



Turismo



Cinco destinos para fotografar: conheça cidades pequenas para viajar com segurança neste período

Em agosto de 1939, a Academia Francesa de Ciências anunciou ao mundo o Daguerreótipo, que nada mais era que a primeira câmera fotográfica e funcional do mundo. Mais de 80 anos se passaram e hoje, temos acesso a uma fotografia a um clique de distância. Basta ter um celular, ou uma câmera que os momentos são registrados automaticamente.

Devido ao isolamento social, muitas tradicionais viagens de família, ou passeios para outros lugares foram postergados para quando for mais seguro. Porém, algumas cidades já estão adotando protocolos de aberturas, então por que não já se planejar para ter aquela recordação com o charme de uma cidadezinha do interior?

“São cidades que têm poucos habitantes, estão abrindo de forma gradual e são econômicas. O que estamos vendo agora são pacotes nacionais com muitas promoções para fortalecer o turismo local, e salvar estes estabelecimentos”, diz Lorena Peretti, CEO da Minds Travel.

Pensando nisso, a especialista em viagens da Minds Travel, Lorena Peretti, preparou uma lista com 5 destinos do interior para se fotografar e viajar com segurança:

Jaboticabal, São Paulo

Situada a 370 km de São Paulo, Jaboticabal tem as praças e jardins cobertos de rosas que dão as boas vindas a quem chega à cidade - carinhosamente apelada de Cidade das Rosas. (Vale uma bela foto). A Esplanada do Lago retrata, lindamente o patrimônio histórico e artístico da cidade em uma ampla área verde com atividades de esporte e lazer.

Três Pontas, Minas Gerais

A praia artificial e as



Museu Histórico de Jaboticabal Aloísio de Almeida

belezas naturais do distrito de Pontalete, um dos pontos de encontro nos dias quentes e o Museu do Café que resgata a história da cafeicultura mineira são, com certeza, pontos a se visitar para fotografar.

Tem menos de 60 mil habitantes e fica próximo a Varginha.

toda essa beleza natural, a cidade tem quase 17 mil habitantes e muitas paisagens de tirar o fôlego.

Jataí, Goiás

No Sudoeste Goiano, Jataí tem cerca de 100 mil habitantes e se destaca como importan-



Belas cachoeiras, Jataí, Goiás

Faxinal, PR

Líder em turismo rural e de aventura do Vale do Ivaí, a cidade possui 108 cachoeiras com mais de cinco metros de altura catalogadas. A maior delas, a Veu de Noiva, chega a impressionantes 156 metros! Além de

te polo turístico por causa de suas águas termais que chegam a 40°. Outro ponto muito importante é o turismo de aventura e as belas cachoeiras, além de uma cidade repleta de parques e museus, com ótimas opções noturnas e pessoas hospitaleiras.

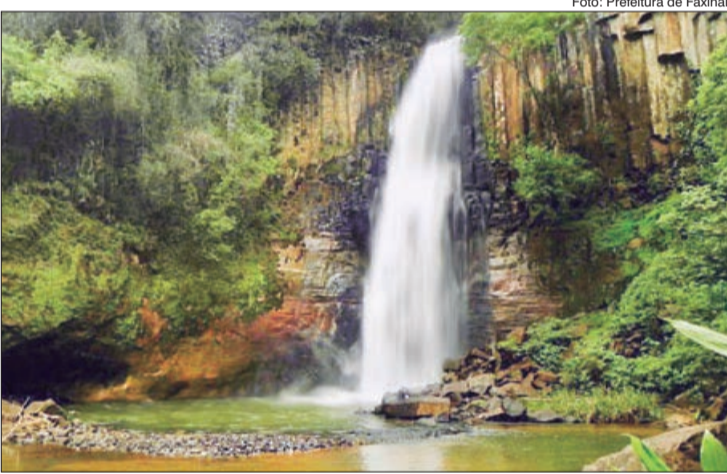
Eusébio, Ceará

Localizada na região metropolitana de Fortaleza, Eusébio é tranquila como uma cidadezinha do interior, com suas belezas naturais como: a Lagoa de Parnamirim, o Polo de Lazer e o Rio Pacoti. Para os amantes da velocidade, o município conta ainda com o Autódromo Internacional Vigílio Távora.

O turismo religioso também gera rendas para o município. A cidade também é acessível para diversas praias do litoral cearense.

Para fechar o seu pacote, acesse: <http://www.mindstravel.com.br>

Foto: Prefeitura de Faxinal



Cachoeira Chicão II que fica em Faxinal, PR

Março Marinho

Levantamento aponta queda de mais de 30% na procura por exames de rastreamento do Câncer Colorretal

Assim como vem ocorrendo em diferentes especialidades, os cuidados com o diagnóstico precoce do Câncer Colorretal também sofreram impactos, por conta da pandemia da Covid-19. É o que demonstra um levantamento do HCor - hospital multiespecialista em São Paulo - que aponta uma queda de 32% na realização de exames de colonoscopia em 2020, em comparação ao ano de 2019.

A colonoscopia é a principal aliada no rastreamento de tumores de cólon e reto que, segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca), devem acometer mais de 40 mil brasileiros por ano, no triênio 2020/2022.

De acordo com André Siqueira, cirurgião do aparelho digestivo do HCor, fatores como: obesidade, sedentarismo e má alimentação podem aumentar o risco de desenvolvimento da doença. Além disso, o histórico familiar também é fundamental para avaliar o paciente e até mesmo antecipar seus exames de rastreamento.

“Em geral, a colonoscopia é recomendada para pessoas acima dos 45 anos. No entanto, pacientes que tenham na família casos da doença em parentes de 1º grau ou que tenham diagnóstico de retocolite (doença intestinal inflamatória e crônica), por exemplo, devem ser orientados caso a caso”, explica.

A realização precoce da colonoscopia também pode ser indicada para

aqueles que apresentam sintomas como dor abdominal, perda de peso sem causa aparente, alteração do trânsito intestinal ou sangue nas fezes.

Segundo Siqueira, é preciso estar atento aos sinais do corpo e não deixar de lado os cuidados com a saúde, mesmo durante a pandemia. “Sabemos da preocupação de todos com a possibilidade de se infectar com a Covid-19, no entanto, diagnósticos como os de Câncer não podem esperar”, reforça.

O especialista relembra que a maioria das instituições de Saúde possuem alas separadas de atendimento a síndromes gripais, o que viabiliza o atendimento seguro dos pacientes. “Aqui no HCor, temos fluxos completamente apartados de síndrome gripal e pacientes não Covid (HCor mais Seguro) desde o início da pandemia. O hospital também é certificado pelo Instituto Brasileiro para Excelência em Saúde, com

o selo de Melhores Práticas de Prevenção e Enfrentamento à Pandemia de Coronavírus”.

Colonoscopia: preparo e realização

A colonoscopia é um exame que permite observar o revestimento interno do intestino grosso e a parte final do intestino delgado. O procedimento ajuda a encontrar pólipos, inflamações, úlceras e, sobretudo, no rastreamento do Câncer Colorretal.

De acordo com Paula Poletti, médica endoscopista do HCor, para obter um exame com resultados satisfatórios, a boa qualidade do preparo colônico (limpeza intestinal) é fundamental. Nesse processo, que requer dieta prévia e o uso de laxativos mais fortes para a limpeza do conteúdo intestinal, o paciente pode ter desconforto e mal estar no preparo. No entanto, atualmente, é possível optar por fazer essa preparação dentro do ambiente hospitalar, com acompanhamento especializado.

A colonoscopia é realizada com o paciente sedado, de forma indolor. As Sociedades de Gastroenterologia e Endoscopia sugerem que o exame seja realizado a partir dos 45 anos para rastreamento do Câncer do cólon e reto, porém sua recomendação pode ser antecipada a depender dos sintomas e histórico do paciente.



Mês de março é marcado pela conscientização à prevenção da doença

Foto: Divulgação

Maior projeto infantil Cristão do mundo, 3 Palavrinhas, lança música sobre união e louvor

Quem não gosta de estar com os amigos, reunidos com pessoas que têm um propósito em comum? É uma alegria incomparável estar com pessoas queridas. Muitos estão sentindo falta da proximidade, de estar junto com quem ama e de ir à igreja. Pensando nessa temática, o projeto infantil 3 Palavrinhas, lançou na última sexta (5), o clipe da música “A Maior das Alegrias”.

A música fala sobre harmonia e, especialmente, da felicidade que é estar com irmãos de fé, compartilhando o mesmo ambiente e, principalmente, o mesmo ideal: louvar a Deus e levar a mensagem Dele para mais e mais pessoas. O clipe também traz esse clima de total alegria, com muitas luzes, efeitos, animação, cores e criatividade que só essa turminha tem.



Lançamento de música sobre união e louvor

O clipe está disponível no YouTube do 3 Palavrinhas às 9 horas: <http://bit.ly/maior das alegrias>.

O canal conta com mais de 4,7 milhões de inscritos e ultrapassou a marca de 3,5 bilhões de visualizações. No Spotify,

as músicas dessa turminha tão querida foram tocadas mais de 13 milhões de vezes apenas em 2020. E no Instagram são 350 mil seguidores, fora o engajamento e alcance nas outras redes sociais e plataformas digitais.

Foto: Divulgação

Campanha Março Lilás

O desenvolvimento do bebê prematuro

Prematuro é todo recém-nascido que nasce antes de completar a idade gestacional de 37 semanas. Muitos bebês prematuros vão se desenvolver normalmente, porém alguns podem apresentar algumas dificuldades, desde atraso para se sentar, andar e falar até cegueira, surdez e paralisia cerebral.

“Isso irá depender do grau de prematuridade e das intercorrências pelas quais o bebê passou durante a internação, como: infecção, necessidade de ventilação mecânica, além de suas condições nutricionais”, esclarece a neonatologista Renata S. A. Pereira de Castro, membro do Departamento de Neonatologia Sociedade de Pediatria de São Paulo (SPSP).

Ela explica que o grau da prematuridade influencia diretamente no desenvolvimento, ou seja, quanto menor a idade gestacional e o peso ao nascimento do bebê, mais imaturo são seus órgãos, como: o coração, o pulmão, o cérebro e o intestino. “Assim, maior será sua dependência de cuidados especiais, ficando mais vulnerável a agressões externas, além de haver maior risco de alterações no seu desenvolvimento”, afirma a pediatra.

Dados nacionais

No Brasil, nascem cerca de 340 mil prematuros por ano. A sobrevivência de bebês prematuros aumenta a cada ano, com foco cada vez maior na melhor qualidade de vida. Assim, a prematuridade é uma preocupação



Foto: Sociedade de Pediatria de São Paulo

Apresentação da campanha Março Lilás
Organização: Departamento Científico de Neonatologia

Aproximadamente três milhões de nascimentos em 2019, 11,1% foram prematuros, segundo dados do DataSUS

crecente, tanto para saúde pública brasileira e mundial, quanto para a sociedade, os pais e as famílias. O nascimento de um recém-nascido prematuro é quase sempre uma surpresa e junto com ele muitas questões são levantadas pelos pais:

Meu filho terá um desenvolvimento normal?

Irá correr, comer, falar e brincar?

O que posso fazer para mantê-lo saudável?

O que esperar do seu crescimento e desenvolvimento?

De acordo com Renata, o acompanhamento regular do prematuro é fundamental para avaliações precoces, início de terapias em tempo oportuno e estímulos adequados para o melhor desenvolvimento da criança. “Este acompanhamento deve ser individualizado para o bebê e para sua família, englobando não só a consulta pediátrica,

mas com fonoaudiologia, fisioterapia, terapia ocupacional, oftalmologia, neurologia e outras especialidades, se necessário”, ressalta a médica, concluindo: “A participação ativa dos pais nesse processo é fundamental, pois influencia em todo o desenvolvimento da criança.”

O que você pode fazer para estimular o melhor desenvolvimento do seu bebê?

- Manter o acompanhamento multidisciplinar, conforme as demandas de seu filho(a);
- Manter estímulos adequados de acordo com as orientações para cada fase do bebê;
- Estimular o crescimento e desenvolvimento em um ambiente alegre, tranquilo e carinhoso;

E lembre-se, cada bebê se desenvolve individualmente, no seu próprio ritmo. A melhor comparação é com ele mesmo! Informe-se em fontes seguras e converse com o seu pediatra.

Exposição “35 Séculos de Arte e Cultura” da Casa Museu Ema Klabin desembarca na Linha 5-Lilás do Metrô

As milhares de pessoas que passam diariamente nas estações da Linha 5-Lilás do Metrô de São Paulo, poderão apreciar imagens de obras de grandes mestres da arte como Marc Chagall, Tarsila do Amaral, Pompeo Batoni, Jean-Baptiste Greuze, entre outros.

A partir de março, a Casa Museu Ema Klabin, em parceria com ViaMobilidade, concessionária responsável pela operação e manutenção da Linha 5-Lilás, apresenta a exposição 35 Séculos de Arte e Cultura. A primeira a receber a Mostra será a Estação Brooklin.

O público poderá contemplar alguns exemplos desses 35 séculos de Arte e Cultura da Casa Museu Ema Klabin. “Serão expostos 20 painéis que apresentam a diversidade da coleção e das atividades da instituição, com imagens acompanhadas de palavras que instigam o público a refletir sobre elas”, explica o curador da exposição, o arquiteto Paulo de Freitas Costa.

Para Juliana Alcides, ge-



Foto: Isabella Mathews

Obra Rio de Janeiro de Tarsila do Amaral - Com curadoria de Paulo Costa, a Mostra traz vinte painéis com imagens de obras de grandes mestres da arte

rente de Comunicação e Sustentabilidade da ViaMobilidade, a iniciativa é um incentivo para ampliar o acesso à informação e conhecimento. “Além de um transporte seguro e confortável, nosso objetivo é oferecer às pessoas que circulam pelas nossas

estações oportunidades de contato com diversas manifestações artísticas e culturais que existem em São Paulo”, diz. A partir de agosto, a Mostra desembarcará na Linha 4-Amarela do Metrô, onde ficará em cartaz até outubro.

SE VOCÊ TEM ALGUMA INFORMAÇÃO PARA A POLÍCIA, LIGUE. DISQUE-DENÚNCIA 181 UMA ATITUDE SUA PODE SALVAR MUITAS VIDAS. SIGILO ABSOLUTO.

EnviAKI HTS Informática HIGH TECH SERVICES Envio de arquivo de forma controlada. - O SISTEMA AVISA DEPOIS DE "X" DIAS SE ALGUM ARQUIVO AINDA NÃO FOI ACESSADO - FÁCIL LOCALIZAÇÃO DE ARQUIVOS (DATA, PALAVRA-CHAVE E OUTROS DADOS) - ENVIO DE E-MAILS COM DIVERSOS ARQUIVOS NUMA ÚNICA MENSAGEM - REGISTRO DE VISUALIZAÇÃO (DIA, HORA, IP DE ACESSO) WWW.ENVIKI.COM.BR (11) 4228-1115/2311-2028 CONTATO@HTS-NET.COM.BR