

Cena Livre



Paschoal XIII

COM PALESTRAS, exposições e oficinas gratuitas, a *Mostra São Paulo de Cultura Indígena* abre sua programação neste sábado, 9, às 19 horas, na **Refinaria Teatral (Rua João de Laet, 1.507 - Tel.: 3624-9301, Vila Aurora), Zona Norte.** Guarani e Kaingang, comunidades indígenas de São Paulo estão no evento com exposições de fotos, vestuários, adereços, artefatos e artesanias de cada etnia. A mostra será apresentada todos os sábados até 2 de março, com ingressos gratuitos.

PARTICIPAM duas comunidades da etnia Guarani Mbya: uma de Parelheiros, da aldeia Tekoa Kaliperty, liderada por Jera Poty Mirim e outra do Jaraguá, da aldeia Tekoa Yvy Porã, liderada por Thiago Henrique Vilar Martim. Essa ação faz parte do projeto do coletivo denominado Teatro, uma pátria habitável, contemplado na 32ª Edição da Lei Municipal de Fomento do Teatro para a Cidade de São Paulo.

A MOSTRA é também para o grupo Refinaria Teatral com o objetivo de criar mais um canal de fortalecimento de difusão da rica cultura indígena dentro do universo da cultura dos não índios. “Queremos dar voz” para as comunidades indígenas, comenta Daniel Alves Brasil, diretor da Refinaria Teatral. Essa ação faz parte do projeto do coletivo denominado Teatro, uma pátria habitável, contemplado na 32ª Edição da Lei Municipal de Fomento do Teatro para a Cidade de São Paulo.

A MOSTRA é também para o grupo Refinaria Teatral com o objetivo de criar mais um canal de fortalecimento de difusão da rica cultura indígena dentro do universo da cultura dos não índios. “Queremos dar voz” para as comunidades indígenas, comenta Daniel Alves Brasil, diretor da Refinaria Teatral. Essa ação faz parte do projeto do coletivo denominado Teatro, uma pátria habitável, contemplado na 32ª Edição da Lei Municipal de Fomento do Teatro para a Cidade de São Paulo.



Guaranis e Kaingangs na Mostra São Paulo de Cultura Indígena

atua com as questões indígenas em grandes centros urbanos.

NA PROGRAMAÇÃO deste sábado, 9/2, às 19 horas, na abertura da mostra, palestra de Marcos Aguiar, da ONG Opção Brasil. No sábado, 16/2, às 14 horas, exposição da cultura Kaingang, às 16 horas oficina de confecção de pulseira Kaingang e, às 19 horas, palestra sobre a cultura Kaingang.

NO SÁBADO, 23/2, às 14 horas, exposição da cultura Guarani de Parelheiros, às 16 horas, oficina de confecção de colar Guarani e, às 19 horas, palestra sobre a cultura Guarani de Parelheiros. E no sábado, 2/3 às 14 horas, exposição da cultura Guarani do Jaraguá, às 16 horas, oficina de confecção de colar tradicional Guarani e, às 19 horas, palestra sobre a cultura Guarani do Jaraguá.

O GRUPO REFINARIA TEATRAL é um teatro de treinamento que pesquisa e desenvolve técnicas extraídas da arte marcial Karatê-do. Essa pesquisa prática gera um estilo particular de comunicação e efeito cênico que aprimoram a presença cênica do ator, amplificando e retendo a energia corpórea e personagens

arquétipos. A grande produção de energia corporal sobre controle do ator gera um magnetismo potente que traz o espectador para dentro da obra.

RECURSOS DE AÇÃO que saíram dessa pesquisa, como a ação fotográfica e o ator fragmentado, estimula o criativo, o reflexivo do espectador fazendo com que ele crie junto com a obra. Chamamos essa pesquisa, trabalho pilar do grupo Refinaria, de Teatro Marcial.

O GRUPO SURGE em meados de 2006, quando Ana Szypula (atriz e pesquisadora) e Daniel Alves Brasil (ex-sensei de karatê, ator, dramaturgo e diretor teatral) se juntam em uma sala, motivados a estudar a obra Espelho de Daniel. Em poucas semanas o texto fica de lado e ambos começam a trabalhar exaustivamente sobre a estética do teatro e sua presença de cena.

DANIEL E ANA, fundadores do grupo, convidam outros atores para participarem dos exercícios que ali estavam sendo desenvolvidos. Pouco mais de dois anos, em outubro de 2008, aquele grupo de artistas se reúne para batizar o coletivo, surge então o grupo Refinaria Teatral. Para mais informações

é só acessar: www.refinaria-teatral.com.br

SÃO PAULO É NOITE, é festa, é luz e som. Lugar ideal para reviver os anos gloriosos da disco music e celebrar a década de 70. Grande sucesso da temporada teatral carioca, o musical *O Frenético Dancin' Days* finalmente chega a São Paulo em 15 de março, no **Teatro Opus/Shopping Villa-Lobos (Avenida das Nações Unidas, 4.777, Alto de Pinheiros).**

O ESPETÁCULO RESGATA a aura mítica em torno da Frenetic Dancing' Days Discotheque, que foi um marco na noite brasileira, especialmente a carioca, com apenas quatro meses de funcionamento, ditando moda, comportamento e celebrando a liberdade, quando o país estava em plena ditadura militar.

Netto, Dom Pepe e Djalma. Deborah Colker aceitou o desafio e fez sua estreia na direção teatral, além de assinar as coreografias, ao lado de Jacqueline Motta. A realização é das Irmãs Motta e Opus produção geral de Joana Motta.

AUTOR DE MUSICAIS consagrados como *Elis*, o musical, *Tim Maia - Vale Tudo*, o musical e *S'imbora*, o musical - a história de Wilson Simonal, Nelson Motta afirma que nunca foi tão feliz com um espetáculo. “Esse musical é uma festa, as pessoas ficam enlouquecidas na plateia, parece que estamos mesmo voltando aos tempos da boate. É uma alegria imensa”, festeja.

“EU SABIA da potência, da força do Dancin' Days, de como ele muda a cidade. A boate che-

é formado ainda por: Ariane Souza (Madalena), Brudo Fraga (Nelson Motta), Caster Fávero (Djalma), Franco Kuster (Léo Netto), Ivan Mendes (Inácio/General), Renan Mattos (Catariño), Karine Barros (coro/stand in feminino), Larissa Venturini (Scarlet), Natasha Jascelevich (Barbara), além das Frenéticas: Carola Rangel (Edyr de Moraes), Ester Freitas (Dhu Moraes), Ingrid Gaigher (Lidoca), Julia Gorman (Regina Chaves), Larissa Carneiro (Leiloca) e Ludmila Brandão (Sandra Pêra). **DEBORAH** Colker (protagonista na Rússia com o *Prix Benois de la Danse*, considerado o Oscar da Dança) assinou também as coreografias (ao lado de Jacqueline Motta) e tem ao seu lado uma ficha técnica de peso: Gringo Cardia



Cena de O Frenético Dancin' Days

A BOATE RENASCEU em forma de musical e, mais uma vez, a magia se fez: *O Frenético Dancin' Days* já foi visto por mais de 60 mil pessoas na temporada carioca. Nelson Motta (ao lado de Patrícia Andrade) assinou o texto com a absoluta propriedade de quem foi um dos fundadores da boate e viveu toda a agitação que marcou o Rio naquela época.

O MUSICAL CONTA a história da Frenetic Dancing' Days Discotheque, boate idealizada, em 1976, pelos amigos Nelson Motta, Scarlet Moon, Leonardo

gou com esse caráter libertário, lá as pessoas eram livres, podiam ser como elas são. Isso tem uma grande força política, social, filosófica, artística. Não há nada como o livre arbítrio, estar em um lugar onde você vai ser quem você é”, afirma Deborah.

O MUSICAL é uma superprodução, com 17 atores e seis bailarinos, escolhidos através de audições, à exceção de Erico Brás (Dom Pepe) e Stella Miranda (Dona Dayse), uma das mais importantes atrizes de musicais do país, convidados especialmente para o projeto. O elenco

(cenografia e direção de arte), Maneco Quinderé (desenho de luz), Alexandre Elias (direção musical), Fernando Cozendey (figurinos) e Max Weber (visagismo). Passarão pelo palco os principais personagens que marcaram não apenas a história da boate, mas da cultura nacional.

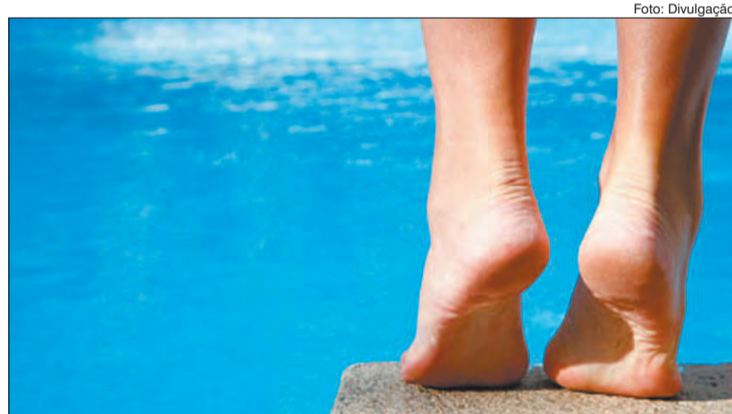
O FRENÉTICO DANCIN' DAYS terá apresentações às sextas-feiras, às 21 horas; sábados, às 17 horas e 21 horas e domingos, às 18 horas. Os ingressos custam de 75 reais a 170 reais. Espetáculo imperdível.

Risco de inchaço nos pés é maior durante o Verão

A estação mais quente do ano chegou, e nada melhor do que férias, viagens, carnaval e muita agitação. Esses eventos fazem com que as pessoas fiquem muito tempo em pé, uma das causas mais comuns dos pés inchados. Ficar com os pés em uma mesma posição por longos períodos impede que o sangue circule corretamente pelo corpo, causando o inchaço.

“Alguns dos sintomas mais notáveis são o cansaço, desconforto e alterações visíveis nas pernas e pés. As mulheres são o público mais afetado devido às alterações hormonais e o uso de sapatos apertados, de bico fino ou salto alto”, comenta Mateus Martinez, Diretor de Fisioterapia da Pés Sem Dor.

Uma das causas dos pés inchados está ligada ao calor: durante as estações mais quentes do ano, o corpo precisa encontrar alguma forma de diminuir sua temperatura. Para isso, os vasos sanguíneos dilatam e liberam líquidos nos tecidos, resultando no inchaço. Pessoas com problemas renais, diabetes



Inchaço nos pés é comum no verão

e linfedema podem estar mais propensas.

“É importante se hidratar, fazer uma alimentação leve e saudável, usar roupas e calçados confortáveis, e não exceder os limites do seu corpo. Se estiver de pé por muito tempo, faça pausas para descansar. E se você tem problemas com inchaço, use meias compressivas para evitar o extravasamento de líquidos”, alerta Martinez aos foliões que estão se preparando

para o Carnaval de 2019.

Além das meias compressivas, uma outra opção é o uso de palmilhas ortopédicas. Esse tipo de órtese oferece proteção e ajustes individualizados para os pés de cada pessoa, já que são feitos sob medida. Para saber mais sobre sinais e sintomas do inchaço dos membros inferiores e dicas de tratamento do edema, confira <https://www.pessem-dores.com.br/diagnosico-de-dores/pes-inchados/>

Oncologista do HCor alerta: câncer de pele continua sendo o mais comum entre brasileiros

O câncer de pele continua sendo o mais incidente entre a população brasileira. Foram 190 mil casos registrados em 2014, segundo estimativa do INCA (Instituto Nacional do Câncer), com expectativa de que a doença faça ao menos duas mil vítimas fatais. Essa alta incidência acontece pela exposição excessiva aos raios nocivos do sol. O estrago é cumulativo e, ao longo dos anos, ele pode se consolidar como um tumor. Com a chegada do verão e das festas de dezembro, o risco de exposição excessiva ao sol aumenta.

Uma das medidas mais eficazes para a prevenção do câncer de pele, além da diminuição da exposição aos raios solares, é a sua detecção precoce através do exame preventivo de toda a pele periodicamente por um dermatologista. “O câncer de pele é um tipo de tumor que poderia ser combatido com medidas simples, como usar protetor solar corretamente e evitar exposição nos horários de sol forte”, afirma o oncologista do HCor Onco, dr. Auro Del Giglio.

A Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) divulgou um consenso sobre fotoproteção voltado a brasileiros, em vez de apenas replicar dados de outros países. Com isso, a entidade passou a



O protetor solar é o melhor aliado contra o câncer de pele

recomendar que fosse usado protetor solar com fator 30, no mínimo. A decisão foi baseada na miscigenação da população e no clima do país, considerando suas diferenças entre regiões.

Protetor solar: o melhor aliado contra o câncer de pele

O uso de filtro solar é recomendado durante todo o dia. Por mais leve que o sol possa parecer ao final da tarde, ele também pode ser prejudicial à pele. Nos horários de pico, mesmo

com o protetor, a entidade recomenda evitar exposição solar. Isso entre às 10 e 15 horas, sendo que na região Nordeste deve-se evitar o sol desde às 9 horas e, na região Centro-Oeste, até às 16 horas.

Recomenda-se 2 miligramas, o equivalente a uma colher de chá, para cada uma das seguintes regiões do corpo: barriga e peito, braço e ombro direito, braço e ombro esquerdo, rosto e pescoço. Para os membros inferiores, recomendam-se duas porções para cada perna e pé.

Assembleia Legislativa aborda problemas do Hospital do Mandaqui em Comissão de Saúde

Em sua apresentação à Comissão de Saúde da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, o diretor técnico do Hospital do Mandaqui, dr. Marcelo Barletta Soares Viterbo apresentou os dados de sua gestão e esclareceu questões como falta de médicos e equipamentos.

De acordo com dr. Viterbo, a falta de médicos não é um problema comum aos hospitais públicos, tendo em vista os trâmites burocráticos para contratação, falta de concursos e a crescente demanda, uma vez que a população cada vez mais migra para o sistema público tendo em vista a crise econômica do País. Enfatizou ainda que o Hospital do Mandaqui atende uma região que tem cerca de 2 milhões de habitantes, o que traz uma grande procura pelos serviços. Em média, dr. Viterbo informou que são 23 mil atendimentos ao mês somente entre Pronto Socorro e Ambulatório.

Outra questão apresentada foi a cobrança dos recursos de aproximadamente R\$ 7 milhões destinados ao Hospital do Mandaqui através de uma emenda parlamentar da senadora Marta Suplicy no ano passado. Segundo dr. Viterbo, todas as tratativas necessárias foram realizadas, apesar dos recursos



Reunião da Comissão de Saúde da ALESP discute problemas do Hospital do Mandaqui

ainda não terem chegado efetivamente ao hospital. Segundo ele, esses recursos devem ser destinados para a aquisição de um novo equipamento de ressonância magnética e para reforma do ambulatório e instalação de um centro cirúrgico de pequeno porte.

Com relação à destituição do Conselho Gestor, dr. Viterbo afirmou que apenas cumpriu as determinações legais recebidas. A questão levantou polêmica entre os deputados presentes, principalmente do Deputado Carlos Neder, um dos mentores

da criação dos conselhos gestores. Ele destacou que a destituição, se fosse o caso, caberia à Secretaria de Estado da Saúde e não à diretoria deste hospital. Presente à reunião, o presidente do extinto Conselho Gestor, Antonio Cabral, falou na tribuna sobre a importância do conselho, uma vez que ele representa a população.

O assunto deve voltar a ser discutido na Assembleia Legislativa no próximo dia 19/2, com a presença do Secretário Estadual da Saúde, José Henrique Germann Ferreira.



Desde 1963,
sempre vigilante,
sempre na
primeira linha
de combate, com
independência
e com lealdade.

www.gazetazn.com.br