionar alta resistência ao sol e uma película especial que impede a absorção dos líquidos e do mofo. "Sou muito suspeita, pois sou fã incondicional das estampas navy e em tons de azul, que estão presentes na coleção", revela a arquiteta Marianne Grudtner. As listras e florais também conferem toda a exclusividade que a marca proporciona. Essas e outras novidades estão disponíveis na Paula Papeis e Tecidos.

- Paula Papeis e Tecidos
- Rua: Almirante Lamego, 1.455 - Loja 12 Shopping Praia de Fora - Centro
- Fones: 3222-8392 / 9919-1379 • www.paulapapeis.com.br

Lar grifado

Com carta branca, Juliana Pippi conduziu reforma em apartamento de Florianópolis e injetou cores e muita bossa à nova morada

Foto: Rô Reitz

Luciana de Moraes

Quemos um apartamento estilo Casa Cor by Juliana Pippi". Assim começou a conversa entre a arquiteta, veterana na participação em mostras de decoração, e o casal com dois filhos adolescentes. Bem em frente à Beira-Mar Norte, em Florianópolis, onde é possível acompanhar o nascer e entardecer do dia, a paisagem tornou-se ponto focal decisivo para o projeto. "Transformar todos os ambientes convencionais em cheios de bossa, charme, arte e cor. Um lar que não se fecha, tem conexão sensível com a vista de fora", destaca Juliana.

Assim, os 209m² setorizados ficaram no passado. A arquiteta tratou logo de conduzir uma reforma para ampliar, cruzar áreas da rotina e eliminar barreiras visuais. "Todos os ambientes sociais e de convívio foram integrados. Home theater, living, sala de TV, sala do vinho e cozinha gourmet mantêm diálogo contínuo na convivência", complementa a arquiteta. Para imprimir aconchego na cozinha e sala de jantar, a arquiteta optou por revestimentos diferenciados, como o tijolo inglês. O material ainda empresta, e não por acaso, uma certa atmosfera de loft ao ambiente. Mais conexões ativam a integração, como a mesa de jantar que parte diretamente da ilha gourmet, preservando a comunicação fluida entre os espaços. Um quarteto de poltronas na sala de vinho deixou mais confortável os momentos de degustação e conversa.

AZUL É A COR

O azul predomina na paleta de cores do imóvel e aparece também na lavanderia, passagem diária dos moradores. "Apostamos no mobiliário azul e composição de ladrilhos explorando nuances da mesma cor. Mesmo sendo uma área de serviço, o layout não ficou caracterizado pela função e uso. A ideia foi justamente dar essa cara mais despojada", destaca Juliana Pippi. A sala de rock, localizada no centro do apartamento, também serve como escritório e recebeu tratamento acústico diferenciado para uso de equipamentos de som. É por ali que as visitas são acomodadas – a cama abaixo do futon sob medida transforma o espaço em cômodo de hóspedes com conforto.

CHEIAS DE DETALHES

As suítes seguiram a personalidade de cada morador. No quarto da filha, de



As cores são pontuadas em poltronas e obras de arte sobre a base neutra. Um dos pedidos da família atendido, que desejava um lar "com vida"



Um imóvel que se abre para o externo aproveita a ventilação e iluminação naturais

15 anos, as paredes foram forradas com papel com listras estampadas nos tons azul, como o Tiffany. Gravuras de Romero Britto alegam e o mobiliário branco com toques fúcsia neutraliza a composição. A cultural oriental sinaliza nos objetos e detalhes as preferências do primogênito, 20 anos, e um grafite com assinatura do artista Rodrigo Rizzo faz vez de cabeceira. Cores mais acolhedoras – como amadeiradas, bege e berinjela – tornaram mais suave a suíte do casal. Uma banheira foi incluída no banheiro e o destaque ficou por conta da coluna de banho com massagem e cascata. "O projeto foi muito prazeroso, pois os clientes nos deram carta branca e nos pediram muita cor e vida ao apartamento. A família mudou-se recentemente e está muito feliz aproveitando cada cantinho planejado desse projeto", comemora Juliana Pippi.



A cozinha gourmet moderna e espaçosa tem layout bem funcional

Sua Inspiração

eStúdio.
Crie seu espaço.

Exclusivo

Cobertura para todo o condomínio

- Vista para a Beira-mar Norte
- Espaço Saúde e Bem-Estar
- Espaço Zen com pergolado
- Fitness com vista para o mar

Muito mais lazer para sua família

- Espaço Kids
- Playground
- Cinema
- Piscina adulto e infantil

eStúdios

2 e 3

Suítes

de 109 m²
a 280 m²

Área Total



wokcenter.com.br

Av. Othon Gama D'Eça - Centro

PLANTÃO:

(48) 3222-0707

WOK Incorporadora Ltda. Registro Incorporação - Matrícula nº 74.918 - 1º Ofício de Registro de Imóveis, Florianópolis/SC, CRECI 2227-J. Projeto Arquitetônico: Mantovani e Rita Arquitetura [Roberto Rita - CAU nº A5806-8]. A Koerich Imóveis informa que móveis e objetos têm caráter ilustrativo, bem como se reserva o direito de alterar as especificações deste material publicitário, prevalecendo as condições informadas no ato da venda e estabelecidas em contrato. Todas as imagens são meramente ilustrativas.

CONSULTE CONDIÇÃO ESPECIAL.

Koerich
IMÓVEIS

Feminina

• Ano 10 • Número 104 • Florianópolis • Fevereiro 2015

Foto: Marcos Medeiros



ARTESANATO DE LUXO

Peças em crochê ditam moda e mostram todo o seu valor

• Página F4

ESTATINAS Você sabe o que são?

• Página F3



Conheça seus efeitos na coluna de medicina preventiva

São muitas as possibilidades com o crochê. Inclusive brincar com o movimento da saia godê

> EXERCÍCIOS

Pilates Springboard desafia corpo e mente

Modalidade de treinamento otimiza saúde e condicionamento físico

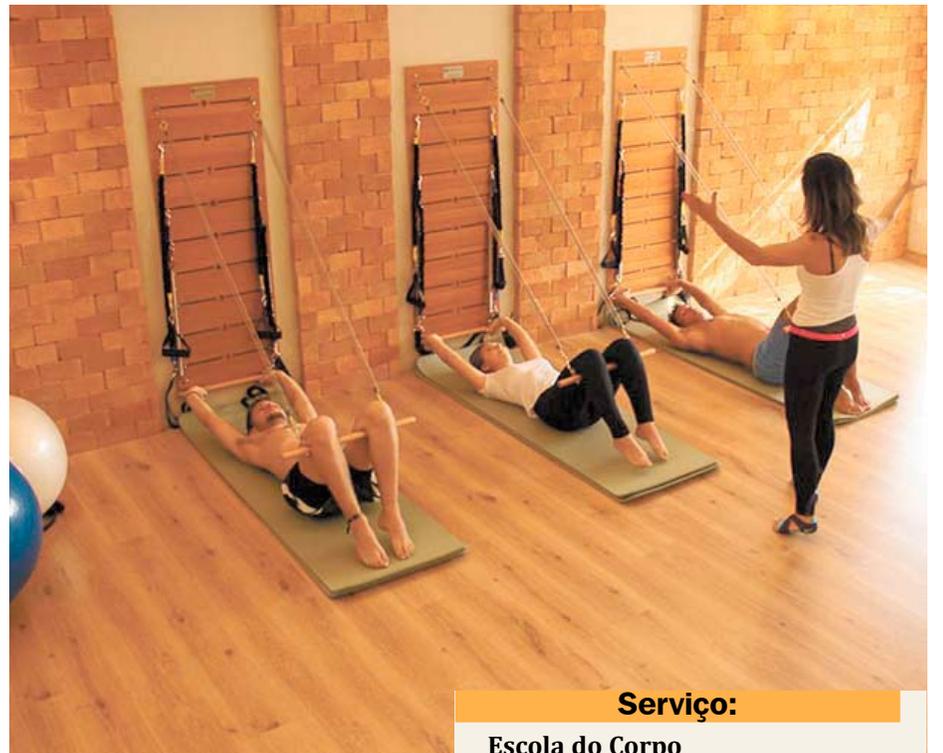
O Pilates Springboard é uma modalidade de treinamento global que adiciona uma nova dimensão ao repertório de exercícios clássicos do Pilates e permite trabalhar os membros de maneira separada, evitando que o lado dominante realize o movimento sozinho. Proporciona o trabalho de todos os segmentos do corpo em diferentes planos e de maneira revigorante, desafiando assim, o corpo e a mente de diversas maneiras.

O equipamento Springboard possibilita o trabalho individual ou em grupo e utiliza-se de molas, com diferentes graus de resistência, em favor do trabalho biomecânico integrado, desde a reabilitação até o treinamento de atletas. Pode ser aplicado para o ganho de força muscular associado ao alongamento e aprimoramento do sistema cardiorrespiratório, além de possibilitar a reprodução de gestos es-

portivos específicos, tais como: tênis, natação, futebol, lutas, danças, entre outros.

Esse equipamento e a modalidade de treinamento foram desenvolvidos por Ellie Herman, bailarina, coreógrafa e instrutora internacional de Pilates há duas décadas. Ellie publicou oito livros e está constantemente pesquisando e desenvolvendo formas de treinamentos para otimizar a saúde e o condicionamento físico.

A equipe de profissionais de Pilates da Escola do Corpo esteve no estúdio de Ellie Herman, em Nova York, passando por um treinamento minucioso com a mesma, rebuscando seu repertório cinesiológico e biomecânico, trazendo para Florianópolis a nova técnica e adaptando às necessidades do público: desde pacientes com lesões graves a atletas que desejam aprimorar sua rotina de movimentos e consciência corporal.



Equipe da Escola do Corpo foi treinada por Ellie Herman, criadora do método

Serviço:

Escola do Corpo
Fones: 3234-9919 / 3233-4233
www.escoladocorpo.com.br

> PSICOLOGIA

Por Eneida Lima de Oliveira

Psicóloga, especialista em Psicologia Transpessoal e escritora
eneida@izen.com.br - 9935-1456



O marketing do medo

Vivemos num mundo onde somos convocados a sentir medo. Na mídia, é como se estivéssemos em perigo constante, podendo ser assaltados em cada esquina”, diz Luís Fernando Saraiva, do Conselho Regional de Psicologia (CRP) de São Paulo. O marketing também é muito baseado no medo. Bancos e empresas de seguro usam esse argumento abertamente, mas, se você observar bem, verá que outros anunciantes também manipulam nossos temores para vender. Só que usam mensagens mais sutis.

“A moda joga com o medo de não pertencer ao grupo”, diz o publicitário dinamarquês Martin Lindstrom, autor de cinco livros sobre as táticas de manipulação usadas pelas empresas. “Aposto que você teria vergonha de sair com a roupa do seu pai, pois se sentiria desconectado da sua tri-

bo”, afirma. “O desodorante traz outro medo, de que você não vai conseguir namorada com seu cheiro. A mesma lógica vale para xampus, branqueadores de dente e academias de ginástica. Afinal, malhamos para estar saudáveis, ou por medo de ficar flácidos?”, questiona Lindstrom. Se você não comprar o carro X, seu filho vai ficar com vergonha quando você for buscá-lo na escola. E por aí vai. Boa parte da propaganda explora o medo da rejeição social.

E esse medo nunca foi tão forte. Nunca estivemos tão ligados uns aos outros, mas, ao mesmo tempo, nunca sentimos tanto medo de não sermos aceitos. Você já deve ter percebido isso quando postou alguma coisa nas redes sociais – e imediatamente ficou ansioso sobre quantos “likes” aquilo iria ter ou deixar de ter. Um estudo feito pela agência de publicidade



JWT com 1.270 americanos e ingleses constatou que 40% dos usuários do Facebook têm medo de não serem incluídos nas conversas online dos amigos. “O mundo exige cada vez mais de nós. Não conseguimos nos desconectar, e aí sentimos mais ansiedade”, diz o psicólogo Saraiva.

Políticos espalham temores para arrebanhar votos, jornalistas faturam em cima de catástrofes, biólogos citam vírus letais quando querem obter fundos para desenvolver vacinas... Todo mundo propaga o medo. Mas não faz isso só por maldade ou interesse próprio. “Se eu disser que há uma doença mortal se espalhando na sala on-

de você está, você sairá dela mesmo sem saber se é verdade. E vai avisar as outras pessoas”, diz Lindstrom.

Ok, sentimos cada vez mais medo porque nosso pobre cérebro é imperfeito – e o mundo moderno explora seus defeitos como nunca. E agora? Quando alguém já escreveu o que você gostaria de falar a melhor atitude é compartilhar. É o que fiz agora, compartilhei acima um enxerto da matéria publicada em <http://super.abril.com.br/cotidiano/medo-como-vencer-seus-799425.shtml>, como um alerta, um convite a pensar sobre o tema. Se você se interessou, leia na íntegra.

> **MEDICINA PREVENTIVA***Por Dr. Jamil Mattar Valente**Médico cardiologista*

Estatinas: o que devemos saber sobre elas

O que são estatinas e como elas funcionam? Estatinas são uma classe de medicamentos que diminuem o nível de colesterol no sangue, por reduzir a produção de colesterol no fígado. A outra fonte de colesterol sanguíneo é a que vem da nossa dieta. As estatinas bloqueiam no fígado a enzima que é responsável pela fabricação do colesterol. Cientificamente elas são chamadas de inibidores da enzima HMG-CoA reductase. O indivíduo que toma estatina irá inibir a produção de colesterol no fígado e, se ele fizer uma dieta pobre em colesterol, conseguirá reduzir significativamente o nível de colesterol no sangue.

O que faz o colesterol no nosso organismo? Ele é essencial para o funcionamento de cada célula do nosso corpo. Contudo, ele também contribui para o

desenvolvimento da aterosclerose, uma condição na qual há uma formação de placas de gorduras contendo colesterol na parede das artérias. Estas placas quando aumentam significativamente de volume, causam redução do fluxo de sangue para os tecidos que elas irrigam. O endotélio, membrana que reveste a parede interna dessas placas, pode romper-se a qualquer momento, mesmo quando elas ainda são pequenas. A ruptura dessa membrana causa a formação de um coágulo que obstrui a luz da artéria, causando interrupção do fluxo de sangue no local. Ao reduzir a produção de colesterol pelo fígado, as estatinas desaceleram a formação de novas placas nas artérias e, ocasionalmente, podem causar regressão das já existentes. Além disso, através de mecanismos que não são bem conhecidos, as



Ao reduzir a produção de colesterol pelo fígado, as estatinas desaceleram a formação de novas placas nas artérias e podem causar regressão das já existentes

estatinas podem causar a estabilização destas placas e diminuir a tendência à ruptura do endotélio e ao desenvolvimento de coágulos.

O importante papel do colesterol no desenvolvimento da aterosclerose é largamente aceito pela comunidade científica mundial. Pesquisas realizadas nos últimos anos mostram que a redução agressiva do colesterol no sangue é mais benéfica do que reduções mais modestas. Contudo, a aterosclerose é um processo muito complexo que envolve mais do que apenas o colesterol. Por exemplo, cientistas descobriram que a inflamação nas paredes das ar-

térias pode ser um importante fator no desenvolvimento da aterosclerose. Além de baixar o nível de colesterol sanguíneo, as estatinas podem reduzir a inflamação, o que poderia ser um outro mecanismo pelo qual elas atuam benéficamente na aterosclerose. A redução da inflamação não depende da capacidade das estatinas de baixar o colesterol, já que mesmo nos indivíduos que não mostraram queda significativa, estudos mostram redução da aterosclerose. Além do mais, estes efeitos anti-inflamatórios podem ser observados tão cedo quanto duas semanas após o início da estatina.

> **SAÚDE**

Sob controle

Exercícios para fortalecimento do assoalho pélvico são fundamentais para mulheres com incontinência urinária

Cerca de 200 milhões de pessoas no mundo apresentam algum tipo de incontinência urinária, conhecida como a perda involuntária da urina, sendo que 27,6% são mulheres, principalmente no período de menopausa, em comparação com 10,5% dos homens. A causa é multifatorial e o tipo mais comum de problema ocasionado pela fraqueza da musculatura do assoalho pélvico. Por este motivo essa é também a razão mais comum para a prescrição de exercícios de fortalecimento desta musculatura.

De acordo com a fisioterapeuta Tatiana de Bem, do studio de pilates Tati de Bem, existem alguns tipos de incontinência urinária, sendo os mais comuns: de esforço, “quando a pessoa vai espirrar, tossir, subir escadas, dançar e perde involuntariamente a urina, não conseguindo segurá-la”, explica; e a incontinência urinária de urgência, quando a pessoa não consegue segurar nem mesmo uma quantidade pequena de urina.



Foto: Reprodução

Elas são as mais afetadas, com 27,6% dos casos

TRATAMENTOS

A fisioterapeuta Tatiana de Bem lembra que uma em cada quatro mulheres entre 30 e 59 anos já vivenciou algum episódio de perda urinária. Os tratamentos mais eficazes são Biofeedback, que realizado com sondas

vaginais tem como objetivo reforçar a musculatura do assoalho pélvico, além de diminuir quando necessário a atividade do músculo da bexiga chamado detrusor. “Por meio desta técnica a musculatura pode ser estimulada involuntariamente, até que as fibras musculares recuperem seu trofismo

o suficiente para restabelecer a continência”, destaca Tatiana. O outro método de tratamento são os exercícios de Kegel, realizados com pequenos cones vaginais e que podem ser feitos em casa com a orientação profissional.

O tratamento mais eficaz para cada caso será orientado por um fisioterapeuta especialista em uroginecologia. “Como são vários fatores que contribuem para a incontinência, o fisioterapeuta poderá indicar o melhor para cada pessoa”, lembra Tatiana.

FATORES

A incontinência urinária pode ocorrer em qualquer idade, mas mulheres na menopausa são as que apresentam maiores índices devido a diminuição de estrógeno. Outros fatores que contribuem são Parkinson, esclerose múltipla, acidente vascular encefálico e depressão, pois os medicamentos utilizados podem provocar a instabilidade no detrusor. Mulheres que tiveram parto normal também podem sofrer com a perda involuntária da urina.

> MODA

Tramas de sucesso

Na contramão dos fast fashion, estilista catarinense aposta em roupas artesanais, atemporais e feitas com uma dose e tanto de responsabilidade social

Maristela Amorim

Construir uma história ponto a ponto. É isso o que a estilista Jamilly Machado vem fazendo desde que se formou em Moda pela Udesc e resolveu levar adiante uma ideia que trazia consigo desde criança. Ao ver belas peças em crochê – toalhas e tapetes – em casa e também nas residências de parentes, tudo feito artesanalmente e com um capricho danado, Jamilly ficava intrigada: “Por que coisas assim, tão bo-

nitais, não podem ir para a rua? Já imaginava como ficariam lindas roupas feitas assim.

E não deu outra. Já que aquilo nunca saiu da sua cabeça, Jamilly Machado trouxe para a vida profissional a proposta e lançou Terezza, uma marca de roupas de crochê, todas autorais e exclusivas. Como fazer tudo sozinha seria impossível, contou com o apoio da mãe e foi buscar, através de um bonito trabalho social, uma parceria emo-

cionante. Hoje as produções da Terezza saem também das mãos de detentas do presídio feminino, que semanalmente recebem a visita de Jamilly Machado e enxergam, nesta possibilidade, uma chance de ocupar o tempo, ganhar algum dinheiro para o futuro e, o mais importante, sonhar com uma profissão.

Fotos: Marcos Medeiros



O decote nas costas é um detalhe de pura feminilidade. O tom da linha faz da peça um coringa, vestido perfeito para diversas ocasiões, com apelo de requinte



O efeito dos fios de seda garantem um movimento bem interessante ao modelo que segue uma linha mais sofisticada



O longo branco e justo trabalha com tramas diferentes e pontos bem mais fechados nas áreas estratégicas



As tramas contornam o corpo num modelo sedutor e sensual, que insinua, mas não revela



OPORTUNIDADE ÚNICA!

Escolha sua lingerie para o ano inteiro aproveitando a super liquidação da Cravo e Canela.

Até **60% de desconto!!! São os últimos dias! Até 28/02!**

Marcas: Fruit de La Passion, Miss Victoria, Under.Co, Any Any e muito mais.

Linhas Maternidade, masculina, feminina e infantil.

Atendemos das 9h às 20h.

Cravo e Canela Lingerie

Rua Maestro Tullio Cavallazzi, 20/loja 3

Próximo ao Beiramar Shopping

Telefone: (48) 3028-5710