NOVA VERSÃO

Flaviana Ribeiro

Em um mercado onde muitos apenas acompanham tendências, ela escolheu compreender pessoas. Referência em marketing, tecnologia e posicionamento estratégico, ela revela como humanidade, inteligência e coragem se tornaram os pilares de uma trajetória que inspira empresas, líderes e mulheres.

LEIA TAMBÉM:

Maternidade além do óbvio
Uma edição especial sobre gestação, infância, identidade, saúde emocional, desenvolvimento e os desafios reais de maternar em um mundo acelerado.

Do CNPJ ao crescimento: o que define quem cresce e quem desaparece

Empresários, especialistas e líderes revelam os bastidores do crescimento sustentável em um mercado onde adaptação, posicionamento e estratégia deixaram de ser opção.

João de Proença

Como a visão estratégica e a coragem de sair do óbvio estão impulsionando novos negócios e transformando mercados tradicionais.

The Love Letters

COSTANTINI



@costantinioficial
Shopping Iguatemi São José do Rio Preto
Piso Superior



Enquanto todos enxergam
o agora, ela já imagina
caminhos e prepara
cada passo de quem ama.

Porque cuidar do hoje
também é proteger o amanhã.

Feliz Mês das Mães.

MÊS das mães

Nenhuma **vitória** é igual **à sua.**

CONSÓRCIO CANOPUS
SUAS CONQUISTAS COMEÇAM AQUI!

consorciocanopus.com.br

NOVA VERSÃO

EDITORIAL

DISTRIBUIÇÃO
Condomínios verticais e horizontais da Zona Leste, Zona Sul, Redentora e Centro de Rio Preto, além de clínicas médicas e comércio local.

TIRAGEM
8 mil exemplares

ACESSE
revistanovaversao.com

INSTAGRAM
@revistanovaversao

ANUNCIE
17 99165.4036

As edições desta revista seguem os parâmetros estabelecidos pela Lei Geral de Proteção da Dados (Lei 13.709/2018)

Revista NovaVersão

Já conhece o podcast da Revista Nova Versão?

A cada episódio, trazemos histórias inspiradoras que vão enriquecer sua jornada. Você pode assistir no nosso canal no YouTube ou ouvir no Spotify. Escolha sua plataforma favorita e venha se inspirar conosco!

JÁ **CHEGAMOS** À METADE DO **ANO.** E **AGORA?**

Chegamos à metade de 2026.
E, talvez sem perceber, os dias passaram correndo entre compromissos, metas, contas, reuniões, desafios, conquistas, alegrias e preocupações.
Janeiro parecia ontem.
Mas a verdade é que o tempo continua seguindo, independente de estarmos prontos ou não.
E em meio a tanta correria, fica uma reflexão importante:
o que temos feito com o nosso tempo?
Será que ainda lembramos das promessas que fizemos no começo do ano? Dos sonhos, dos planos, das mudanças que queríamos viver? Será que estamos caminhando na direção daquilo que realmente desejamos ou apenas sobrevivendo no automático?
Nem sempre conseguiremos realizar tudo. E tudo bem. A vida não acontece exatamente como planejamos. Mas talvez a grande questão seja: estamos ao menos tentando? Estamos evoluindo? Estamos nos permitindo aprender, crescer, recomeçar e viver de forma mais consciente?
Esta edição da Revista Nova Versão fala muito sobre isso. Sobre crescimento. Sobre maternidade. Sobre empreendedorismo. Sobre esporte e transformação. Sobre saúde, conexões, evolução e propósito.
Porque no fundo, todas essas pautas nos levam para o mesmo lugar: a importância de viver o presente com mais intenção.
O tempo passa rápido demais para deixarmos nossa vida para depois.
Para adiarmos sonhos.
Para esquecermos de nós mesmos.
Para deixarmos de cuidar da mente, do corpo, das pessoas que amamos e daquilo que faz nosso coração vibrar.
Talvez o meio do ano não seja apenas um marco no calendário.
Talvez seja um convite.
Um convite para revisitar planos, reorganizar prioridades, desacelerar o que não faz sentido e acelerar aquilo que realmente importa.
Ainda há tempo.
Tempo para mudar.
Tempo para crescer.
Tempo para aprender.
Tempo para viver com mais presença, verdade e propósito.
Que esta edição inspire você não apenas profissionalmente, mas também como ser humano. Porque no final, o maior sucesso da vida talvez seja justamente esse: não deixar o tempo passar sem realmente viver.





LARISSA GUIRADO
Prestadora de Serviço da Nova Versão

Crédito das imagens: Raphael Brochetto

RODRIGGO CRUZ
Diretor geral da Revista Nova Versão

VILLE TOYS®

UNIVERSO DE DIVERSÃO PARA QUALQUR IDADE.
AMBIENTE QUE PERMIITE BRINCAR E SONHAR

O lúdico permite ao adulto resgatar memórias afetivas e proporciona às crianças a oportunidade de construir novas lembranças no local.



Av. José Munia, 4775
– Jardim Redentor –
Plaza Avenida Shopping

Contato:
(17) 9 9259-3242

Instagram:
@villetoysoficial

ACESSE NOSSO INSTAGRAM!

♥ MAIS QUE UMA LOJA, UM LUGAR PARA **VIVER HISTÓRIAS INESQUECÍVEIS!** ♥





MAIO VERDE:

A IMPORTÂNCIA DE CUIDAR DA VISÃO ANTES QUE O GLAUCOMA SILENCIE SEUS OLHOS

Por Dra. Silmara Loes – médica oftalmologista

O glaucoma é uma doença ocular que provoca lesões no nervo óptico, estrutura responsável por levar as imagens captadas pelos olhos até o cérebro. Na maioria dos casos, está relacionado ao aumento da pressão intraocular, embora também possa surgir em pessoas com pressão considerada normal.

O grande desafio da doença é justamente o fato de ela evoluir de forma silenciosa. Em muitos casos, o paciente não percebe sintomas no início, e quando nota alguma alteração na visão, parte importante da capacidade visual já foi comprometida.

Hoje, o glaucoma é uma das principais causas de cegueira irreversível no mundo.

O 'Maio Verde' é uma campanha nacional de conscientização, prevenção e combate ao glaucoma. Foi criada para alertar a população sobre a importância da informação, do diagnóstico precoce e do acompanhamento oftalmológico regular.

Mais do que uma campanha sobre saúde ocular, o 'Maio Verde' traz uma reflexão sobre cuidado, atenção e qualidade de vida.

Afinal, enxergar vai muito além da visão. É sobre autonomia, independência e conexão com a vida.

Quais são os principais tipos de glaucoma?

Glaucoma de ângulo aberto

É o tipo mais comum. Evolui lentamente e, na maioria das vezes, sem sintomas aparentes. A perda visual acontece de forma gradual, começando pela visão periférica.

Glaucoma de ângulo fechado

Pode surgir de forma súbita e intensa, causando:

* Dor ocular forte
* Vermelhidão nos olhos
* Visão embaçada
* Dor de cabeça
* Náuseas e vômitos

É considerado uma emergência oftalmológica.

Glaucoma congênito

Mais raro, acomete bebês e crianças. Os sinais podem incluir olhos aumentados, lacrimejamento excessivo e sensibilidade à luz.

Glaucomas secundários

Relacionados a outras doenças, traumas ou uso prolongado de medicamentos, principalmente corticoides.

Alguns fatores aumentam significativamente o risco da doença:

* Histórico familiar de glaucoma
* Pessoas acima dos 40 anos
* Diabetes
* Hipertensão arterial
* Alta miopia
* Uso prolongado de corticoides
* Pessoas negras, que possuem maior predisposição genética

Mesmo assim, o glaucoma pode atingir qualquer pessoa, inclusive jovens.

O glaucoma tem sintomas?

Na fase inicial, normalmente não. E esse é um dos maiores perigos.

Muitas pessoas acreditam que enxergar bem significa estar com a saúde ocular em dia, mas o glaucoma pode estar evoluindo silenciosamente por anos sem provocar alterações perceptíveis.

Nos estágios mais avançados, o paciente pode perceber:

* Redução da visão periférica
* Sensação de visão em túnel
* Dificuldade para enxergar em ambientes escuros
* Perda visual progressiva

O glaucoma não possui cura, mas possui controle.

Quando diagnosticado precocemente, é possível preservar a visão e impedir a progressão da doença. Por isso, o acompanhamento médico é fundamental.

Os tratamentos podem incluir:

* Colírios específicos
* Procedimentos a laser
* Cirurgias, em alguns casos

O objetivo é controlar a pressão ocular e proteger o nervo óptico.

A prevenção continua sendo a principal aliada contra o glaucoma.

Consultas oftalmológicas periódicas permitem identificar alterações antes mesmo do aparecimento dos sintomas. Exames simples e rápidos conseguem avaliar a pressão ocular, o nervo óptico e o campo visual do paciente.

Em muitos casos, o diagnóstico precoce é o que faz toda a diferença entre preservar ou perder a visão.

Um olhar mais atento para a própria saúde

A correria do dia a dia faz muitas pessoas deixarem os exames preventivos para depois, mas quando falamos de glaucoma, o tempo faz diferença. A visão perdida pela doença não pode ser recuperada.

Por isso, informação, prevenção e acompanhamento médico são fundamentais.

Porque muitas vezes o maior perigo não está no que vemos, mas justamente no que não conseguimos perceber.

E é exatamente nesse ponto que nasce a importância de um olhar mais amplo sobre a saúde ocular. Em minha prática, acredito que cuidar da visão também significa compreender o paciente como um todo — sua rotina, alimentação, qualidade do sono, níveis de estresse, saúde emocional e hábitos de vida. A oftalmologia integrativa associada aos princípios da Medicina do Estilo de Vida permite unir tecnologia, ciência e acolhimento humano em uma abordagem mais completa e individualizada. Mais do que tratar exames ou controlar a pressão ocular, o objetivo é ajudar cada pessoa a preservar autonomia, qualidade de vida e bem-estar ao longo dos anos.

Porque cuidar da visão também é ajudar o paciente a continuar enxergando propósito, autonomia e qualidade de vida.

Dra. Silmara Loes
Médica Oftalmologista
Especialista em Glaucoma
CRM: 83.338/SP – RQE: 42.444
Instagram: @oftalmodrasilmaraloes


NATUREZA
INQUEBRÁVEL
G-SHOCK
CARMELLI
Riopreto Shopping | SUC 30
17 99108-0557
17 3227-9630
SAIBA MAIS
GA-2100-1A1





VOCÊ NÃO ENTENDE VINHO (AINDA)

A UVA E SUA INFLUÊNCIA NO VINHO

por Luciana Urban

Você sabia que Vinho Verde é uma região, e não um vinho branco?
E que o fecho de rosca — o screw cap — nada tem a ver com a qualidade do vinho, mas sim com o fato de ele estar pronto para beber e não exigir guarda?
E ainda: que o termo meio seco, no contra-rótulo, não significa que o vinho seja doce?
Pois é.
Quem gosta de beber vinho, mas ainda não domina o assunto, acaba acreditando em muitos mitos, comprando sempre os mesmos rótulos e dependendo de outras pessoas para escolher algo diferente.
Mas, para entender mais... por onde começar?
De fato, o universo do vinho pode parecer, à primeira vista, vasto e complexo — um sem-fim de regiões, castas de uvas, classificações, métodos de produção e de guarda.
Convido você, nesta coluna, a parar por alguns minutos e começar a estudar o enouniverso de maneira leve e prática.
Nesta primeira sessão, vamos falar sobre o que determina o estilo de um vinho.
Compreender quais são os seus influenciadores é o primeiro passo para explorá-lo de verdade.
Os cinco principais influenciadores do vinho são: tipo de uva, clima, solo, viticultura e vinificação. Cada garrafa é uma síntese dessas forças.

Veja:
A uva é a origem sensorial do vinho. Cada casta carrega um portfólio próprio de aromas. Mas há uma característica essencial que influencia diretamente o estilo: a espessura da casca — responsável, em grande parte, pela estrutura do vinho.

O clima e o solo determinam, em linhas gerais, a intensidade dos aromas, a acidez e o teor de açúcar que a uva levará para a fermentação.
A viticultura reúne todas as práticas de cultivo e condução das videiras, influenciando diretamente o rendimento da safra — e, lá na frente, o preço do vinho.

E, finalmente, a vinificação — que envolve variáveis como tempo e temperatura de fermentação, tipos de tanques e recipientes de maturação, além de práticas de ajuste natural de acidez e teor alcoólico.

Hoje, vamos entender melhor o primeiro influenciador: o tipo de uva.
A **Cabernet Sauvignon** — de casca grossa — tende a originar vinhos mais estruturados, com aromas de frutas vermelhas e especiarias, como pimenta-do-reino.

Já a **Pinot Noir** — de casca fina — costuma dar origem a vinhos de corpo mais leve, com aromas de morango, violeta e... floresta.
"Floresta?" você pode estar pensando.
Sim.
Existe uma nomenclatura própria para os aromas do vinho. E algo pouco conhecido entre os apreciadores: esses aromas não são adicionados ao vinho.
Eles vêm da própria uva.
Se um vinho apresenta aroma de maracujá, isso acontece porque os compostos químicos voláteis liberados durante a vinificação são os mesmos encontrados naturalmente no maracujá.

A **Sauvignon Blanc**, por exemplo, costuma ser bastante expressiva: traz notas cítricas — como lima e limão-siciliano —, nuances herbáceas — como manjericão — e uma sensação marcante de frescor, muitas vezes descrita como orvalho ou grama cortada.
Ou seja: os aromas não são invenções poéticas. Eles têm base química real — e estão presentes também nos elementos que usamos para descrevê-los.
Em relação à estrutura: como a casca contém compostos fenólicos, quanto mais espessa ela for, maior tende a ser a estrutura do vinho, considerando o mesmo tempo de fermentação, quando comparado a um vinho elaborado com uma uva de casca mais fina.
E é aqui que tudo começa a mudar.
Quando você entende que o vinho não é um mistério inacessível, mas sim um resultado lógico, quase elegante, de decisões e influências, você deixa de apenas beber... e passa a decifrar e compreender.
E, a partir desse momento, o vinho deixa de ser uma indicação de alguém — e passa a ser, finalmente, uma expressão sua.
Na próxima edição, aguarde o episódio #2: Clima, Solo e Terroir.

Luciana Urban — além de ter atuado em 73 países como engenheira formada em 1997 pela POLI-USP — é sommelière diplomada pela International Sommelier Guild, em 2021, e fundadora da Das Weinhaus, escola dedicada à cultura do vinho para enófilos em São José do Rio Preto.

DAYA
SUSHI
BAR

O NOVO DELIVERY DO DAYA:

MAIS ESTRUTURA, MAIS QUALIDADE E MAIS EXPERIÊNCIA







O Daya Sushi Bar inicia uma nova fase em sua trajetória, elevando ainda mais a experiência do delivery com uma estrutura totalmente renovada. Agora, contamos com um novo espaço e uma cozinha exclusiva para o delivery, separada da operação física do restaurante, garantindo ainda mais eficiência sem abrir mão da excelência que sempre definiu nossa marca.

Essa mudança representa um importante avanço: com uma operação dedicada, conseguimos otimizar processos, reduzir significativamente o tempo de entrega e oferecer um serviço ainda mais ágil, cuidadoso e preciso. Cada pedido recebe atenção especial, desde o preparo até a finalização, preservando o frescor, a apresentação impecável e a qualidade que os clientes já conhecem e confiam.

Mais do que entregar pratos, o Daya continua entregando experiências. Essa nova estrutura reforça nosso compromisso com inovação, cuidado e excelência, levando até nossos clientes o melhor da gastronomia japonesa com ainda mais rapidez, carinho e dedicação.

O extraordinário do Daya agora chega ainda mais longe, com a mesma essência, ainda mais eficiência e qualidade incomparável.

Av. Presidente Juscelino Kubitschek de Oliveira, 1901
São José do Rio Preto/SP

Contato: @ (17) 3201-1819

Instagram: @dayasushibar









GOSTÍ INICIA NOVA FASE COM EXPANSÃO POR FRANQUIAS

UMA MARCA QUE NASCEU PARA TRANSFORMAR A ALIMENTAÇÃO DO DIA A DIA

Há mais de quatro anos no mercado, a Gostí vem construindo uma trajetória marcada por inovação, sabor e praticidade. Criada pelos empresários Maria Fernanda Chiari e Gustavo Caetano Pontes, a empresa nasceu com um propósito claro: mostrar que é possível unir alimentação saudável, qualidade e conveniência na rotina moderna.

Mais do que refeições prontas, a Gostí entrega uma experiência que busca simplificar o dia a dia das pessoas sem abrir mão do cuidado com os ingredientes, do sabor e da nutrição. Trazendo para São José do Rio Preto uma tecnologia de ultracongelamento em bandejas capaz de preservar textura, aroma, sabor e qualidade nutricional dos alimentos. O resultado são refeições que mantêm a sensação de comida fresca e recém-preparada, sem conservantes, corantes ou temperos industrializados.

A proposta da marca representa uma evolução no conceito de congelados: praticidade aliada à comida de verdade.

Tecnologia e inteligência artificial a serviço da experiência do cliente
Sempre conectada às mudanças do mercado e ao comportamento do consumidor, a Gostí também vem investindo fortemente em tecnologia.

Hoje, a empresa já conta com inteligência artificial integrada ao atendimento e aos pedidos, permitindo que os clientes conversem diretamente com a tecnologia para escolher refeições, montar pedidos e encontrar opções alinhadas aos seus objetivos e estilo de vida.

Uma experiência moderna, prática e personalizada, onde a tecnologia funciona como facilitadora da rotina, sem perder o cuidado humano que sempre fez parte da essência da marca.

Linhas pensadas para diferentes estilos de vida
Pensando em atender diferentes perfis, necessidades e momentos da rotina, a Gostí estruturou seu portfólio em oito linhas que unem praticidade, sabor e alimentação equilibrada. Entre elas estão a **Linha Vita**, com opções low carb, sem glúten e ultracongeladas; a **Linha Fit**, com refeições nutritivas e equilibradas; a **Linha Tradicional**, que resgata o sabor da comida caseira e afetiva; além das **linhas de Especialidades, Massas, Caldos e Sopas, Carnes e Acompanhamentos,** ampliando as possibilidades para diferentes preferências e ocasiões.

Sempre em movimento e acompanhando as novas demandas do mercado, a marca segue expandindo constantemente seu cardápio e já prepara novidades para os próximos passos da empresa, entre elas o desenvolvimento de uma linha exclusiva de petiscos rápidos, pensada para unir praticidade, sabor e conveniência no dia a dia dos consumidores.

A proposta reforça o olhar inovador da Gostí, que continua investindo em soluções inteligentes para tornar a experiência dos clientes cada vez mais completa, prática e saborosa.

Nova fase: expansão por franquias
Após consolidar sua marca e construir uma trajetória sólida no mercado de alimentação prática e saudável, a empresa inicia agora uma nova e importante fase da sua história: a expansão através do modelo de franquias. Com um formato estruturado, processos definidos e uma operação validada ao longo de mais de quatro anos, a empresa passa a abrir oportunidades para novos empreendedores que desejam investir em um segmento em constante crescimento. Agora, com a estrutura de franquias oficialmente pronta para expansão, a Gostí busca parceiros que se conectem com o propósito da marca e desejem fazer parte de um modelo de negócio moderno, escalável e alinhado às novas tendências de consumo.

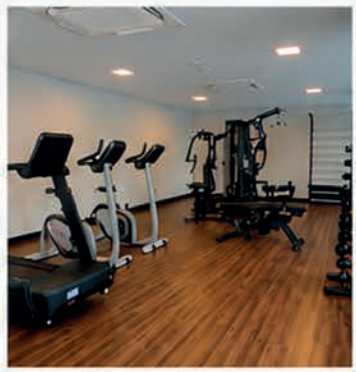
A Gostí construiu sua história mostrando que alimentação prática não precisa ser sinônimo de industrialização ou falta de qualidade.

Ao unir inovação, tecnologia, propósito e cuidado com as pessoas, a marca entra em uma nova fase preparada para crescer sem perder aquilo que a tornou referência: oferecer comida de verdade para uma rotina real.

Av. Francisco das Chagas Oliveira, 401
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 98103-9995
Instagram: @gosti.refeicao

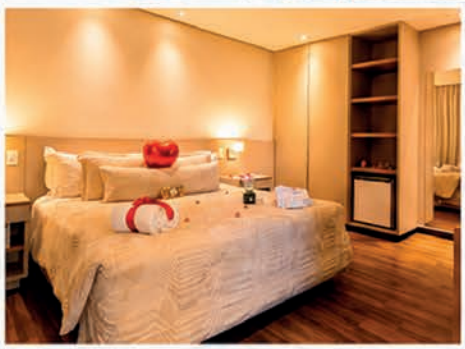
















Hotel Nacional

Com estrutura completa, ambientes acolhedores e experiências pensadas para cada momento, o **Hotel Nacional** oferece muito mais do que hospedagem: **oferece bem-estar, praticidade e excelência para quem busca viver, descansar ou se conectar.**

Reservas: pelo e-mail: eventos@hotelnacionalriopreto.com.br
São José do Rio Preto-SP
WhatsApp: (17) 99649-7344
Telefone (17) 2136-7453
www.hotelnacionalriopreto.com.br

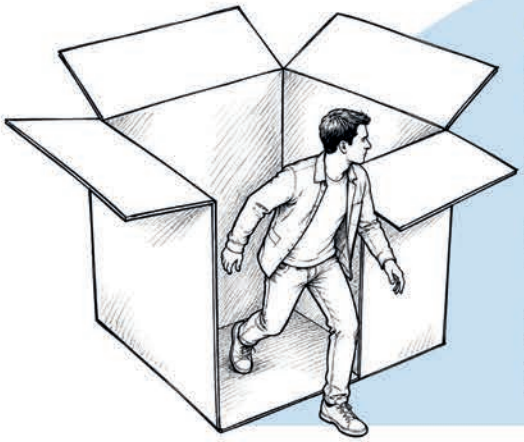
JOÃO DE PROENÇA:

O NOVO EMPREENDEDORISMO EXIGE MAIS DO QUE VENDER



Em um mercado onde muitos ainda seguem fórmulas prontas, repetir modelos e fazer mais do mesmo já não garante espaço, relevância ou crescimento. O novo tempo do empreendedorismo exige algo além de apenas vender produtos ou serviços: exige visão, posicionamento, experiência e a capacidade de enxergar oportunidades onde a maioria vê apenas o comum.

Hoje, os negócios que mais crescem são aqueles que conseguem interpretar o comportamento das pessoas, entender novas necessidades e transformar mercados tradicionais em experiências mais inteligentes, humanas e conectadas com a realidade atual. Empreender deixou de ser apenas abrir uma empresa. É sobre construir valor, gerar percepção e criar identidade.



A CORAGEM DE SAIR DA CAIXA

Talvez uma das maiores diferenças do empreendedor contemporâneo esteja justamente na coragem de sair do óbvio. De olhar para aquilo que já existe e perguntar: "como isso pode ser melhor?"

Como tornar um serviço mais acessível? Como criar uma experiência mais completa? Como transformar algo comum em algo memorável?

É exatamente dentro dessa visão que o empresário João de Proença vive uma nova fase de sua trajetória empreendedora em São José do Rio Preto.

Jovem, inquieto e estrategista, João vem se destacando por enxergar possibilidades onde muitos enxergam apenas negócios tradicionais. Seu olhar vai além da operação em si. Ele observa comportamento, tendências, necessidades e oportunidades de reorganizar mercados já existentes de maneira mais moderna, funcional e escalável.

DO LIMÃO UMA LIMONADA



Sua filosofia de trabalho nasce de uma ideia simples, mas extremamente poderosa: fazer do limão uma limonada.

Para João, empreender não significa apenas inventar algo do zero, mas ter a sensibilidade de perceber potencial onde ninguém está olhando.

"Às vezes, o que falta não é uma ideia mirabolante, mas uma leitura melhor do mercado, uma estrutura mais inteligente e coragem para transformar o óbvio em algo relevante", afirma.



O CONTADOR FICOU LOUCO

João sempre atuou como MEI, mas, por ser visionário e artista multidisciplinar, nunca se limitou a uma única frente de trabalho. Ao longo dos anos, passou a desenvolver projetos em diferentes áreas e setores do mercado. Seu amigo e contador, Leonardo, sempre o ajudou a manter tudo regularizado junto à Receita Federal. Mas, quando João apresentou seus novos projetos e ambos analisaram o faturamento do ano anterior, tiveram uma surpresa positiva e, ao mesmo tempo, urgente. Leonardo deixou de «dar uma força» e precisou se tornar o contador oficial: era necessário desenquadrá-lo imediatamente do MEI e transformar sua empresa em uma ME LTDA. O motivo era claro: o faturamento anual já havia sido quase três vezes maior que o limite permitido para o MEI. Esse é o resultado de um trabalho construído por um empreendedor que não tenta apenas replicar métodos prontos, mas busca otimizar aquilo que já se acomodou no mercado.

> “NÃO É SOBRE O QUE OS BONS PROFISSIONAIS FAZEM, É SOBRE O QUE ELES NÃO FAZEM”



NO FIM DA ENTREVISTA, PERGUNTAMOS A JOÃO O QUE FAZ UM EMPREENDEDOR ULTRAPASSAR QUASE TRÊS VEZES O LIMITE DE FATURAMENTO PREVISTO PARA O MEI.

Ele respondeu: “Um trabalho de excelência não é apenas olhar o que os profissionais fazem. É enxergar o que eles não fazem. É aí que nasce a inovação.”

Para João, inovar não significa necessariamente criar algo futurista ou extremamente tecnológico. Muitas vezes, a verdadeira inovação está na maneira como se organiza um serviço, como se comunica uma ideia e como se entrega valor para as pessoas. Seu olhar empreendedor reflete uma geração que entende que negócios precisam ir além da venda. Precisam gerar conexão, experiência e propósito. Em tempos onde tantos reclamam da crise, da concorrência ou das dificuldades do mercado, João escolhe um caminho diferente: observar possibilidades. E talvez seja exatamente essa capacidade de enxergar o novo dentro do óbvio que esteja construindo não apenas novos negócios, mas uma nova forma de empreender.

PRÓXIMOS **PROJETOS**

Para os próximos meses a Proença Participações está trabalhando para a inauguração de uma confraria com sistema anual de manutenção masculina e a inauguração de uma clínica de estética avançada.

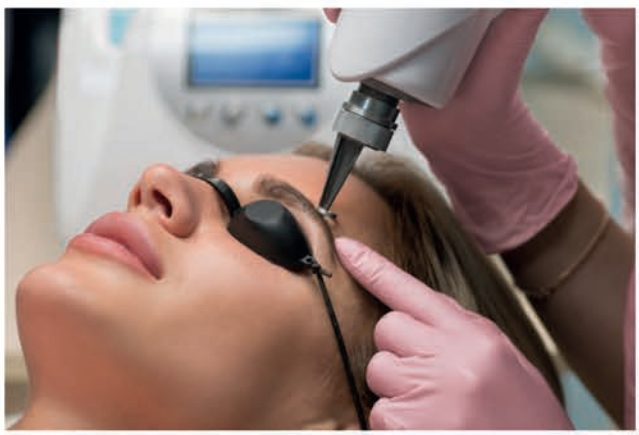
MAS E PARA **ESSE MÊS?**

No mês de junho a Nupeel já começa a atender oficialmente as empresárias da beleza que desejam agregar procedimentos a laser ao seu espaço sem precisar comprar equipamento, fazer curso técnico ou assumir toda a operação, e manter o controle sobre seu próprio faturamento.

A NUPEEL TRABALHA E O FATURAMENTO É TODO SEU

Além do equipamento na porta da sua empresa fica a sua disposição uma profissional habilitada para operar os realizar os procedimentos e a Nupeel não se envolve com seus catálogos de preços ou faturamento.





TECNOLOGIA E **BELEZA**

Na Nupeel você encontra tecnologia e equipamentos de alta performance para tratamentos de despigmentação de sobrancelhas, remoção de tatuagens e manchas, além do moderno peeling de carbono a laser. Soluções que vão além da estética, ajudando a recuperar a confiança, valorizar a beleza natural e promover resultados seguros e eficazes.



Mais procedimentos. Menos burocracia









O **NOVO JEITO** DE SER **AÇOUGUE**:

TRADIÇÃO, INOVAÇÃO E EXPERIÊNCIA NO CUPIM XADREZ

Durante muitos anos, o açougue foi visto apenas como um local de compra. Um espaço onde o consumidor escolhia a carne e levava para casa. Mas o mercado mudou. O comportamento do consumidor mudou. E hoje, mais do que qualidade, as pessoas buscam confiança, praticidade, experiência e transparência em tudo aquilo que consomem.

É exatamente dentro dessa nova visão que o Cupim Xadrez vem construindo sua trajetória ao longo dos últimos sete anos. Com unidades em Mirassol e Engenheiro Schmidt, o açougue se tornou referência por unir tradição, inovação, tecnologia e um olhar cada vez mais humano e profissional para o varejo alimentício.

Mais do que vender carnes, o Cupim Xadrez trabalha hoje com um conceito moderno de atendimento e experiência do consumidor. Um modelo que entende que o cliente atual deseja saber a origem do produto, confiar na qualidade, perceber os cuidados com higiene, armazenamento e conservação, além de encontrar praticidade no dia a dia.

E toda essa história começou de maneira despretensiosa, entre amigos. Carlos Emerenciano Júnior e Fábio Iaquel, hoje sócios no negócio, durante um final de semana na propriedade, após abaterem e desossar uma novilha, resolveram preparar algumas linguiças artesanais, entre elas uma cuiabana com palmito de guariroba. O sucesso foi imediato. Os convidados começaram a incentivar a dupla a transformar aquela paixão em negócio. E foi assim que nasceu o Cupim Xadrez.

Hoje, a empresa oferece carne bovina de criação própria, além de um mix variado de produtos como linguiças artesanais, hambúrgueres, kaftas, espetos recheados e kits especiais para o dia a dia e churrascos. Tudo pensado para oferecer sabor, praticidade, economia e qualidade aos momentos da refeição diária e no churrasco.

Mas um dos grandes diferenciais do Cupim Xadrez está justamente nos bastidores da operação. O novo conceito de açougue vai muito além da exposição dos produtos. Existe um forte investimento em gestão profissional, otimização de processos, controle de qualidade e tecnologia aplicada à conservação dos alimentos.

Hoje, a empresa trabalha com monitoramento rigoroso de temperatura em câmaras frias e geladeiras, garantindo estabilidade e preservação dos produtos. As embalagens também acompanham essa evolução, utilizando tecnologia a vácuo, que ajuda a manter por mais tempo as características sensoriais dos alimentos, preservando sabor, textura, frescor e qualidade.

Tudo isso reforça um compromisso que se tornou prioridade dentro do negócio: saúde pública, segurança do alimento e transparência na produção.

No Cupim Xadrez, os processos de manipulação seguem rigorosamente as normas de higiene e conservação, mostrando que a preocupação com o cliente vai muito além da venda.

Existe um cuidado constante para que cada produto entregue carregue qualidade, responsabilidade e confiança.

Outro ponto fundamental dentro dessa transformação é o investimento em pessoas. A equipe passa constantemente por treinamentos e capacitações, buscando não apenas produtividade, mas excelência no atendimento e orientação ao consumidor. Afinal, o relacionamento humano continua sendo um dos pilares mais importantes do negócio.

Além da experiência nas lojas físicas, o Cupim Xadrez também investe em praticidade com o serviço de delivery e os kits econômicos da semana, pensados especialmente para facilitar a rotina das famílias. Tudo é organizado com cuidado, qualidade e frescor, oferecendo mais comodidade para quem deseja economizar tempo sem abrir mão de bons produtos.

Mais do que acompanhar tendências, o Cupim Xadrez mostra que o açougue moderno precisa unir tradição, tecnologia, gestão e relacionamento. Uma transformação que acompanha as mudanças do mercado e as novas exigências do consumidor atual.

Porque hoje, no fim das contas, as pessoas não procuram apenas carne de qualidade. Procuram confiança. Procuram cuidado. Procuram experiências que façam sentido. E é exatamente isso que o Cupim Xadrez vem construindo diariamente em cada detalhe do seu trabalho.

Unidade Eng. Schmitt
Avenida Ari Francisco de Araújo, 8350
Parque das Amoras II
Contato: (17) 9 9776-7165

Unidade Mirassol
Rua XV de Novembro, 2155 – Centro
Contato: (17) 9 8227-5858
Instagram: @cupimxadrez

VESTIBULAR

MEDICINA

VOTUPORANGA

Nota máxima no MEC

Nota 4 no Enamed









Inscreva-se:

unifev.edu.br/
medvotu

unifev



A empresária Tanea Amorim





MUITO ALÉM DA LINGERIE:

AUTOESTIMA, RECOMEÇOS E INDEPENDÊNCIA FEMININA

Em um momento em que cada vez mais mulheres buscam equilíbrio entre maternidade, carreira, bem-estar e realização pessoal, marcas que conseguem unir propósito, autoestima e oportunidade acabam ocupando um espaço muito maior do que apenas o comercial. E é exatamente nesse cenário que a Duzani Lingerie vem construindo sua trajetória.

Reconhecida pelo seu posicionamento premium, pela sofisticação das peças e pela proposta de valor que vai além da estética, a marca entende que lingerie não é apenas sobre vestir. É sobre como a mulher se sente. Sobre confiança, autocuidado, feminilidade e reconexão com a própria essência.

À frente da marca em São José do Rio Preto, Tanea Amorim tem desempenhado um papel importante não apenas na consolidação da Duzani na cidade, mas principalmente na forma como a marca passou a impactar a vida de muitas mulheres. Mais do que apresentar produtos, Tanea contribui para criar conexões, fortalecer a autoestima feminina e abrir portas para mulheres que desejam empreender, recomeçar ou simplesmente voltar a olhar para si mesmas com mais carinho e confiança.

Em meio à rotina intensa da mulher moderna, especialmente das mães, que muitas vezes acabam se colocando em segundo plano, o autocuidado passa a ter um significado ainda mais profundo. Pequenos momentos, pequenas escolhas e até mesmo a forma de se enxergar diante do espelho podem impactar diretamente na autoestima e no bem-estar emocional.

Mas o propósito da Duzani vai além dos produtos.
A marca também vem se tornando uma oportunidade para mulheres que desejam conquistar independência financeira ou construir uma nova fonte de renda de forma leve, flexível e alinhada à sua realidade.

Muitas mulheres encontram na revenda uma possibilidade de empreender conciliando maternidade, rotina da casa, filhos e outros compromissos. Para algumas, é uma renda extra. Para outras, o início de uma verdadeira transformação de vida.

Em um cenário onde tantas mulheres acabam deixando sonhos profissionais de lado por conta das demandas familiares ou da insegurança ao retornar ao mercado de trabalho, a Duzani surge como uma alternativa acessível de empreendedorismo feminino, permitindo que cada mulher desenvolva sua autonomia no seu próprio ritmo.

E talvez esse seja um dos maiores diferenciais da marca: entender que por trás de cada cliente e de cada revendedora existe uma história.

Histórias de mulheres que decidiram se reconectar com sua autoestima. Que encontraram no empreendedorismo uma nova possibilidade. Que descobriram na independência financeira uma forma de liberdade. E que passaram a enxergar a beleza não apenas na estética, mas também na força de serem protagonistas da própria trajetória.

Mais do que lingerie, a Duzani entrega experiência, pertencimento, confiança e transformação. Porque quando uma mulher fortalece sua autoestima, ela fortalece também sua forma de enxergar a própria vida.

Fotos: Renato Milani

Rua Tenente João Bosco de Camargo, 65
Vila Maria
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 3211-9246 | (17) 98126-9148
Instagram: @duzaniriopretooficial
Site: www.duzani.com.br





MAISON SCOLARI:
QUANDO A **BELEZA ENCONTRA** LEGADO, RECOMEÇO E **CONEXÃO**

Existem momentos na vida em que tudo ganha um novo significado. E foi justamente a partir de uma fase de desafios, superação e transformação pessoal que nasceu a Maison Scolari.

Mais do que uma transição de marca, a mudança da marca pessoal de Thaysa Scolari para Maison Scolari representa um novo capítulo construído com propósito, maturidade e conexão familiar. Um recomeço que carrega história, sentimento e a essência de tudo aquilo que realmente importa.

Depois de enfrentar momentos delicados relacionados à saúde da filha Bia, Thaysa passou a enxergar a vida e a própria trajetória profissional de uma forma ainda mais profunda. O que antes era apenas um trabalho consolidado no universo da beleza, hoje se transforma em algo muito maior: um legado construído dentro de casa.

A Maison Scolari nasce justamente dessa união entre mãe e filha. De um lado, Thaysa, com toda sua experiência, sensibilidade e trajetória construída ao longo dos anos com sobrancelhas, tratamentos e micropigmentação. Do outro, Bia Scolari iniciando sua caminhada na maquiagem, trazendo leveza, modernidade e uma nova energia para esse novo momento da marca.

Mais do que um espaço de beleza, a Maison Scolari se apresenta como um ambiente que carrega afeto, propósito e identidade. Um projeto que nasce da força da mulher, da conexão familiar e do desejo de transformar histórias através da autoestima e do cuidado.

Cada detalhe desse novo ciclo simboliza continuidade. A experiência de uma mãe que construiu sua trajetória com dedicação e autenticidade, agora dividindo sonhos, aprendizados e conquistas com a filha.

A Maison Scolari nasce assim: como um símbolo de amor, superação e legado.

Contato: (17) 9 8185-5713 | (17) 9 8226-8708
Instagram: @maison.scolari

MUITO ALÉM DOS ACESSÓRIOS:
HISTÓRIAS, AUTOESTIMA E LEGADO

Mais do que construir uma marca no universo das semijoias, Fabiana Angelotti construiu um espaço onde feminilidade, afeto e propósito caminham juntos. E talvez grande parte dessa sensibilidade venha justamente do papel mais importante da sua vida: ser mãe.

Mãe de Maria Fernanda, de 14 anos, e Ana Clara, de 10, Fabiana encontra na maternidade uma inspiração diária para enxergar a beleza de forma mais profunda. Para ela, acessórios nunca foram apenas detalhes estéticos, mas símbolos de autoestima, identidade e momentos que atravessam gerações.

Dentro da FA Semijoias, esse olhar se reflete em cada escolha. Existe um cuidado que vai além da curadoria de peças. Existe a intenção de fazer com que cada mulher se reconheça, se valorize e se sinta especial. Um sentimento que Fabiana também busca transmitir às filhas através do exemplo, mostrando que elegância não está apenas no que se veste, mas na forma como se vive, se posiciona e se conecta com as pessoas.

Ao equilibrar maternidade e empreendedorismo, ela entende que ambos os universos possuem algo em comum: a construção diária de legado. "Minhas filhas me inspiram a ser melhor todos os dias. Quero que elas cresçam entendendo a importância da autenticidade, da força feminina e do propósito", compartilha.

No fim, a FA Semijoias acaba refletindo exatamente isso: uma marca feita por uma mulher que aprendeu que os detalhes mais valiosos da vida são aqueles carregados de significado, amor e conexão.



Rua São Simão, 388 - Jardim Santa Catarina
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 98103-0330
Instagram: @fasemijoia

OS VÍCIOS SILENCIOSOS

DA ALTA PERFORMANCE



Em uma sociedade cada vez mais acelerada, hiperconectada e emocionalmente sobrecarregada, os vícios e comportamentos compulsivos deixaram de estar associados apenas ao álcool ou às drogas. Hoje, muitas pessoas vivem presas a hábitos silenciosos que passam despercebidos no dia a dia, como o uso excessivo do celular, redes sociais, trabalho, comida, pornografia ou até a procrastinação constante.

Para o psicanalista e hipnoterapeuta Gustavo Aria, o vício nasce como uma tentativa inconsciente da mente de aliviar dores emocionais, ansiedade, inseguranças e pressões internas. O problema é que, com o tempo, aquilo que parecia apenas um hábito se transforma em perda de controle, sofrimento emocional e prejuízos reais para a saúde, produtividade, relacionamentos e qualidade de vida.

Segundo ele, existe uma diferença importante entre um hábito saudável e uma compulsão: a compulsão começa quando a pessoa sente que "precisa" daquele comportamento para relaxar, fugir da realidade ou suportar emoções difíceis. E isso se torna ainda mais comum entre empresários e profissionais que vivem sob constante pressão por resultados.

"O excesso de cobrança, medo de falhar, necessidade de aprovação e ansiedade fazem com que muitas pessoas busquem formas rápidas de anestesiar emoções. É aí que entram comportamentos compulsivos como álcool, comida, excesso de trabalho ou distrações constantes", explica Gustavo.

Um dos pontos que chama atenção é o chamado workaholism, o vício em trabalho, que ainda costuma ser romantizado como sinal de sucesso. Porém, Gustavo alerta que o excesso de trabalho pode gerar isolamento emocional, afastamento familiar, ansiedade, burnout e até síndrome do pânico. Muitas vezes, a pessoa perde a capacidade de relaxar, descansar ou sentir prazer fora da produtividade.

Além disso, pequenos hábitos aparentemente inofensivos, como mexer no celular o tempo todo, roer unhas ou procrastinar, também podem revelar um emocional sobrecarregado. "Esses comportamentos funcionam como pequenas fugas automáticas da ansiedade, do estresse e da pressão emocional", afirma.

Com o tempo, essas compulsões afetam não apenas o indivíduo, mas também seus relacionamentos. Irritabilidade, ausência emocional, falta de conexão familiar e dificuldade de presença são alguns dos impactos mais comuns. Muitas vezes, familiares percebem as mudanças antes da própria pessoa admitir que algo não vai bem.

Para Gustavo, desenvolver consciência emocional é um dos passos mais importantes. Isso exige honestidade para perceber os impactos reais dos próprios comportamentos, sem minimizar ou justificar excessos.

Ele também reforça que alta performance sustentável depende diretamente de equilíbrio emocional. "Uma mente ansiosa, compulsiva e sobrecarregada perde clareza, foco e capacidade de tomar boas decisões. Controle emocional não significa reprimir emoções, mas aprender a lidar com elas sem precisar fugir através de comportamentos destrutivos."
O processo de mudança envolve autoconhecimento, identificação de gatilhos emocionais e criação de novos hábitos saudáveis que tragam bem-estar verdadeiro, como atividade física, espiritualidade, conexão familiar, terapia e momentos de autocuidado.

E quando buscar ajuda? Segundo o especialista, o ideal é procurar apoio profissional assim que a pessoa percebe perda de controle ou prejuízos emocionais, familiares ou profissionais. "Buscar ajuda não é sinal de fraqueza. Pelo contrário: exige coragem, consciência e responsabilidade emocional", conclui.

Av. Brasilusa, 592 - Parque Estoril
São José do Rio Preto/SP
Contato: (15) 9 9744-4229
Instagram: @gustavoaria_













O TŌ APRESENTA SEU NOVO RODÍZIO PREMIUM: UMA EXPERIÊNCIA GASTRONÔMICA SOFISTICADA PARA QUEM VALORIZA SABOR, QUALIDADE E EXCLUSIVIDADE.

tō

JAPANESE CUISINE



PRATOS QUENTES ORIENTAIS, ENTRADAS AUTORAIS E SUSHIS SELECIONADOS COMPÕEM O NOVO RODÍZIO PREMIUM DO TŌ. UMA VERDADEIRA IMERSÃO NA ALTA GASTRONOMIA ORIENTAL.

RUA MARECHAL
DEODORO DA FONSECA
3518 - VILA SANTA CRUZ
SÃO JOSÉ DO RIO PRETO/SP
INSTAGRAM:
@TO.JAPANESE

TECNOLOGIA, CONFORTO E PREVENÇÃO:

O NOVO OLHAR DA BORGES ODONTOLOGIA PARA A SAÚDE BUCAL NA GESTAÇÃO

Durante muito tempo, a ida ao dentista foi associada ao desconforto, sensibilidade e até medo. Mas a odontologia moderna vem transformando completamente essa experiência, principalmente quando tecnologia, cuidado humano e prevenção caminham juntos.

É exatamente essa proposta que move os cirurgiões-dentistas Leony Francisco Vilela e Isadora Borges Vilela, da Borges Odontologia. A clínica vem se destacando por unir inovação e acolhimento, trazendo para São José do Rio Preto tecnologias que tornam os procedimentos mais eficientes, seguros e confortáveis, especialmente para gestantes.

Entre os grandes diferenciais está o Air Flow, considerado atualmente um dos sistemas mais modernos do mundo para profilaxia odontológica, com tecnologia suíça.

A principal diferença está na forma como a limpeza é realizada. O equipamento utiliza eritritol, uma partícula extremamente fina, cerca de sete vezes menor que o bicarbonato de sódio tradicional, capaz de remover o biofilme de maneira eficiente, sem agredir o esmalte dos dentes ou os tecidos gengivais.

Outro diferencial importante está no conforto do paciente. A água utilizada durante o procedimento é aquecida a 38°C, tornando a experiência muito mais leve e agradável. Além disso, o equipamento trabalha com sistema piezo, que possui uma oscilação linear e controlada, diferente das vibrações mais irregulares do ultrassom convencional.

Na prática, isso significa uma limpeza menos invasiva, mais eficiente e praticamente imperceptível em relação à dor e sensibilidade.

Esse cuidado se torna ainda mais importante durante a gestação.

Segundo os profissionais, nesse período o organismo feminino passa por diversas alterações hormonais, especialmente pelo aumento dos níveis de estrogênio e progesterona, o que deixa a gengiva muito mais sensível e suscetível a inflamações e sangramentos.

"O acúmulo de biofilme que normalmente causaria uma inflamação mínima, na gestação pode gerar uma resposta inflamatória muito maior", explicam.

Por isso, manter a saúde bucal em dia durante a gravidez é essencial não apenas para a mãe, mas também para o desenvolvimento saudável do bebê. Afinal, a saúde bucal está diretamente ligada à saúde geral do organismo.



Rua Santo André, 394
Jardim Europa
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9759-5079
Instagram:
@borgesodontologia_



Dentro desse contexto, o Air Flow surge como uma alternativa segura e confortável, permitindo uma profilaxia altamente eficiente sem causar agressões aos tecidos gengivais.

A própria Dra. Isadora passou a enxergar a odontologia preventiva de outra forma após vivenciar a gestação.

"Hoje eu entendo na prática como a gengiva responde diferente nesse período. Ela fica mais sensível, mais suscetível à inflamação e pode sangrar com mais facilidade. Então tecnologias como o Air Flow fazem toda a diferença, porque permitem cuidar sem causar desconforto."

Ela conta que, durante a gravidez, passou a realizar limpezas odontológicas a cada três meses — frequência recomendada para gestantes justamente para prevenir complicações bucais.

E apesar de muitas mulheres ainda terem medo ou insegurança em relação a tratamentos odontológicos durante a gravidez, os profissionais reforçam que o acompanhamento é fundamental.

"O mais importante é entender que prevenção é essencial. Hoje existem protocolos e tecnologias seguras que permitem manter a saúde bucal da gestante de forma tranquila. Além da limpeza, também realizamos avaliações completas e check-ups para verificar se existe alguma necessidade específica."

Mais do que apenas oferecer tecnologia, a Borges Odontologia carrega um propósito muito claro: transformar a experiência do paciente.

"Nosso objetivo é unir ciência, tecnologia e experiência sem perder o lado humano. Não é apenas sobre tratar dentes, mas cuidar das pessoas de forma completa."

E talvez seja justamente isso que mais move os profissionais da clínica: proporcionar uma experiência diferente daquela que muitos pacientes tiveram ao longo da vida.

"Desde alguém que chega com medo e sai tranquilo, até quem passa a valorizar mais a própria saúde. Nada é mais gratificante do que ver o paciente sair da clínica sorrindo e com a saúde em dia."



DO CNPJ AO CRESCIMENTO:

O QUE DEFINE QUEM FICA E QUEM FECHA

Abrir uma empresa no Brasil nunca foi tão acessível. Mas permanecer no mercado continua sendo um dos maiores desafios de quem decide empreender.

Segundo o Mapa de Empresas do Governo Federal, em 2024 foram abertas 4.254.903 empresas no país. No mesmo período, 2.436.190 empresas foram fechadas. Já entre janeiro e abril de 2025, o Brasil registrou 1.815.912 novas empresas abertas e 973.330 encerradas. Os números mostram um país que empreende muito, mas também revelam uma realidade importante: abrir um CNPJ é apenas o começo.

Empreender exige coragem, mas crescer exige estrutura.

Muitos negócios nascem de um sonho, de uma oportunidade ou da necessidade de gerar renda. Porém, para transformar uma ideia em uma empresa sólida, é preciso ir além da vontade de fazer dar certo. É necessário planejamento, organização, clareza de propósito e consciência de que uma empresa não se sustenta apenas por vender.

Ela precisa de direção.

Todo empreendedor precisa compreender, desde o início, que cultura, visão e propósito não são frases bonitas para colocar na parede. São fundamentos que orientam decisões, comportamentos e relações. Quando o dono sabe onde quer chegar, mas a equipe não entende esse caminho, o crescimento se torna frágil. Uma empresa forte é aquela em que o propósito não está apenas na fala do empreendedor, mas também na prática dos colaboradores.

Outro ponto essencial é entender que, no começo, o empreendedor muitas vezes será responsável por quase tudo. Vai vender, atender, resolver problemas, pensar no financeiro, cuidar da comunicação, acompanhar o cliente e tomar decisões difíceis. Nem sempre ele vai gostar de todas essas funções, mas precisará conhecê-las até ter estrutura para delegar com segurança.

É nesse ponto que muitos negócios se perdem.

A falta de planejamento financeiro, contratos mal elaborados, ausência de processos, pouca clareza na comunicação, desorganização administrativa, desconhecimento tributário e falta de posicionamento podem comprometer empresas com grande potencial.

Por isso, crescer não é apenas vender mais. Crescer é sustentar melhor.

Neste projeto especial, a revista reúne profissionais e empresas que atuam em áreas essenciais para quem deseja empreender com mais segurança, estabilidade e visão de futuro. São serviços que muitas vezes ficam nos bastidores, mas que fazem toda a diferença entre uma empresa que apenas começa e uma empresa que permanece.

Porque o mercado não separa apenas quem teve uma boa ideia de quem não teve.

Ele separa quem se preparou de quem improvisou por tempo demais.

Do CNPJ ao crescimento, existe um caminho.

E quem entende esse caminho aumenta muito suas chances de ficar.

SEM **CULTURA,** NENHUM **CRESCIMENTO** SE SUSTENTA



No mundo dos negócios, muitas empresas investem constantemente em marketing, vendas, posicionamento e crescimento. Buscam conquistar clientes, ampliar mercado e aumentar resultados. Mas existe um ponto que, muitas vezes, continua sendo negligenciado dentro das organizações: as pessoas.

Para Gino Prado, mentor de líderes, sócio-diretor e trainer da MBM Business School, falar sobre cultura organizacional deixou de ser uma tendência corporativa para se tornar uma necessidade real de sobrevivência e crescimento sustentável.

Segundo ele, um dos maiores desafios enfrentados hoje pelas empresas já não está apenas na conquista de clientes, mas na dificuldade em atrair, desenvolver e reter talentos.

"Existe um alerta muito forte acontecendo no mercado. Nove entre dez empresários trazem a mesma reclamação: está difícil contratar e ainda mais difícil reter pessoas", explica.

Especialista em cultura organizacional, liderança e desenvolvimento de equipes, Gino acredita que empresas precisam compreender que cultura não é algo abstrato, distante ou exclusivo de grandes corporações. Pelo contrário. Ela está presente em absolutamente tudo dentro de um negócio.

"A cultura é o jeito da empresa funcionar. É a forma como as pessoas trabalham, se relacionam, tomam decisões e resolvem problemas juntas", afirma.

Na prática, isso aparece no clima organizacional, na maneira como as pessoas se comunicam, na forma como líderes conduzem suas equipes e até na energia percebida logo nos primeiros contatos dentro da empresa.

"O papel aceita tudo. Mas o que realmente importa é aquilo que as pessoas sentem no ambiente", reforça.

Dentro do projeto "Do CNPJ ao Crescimento", a reflexão trazida por Gino vai além de gestão empresarial. Ela fala sobre pertencimento, propósito, clareza e relações humanas.

Para ele, muitas empresas crescem financeiramente, mas começam a enfrentar conflitos internos, desalinhamento e alta rotatividade justamente porque nunca estruturaram uma cultura clara.

"Quando ninguém define quais são os comportamentos desejados, cada pessoa age de acordo com a própria referência. E aí começam os conflitos, a desorganização e a perda de talentos", explica.

Outro ponto importante levantado por ele é a diferença entre empresas que apenas falam sobre valores e aquelas que realmente vivem esses valores no dia a dia.

"Não adianta colocar frases bonitas na parede. Cultura é aquilo que realmente acontece na vida real. É o que orienta decisões, feedbacks, contratações e comportamentos.

Para Gino, o futuro dos negócios será cada vez mais humano. Em um cenário dominado por tecnologia, inteligência artificial e automação, habilidades como inteligência emocional, comunicação, relacionamento interpessoal e liderança passam a ocupar um espaço ainda mais estratégico dentro das empresas.

"Quanto mais a tecnologia avança, mais o fator humano se torna essencial", destaca.

Ele acredita que empresas com cultura forte conseguem atravessar crises de forma mais estruturada, porque criam ambientes mais sólidos, claros e conectados.

"Sem cultura forte, a empresa enfrenta desafios como uma carroça atravessando um furacão. Com cultura forte, atravessa como um tanque de guerra: com estrutura, conexão e capacidade de seguir em frente."

Mais do que falar sobre processos, metas ou resultados, o conteúdo trazido por Gino Prado reforça uma reflexão importante para empresários de todos os portes: empresas são feitas de pessoas. E quando existe clareza, propósito, reconhecimento e pertencimento, o crescimento deixa de ser apenas financeiro, e passa a ser sustentável, humano e verdadeiro.

Gino Prado
Mentor de líderes | Co-founder da MBM University
Educação Corporativa | Sócio da MBM Business School.
Instagram: @ginopprado

ECJ MARCAS E PATENTES:

PROTEGER A MARCA É PROTEGER O FUTURO DO NEGÓCIO

Em um mercado cada vez mais competitivo, onde empresas investem diariamente em posicionamento, marketing e construção de autoridade, existe um detalhe que muitos empresários ainda negligenciam, e que pode colocar em risco toda a história construída de um negócio: a proteção da marca.

Especializada em proteção à propriedade intelectual há mais de 20 anos, a ECJ Marcas e Patentes, liderada por Jean Mazzoni, Mestre em Propriedade Intelectual e Transferência de Tecnologia para Inovação, atua ajudando empresas a protegerem aquilo que, muitas vezes, representa o seu maior patrimônio: a marca.

O erro que muitos empresários ainda cometem
Segundo Jean, um dos maiores erros cometidos por empresários é começar a utilizar uma marca sem antes verificar se ela está disponível para registro.

Muitos empreendedores investem em fachada, redes sociais, embalagens, marketing e posicionamento sem saber se aquela marca já pertence legalmente a outra empresa. O primeiro passo deveria ser sempre a busca de anterioridade e, posteriormente, o pedido de registro junto ao INPI.

"Na prática, muitos empresários constroem primeiro e protegem depois. E isso pode gerar prejuízos enormes no futuro", explica Jean.

CNPJ não significa marca protegida
Uma das dúvidas mais frequentes no universo empresarial é acreditar que abrir um CNPJ garante automaticamente a posse da marca.

Jean explica que existe uma diferença muito importante entre ter uma empresa aberta e ter uma marca protegida.

O CNPJ regulariza a empresa fiscal e juridicamente, enquanto o registro de marca garante exclusividade de uso perante o mercado. Ou seja, o nome fantasia registrado na Receita Federal não impede que outra pessoa registre aquela marca no INPI.

"Para garantir segurança jurídica e exclusividade, o registro da marca é indispensável", reforça.

O registro deve ser uma das primeiras preocupações da empresa
Dentro do projeto CNPJ ao Crescimento, Jean destaca que o registro da marca deveria estar entre os primeiros passos de qualquer empreendedor.

Isso porque, no Brasil, a marca pertence a quem registra primeiro. Além da exclusividade de uso, o registro garante:
* Segurança jurídica;
* Proteção do investimento;
* Proteção contra concorrência desleal;
* Valorização do patrimônio da empresa.

A marca registrada passa a ser um ativo intangível, fortalecendo não apenas a segurança do negócio, mas também sua credibilidade no mercado.

Casos reais mostram o tamanho do risco
Segundo o empresário, existem inúmeros casos de empresas que cresceram, investiram pesado em marketing e depois descobriram que não eram donas da própria marca.

Um exemplo emblemático citado por ele é o caso da Apple, que enfrentou disputas judiciais relacionadas ao uso da marca "iPhone" no Brasil, que em 2000, sete anos antes de a Apple lançar seu famoso smartphone, a Gradiente entrou com um pedido de registro no INPI para o nome "G Gradiente iPhone". A Apple lançou o iPhone globalmente em 2007 e registrou a marca posteriormente. Enquanto a batalha judicial acontecia, a Apple continuou comercializando seus produtos, enquanto a Gradiente detinha o direito de uso da marca no Brasil. "Quanto mais uma empresa cresce sem proteção, maior pode ser o prejuízo lá na frente", comenta.

O impacto emocional e financeiro de perder uma marca
Perder o direito de utilizar a própria marca pode gerar consequências devastadoras.

Além do prejuízo financeiro envolvendo fachada, embalagens, site, redes sociais, uniformes e campanhas publicitárias, existe também



um impacto emocional muito forte.

"A marca carrega a história, o propósito e a identidade do empresário. Muitas vezes, perder a marca é como perder uma parte da própria trajetória", destaca Jean.

Outro problema é a perda de reconhecimento no mercado. Clientes deixam de encontrar a empresa, há confusão na comunicação e muitos negócios acabam perdendo autoridade e confiança.

Registro é investimento, não custo
Apesar da importância, muitos empresários ainda enxergam o registro de marca como uma despesa desnecessária.

Jean reforça que essa visão é um grande equívoco.

"Registro é proteção patrimonial. É blindagem do negócio. Sem ele, o empresário corre o risco de construir valor durante anos para depois perder tudo."

Além das marcas, a proteção intelectual também pode envolver patentes, softwares, desenhos industriais, indicações geográficas, transferências de tecnologias e direitos autorais.

Crescimento, expansão e franquias começam pela proteção
Para empresas que desejam crescer, expandir ou até mesmo franquear no futuro, Jean é direto: o registro da marca não é apenas parte da estratégia, ele é o alicerce do negócio.

"Sem registro, é como construir um prédio em terreno alheio", afirma.

Além disso, a legislação brasileira de franquias exige que a marca esteja registrada ou com pedido ativo no INPI para que uma empresa possa operar nesse modelo.

O registro também fortalece a empresa diante de investidores, parceiros e instituições financeiras, aumentando sua credibilidade e valorização.

Ao final, Jean deixa uma mensagem clara para empresários que estão iniciando sua trajetória empreendedora:

"Trate sua marca como patrimônio desde o início. Tudo que vem depois depende da segurança dela estar devidamente registrada. Registrar uma marca não é caro. Caro é perder a sua marca."

Contato: (17) 99243-7314
Instagram: @ecjmarcasepatentes





LEVE GESTÃO & PESSOAS

DO CNPJ AO CRESCIMENTO: QUANDO CONTRATAR CERTO DEIXA DE SER UM PROBLEMA E PASSA A SER ESTRATÉGIA

Em um mercado onde muitos empresários enfrentam dificuldades para encontrar profissionais alinhados às necessidades da empresa, o recrutamento e a gestão de pessoas deixaram de ser apenas processos operacionais e passaram a ocupar um papel estratégico dentro dos negócios. Afinal, contratar errado custa tempo, energia, dinheiro e impacta diretamente o crescimento da empresa.

Foi justamente a partir dessa percepção prática do dia a dia corporativo que nasceu a Leve Gestão e Pessoas, empresa liderada pelo psicólogo organizacional Jancler Pantalão Aidar. Com mais de 10 anos de experiência na área de Recursos Humanos e formação em Psicologia, ele decidiu transformar sua vivência dentro das organizações em um suporte especializado aos empresários.

A proposta da Leve é justamente preencher uma lacuna muito comum nas empresas: a ausência de uma estrutura interna voltada à gestão de pessoas. Muitas vezes, o empresário precisa dividir seu tempo entre operação, vendas, liderança e ainda lidar com processos seletivos demorados, contratação, retenção e desenvolvimento de equipes.

É nesse cenário que a Leve atua como parceira estratégica.

Hoje, o principal foco da empresa está no recrutamento e seleção, considerado o carro-chefe da operação. Mais do que divulgar vagas, o trabalho começa na compreensão do perfil ideal para cada função, avaliando competências técnicas, comportamento, alinhamento cultural e as reais necessidades do negócio.

A partir disso, toda a condução do processo fica sob responsabilidade da Leve: criação da vaga, divulgação, triagem de currículos, entrevistas, análise de perfil comportamental e seleção dos candidatos mais alinhados. O empresário recebe apenas os perfis finais já filtrados, ganhando agilidade e reduzindo significativamente o tempo investido nesse processo.

"Hoje, muitos empresários perdem horas tentando conduzir processos seletivos sem ter tempo ou estrutura para isso. Nosso objetivo é justamente aliviar esse peso e permitir que ele foque no crescimento da empresa", destaca o empresário.

Além do recrutamento e seleção, a Leve Gestão e Pessoas também atua com implantação de processos de RH, consultoria em gestão de pessoas, treinamento e desenvolvimento de líderes e equipes.

Mais do que preencher vagas, a proposta é ajudar empresas a construírem equipes mais alinhadas, produtivas e preparadas para crescer de forma sustentável. Afinal, nenhuma empresa cresce sozinha, ela cresce através das pessoas certas.

Contato: (17) 9 8131-3437 | (17) 9 8157-4941
Instagram: @leve_gestaoepessoas
E-mail: contato@levegestaoepessoas.com.br
Site: www.levegestaoepessoas.com.br

DO CNPJ AO CRESCIMENTO:

Existe um caminho claro entre abrir uma empresa e construir um negócio com crescimento consistente, mas o grande desafio está em manter a organização e o controle ao longo dessa jornada. No início, o foco é abrir o CNPJ e começar a operar, porém com o crescimento surgem demandas financeiras, tributárias e estratégicas que exigem mais estrutura e clareza na gestão. Foi dessa necessidade que nasceu o Conecta Mais, um hub que conecta marcas especializadas para acompanhar o empreendedor em cada etapa do negócio. Com uma lógica "plug and play", cada empresa conecta apenas as soluções que fazem sentido para o seu momento e necessidade.



A JORNADA DO EMPREENDEDOR

Fase 01 · Comece na Boa

A primeira decisão já define o jogo

Abrir uma empresa parece simples. Mas a escolha errada de regime tributário na abertura do CNPJ pode custar caro pelos anos seguintes. Simples Nacional, Lucro Presumido, MEI, cada formato tem implicações fiscais e societárias que vão muito além do custo inicial. A Comece na Boa atua neste ponto de partida: estrutura societária, enquadramento tributário correto, abertura do CNPJ sem burocracia desnecessária. O objetivo é garantir que a empresa nasça sobre uma base sólida, porque reconstruir a fundação depois custa muito mais.

Fase 02 · Velani Contabilidade

A contabilidade que transforma número em informação

Com mais de 40 anos de história em São José do Rio Preto, a Velani opera com uma premissa diferente: escrituração contábil é informação gerencial. Cada tributo apurado, cada demonstrativo elaborado, cada folha processada com precisão não serve apenas para cumprir obrigação, serve para que o empresário saiba onde está e tome decisões com base em dados reais, não em intuição.

Especialização · Velani Psi

Contabilidade feita para psicólogos

Para profissionais da psicologia e clínicas da área, a especialização vai ainda mais longe. A Velani Psi compreende as particularidades tributárias, previdenciárias e societárias de quem atua na saúde mental. Uma linguagem mais próxima, para uma realidade muito específica.

Fase 03 · Sem Nós

Quando o negócio cresce, mas o financeiro não acompanha

Há um estágio em que o volume de transações começa a superar a capacidade de controle do próprio dono. Contas acumulam. A conciliação fica para depois. O fluxo de caixa vira estimativa. A Sem Nós assume as rotinas de tesouraria por assinatura mensal: contas a pagar e a receber, conciliação bancária, controle de inadimplência, fluxo de caixa estruturado. O financeiro passa a funcionar mesmo sem você na frente de cada transação. O nome não é por acaso.

Fase 04 · inBlue Finanças

Crescer sem direção é andar em círculos

Crescer com consistência exige diagnóstico, metas, cenários e indicadores, e saber separar o que é urgente do que é estratégico. A inBlue atua como consultoria financeira estratégica: analisa onde a empresa está, projeta onde pode chegar, define os KPIs relevantes para o segmento e estrutura o planejamento orçamentário que transforma intenção em resultado. Não é sobre ter um plano bonito no papel. É sobre ter uma rota real.

Fase 05 · Tributi Planner

Crescimento sem eficiência tributária é crescimento com vazamento

Existe um paradoxo silencioso em muitas empresas em expansão: quanto mais faturam, menos sobra. A Tributi Planner analisa o enquadramento fiscal atual, identifica créditos não aproveitados, revisa o regime e propõe reestruturações legais, incluindo holdings patrimoniais, que geram impacto real no resultado. Às vezes, uma única revisão de regime já representa uma diferença expressiva ao longo do ano.

O que diferencia o **Conecta Mais** não é o tamanho, é a arquitetura. Cada marca é especialista no seu campo, resolve um problema específico com profundidade. Juntas, cobrem a jornada completa: da abertura até a escala, com cada fase atendida por quem realmente entende daquele momento.

EMPRESÁRIOS INVISÍVEIS **QUEBRAM** EMPRESAS

Em um mercado movido por percepção, autoridade e presença, a ausência de comunicação e visibilidade do dono pode custar mais caro do que uma crise financeira.

Pegue seu café. Porque, enquanto ele esfria, o assunto de hoje continua quente.
Outro dia, durante uma reunião com uma futura aluna, ouvi uma conversa curiosa na mesa ao lado. Uma profissional, que momentos depois eu descobriria ser dentista, reclamava que o mercado estava "muito difícil". Disse que "os novos pacientes" sumiram e que "as pessoas hoje não valorizam mais qualidade".

Curiosamente, ninguém naquele ambiente parecia saber quem ela era.

E talvez esse seja exatamente o problema.

Durante muito tempo, acreditou-se que empresas quebravam apenas por má gestão, equipe ruim, dívidas altas ou crises econômicas.

Hoje, muitas começam a quebrar antes disso. E aqui, quem vos escreve já vivenciou, na própria pele, a "desinfluência" da invisibilidade.

Empresas começam a enfraquecer quando desaparecem da percepção das pessoas.

Porque o mercado mudou. E o consumidor também.

As pessoas não compram mais apenas produtos ou serviços.

Compram presença. Querem enxergar, na figura de alguém, a sensação de segurança de estar em uma relação onde existe confiança, direção e credibilidade.

Compram confiança. Querem ver, todos os dias, parte dessa confiança sendo construída através do rosto de alguém.

Compram sensação de solidez. Compram a impressão de que aquela empresa continuará existindo daqui cinco anos. E essa percepção, gostem ou não, passa inevitavelmente pela figura do dono.

Aliás, vamos falar uma verdade um pouco desconfortável?

Tem empresário que investe mais tempo escolhendo o porcelanato da recepção do que construindo autoridade pública. Comunica apenas para "dentro" e esquece que o cliente também está "lá fora".

E depois culpa o mercado. Culpa o cliente. Culpa o concorrente.

O problema é que o mercado não compra aquilo que não vê.

O mercado compra lembrança.

Porque ele é feito de pessoas. E pessoas precisam saber que algo existe para poderem se lembrar.

Presença não é exposição.

Hoje, empresas fortes têm donos visíveis.

E não estou falando de dancinha no Instagram nem de vídeos constrangedores apontando para frases motivacionais flutuando na tela. Graças a Deus, a humanidade está começando a superar isso.

Estou falando de presença.

Existe uma diferença enorme entre aparecer e ocupar espaço.

Tem gente que posta todos os dias e continua invisível.

E tem empresário que entra em um ambiente, faz uma fala objetiva em um vídeo de dois minutos e imediatamente transmite segurança, clareza e autoridade.

Isso não acontece por acaso.

A comunicação do dono virou parte da saúde da empresa.

A maneira como ele fala, se posiciona, se veste, se comporta e até a forma como sustenta o próprio nome em público comunica estabilidade, ou fragilidade.

Sim, o corpo do empresário também dá entrevista.

Mesmo quando ele não abre a boca, o mercado lê sinais.

Empresas não são mais estruturas frias. São percepções vivas.

E talvez esse seja um dos maiores choques para empresários extremamente técnicos: competência silenciosa já não sustenta crescimento sozinha.

O excelente profissional escondido atrás do balcão virou uma figura economicamente vulnerável. Porque, enquanto ele acredita que "quem é bom não precisa aparecer", alguém



Foto: Retrato IMPAR - Por Dani Ricco

menos competente, mas mais percebido, está ocupando espaço, gerando confiança e sendo lembrado primeiro.

E o mercado raramente compra o melhor. Compra aquilo que consegue perceber

Pesquisas de comportamento de consumo já mostram que pessoas tendem a confiar mais em marcas cujos líderes possuem presença pública consistente, comunicação clara e imagem coerente.
Faz sentido.

O ser humano interpreta sinais o tempo inteiro. O consumidor lê estética, postura, voz, comportamento, segurança e até ausência.

Aliás, ausência comunica muito.

Quando o dono desaparece completamente da percepção pública, a empresa começa a perder força simbólica.

Fica genérica. Substituível. Esquecível.

E empresas esquecidas vão minguando até desaparecer.

Existe uma frase muito comum no meio empresarial:
"Minha empresa fala por mim."

Será?
Porque, no mercado contemporâneo, quase sempre é o contrário: o dono fala pela empresa antes mesmo de ela ter a chance de explicar quem é.

E talvez seja exatamente por isso que tantos negócios tecnicamente bons estejam ficando para trás.

Não por falta de qualidade.

Mas por excesso de invisibilidade, ou por uma exposição incoerente.
Se estivéssemos no Instagram, provavelmente eu terminaria esta coluna pedindo para você votar em uma enquete.

Mas, como estamos em uma revista, e eu acho isso particularmente elegante, te convido a continuar essa conversa lá no meu Instagram (@danirícco). E faço questão de responder às suas dúvidas por lá.

Me conta se esta leitura te provocou alguma reflexão... ou pelo menos um leve desconforto empresarial do bem.

Nos vemos na próxima edição, com mais um assunto, e cafés, quentes.

Dani Ricco
Comunicação & Marca Pessoal



DO CNPJ AO CRESCIMENTO:

POR QUE EMPRESAS FATURAM, MAS NÃO CONSEGUEM CRESCER DE VERDADE

A economista e consultora financeira Dani Romancini fala sobre os erros silenciosos que levam empresas ao colapso e explica por que gestão financeira deixou de ser diferencial para se tornar questão de sobrevivência



Abrir uma empresa exige coragem. Mantê-la saudável, lucrativa e sustentável exige gestão. Em um cenário onde milhares de empresas encerram suas atividades todos os anos, uma pergunta se torna cada vez mais necessária: o que realmente define quais negócios crescem e quais ficam pelo caminho?

Para a economista e consultora financeira Dani Romancini, a resposta quase nunca está apenas no produto ou serviço oferecido. Segundo ela, muitas empresas quebram mesmo vendendo bem, justamente porque não conseguem estruturar financeiramente o próprio crescimento.
"Produto bom sozinho não sustenta empresa. Muitas vezes o empresário domina o operacional, entende do atendimento, da entrega e da venda, mas não acompanha margem, fluxo de caixa, precificação, estoque e planejamento", explica.

Faturar não significa prosperar
Um dos erros mais comuns, segundo Dani, é a confusão entre faturamento e saúde financeira. Muitas empresas apresentam grande volume de vendas, mas seguem descapitalizadas, sem lucro real e sem previsibilidade.

"O empresário olha para o movimento da empresa e acredita que está prosperando, enquanto custos, impostos, parcelamentos e retiradas pessoais estão consumindo toda a operação", afirma.

Na prática, empresas podem crescer em vendas enquanto enfraquecem financeiramente. E é justamente aí que mora um dos maiores perigos do crescimento desorganizado.

Os erros que silenciosamente travam empresas
Entre os problemas mais recorrentes observados por Dani estão a mistura entre finanças pessoais e empresariais, ausência de controle de fluxo de caixa, precificação sem conhecimento real dos custos, falta de capital de giro e decisões tomadas apenas pela emoção.

Além disso, muitos empresários ainda trabalham sem indicadores mínimos, sem planejamento tributário e sem uma visão estratégica do negócio.

"Quando o empreendedor vive apenas apagando incêndios, ele perde a capacidade de enxergar o futuro da empresa", pontua.

Crescer sem estrutura pode ser perigoso
Outro ponto destacado por Dani é que muitas empresas crescem rápido demais sem construir bases sólidas para sustentar a expansão. E isso pode gerar consequências sérias: aumento do endividamento, perda de qualidade, problemas operacionais e falta de caixa.

"Expandir uma empresa desorganizada apenas multiplica os problemas que já existem", alerta.

Segundo ela, antes de pensar em crescimento, o empresário precisa entender se a operação atual já possui previsibilidade financeira, lucratividade saudável, organização interna e eficiência operacional.

Inteligência financeira como estratégia
Mais do que controle de números, Dani defende a inteligência financeira como ferramenta estratégica de posicionamento e crescimento empresarial.

Empresas financeiramente organizadas conseguem investir melhor, negociar com mais segurança, suportar crises e identificar oportunidades com mais clareza.

"Elas tomam decisões baseadas em dados, e não apenas na emoção do momento", destaca.

O que diferencia empresas que permanecem fortes
Na visão da consultora, empresas sólidas costumam apresentar características em comum: disciplina financeira, visão de longo prazo, capacidade de adaptação e humildade para buscar ajuda especializada quando necessário.

"Trabalhar muito não garante crescimento. Crescimento sustentável exige direção, clareza e inteligência financeira", reforça.

Em tempos de instabilidade econômica e mudanças constantes no mercado, Dani acredita que a gestão financeira deixou de ser apenas uma área administrativa para se tornar uma das principais ferramentas de sobrevivência empresarial.

Porque, no fim das contas, crescer não é apenas vender mais.

É construir uma empresa capaz de permanecer forte, saudável e sustentável ao longo do tempo.

WhatsApp: (17) 99609-9894
Instagram: @adaniromancini
Site: www.daniromancini.com.br



CLUB INSPIRA – REDE DE NEGÓCIOS

CONECTAR PESSOAS, **FORTALECER** EMPRESAS

O crescimento de uma empresa vai muito além de estratégias, números ou vendas. Ele passa pelas conexões, pelos relacionamentos construídos ao longo da jornada e, principalmente, pelas pessoas que caminham ao lado do empresário. Em um mercado cada vez mais competitivo, ter uma rede de apoio, troca e confiança deixou de ser apenas um diferencial, tornou-se uma necessidade.

É exatamente dentro dessa proposta que o Club Inspira – Rede de Negócios vem construindo sua história. Mais do que uma rede de networking, o clube tem o propósito de fortalecer empresários através de conexões verdadeiras, criando um ambiente onde relacionamento, humanização e crescimento caminham juntos.

Para Macley Soares, idealizador do projeto, o clube ultrapassa o conceito tradicional de rede de negócios.

"Hoje, eu vejo o clube não apenas como um negócio, mas como algo que realmente muda o posicionamento, a trajetória e até a vida das pessoas. Parece intenso falar isso, mas é exatamente o que percebemos pelos feedbacks e pelos caminhos que construímos junto aos afiliados", destaca.

Segundo ele, um dos grandes diferenciais do Club Inspira está justamente no olhar humanizado. Antes do empresário, existe a pessoa. Antes da venda, existe a confiança.

"O nosso foco nunca foi apenas gerar negócios. Acreditamos que quando existe um relacionamento verdadeiro, confiança e troca genuína, o resultado vem naturalmente. Pode ser através de uma venda, de uma indicação ou até de uma oportunidade futura."

Essa essência é confirmada por quem vive o clube na prática.



Para **Nathalia Dias**, arquiteta da Nathalia Dias Arquitetura e Interiores, a experiência surpreendeu justamente pela profundidade das conexões criadas.

"Quando entrei no Club Inspira, imaginei que seria uma rede de negócios convencional. Mas o grande diferencial está nos relacionamentos. Nós realmente conhecemos as pessoas, entendemos quem elas são, como trabalham, como vivem. Isso gera confiança e faz com que os negócios aconteçam de forma muito mais natural."

Ela destaca ainda que o ambiente proporciona não apenas novas oportunidades profissionais, mas também amizades e conexões genuínas.

"Tem sido muito proveitoso. Criamos novos relacionamentos, novas amizades e novos negócios com pessoas que antes nem conheciamos."



Já para **Leonardo Ragonezi**, da Decor Art's Quadros Decorativos, o grupo se tornou um espaço de crescimento coletivo.

"O Club Inspira agrega muito através das conexões geradas e da troca de experiências entre os participantes. É um ambiente que fortalece relacionamentos, abre oportunidades e proporciona crescimento pessoal e profissional. Para nossa empresa, faz muito sentido participar do clube."



Em um momento de transição e novos desafios profissionais, **Janaina Cláudia de Magalhães** encontrou no Club Inspira algo que vai além do networking tradicional.

Atualmente vivendo uma nova fase como franqueada da imobiliária RE/MAX Longitude, Janaina conta que já participou de outras redes de negócios, mas nunca se sentiu tão conectada quanto hoje.

"Eu fico ansiosa pelos encontros do Inspira. São reuniões prazerosas, acolhedoras e verdadeiras. Não sinto que estou cercada por pessoas que só querem vender. Existe um interesse genuíno em conhecer a história do outro."

Ela acredita que o clube tem feito diferença justamente pela autenticidade das relações construídas.

"O mais importante é que as conexões são reais. Às vezes não gera negócio naquele momento, mas gera lembrança, indicação, aproximação. As pessoas realmente querem se conhecer. O clube vai além do simples ato de fazer negócios."

Em um cenário onde muitas relações empresariais acabam se tornando superficiais e imediatistas, o Club Inspira reforça uma proposta diferente: crescer junto, fortalecer pessoas e construir conexões que tenham significado.

Porque, no fim, negócios podem começar através de uma indicação. Mas grandes trajetórias costumam nascer através de relacionamentos verdadeiros.

Contato: (17) 9 9774-8849
Instagram: @clubinspira.rededenegocios
@macleysoares

EMPRESAS QUE CRESCEM TÊM UMA COISA EM COMUM:

GESTÃO ESTRUTURADA

No Brasil, abrir uma empresa muitas vezes nasce da coragem. O empreendedor começa acreditando no próprio talento, na força do trabalho e na vontade de fazer acontecer. Porém, chega um momento em que apenas esforço já não é suficiente. É exatamente aí que começa a diferença entre simplesmente ter um CNPJ e construir, de fato, uma empresa preparada para crescer.

Há 10 anos à frente da operação da Omie em São José do Rio Preto, Luciano Paschoal acompanha diariamente empresários de diferentes segmentos enfrentando os desafios da gestão moderna. Com formação em Análise e Desenvolvimento de Sistemas, Engenharia Civil, MBA em Gestão Estratégica e Marketing de Negócios e pós-graduação em Engenharia de Segurança, Luciano destaca que um dos maiores erros das empresas é acreditar que gestão pode continuar sendo feita de maneira improvisada conforme o negócio cresce.

Segundo ele, o sistema de gestão deixa de ser algo opcional no momento em que a empresa começa a perder controle, tempo e dinheiro por conta de processos manuais, informações descentralizadas e excesso de retrabalho. E isso normalmente acontece quando aumentam as vendas, a equipe, os clientes e as obrigações fiscais.

"Muitos empresários começam criando controles paralelos, planilhas e processos internos sem perceber que isso gera uma operação pesada, lenta e difícil de administrar. O problema é que boa parte desse esforço está focado em tarefas operacionais e burocráticas, que consomem tempo, pessoas e recursos, mas trazem pouco resultado efetivo para o crescimento da empresa", explica Luciano.

Na visão dele, a capacidade de gestão é justamente o que separa empresas que conseguem crescer daquelas que acabam travando no meio do caminho. Negócios que possuem controle financeiro, processos organizados, indicadores estratégicos, tecnologia e decisões baseadas em dados conseguem crescer de forma muito mais segura, eficiente e sustentável.

E essa realidade não vale apenas para grandes empresas. Luciano reforça que o pensamento de que sistemas de gestão são exclusivos para grandes negócios já ficou ultrapassado. Hoje, pequenas empresas enfrentam os mesmos desafios de produtividade, controle financeiro, competitividade e organização operacional.

"A globalização obrigou até os pequenos empresários a tomarem decisões rápidas e estratégicas. Hoje, com sistemas em nuvem mais acessíveis e fáceis de usar, a tecnologia deixou de ser um custo elevado e passou a ser uma ferramenta essencial para crescimento", afirma.

Dentro desse cenário, a Omie se destaca justamente por unir simplicidade operacional com profundidade de gestão. O sistema integra financeiro, vendas, estoque, serviços, CRM, emissão fiscal e indicadores estratégicos em uma única plataforma. Além disso, possui conta bancária digital integrada, automação de processos fiscais e financeiros e um modelo 100% em nuvem, que facilita implantação, acesso remoto e escalabilidade.

Para Luciano, um dos maiores diferenciais da Omie é justamente democratizar ferramentas de gestão que antes eram acessíveis apenas para grandes empresas.

"O sistema deixa de ser apenas uma ferramenta operacional e passa a ser uma base sólida para crescimento e escalabilidade do negócio", destaca.

Na prática, empresas que adotam uma gestão integrada conseguem reduzir erros manuais, diminuir riscos fiscais, aumentar produtividade e ter acesso a



informações em tempo real. Isso permite decisões mais rápidas, seguras e estratégicas — algo cada vez mais essencial em um mercado que exige agilidade constante.

Outro ponto importante destacado por Luciano é que a tecnologia sozinha não faz milagres. Muitas empresas acreditam que apenas contratar um sistema resolverá automaticamente todos os problemas da operação, mas isso não acontece sem organização interna.

Para que os resultados realmente apareçam, é necessário que a equipe seja treinada, que os processos estejam bem definidos e que as informações sejam alimentadas corretamente no sistema. O sucesso da gestão vem da combinação entre tecnologia, pessoas capacitadas, processos estruturados e dados confiáveis.

Além disso, Luciano acredita que o futuro da gestão empresarial será cada vez mais automatizado, integrado e orientado por inteligência de dados. Com inteligência artificial, automações e análises preditivas, os gestores terão cada vez mais clareza para antecipar problemas, identificar oportunidades e tomar decisões com mais segurança.

"Empreender no Brasil já é difícil demais para o empresário ainda precisar lidar com processos complicados. A tecnologia precisa simplificar a operação e permitir que o empreendedor foque no que realmente importa: crescimento, estratégia e geração de resultados", finaliza.

No fim das contas, o verdadeiro crescimento empresarial não acontece apenas quando uma empresa vende mais. Ele acontece quando existe estrutura para sustentar esse crescimento com organização, controle e visão estratégica. Porque abrir um CNPJ é apenas o começo. Construir uma empresa sólida, eficiente e preparada para crescer é um processo contínuo de gestão inteligente.

Rua José Munia, 4775 – Loja 1041
Plaza Avenida Shopping
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9654-9108
Instagram: @omie.franquia.sjriopreto



FRANQUIAS:
UMA OPÇÃO **INTELIGENTE** PARA **QUEM** QUER **EMPREENDER**

Empreender ainda é o sonho de muitas pessoas, mas o medo de começar do zero faz com que muitos desistam antes mesmo de dar o primeiro passo. Para Lucas Saden, especialista no setor de franquias e fundador do Grupo SDN, o franchising surge justamente como uma forma mais segura, estruturada e estratégica de entrar no mundo dos negócios.

Com 15 anos de experiência no mercado e há 3 anos à frente do Grupo SDN, Lucas explica que a principal vantagem da franquia está em reduzir etapas que, sozinho, o empreendedor levaria anos para aprender. "Na franquia, o empreendedor entra em um modelo já validado, com operação estruturada, suporte, treinamento, fornecedores homologados e uma marca que já possui reconhecimento no mercado", destaca.

Segundo ele, um dos maiores erros acontece quando a escolha da franquia é baseada apenas em faturamento ou tendências do momento. "Nem toda franquia serve para toda pessoa. É fundamental analisar perfil, capacidade financeira e objetivos pessoais antes de investir", afirma.

Lucas reforça ainda que escolher uma franquia vai muito além da marca. É preciso entender a rotina operacional, o suporte da franqueadora, a saúde financeira do negócio e, principalmente, se aquele modelo combina com o estilo de vida e com os objetivos do investidor.

"Eu sempre digo que investir em franquia não é apenas comprar um negócio. É escolher o tipo de desafio, dedicação e vida que você quer construir nos próximos anos", finaliza.

Rua Floriano Peixoto, 3040 - Santos Dumont
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9117-7451
Instagram: @gruposdnbrasil | @lucas.saden
E-mail: contato@gruposdn.com.br
Site: www.gruposdn.com.br



Windowblue INFRARED CONTROL

Rua Silva Jardim, 2333
S.J. Rio Preto

17 3223 6116

As vozes em que nos inspiramos *MUDAM O MUNDO* que a gente constrói.

GARANTA JÁ SEU INGRESSO



VOZES FEMININAS QUE INSPIRAM

Ana Paula Oliveira • Ariane Russo • Bruna Barbosa
Larissa Camargo • Liszeila Martingo • Milena Munhoz
Rose Raimundo • Tábata Poline • Valquíria Menegaldo
• Mônica Salgado •

TEDx São José do Rio Preto

10 de Junho
Senac São José do Rio Preto



Flaviana RIBEIRO

A MULHER QUE TRANSFORMOU COMUNICAÇÃO EM CONEXÃO, TECNOLOGIA EM HUMANIDADE E MOVIMENTO EM IMPACTO

Existe uma intensidade silenciosa em algumas pessoas. Elas entram em um ambiente e, antes mesmo de falarem muito, já transmitem presença. Não pela necessidade de aparecer, mas pela forma como conduzem ideias, relações e movimentos. Flaviana Ribeiro é assim.

Com um jeito leve, espontâneo e acolhedor, ela carrega uma dualidade rara: a delicadeza de quem preserva sensibilidade em um mercado acelerado e a firmeza de uma mulher que construiu autoridade, respeito e relevância em um dos cenários mais desafiadores da atualidade, o marketing, a tecnologia e a comunicação estratégica.

Quem vê Flaviana hoje à frente de projetos, palestras, eventos, conexões empresariais e da expansão estratégica da Prospecta Digital talvez não imagine quantas reconstruções foram necessárias ao longo do caminho. Porque sua trajetória nunca foi sobre permanecer confortável. Foi sobre evoluir antes que o mercado obrigasse.

E talvez seja justamente isso que mais impressiona nela: a capacidade de se movimentar sem perder a essência.



MUITO ALÉM DO MARKETING

Flaviana costuma dizer que o marketing nunca foi apenas sobre vender. E essa visão explica muito da profissional que ela se tornou.

Formada em Jornalismo, com passagens por empresas como Rodobens e Mercedes-Benz, ela encontrou cedo uma compreensão que mudaria completamente sua forma de enxergar o mercado: comunicação não é sobre campanha. É sobre pessoas.

Foi ainda no primeiro estágio, incentivada por um gestor que marcou sua trajetória, que ela percebeu que o verdadeiro marketing nasce da observação humana. Das dores, desejos, inseguranças, comportamentos e relações.

Talvez por isso sua atuação tenha se tornado tão forte no universo empresarial. Porque Flaviana não fala apenas de estratégias. Ela fala de conexão. Ela entende que nenhuma tecnologia funciona se a empresa não compreender o ser humano que existe do outro lado.

Enquanto muitas marcas ainda insistem em disputar atenção, ela acredita em algo muito mais profundo: construir relação.

E essa visão acabou se tornando uma das grandes bases da Prospecta.

A MULHER QUE APRENDEU A SE RECONSTRUIR

Existe uma frase muito forte na trajetória de Flaviana: "aquilo que trouxe você até aqui não necessariamente será suficiente para te levar para a próxima fase".

Ela pertence a uma geração que viveu todas as transformações do marketing praticamente de dentro da mudança. Do offline ao digital. Do jornal impresso às redes sociais. Dos anúncios tradicionais à inteligência artificial.

Mas diferente de muitos profissionais que resistiram às mudanças, Flaviana decidiu mergulhar nelas.

E não foi simples.

Entrar no universo da tecnologia exigiu reconstrução. Exigiu humildade para reaprender. Exigiu abandonar certezas antigas. Exigiu aceitar que experiência, sozinha, já não bastava.

Hoje, como sócia e CMO da Prospecta Digital, ela participa diretamente de uma transformação que mistura comunicação, tecnologia, dados, inteligência artificial e comportamento humano. Mas faz isso sem perder aquilo que considera essencial: clareza, verdade e humanidade.

Ela entende que a tecnologia pode acelerar processos, mas nunca substituir sensibilidade, interpretação e visão estratégica.





DINÂMICA, INTENSA E IMPOSSÍVEL DE FICAR PARADA

Talvez seja impossível definir Flaviana em apenas uma função.

Ela atua na Prospecta. Participa da Apeti. Está envolvida com o Núcleo de Cacau. Dá palestras. Lidera projetos. Constrói conexões empresariais. Participa de eventos. Desenvolve conteúdos. Estuda constantemente. Aprende. Ensina.

E faz tudo isso sem parecer endurecida pelo mercado.

Existe nela uma inquietude bonita. Uma necessidade constante de construir, melhorar, movimentar e conectar pessoas.

Mas o mais interessante é perceber que, mesmo transitando entre tecnologia, performance, vendas, automação e inteligência artificial, Flaviana preserva algo raro: calor humano.

Ela consegue falar sobre CRM, dados, automação e IA sem soar distante. Porque traduz o complexo de forma acessível. Humaniza o que parece técnico demais. Aproxima assuntos que, muitas vezes, afastam empresários e profissionais.

Talvez esse seja um dos motivos pelos quais ela se tornou tão respeitada: Flaviana não usa conhecimento para criar distância. Ela usa conhecimento para construir pontes.

LIDERANÇA COM HUMANIDADE

Existe um discurso muito romantizado sobre liderança no mundo corporativo. Mas Flaviana traz uma visão madura sobre isso.

Para ela, humanidade não significa ausência de cobrança. Pelo contrário. Liderar exige responsabilidade emocional, clareza e coragem para sustentar decisões difíceis.

Ela acredita que equipes observam tudo: como o líder reage em momentos de crise, como trata as pessoas, como conduz conflitos e, principalmente, como mantém coerência entre discurso e prática.

Ao longo da sua trajetória, entendeu que conhecimento técnico pode até colocar alguém em posição de gestão, mas não sustenta liderança no longo prazo.

O que sustenta é caráter. Escuta. Consistência. Integridade.

E talvez uma das maiores dores que a ensinaram como líder tenha sido perceber que, muitas vezes, adiar decisões difíceis também é uma forma de omissão.

Essa maturidade trouxe uma visão mais firme sobre crescimento: liderar também é colocar limites, preservar cultura e entender que nem toda permanência representa cuidado.

TECNOLOGIA COM ALMA

Enquanto muitos enxergam inteligência artificial e automação como ameaça, Flaviana prefere enxergar como ferramenta.

Mas faz um alerta importante: tecnologia sem estratégia apenas acelera a confusão.

Para ela, o futuro pertence às empresas que conseguirem unir inteligência tecnológica com inteligência humana.

Porque dado mostra comportamento. Mas não explica emoção.

A IA organiza informação. Mas não interpreta contexto sozinha.

A automação acelera processos. Mas não constrói vínculo.

E é justamente nessa interseção entre tecnologia e humanidade que ela acredita que estarão as marcas mais fortes dos próximos anos.

Não as que simplesmente aparecerem mais. Mas as que conseguirem ocupar um espaço verdadeiro na vida das pessoas.

O LEGADO QUE ELA QUER DEIXAR

Quando fala sobre sucesso, Flaviana foge de respostas superficiais.

Ela gosta de resultado. Gosta de crescimento. Gosta de ver projetos prosperarem. Mas hoje entende que isso, sozinho, não sustenta uma trajetória.

O que realmente a move é impacto.

É perceber que conseguiu ajudar alguém a enxergar possibilidades onde antes existia confusão.

É transformar conhecimento em ferramenta prática.

É ver pessoas compreenderem algo que parecia distante.

Por isso, quando fala sobre legado, ela não menciona apenas empresa, números ou reconhecimento profissional.

Ela fala sobre educação.

Sobre a capacidade de ensinar, simplificar, traduzir e transformar.

E talvez seja exatamente essa a marca que Flaviana Ribeiro já começou a deixar: a de uma mulher que aprendeu a unir inteligência, movimento, estratégia e humanidade sem precisar abrir mão da própria essência.



Rua Oswaldo Meucci, 315 - Parque Q.ta das Paineiras
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9255-9197
Instagram: @ribeiroflaviana

A CORAGEM DE QUEM

PRECISOU SER FORTE MUITO CEDO

Existem pessoas que aprendem cedo que a vida nem sempre oferece colo. E talvez tenha sido exatamente assim que começou a trajetória de Joyce Gregório: entre ausências, dores silenciosas e a necessidade de descobrir, sozinha, como continuar caminhando. Mas há mulheres que transformam a falta em força. Joyce é uma delas.

Perita Judicial Grafotécnica, investigadora forense, acadêmica de Direito, mãe e fundadora do projeto Conecta Mães, ela carrega títulos importantes. Mas nada disso consegue definir por completo a dimensão da mulher que existe por trás da profissão. Porque sua história não foi construída apenas por conquistas. Foi construída, principalmente, pela capacidade de se reconstruir

A perda precoce da mãe e a ausência de uma referência paterna fizeram com que Joyce aprendesse cedo a ser seu próprio porto seguro. Sem espelhos onde pudesse se enxergar, precisou criar a própria identidade, desenvolvendo uma independência que hoje se tornou uma das suas maiores fortalezas. A vida exigiu maturidade antes do tempo. E ela respondeu à altura.

Mas foi dentro da maternidade que algumas das experiências mais transformadoras da sua vida aconteceram.

Quando sua filha Taila, ainda muito pequena, recebeu o diagnóstico de um câncer cerebral, Joyce viu sua vida parar diante do medo, da incerteza e da dor. Foi dentro de uma UTI, em meio à fragilidade mais extrema, que nasceu uma nova versão de si mesma. Não apenas uma mulher forte, mas uma mulher movida por fé, coragem e propósito.

Ela entendeu, naquele momento, a potência do cuidado, da presença e da luta diária de uma mãe diante das adversidades da vida. Hoje, anos depois e com a filha totalmente curada, Joyce carrega essa história não apenas como uma lembrança difícil, mas como uma prova da força que descobriu dentro de si.

Mais tarde, através da vivência como mãe atípica, nasceu outro propósito importante em sua trajetória: o Conecta Mães.

O projeto surgiu da necessidade de criar uma verdadeira rede de apoio para mães que muitas vezes vivem sobrecarregadas emocionalmente, enfrentando julgamentos, exaustão e solidão em silêncio. Após sua experiência atuando como vice-presidente da AMA e acompanhando de perto a realidade de inúmeras famílias, Joyce percebeu que muitas mães precisavam, antes de qualquer coisa, de acolhimento, pertencimento e escuta.

Foi assim que nasceu o Conecta Mães: um espaço criado para orientar, acolher e fortalecer mulheres que vivem os desafios da



maternidade atípica e da sobrecarga emocional diária. Um lugar onde mães encontram apoio técnico, emocional, orientação jurídica, troca de experiências e, acima de tudo, humanidade.

Porque, para Joyce, inclusão não pode existir apenas no papel.

E talvez seja exatamente essa a conexão entre todas as áreas da sua vida. Seja na maternidade, no projeto social ou na atuação como Perita Judicial Grafotécnica, existe algo que conduz sua essência: o compromisso com a verdade, o cuidado e a justiça.

Na perícia, Joyce utiliza conhecimento técnico e olhar clínico para identificar autenticidade documental e auxiliar decisões judiciais. Um trabalho que exige precisão, ética e responsabilidade. Mas, para além da técnica, Joyce também entende de verdades humanas, aquelas que não aparecem em documentos, mas que moldam pessoas inteiras.

Hoje, sua história inspira porque não nasceu da perfeição. Nasceu da sobrevivência. Da coragem de continuar mesmo quando tudo parecia pesado demais. Da mulher que transformou dor em degrau e fez da própria reconstrução um caminho para levantar outras pessoas.

Joyce Gregório é a prova de que algumas mulheres não apenas vencem batalhas. Elas se tornam abrigo para que outras mulheres também consigam continuar.

Contato: (18) 9 9621-6159
Instagram: @joyce_perita_grafotecnica
@conectamaes.saojosedoriopreto

CLIMI

Clinica Médica Integrada



Mais do que uma clínica.

Um conceito de cuidado integrado.

Especialidades conectadas para promover saúde, equilíbrio e qualidade de vida.

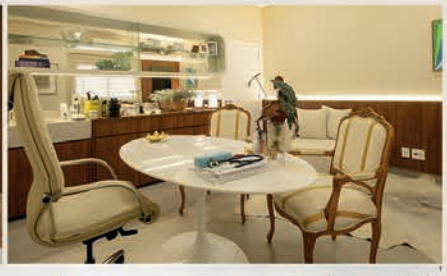
Diferentes especialidades unidas por um mesmo propósito: o seu bem-estar.

Áreas Integradas de Cuidado

- Cardiologia
- Cardiologia Intervencionista
- Nutrição Clínica e Esportiva
- Endocrinologia e Metabolismo
- Geriatria e Medicina da Longevidade
- Fisioterapia e Reabilitação
- Estética Facial e Corporal
- Tricologia
- Harmonização Corporal
- Terapias Integrativas
- Saúde Mental e Desenvolvimento Emocional







A saúde começa quando o paciente deixa de ser visto em partes.

Mais do que tratar sintomas: cuidar do ser humano por completo



Rua Antônio de Godoy, 5230
Nova Redentora
São José do Rio Preto/SP

(17) 9 9639-6046
@climisaude

Escaneie e siga nosso Instagram



MÃES SOLO:
A FORÇA INVISÍVEL QUE SUSTENTA MILHÕES DE LARES NO BRASIL

Ser mãe já é, por si só, uma das experiências mais intensas da vida. Agora imagine carregar essa responsabilidade sozinha.

No Brasil, essa não é uma exceção, é uma realidade cada vez mais comum. Hoje, mais de 11 milhões de mulheres criam seus filhos sem a presença de um parceiro, assumindo integralmente o papel de prover, cuidar, educar e sustentar emocionalmente suas famílias.

A maternidade solo deixou de ser um recorte isolado para se tornar um retrato social do país.

Dados recentes mostram que milhões de lares brasileiros são chefiados exclusivamente por mulheres, e esse número cresce ano após ano. Mais do que uma mudança no modelo de família, isso revela uma transformação profunda na forma como a sociedade se organiza — e, principalmente, no papel que a mulher ocupa dentro dela.

Mas por trás dos números, existem histórias que não aparecem nas estatísticas.

Existe a mulher que acorda antes do sol para garantir o sustento da casa.
A que organiza a rotina dos filhos, mesmo quando o tempo parece insuficiente.
A que equilibra trabalho, casa, educação e emoções, muitas vezes sem qualquer rede de apoio.

Ser mãe solo não é apenas uma condição civil.

É uma responsabilidade integral.

É ser o suporte financeiro e emocional.

É tomar todas as decisões.

É estar presente em todos os momentos, mesmo quando o cansaço pesa.

E essa realidade, embora marcada por força e resiliência, também carrega desafios profundos.

Grande parte dessas mulheres enfrenta dificuldades financeiras, jornadas exaustivas e, em muitos casos, a ausência de apoio familiar ou institucional. Não por acaso, uma parcela significativa das mães solo no Brasil vive em situação de vulnerabilidade social, o que evidencia um problema que vai além do individual, é estrutural.

Há ainda um recorte importante: a maioria dessas mulheres é negra, o que reforça como desigualdade social, raça e gênero se entrelaçam quando falamos sobre maternidade no país.

Ainda assim, elas seguem.
Seguem mesmo quando não há alternativa.
Seguem mesmo quando ninguém vê.
Seguem porque alguém depende delas.

E talvez seja justamente aí que mora a grande reflexão.

A sociedade costuma admirar a força dessas mulheres, mas raramente se pergunta o que está por trás dela. Força, nesse contexto, não é escolha, é necessidade.

Por isso, falar sobre mães solo é mais do que trazer um tema à tona. É reconhecer uma realidade que precisa de visibilidade, respeito e, principalmente, suporte.

É entender que por trás de cada mãe que "dá conta de tudo", existe uma mulher que, muitas vezes, nunca teve a opção de dividir o peso.

Mais do que resistência, essas histórias carregam coragem.

Mais do que superação, carregam responsabilidade.

E mais do que tudo, carregam amor.

Porque no fim, apesar de todos os desafios, são essas mulheres que seguem sustentando não apenas suas casas — mas também o futuro de milhões de crianças no Brasil.

E isso, definitivamente, não pode mais ser invisível.



O PUERPÉRIO INVISÍVEL:

CORPO, MENTE E IDENTIDADE NO PÓS-PARTO

Por Dr. Paulo Fasanelli – Médico Ginecologista e Obstetra

A maternidade transforma tudo. Transforma o corpo, a rotina, o sono, o tempo e até a forma como uma mulher passa a enxergar a vida. Mas existe algo sobre o qual ainda se fala pouco: a mulher que existia antes da maternidade não desaparece quando um filho nasce. Ela apenas entra em um processo profundo e muitas vezes silencioso, de reconstrução.

É justamente sobre esse olhar que o Dr. Paulo Fasanelli busca refletir ao falar sobre identidade e autocuidado além de ser mãe. Como obstetra, ele acompanha diariamente mulheres vivendo uma das maiores transições emocionais, físicas e existenciais da vida. E talvez uma das mais desafiadoras seja justamente o puerpério, período em que o mundo inteiro olha para o bebê, enquanto a mulher tenta, aos poucos, entender quem ela se tornou.

Porque o puerpério não é apenas um pós-parto físico. É também hormonal, emocional e psicológico. É uma fase em que muitas mulheres vivem uma mistura intensa entre amor, medo, culpa, exaustão e uma sensação difícil de explicar de não se reconhecer completamente. O corpo mudou. A rotina mudou. O espelho mudou. A liberdade mudou. E, em meio a tudo isso, nasce uma pergunta silenciosa dentro de muitas mães: "onde ficou a mulher que eu era antes?"

Na visão do Dr. Paulo, acolher essa mulher é tão importante quanto cuidar da gestação. E esse acolhimento começa quando entendemos que autocuidado não é luxo, egoísmo ou vaidade. Autocuidado é saúde. É permitir que essa mulher exista além da função materna. É lembrar que ela continua sendo mulher, esposa, profissional, filha, amiga, sonhadora, mesmo enquanto aprende diariamente a ser mãe.

Existe uma romantização muito grande da maternidade. Muitas vezes se fala apenas do amor, das fotos bonitas, da plenitude. Mas pouco se fala sobre o cansaço extremo, sobre a solidão emocional, sobre as inseguranças e sobre a pressão silenciosa que muitas mães carregam para dar conta de tudo sem demonstrar fragilidade.

Ao mesmo tempo, existe também algo profundamente transformador na maternidade. Porque se por um lado ela tira, por outro ela revela. Revela forças que a mulher não sabia que possuía. Revela uma capacidade de entrega que ultrapassa limites. Revela um amor que continua existindo mesmo nas madrugadas sem dormir, mesmo no esgotamento, mesmo quando não há reconhecimento ou pausa.

Talvez por isso a maternidade seja uma das experiências mais humanas e mais profundas que existem. Porque ela ensina sobre amor em sua forma mais genuína: um amor que cuida, protege, insiste, permanece e se doa diariamente. Um amor que, muitas vezes, se aproxima daquilo que entendemos como amor divino, cheio de paciência, sacrifício, doçura e entrega.



Como médico, mas também como marido e pai de menina, o Dr. Paulo acredita que a mulher precisa ser vista por inteiro durante esse processo. Não apenas como mãe, mas como ser humano. Uma mulher que também sente medo, que também se cansa, que também precisa de colo, escuta, apoio e acolhimento.

Porque quando uma mãe é cuidada emocionalmente, algo muda em toda a estrutura da família. Uma mulher acolhida consegue atravessar a maternidade com mais leveza, mais consciência e menos culpa. E talvez uma das maiores mensagens que precisamos reforçar hoje seja justamente essa: a maternidade transforma, mas ela não deve apagar a essência da mulher.

Ser mãe não significa deixar de existir. Significa aprender, aos poucos, a se reencontrar dentro de uma nova versão de si mesma.

Dr. Paulo Fasanelli
Médico Ginecologista e Obstetra
CRM: 125658 - RQE: 41490
Instagram: @paulo_fasanelli





O OLHAR INTEGRATIVO PARA A SAÚDE FEMININA, GESTAÇÃO E EQUILÍBRIO HORMONAL

A saúde da mulher é um universo complexo e profundamente conectado. Hormônios, alimentação, emoções, sono, intestino, metabolismo e estilo de vida conversam entre si o tempo todo. Quando um desses fatores entra em desequilíbrio, o corpo inteiro sente os reflexos, especialmente em fases importantes como a tentativa de engravidar, a gestação, o pós-parto e a menopausa.

Com um olhar mais preventivo e humanizado, a Dra. Tânia Olmedo, médica endocrinologista e nutróloga, lança o projeto FloresSer, uma proposta voltada para o acompanhamento integral da mulher em todas as suas fases, com atenção especial à preparação para uma gestação saudável e ao equilíbrio da saúde feminina como um todo.

O corpo feminino funciona como um ecossistema
Segundo a Dra. Tânia, muitas mulheres acabam normalizando sintomas que não deveriam ser ignorados. Cansaço constante, alterações de humor, ansiedade, dificuldade para emagrecer, queda de cabelo, irregularidade menstrual, infertilidade e distúrbios do sono podem ser sinais de que existe algo além acontecendo no organismo.

Mais do que tratar sintomas isolados, é necessário investigar as causas que estão por trás desses desequilíbrios.

Dentro da medicina integrativa e da nutrição funcional, a saúde feminina é analisada de maneira ampla, considerando diferentes aspectos da vida da paciente, como:
* Histórico familiar e genética;
* Alimentação e estilo de vida;
* Qualidade do sono;
* Estresse emocional;
* Uso de medicamentos;
* Histórico gestacional;
* Inflamações silenciosas;
* Carências nutricionais;
* Desequilíbrios hormonais.

A importância dos pilares da saúde feminina
A proposta do FloresSer é trabalhar a mulher de forma integral, entendendo que existem pilares interligados que sustentam a saúde hormonal e metabólica.
Entre eles estão:
* Equilíbrio hormonal;
* Nutrição adequada;
* Saúde intestinal;
* Sono reparador;
* Controle do estresse;
* Atividade física;
* Saúde emocional.

Quando um desses pilares é afetado, os demais também sofrem impacto. Por isso, o tratamento precisa ser individualizado e direcionado para a realidade de cada mulher.

Disruptores endócrinos: a ameaça silenciosa da vida moderna
Um tema que vem preocupando cada vez mais os especialistas é a exposição aos chamados disruptores endócrinos.

Essas substâncias químicas estão presentes em:
* Plásticos;
* Cosméticos;
* Embalagens;
* Produtos de limpeza;
* Pesticidas;
* Alimentos ultraprocessados.

O problema é que esses compostos podem interferir diretamente no funcionamento hormonal do organismo, favorecendo alterações importantes na saúde feminina.

A exposição contínua está associada ao aumento de casos de:
* Síndrome dos ovários policísticos;
* Endometriose;
* Infertilidade;
* Alterações da tireoide;
* Resistência insulínica;
* Obesidade;
* Puberdade precoce;
* Desequilíbrios metabólicos e hormonais.

Gestação saudável começa antes da gravidez
Outro ponto importante defendido pela Dra. Tânia é que a preparação para a gestação deve começar antes mesmo da gravidez acontecer.
Muitas vezes, alterações hormonais e metabólicas silenciosas podem impactar diretamente tanto a saúde da mãe quanto o desenvolvimento do bebê.
Entre os fatores que merecem atenção estão:
* Alterações da tireoide;
* Resistência insulínica;
* Inflamação crônica;
* Deficiência de vitaminas e minerais;
* Desequilíbrios hormonais;
* Saúde intestinal;
* Estresse excessivo.

O acompanhamento preventivo permite preparar o organismo da mulher para viver uma gestação de forma mais saudável, equilibrada e segura.

FloresSer: um cuidado que acolhe cada fase da mulher
Mais do que um projeto voltado apenas para sintomas ou diagnósticos, o FloresSer nasce com o propósito de acolher a mulher em sua totalidade.

A proposta é ajudar cada paciente a compreender seu corpo, respeitar seus ciclos e fortalecer sua saúde física, hormonal e emocional de dentro para fora.

Porque cuidar da saúde feminina não é apenas tratar doenças. É promover equilíbrio, consciência, vitalidade e qualidade de vida em todas as fases da mulher.

Dra. Tânia Mara Olmedo
Endocrinologia/Nutróloga
CRM:63361 | RQE:43699 | RQE:43700
Instagram: @drataniaolmedo



CUIDADO, NUTRIÇÃO E SUPLEMENTAÇÃO

EM CADA FASE DA MATERNIDADE

A maternidade é uma jornada única. Desde o momento em que nasce o desejo de gerar uma vida, até a gestação, o pós-parto e os cuidados com os filhos, o corpo da mulher passa por transformações intensas e exige ainda mais atenção com a saúde, equilíbrio e nutrição.

Pensando nisso, a Muscle Shop Suplementos desenvolveu kits especiais voltados para cada fase desse processo, reunindo suplementos que auxiliam no bem-estar, na reposição de nutrientes e no suporte ao organismo de forma prática e estratégica. Os kits foram pensados com foco em qualidade, cuidado e suplementação inteligente, e contam com aprovação do obstetra e ginecologista Dr. Paulo Fasanelli.



KIT TENTANTES

Para as mulheres que estão se preparando para engravidar, alguns nutrientes se tornam fundamentais para auxiliar o organismo nesse momento tão importante.
O kit reúne o Metilfolato, forma ativa do ácido fólico, essencial para auxiliar na formação celular e no preparo do organismo para a gestação. O Ômega 3 contribui para o equilíbrio do corpo e bem-estar geral, enquanto a Vitamina D3 + K2 auxilia na saúde óssea, imunidade e absorção adequada de nutrientes. Já o CoQ10 Ultra é um antioxidante que auxilia na produção de energia celular, sendo bastante utilizado como suporte para saúde e vitalidade feminina.



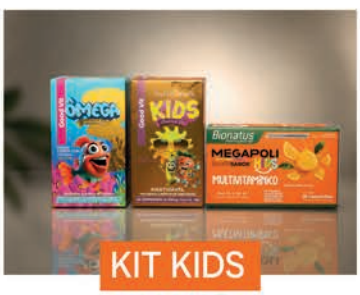
KIT GESTANTES

Durante a gestação, as necessidades nutricionais aumentam significativamente, tornando a suplementação uma grande aliada para mãe e bebê.
O kit para gestantes conta com Ômega 3, importante para o desenvolvimento do bebê; Vitamina D3 + K2, que auxilia na saúde óssea e imunológica; além do Cálcio Forte D3, essencial para a manutenção dos ossos e dentes.
O Biomater Plus reúne nutrientes importantes para esse período, enquanto o Metil B12 Liquid auxilia no metabolismo energético e no funcionamento adequado do organismo. O Ferro Quelato também ganha destaque, auxiliando na reposição de ferro, nutriente extremamente importante durante a gestação.



KIT PÓS-PARTO

O pós-parto é uma fase de recuperação, adaptação e muitos desafios físicos e emocionais. Por isso, cuidar da saúde da mulher nesse momento faz toda diferença.
O kit pós-parto traz o Ferro Quelato, importante para reposição de nutrientes; a Vitamina D3 + K2 e o Ômega 3, que auxiliam no equilíbrio do organismo e bem-estar geral. O destaque fica para o Collagen Advanced, suplemento voltado para pele, cabelo e unhas, com ação antioxidante e alta concentração, auxiliando nos cuidados com a autoestima e recuperação da mulher após a gestação.



KIT KIDS

Os pequenos também merecem atenção especial quando o assunto é saúde e desenvolvimento.
O kit infantil reúne o Ômega Peixinho, da GoodVit, desenvolvido especialmente para crianças; a Vitamina D3 Kids, importante para crescimento e imunidade; e o Megapoli Kids, um multivitamínico pensado para complementar a rotina nutricional infantil de forma prática.
Mais do que suplementação, a proposta da Muscle Shop Suplementos é oferecer cuidado em cada fase da vida, sempre com orientação, qualidade e um olhar voltado para saúde, bem-estar e qualidade de vida.

Unidade 1
Av. Dr. Alberto Andaló, 3453 - Centro
Contato: (17) 9 9774-6027
Unidade 2
Av. Silvio Dela Roveri, 650 - Jardim Yolanda
Contato: (17) 9 9773-3022
Instagram: @muscleshoprp
São José do Rio Preto/SP

Fotos: Perla Fotografie



CAROLINE MAZARO

E A NOVA FORMA DE PENSAR A INFÂNCIA EM CASA

A infância tem ganhado cada vez mais espaço nas conversas sobre desenvolvimento, educação e bem-estar familiar. Mas, para além dos métodos e estímulos, existe um ponto essencial que muitas vezes passa despercebido: o ambiente onde a criança cresce, brinca e constrói suas primeiras memórias. É justamente nesse universo que atua Caroline Mazaro, arquiteta, pesquisadora e consultora especializada em arquitetura para o brincar e desenvolvimento infantil.

Fundadora da Maza Arquitetura Infantil, Caroline viveu por 12 anos na Holanda, onde aprofundou seus estudos sobre infância, comportamento e desenvolvimento infantil. Mestre em Interior Architecture pela ArtEZ University of the Arts, ela uniu sua experiência como arquiteta à maternidade e às pesquisas sobre o brincar, criando uma metodologia que hoje orienta famílias e profissionais na construção de espaços mais acolhedores, funcionais e conectados à infância.

Autora do livro Brincar tem Lugar, Caroline defende que a forma como a casa é pensada influencia diretamente o comportamento, a autonomia, o vínculo familiar e o desenvolvimento das crianças. Para ela, antes mesmo da estética ou da organização, é preciso transformar o olhar dos adultos sobre a infância dentro do ambiente doméstico.

"Quando a infância encontra lugar na vida cotidiana, criamos casas mais vivas, relações mais presentes e famílias mais conectadas", destaca.

Segundo Caroline, um dos erros mais comuns nas casas atuais é justamente a ausência de espaços preparados para o brincar desde os primeiros anos de vida. Muitas vezes, o brincar acaba restrito ao quarto infantil ou os brinquedos permanecem guardados em caixas fechadas, dificultando a autonomia da criança e a conexão com os adultos no dia a dia.

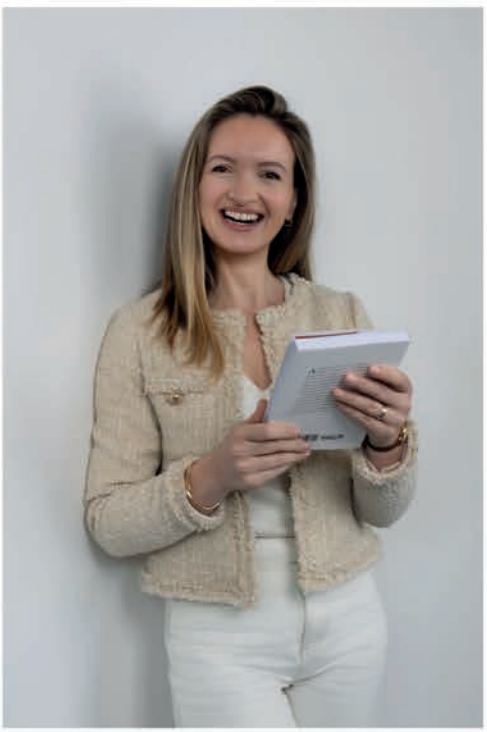
Ela também chama atenção para o excesso de estímulos e informações visuais presentes nos ambientes infantis. Para a arquiteta, menos elementos, mas com mais intenção, favorecem o brincar profundo, a criatividade e relações familiares mais saudáveis.

Em suas consultorias, Caroline atua auxiliando famílias e arquitetos na criação de espaços que integrem a infância à rotina da casa de forma funcional e afetiva. O trabalho envolve desde análises pontuais de ambientes até o acompanhamento completo de projetos residenciais, incluindo layout, mobiliário e espaços voltados ao desenvolvimento infantil.

Além da atuação na arquitetura, Caroline também desenvolve pesquisas, oficinas e palestras sobre o tema, levando reflexões importantes sobre a relação entre espaço, infância e comportamento. Seu propósito, através da Maza Arquitetura Infantil, é ajudar famílias a compreenderem que os ambientes também educam — e que brincar não é apenas uma atividade da infância, mas uma ferramenta essencial de conexão, aprendizado e desenvolvimento humano.
Mais do que criar espaços bonitos, seu trabalho propõe criar ambientes que acolhem a infância, fortalecem vínculos e transformam a forma como as famílias vivem e se relacionam dentro de casa.

Adquira o livro escaneando o QR Code:

Instagram: @maza.arquitetura.infantil
Email: info@mazaarquitetura.com
Site: www.mazaarquitetura.com



HEYLULI

MAIS DO QUE PRODUTOS: UMA EXPERIÊNCIA DE CUIDADO PARA MÃES E BEBÊS

Montar o enxoval vai muito além de escolher produtos. É sobre preparar cada detalhe para a chegada de um novo amor, buscando conforto, praticidade e segurança para viver a maternidade com mais tranquilidade.

Na Heyluli, cada peça e cada item são escolhidos com esse olhar cuidadoso, trazendo uma curadoria exclusiva para mães, bebês e crianças, pensada para facilitar a rotina das famílias sem abrir mão da delicadeza, da qualidade e do conforto.

A loja conta com uma seleção especial de produtos que vão desde carrinhos e itens essenciais para o enxoval até brinquedos, acessórios e diversas opções que acompanham diferentes fases da infância. Tudo escolhido com atenção aos detalhes, priorizando funcionalidade, segurança e beleza.

Entre os destaques, estão carrinhos que unem tecnologia, praticidade e conforto, ideais para o dia a dia, viagens e passeios, proporcionando mais tranquilidade para os pais e bem-estar para o bebê.

Mais do que tendência, a escolha dos itens corretos faz toda a diferença na rotina materna. E é justamente essa proposta que a Heyluli oferece: auxiliar as famílias a viverem cada fase da maternidade e da infância de forma mais leve, acolhedora e especial.

Av. José Munia, 5535, loja 3
Galeria Ayres Mall
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9133-5812
Instagram: @heyluliriopreto



A empresária Carolina Galletti Espir Arvati ao lado dos filhos









MATERNIDADE REAL:

QUANDO A MÃE TAMBÉM PRECISA SER CUIDADA

A maternidade costuma ser apresentada como um dos momentos mais bonitos da vida de uma mulher. E, de fato, ela pode ser. Mas também pode ser assustadora, exaustiva, ambivalente e profundamente desafiadora. Entre a construção do amor, a chegada de um novo ser humano e a sensação de que a vida mudou para sempre, muitas mulheres se veem diante de sentimentos para os quais não foram preparadas.

É sobre essa maternidade real, humana, imperfeita e possível — que a Dra. Isabella Maia Ferraz Martins direciona seu olhar. Médica com pós-graduação em Psiquiatria pela PUC de Porto Alegre, psicanalista em formação pelo Sedes Sapientiae e atualmente com foco em saúde mental feminina, ela acredita que a união entre sua formação profissional e sua própria experiência como mulher, mãe e filha pode ajudar outras mulheres a se sentirem menos sozinhas.

Segundo ela, um dos maiores desafios emocionais da gestação e do pós-parto é permitir que sentimentos opostos coexistam. "É um momento mágico, de conexão e construção de amor, mas também pode ser assustador. O amor também é uma construção diária, e um filho não vem com manual de instruções", explica.

Essa visão ajuda a romper com uma das maiores cobranças impostas às mães: a obrigação de viver a maternidade como um estado de felicidade constante. Na prática, muitas mulheres enfrentam culpa, medo, irritabilidade, privação de sono, sensação de insuficiência e uma hipervigilância permanente. Para a Dra. Isabella, a exaustão faz parte desse processo, mas a culpa é uma das partes mais cruéis. "A exigência da mãe perfeita tem adoecido todas nós", afirma.

Outro ponto fundamental é diferenciar o baby blues da depressão pós-parto. O baby blues é fisiológico e extremamente comum, podendo atingir cerca de 70% a 80% das mães, especialmente pelas alterações hormonais. Pode envolver tristeza, choro fácil, angústia, irritabilidade e melancolia, geralmente entre o terceiro e o décimo quinto dia após o



parto. Quando esses sintomas persistem ou se intensificam após esse período, é essencial buscar avaliação médica, pois pode se tratar de depressão pós-parto.

As mudanças hormonais, somadas às transformações físicas, sociais e emocionais da maternidade, tornam a mulher mais vulnerável psiquicamente. Por isso, cuidar da saúde mental materna deveria ser parte central do pré-natal. Afinal, a mãe só consegue cuidar bem quando também está sendo cuidada.

A rede de apoio, nesse contexto, tem papel essencial. Mas a médica faz um alerta importante: o pai da criança não deve ser visto como "rede de apoio", e sim como cuidador, com responsabilidade direta. Já a rede de apoio precisa aprender a oferecer o que aquela mãe realmente precisa e não apenas aquilo que acredita ser necessário.

Muitas vezes, o sofrimento materno aparece de forma silenciosa: afastamento social, descuido consigo mesma, irritabilidade constante, sensação de vazio e um cansaço emocional que ultrapassa o físico. Aos poucos, muitas mulheres vão se apagando sem perceber.

Esse cuidado não impacta apenas a mãe, mas também o bebê. Nos primeiros momentos da vida, o corpo da mãe funciona como uma espécie de regulador emocional para a criança. Quando a mãe está emocionalmente adoecida, pode ter mais dificuldade em transmitir segurança. Isso não significa culpa, mas sim a necessidade de acolhimento e tratamento.

Para mulheres com histórico de ansiedade, depressão ou outros transtornos, o acompanhamento durante a gestação e o puerpério é ainda mais importante. Existem tratamentos e medicações seguras quando bem indicados. Como reforça a Dra. Isabella, o maior risco não é estar medicada com acompanhamento, mas viver um sofrimento psíquico sem tratamento.

No fim, a mensagem é simples e necessária: mães não precisam dar conta de tudo. Não precisam ser perfeitas. Precisam ser humanas. Como lembra a médica a partir de Winnicott, basta ser "boa o suficiente".

Falar sobre saúde mental materna não torna uma mulher menos mãe. Torna essa mulher mais acolhida, mais consciente e mais livre para viver a maternidade sem silenciar suas dores. Porque cuidar da mãe também é cuidar do bebê.

Dra. Isabella Martins
CRM 44790
Saúde mental da mulher | Médica | Psicanalista em formação
Instagram: @psica.me





AMAMENTAÇÃO COM ACOLHIMENTO, **CIÊNCIA** E **HUMANIDADE**

Falar sobre amamentação é falar sobre vínculo, cuidado, informação e, acima de tudo, acolhimento. Em um cenário em que tantas mães ainda enfrentam inseguranças, dores, julgamentos e o excesso de informações desencontradas, o trabalho desenvolvido pela médica Ana Carolina Lorga Salis reflete uma atuação sensível e inovadora no cuidado às famílias.

Por meio de atendimentos domiciliares, ela aproxima o cuidado especializado da rotina familiar, oferecendo suporte qualificado às mães que desejam vivenciar o processo da amamentação de forma mais leve, segura e acolhedora.

Formada em Medicina pela FAMERP, pediatra titulada pela Sociedade Brasileira de Pediatria e especialista em Medicina da Amamentação, Ana Carolina é certificada internacionalmente em Lactação Humana pelo IBLCE e atua exclusivamente no cuidado e acompanhamento de famílias que amamentam.

Mãe de três filhos, ela une experiência clínica, prática assistencial e produção científica em uma atuação profundamente humanizada, baseada em evidências científicas e no olhar individualizado para cada mãe e bebê. Em São José do Rio Preto, realiza atendimentos domiciliares em amamentação, acompanhando famílias desde o pré-natal até o desmame, sempre com foco na prevenção de dificuldades, no fortalecimento da confiança materna e no acolhimento sem julgamentos.

Mais do que ensinar técnicas, Ana Carolina acredita que a amamentação precisa ser compreendida em toda a sua complexidade. Segundo ela, um dos maiores desafios atuais é justamente o contraste entre o excesso de informações disponíveis e a falta de orientação qualificada.
"Amamentar não depende apenas de querer ou saber. A amamentação envolve fatores biológicos, emocionais, sociais e culturais. Muitas mães chegam ao pós-parto exaustas, inseguras e vulneráveis, e acabam recebendo orientações superficiais ou contraditórias", explica.

Para a médica, existe ainda uma romantização da amamentação que pode gerar culpa e sofrimento emocional. A ideia de que amamentar é algo sempre instintivo, fácil e naturalmente prazeroso faz com que muitas mulheres se sintam incapazes quando encontram dificuldades reais no processo.

"Reconhecer que a amamentação também pode ser desafiadora não enfraquece sua importância. Pelo contrário: humaniza essa experiência e protege a saúde emocional da mulher", reforça.

Outro ponto destacado por Ana Carolina é a importância da preparação ainda durante a gestação. Segundo ela, muitas dificuldades poderiam ser prevenidas com uma consulta específica sobre amamentação no pré-natal, permitindo que a família receba informações corretas, identifique fatores de risco e chegue ao pós-parto com mais segurança.

Ela também alerta sobre os impactos emocionais envolvidos nesse período. Ansiedade, exaustão, privação de sono, insegurança e falta de rede de apoio podem interferir diretamente na experiência da amamentação e até mesmo na ejeção do leite.

"A amamentação não acontece apenas no corpo. Ela acontece também no contexto emocional em que essa mulher está inserida", afirma.

Em sua atuação, Ana Carolina trabalha para que a mãe se sinta vista, acolhida e respeitada, independentemente de como sua trajetória na amamentação aconteça. Para ela, o papel do profissional não é cobrar performance, mas oferecer ciência, escuta e caminhos possíveis.

Além da assistência prática às famílias, Ana Carolina também atua na capacitação de equipes hospitalares em manejo clínico da amamentação, contribuindo para a formação de profissionais mais preparados para lidar com os desafios reais do aleitamento materno.

Autora do capítulo "Atenção às Famílias LGBTQIAPN+", publicado no livro Amamentação: Bases Científicas, e coautora da obra Fundamentos de Lactação, ela também se destaca como palestrante nas áreas de lactação, diversidade e inclusão LGBTQIA+.

Seu trabalho representa um olhar moderno, humano e científico sobre a amamentação, um cuidado que vai além do leite e alcança também a saúde emocional, o vínculo e o respeito às individualidades de cada família.

"Mais do que alimentar um bebê, a amamentação também fala sobre acolher uma mulher em um dos momentos mais intensos e transformadores da vida", finaliza.

Ana Carolina Lorga Salis
Médica Pediatra | Consultora Internacional em Amamentação (IBCLC) - CRM-SP 82.832
Instagram: @somosamamentacao





QUANDO **AS TELAS** OCUPAM O LUGAR DA **INFÂNCIA**

NEUROPEDIATRA ALERTA SOBRE OS IMPACTOS DO EXCESSO DE ESTÍMULOS DIGITAIS NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Vivemos em uma geração hiperconectada. Celulares, tablets, televisão e vídeos rápidos passaram a fazer parte da rotina das crianças cada vez mais cedo. Em muitos lares, as telas acabam funcionando como distração, entretenimento e até mesmo uma forma de acalmar os filhos no dia a dia.

Mas até que ponto isso pode impactar o desenvolvimento infantil?
Segundo a Dra Regina Albuquerque, os primeiros anos de vida representam uma das fases mais importantes para a formação do cérebro da criança. É nesse período que milhões de conexões neurais são criadas a partir das experiências vividas, como brincadeiras, interação social, movimento, linguagem e contato com o ambiente.

"O maior problema não é apenas a tela em si, mas tudo aquilo que a criança deixa de vivenciar enquanto permanece conectada", explica.

De acordo com a especialista, quando a criança passa muitas horas em contato com estímulos digitais, o cérebro deixa de receber experiências fundamentais para o neurodesenvolvimento saudável. Isso pode impactar diretamente áreas relacionadas à atenção, fala, aprendizagem, controle emocional e habilidades sociais.

O cérebro infantil realmente muda?
Estudos recentes de neuroimagem mostram que sim. Pesquisas utilizando ressonância magnética funcional demonstram que o excesso de telas pode provocar alterações estruturais e funcionais no cérebro infantil, especialmente nos primeiros anos de vida, período considerado de maior plasticidade cerebral.

Um dos estudos mais conhecidos, realizado pelo Cincinnati Children's Hospital, observou que crianças com maior tempo de exposição às telas apresentavam alterações na substância branca cerebral, estrutura responsável pela comunicação entre diferentes áreas do cérebro — principalmente em regiões ligadas à linguagem e alfabetização.

Além disso, outros estudos apontam dificuldades relacionadas à atenção, memória, funções executivas, autocontrole e regulação emocional.

Irritabilidade, ansiedade e dificuldade com frustrações
Na prática clínica, muitos pais relatam perceber os filhos mais irritados, ansiosos, agitados e impacientes. Segundo a neuropediatra, isso também pode ter relação direta com o excesso de estímulos digitais.

"As telas oferecem estímulos muito rápidos, intensos e altamente recompensadores. O cérebro passa a se acostumar com esse padrão de hiperestimulação, fazendo com que a criança tenha mais dificuldade para lidar com espera, tédio e atividades mais lentas", explica.

Como consequência, muitas crianças passam a apresentar crises quando a tela é retirada, dificuldade de concentração, impulsividade e baixa tolerância à frustração.

A fase mais sensível da infância
Os primeiros cinco anos de vida são considerados os mais delicados quando o assunto é exposição às telas. Isso porque é justamente nesse período que o cérebro desenvolve habilidades fundamentais como linguagem, coordenação motora, interação social, atenção e autorregulação emocional.

Quanto mais precoce e excessivo for o contato com telas, maiores podem ser os impactos no desenvolvimento.

Entre alguns sinais de alerta estão:
* irritabilidade frequente;
* ansiedade excessiva;
* dificuldade de concentração;
* atraso na fala;
* pouco contato visual;
* redução do interesse por brincadeiras;
* dificuldade de interação social;
* dependência da tela para se acalmar.

Tecnologia com equilíbrio
Apesar dos alertas, a especialista reforça que a tecnologia não precisa ser encarada de forma radical. O mais importante é o uso consciente, supervisionado e adequado para cada faixa etária.

"A tecnologia pode ter benefícios quando utilizada com propósito educativo, tempo limitado e participação dos pais. O problema surge quando ela substitui experiências essenciais da infância", afirma.

Segundo recomendações da American Academy of Pediatrics (AAP):
* menores de 18 meses devem evitar telas, exceto videochamadas;
* entre 18 e 24 meses, o uso deve ser ocasional e sempre acompanhado pelos pais;
* dos 2 aos 5 anos, o ideal é limitar a até 1 hora diária de conteúdo educativo e supervisionado;
* acima dos 6 anos, é importante estabelecer limites equilibrando sono, atividade física, escola, convivência social e lazer.

Brincar ainda é essencial
Em um mundo cada vez mais conectado, a neuropediatra reforça que proteger a infância continua sendo uma das formas mais importantes de cuidar da saúde mental e neurológica das crianças.

"O cérebro infantil aprende através do corpo e das experiências vividas. Brincadeiras ao ar livre, esportes, movimento, leitura, conversa e interação familiar continuam sendo fundamentais para o desenvolvimento saudável", finaliza.

Porque no fim, nenhuma tecnologia substitui aquilo que a infância mais precisa: presença, experiências reais e conexão humana.

Dra Regina Albuquerque
Neuropediatra – CRM 61.107/SP
Chefe da Neuropediatria e do Ambulatório de Autismo – FAMERP
Instagram: @drareginaalbuquerque







MR FOTOGRAFIA: FOTOGRAFANDO O QUE O TEMPO NÃO APAGA

À frente da MR Fotografia, Marília Ramos transformou sua paixão pela fotografia em uma missão: eternizar histórias, sentimentos e fases únicas da vida.

Especialista em ensaios newborn, gestantes, bebês e família, Marília atua há mais de nove anos registrando mais do que imagens. Seu olhar sensível busca capturar sorrisos, abraços, olhares, lágrimas, beijos e pequenos detalhes que carregam significado e permanecem vivos na memória.

Com o lema de registrar aquilo que o tempo não apaga, a MR Fotografia se dedica a criar lembranças afetivas, verdadeiras e cheias de emoção. Porque cada fase passa, mas uma fotografia tem o poder de fazer aquele momento durar para sempre.

Galeria Figueira
Av. Silvio Dela Roveri, 650 - Jardim Vista Alegre
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 8817-1300
Instagram: @mrfotografiamarilia



MUITO ALÉM DOS BRINQUEDOS: A ESSÊNCIA DA CASA LÚDICA

A Casa Lúdica nasceu do olhar sensível de Fernanda e Fabiano Nogueira sobre a infância, o brincar e os momentos em família. Mais do que uma loja, o espaço foi criado com o propósito de transformar o brincar em uma experiência de conexão, desenvolvimento e criação de memórias afetivas. Com uma curadoria especial de brinquedos educativos, pedagógicos e terapêuticos, além de playgrounds e mobiliários, a Casa Lúdica valoriza a criatividade, a imaginação e o aprendizado em todas as idades. Em um mundo cada vez mais acelerado e digital, o espaço resgata a importância do brincar como ferramenta essencial para o desenvolvimento infantil e para fortalecer os vínculos familiares, oferecendo um ambiente acolhedor, afetivo e cheio de significado.



Rua Delegado Pinto de TOLEDO, 3231 - Centro
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9752-6478
Instagram: @casaludicariopreto





NINHO DO BEBÊ:

ONDE O CUIDADO COMEÇA PELO VÍNCULO

IDEALIZADO PELA PEDIATRA DRA. CLAUDIA BOUTROS CARVALHO, O PROJETO NINHO DO BEBÊ ACOLHE BEBÊS DE 0 A 3 ANOS E SUAS FAMÍLIAS COM UM OLHAR INTEGRADO, HUMANIZADO E TRANSFORMADOR

O início da vida carrega uma potência imensa. É na primeiríssima infância que se formam bases emocionais, cognitivas, físicas e relacionais que acompanharão o ser humano por toda a vida. Foi a partir dessa compreensão, e de uma inquietação vivida diariamente na prática clínica, que nasceu o Projeto Ninho do Bebê, idealizado pela Dra. Claudia Carvalho, médica pediatra.

Como pediatra, Dra. Claudia observava mães exaustas, inseguras e muitas vezes sozinhas diante do sofrimento de seus bebês. Eram crianças pequenas com choro intenso, dificuldades para dormir, mamar, vômitos recorrentes, alterações no tônus corporal e sinais de sofrimento físico e emocional. Ao mesmo tempo, havia famílias sem acesso a um cuidado integrado, capaz de olhar não apenas para sintomas, mas para o bebê em sua totalidade e para a relação construída ao seu redor.

Foi assim que, em abril de 2017, o Ninho do Bebê começou com cinco profissionais unidos por um propósito comum: criar um espaço onde o bebê pudesse ser visto por inteiro. Em 2018, o projeto se tornou uma associação voltada ao atendimento de bebês de 0 a 3 anos em São José do Rio Preto.

Um olhar para além dos sintomas

No Ninho do Bebê, o bebê não é visto de forma fragmentada. Ele não é apenas "o bebê da fala", "do motor" ou "do comportamento". Ele é compreendido como um ser integral, formado por corpo, emoção, vínculo, linguagem, desenvolvimento e história.

Esse é o sentido do atendimento transdisciplinar: diferentes profissionais pensam juntos sobre cada criança e sua família. O olhar pediátrico dialoga com a psicologia, fonoaudiologia, terapia ocupacional, fisioterapia, osteopatia e outras áreas, construindo um cuidado compartilhado.

Cuidar cedo transforma trajetórias

Para a Dra. Claudia, olhar para a primeiríssima infância é essencial porque é nesse período que se constroem conexões fundamentais para toda a vida. O bebê humano nasce extremamente dependente e precisa de alimento, proteção, presença emocional, vínculo, previsibilidade e acolhimento.

Quando algo falha nesse começo, seja por prematuridade, adoecimento, separações precoces, sofrimento dos pais ou fragilidades familiares — os impactos podem aparecer no desenvolvimento emocional, cognitivo e físico. Mas esse olhar não tem relação com culpa. Tem relação com cuidado, prevenção e transformação.

O vínculo como base do desenvolvimento

Um dos trabalhos mais importantes do Ninho do Bebê é ajudar os pais a enxergarem o bebê. Muitas famílias chegam tomadas pelo medo, pela culpa ou pela exaustão, sem perceber os sinais que a criança já comunica.

O bebê fala antes das palavras. Ele comunica pelo olhar, pelo choro, pelo corpo, pelo sono, pela alimentação, pela irritabilidade, pelo silêncio excessivo, pela forma como busca ou evita o contato. Aprender a escutar essa linguagem é parte essencial do cuidado.

Acolher também é salvar

O projeto também atua no acolhimento de famílias em contextos delicados, como a UTI neonatal. Para muitas mães, esse ambiente é marcado pelo medo, pela insegurança e pela angústia. Muitas vezes, diante do risco de perder o bebê, a conexão se desloca para os aparelhos, exames e monitores.

O trabalho do Ninho é humanizar esse encontro. Validar a dor, sem minimizá-la. Ajudar a mãe a reencontrar seu bebê para além da incubadora. Porque, mesmo na UTI, vínculo também salva.

De um pequeno grupo a uma rede de cuidado

O que começou de forma simples, com poucos atendimentos e profissionais voluntários, cresceu movido por propósito. Antes da pandemia, o Ninho atendia gratuitamente cerca de 15 a 16 famílias. Hoje, conta com uma pequena equipe contratada e muitos voluntários, atendendo 82 famílias no projeto.

Além disso, mais de 800 famílias de bebês de 0 a 3 anos e gestantes da periferia de Rio Preto recebem visitas domiciliares por meio de uma parceria com a Secretaria de Desenvolvimento Social, dentro do programa federal Criança Feliz.

O futuro começa no colo

Em um mundo acelerado, o Ninho do Bebê lembra que o desenvolvimento não acontece no atropelo. O bebê precisa de tempo, repetição, presença e observação. Aprender não é acelerar. É maturar.

Investir na primeiríssima infância não é apenas um gesto assistencial. É uma decisão ética, social e civilizatória. Cada bebê que encontra presença, vínculo, escuta e cuidado tem mais chances de se tornar uma criança emocionalmente segura, um adolescente menos vulnerável e um adulto mais capaz de criar laços, pensar e contribuir com o mundo.

O sonho do Ninho do Bebê é que nenhum bebê precise sofrer sozinho, que nenhuma família se sinta perdida sem acolhimento e que o cuidado precoce deixe de ser privilégio para se tornar direito.

Rua Dr. Antônio Belini, 120 - Bosque da Saúde
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9756-5466
Instagram: @projetoninhodobebe
Site: www.projetoninhodobebe.com.br



O CORAÇÃO QUE COMEÇA A SER CUIDADO

ANTES MESMO DO NASCIMENTO



A medicina fetal evoluiu de forma impressionante nos últimos anos. E dentro desse universo, a cardiologia fetal vem permitindo algo que até pouco tempo parecia impossível: identificar alterações cardíacas ainda durante a gestação, com precisão e antecedência.

Para a Dra. Marilia Maroneze, cardiologista pediátrica fetal, um dos avanços mais impactantes está justamente na capacidade de avaliar o coração do bebê ainda intraútero de maneira extremamente detalhada.

"Hoje conseguimos identificar alterações cardíacas em fases muito mais precoces da gestação. A evolução dos aparelhos de ultrassom, da ecocardiografia fetal e a integração com exames genéticos mudaram completamente a forma como acompanhamos esses bebês", explica.

Além da avaliação da anatomia e do funcionamento cardíaco, a medicina atual também consegue correlacionar algumas alterações com síndromes e condições genéticas ainda durante a gravidez. Exames como o NIPT ampliaram a capacidade de investigação fetal de forma não invasiva, permitindo diagnósticos mais completos e um planejamento muito mais seguro para a gestação e o nascimento.

Segundo a especialista, grande parte do aumento nos diagnósticos de cardiopatias está relacionada justamente à evolução da medicina diagnóstica.

"Antigamente, muitas cardiopatias só eram descobertas após o nascimento, algumas apenas quando o bebê apresentava sintomas graves. Hoje conseguimos identificar essas alterações ainda durante a gestação, o que muda completamente o acompanhamento e o planejamento desse nascimento", destaca.

Mas ela também faz um alerta importante sobre o perfil das gestações atuais. O aumento da idade materna, as doenças metabólicas e o crescimento das técnicas de reprodução assistida contribuíram para um cenário gestacional mais complexo.

E quando falamos sobre saúde fetal, o cuidado com a mãe ocupa papel fundamental. Controle adequado de doenças como diabetes, hipertensão e obesidade, alimentação equilibrada, sono, saúde emocional e acompanhamento pré-natal adequado fazem parte desse cuidado.

"Mais do que buscar uma gestação perfeita, o importante é que essa mulher tenha acompanhamento próximo e individualizado. O objetivo nunca é gerar culpa ou medo, mas mostrar que cuidar da saúde materna também é uma forma de cuidar diretamente da saúde do bebê", afirma.

A Dra. Marília também chama atenção para o impacto da saúde emocional durante a gestação. Ansiedade, estresse intenso e privação de sono não devem ser negligenciados.

"A gestação é um período extremamente sensível. O bem-estar materno faz parte do cuidado fetal. Precisamos olhar para essa mulher de forma integral", ressalta.
Ela reforça ainda a importância do pré-natal investigativo e preventivo. Muitas pessoas acreditam que os exames servem apenas para "ver o bebê", quando, na verdade, eles representam ferramentas fundamentais de cuidado, prevenção e planejamento.

"O diagnóstico pré-natal permite identificar situações que podem impactar diretamente a gestação, o parto e a saúde do recém-nascido. Em medicina fetal, tempo faz muita diferença", explica.

Existem casos em que o bebê precisa nascer em um centro especializado, com suporte imediato e equipe multidisciplinar preparada. E saber disso antecipadamente pode mudar completamente o prognóstico e a qualidade de vida da criança.

Felizmente, os avanços não estão apenas no diagnóstico. Hoje existem centros especializados, UTIs neonatais mais estruturadas e cirurgias cardíacas pediátricas cada vez mais avançadas, trazendo mais segurança e melhores perspectivas para essas famílias.

Ao falar sobre conscientização, a Dra. Marília reforça que informação de qualidade é uma ferramenta de acolhimento.

"Muitas vezes, receber um diagnóstico ou até a solicitação de um exame gera ansiedade. E é justamente nesse momento que a informação faz diferença. Ela transforma medo em entendimento, e entendimento em planejamento e cuidado."

Ela também faz questão de desconstruir um dos maiores mitos relacionados à cardiologia fetal: a ideia de culpa materna.

"Na maioria das vezes, as cardiopatias congênitas acontecem por fatores multifatoriais e não por algo que a mãe fez ou deixou de fazer."

Por fim, a especialista reforça que a tecnologia vem sendo uma grande aliada da medicina fetal, oferecendo diagnósticos mais precisos e mais segurança para mães e bebês.

"A tecnologia não substitui o cuidado humano. Mas ela potencializa nossa capacidade de cuidar com antecedência, precisão e segurança", finaliza.

Dra. Marilia Maroneze Brun
Médica Cardiologista pediátrica e fetal
CRM-SP: 212.167 | RQE: 1.041.351
Instagram: @dramarilia.cardioped





O DESENVOLVIMENTO VISUAL NA INFÂNCIA:

O QUE TODOS OS PAIS E MÃES PRECISAM SABER

A primeira infância – dos zero aos seis anos de idade – é a fase de maior desenvolvimento físico, neurológico, emocional e social da criança. Por isso, é fundamental manter um acompanhamento periódico com o médico oftalmologista para garantir que a visão esteja se desenvolvendo de forma saudável.

Logo após o nascimento, ainda na maternidade e antes da alta hospitalar, é realizado o teste do olhinho. Esse exame tem como principal objetivo identificar alterações oculares importantes, como catarata congênita e tumores intraoculares.

No primeiro ano de vida, o bebê deve passar pela primeira consulta oftalmológica completa, incluindo o exame de fundo de olho. Essa avaliação é essencial para detectar possíveis alterações que possam comprometer o desenvolvimento visual adequado da criança.

Com o crescimento, o acompanhamento oftalmológico deve ser anual. O exame completo permite avaliar a saúde ocular e identificar possíveis erros refracionais, conhecidos popularmente como "grau de óculos", como miopia, hipermetropia e astigmatismo. Essas alterações podem causar visão desfocada ou distorcida, impactando diretamente o rendimento escolar, o aprendizado e até o desenvolvimento de habilidades cognitivas e sociais.

Entre os quatro e seis anos, as crianças também passam a ter maior contato com telas, como tablets e celulares, muitas vezes utilizados para entretenimento, jogos e vídeos. O excesso de exposição pode favorecer o surgimento e a progressão da miopia infantil.

A Sociedade Brasileira de Oftalmologia recomenda que crianças menores de dois anos não tenham contato com telas. Para crianças de dois a cinco anos, o limite indicado é de até uma hora por dia. Já entre seis e dez anos, o ideal é limitar o uso a no máximo duas horas diárias.

Por outro lado, estudos recentes mostram que atividades ao ar livre, como esportes e brincadeiras em ambientes externos, funcionam como fatores de proteção contra a progressão da miopia. Além de afastarem as crianças das telas, essas atividades estimulam o desenvolvimento visual, motor, sensorial e cognitivo de forma mais saudável.

Cuidar da saúde visual infantil é investir no futuro. Uma criança que enxerga bem consegue explorar melhor o mundo ao seu redor, desenvolver todo o seu potencial e crescer com mais qualidade de vida, aprendizado e autonomia. Afinal, enxergar bem também é uma forma de permitir que cada criança vá "ao infinito e além".

Dra. Carolina Assis Pereira Vilela
Médica Oftalmologista
CRM 142427 SP - RQE: 58849
Instagram: @dracarolinaassisoftalmo





ENDOSCOPIA PEDIÁTRICA:

QUANDO INVESTIGAR É TAMBÉM UM ATO DE CUIDADO

Por Dra. Nathália Guarnetti

Quando se fala em endoscopia e colonoscopia em crianças, é muito comum que os pais sintam medo ou associem os exames a algo extremamente invasivo. Mas, na prática, esses procedimentos representam ferramentas importantes para compreender os sinais que o corpo infantil está tentando comunicar. Na gastroenterologia pediátrica, os exames são indicados principalmente quando existem sintomas persistentes, como dores abdominais frequentes, refluxo importante, vômitos recorrentes, dificuldade alimentar, sangramento nas fezes, anemia sem explicação, perda de peso, constipação severa ou alterações intestinais prolongadas.

Nos últimos anos, os consultórios têm recebido um número cada vez maior de crianças com queixas gastrointestinais. Dor abdominal recorrente, distensão, constipação, refluxo, intolerâncias alimentares, alergias e até doenças inflamatórias intestinais têm se tornado mais frequentes. Muitas dessas crianças chegam após longos períodos de sofrimento, ouvindo que "isso é normal da infância" ou que "é apenas emocional". Mas o corpo infantil sempre encontra formas de demonstrar quando algo não está bem.

Hoje, entende-se que o intestino não funciona isoladamente. Existe uma conexão muito íntima entre saúde intestinal, emoções, comportamento e estilo de vida. Alimentação rica em ultraprocessados, excesso de telas, sono inadequado, ansiedade e rotina acelerada impactam diretamente o funcionamento intestinal das crianças. O intestino conversa o tempo todo com o cérebro e com o ambiente em que a criança vive. Por isso, sintomas gastrointestinais também podem estar relacionados ao emocional, assim como alterações intestinais podem interferir no humor, no sono, no comportamento e na qualidade de vida.

A dor abdominal, por exemplo, pode até acontecer de forma pontual em algumas fases da infância. Mas quando ela se torna frequente, interfere na alimentação, no sono, nas brincadeiras ou no desenvolvimento da criança, merece atenção. Alguns sinais exigem investigação mais aprofundada, como perda de peso, vômitos persistentes, febre, sangue nas fezes, anemia, diarreia prolongada ou dificuldade de crescimento. E mesmo quando a causa é considerada funcional, aquela dor continua sendo real. A criança não está inventando sintomas.

Outro ponto importante é tranquilizar as famílias sobre a realização dos exames pediátricos. Atualmente, todo o preparo é pensado de forma individualizada, respeitando a idade e as necessidades de cada criança. Os exames são realizados em ambiente hospitalar, com monitorização contínua e equipes especializadas em atendimento pediátrico. Além da segurança técnica, existe uma preocupação cada vez maior com o acolhimento emocional da criança e da família durante todo o processo.

A sedação, que costuma gerar medo em muitos pais, também evoluiu muito nos últimos anos. Hoje contamos com protocolos modernos, avaliação individualizada, monitorização constante e medicamentos que proporcionam mais conforto e recuperação rápida, tornando os procedimentos bastante seguros.

Mais do que buscar diagnósticos, o grande objetivo é olhar para a criança de forma integral. Saúde intestinal não envolve apenas exames ou alimentação. Ela também passa pelo emocional, pelos vínculos familiares, pela rotina, pela qualidade do sono, pelo ambiente e pela forma como a criança é acolhida em suas dores e necessidades.

O corpo infantil sempre encontra uma maneira de pedir ajuda — seja através da dor, da dificuldade alimentar, das alterações intestinais ou até mesmo das mudanças de comportamento. Escutar esses sinais com atenção, sem minimizar o sofrimento da criança, pode transformar não apenas o tratamento, mas toda a qualidade de vida daquela infância.

Dra. Nathália Guarnetti
Médica Cirurgiã Geral - CRM-SP 163.761
Instagram: @dra.nathaliaguarnetti

INTEGRAGIS:

UM OLHAR ACOLHEDOR E HUMANIZADO PARA ADOLESCENTES NEURODIVERGENTES

Em um mundo onde cada vez mais se fala sobre neurodivergência, ainda existe uma necessidade urgente de ampliar o olhar sobre o desenvolvimento, o acolhimento e a individualidade de cada adolescente. Foi justamente desse propósito que nasceu o Integragis, um espaço idealizado para enxergar além dos diagnósticos e oferecer um atendimento verdadeiramente humanizado.

À frente desse trabalho estão as profissionais Renata Tosta, terapeuta ocupacional há mais de 22 anos, e Juliana Frias Carneiro, psicóloga e analista do comportamento, que uniram experiência, sensibilidade e propósito para construir um ambiente voltado ao desenvolvimento integral de adolescentes neurodivergentes e suas famílias.

Mais do que um espaço terapêutico, o Integragis nasce com a missão de acolher. A proposta é compreender que a adolescência, por si só, já representa uma fase marcada por mudanças, construção de identidade, desafios emocionais e sociais. Quando somada às questões relacionadas à neurodivergência, essa etapa exige ainda mais escuta, respeito e suporte especializado.

Com uma atuação interdisciplinar, o Integragis integra ABA e Terapia Ocupacional, proporcionando um olhar amplo e conectado às necessidades reais de cada adolescente. Enquanto a ABA contribui para o desenvolvimento de habilidades sociais, comunicação, aprendizagem e comportamentos socialmente significativos, a Terapia Ocupacional trabalha aspectos relacionados à autonomia, participação nas atividades da vida diária, autorregulação emocional e processamento sensorial.

Essa união permite que as intervenções aconteçam de forma mais natural, funcional e alinhada à realidade de cada jovem, respeitando seu tempo, suas potencialidades e sua individualidade.

Segundo as especialistas, um dos maiores desafios ainda está na desinformação sobre a neurodivergência. Muitas famílias chegam carregando medos, inseguranças e dúvidas, quando, na verdade, o mais importante é compreender que neurodivergência não significa incapacidade. Cada adolescente possui formas únicas de aprender, perceber o mundo e se relacionar.

Dentro desse processo, o trabalho desenvolvido pelo Integragis também tem forte atuação no desenvolvimento das chamadas habilidades de vida diária — competências fundamentais para a construção da autonomia. Entre elas estão organização pessoal, higiene, alimentação, manejo de dinheiro, rotina, responsabilidades e participação social. Habilidades que, durante a adolescência, tornam-se essenciais para fortalecer autoestima, independência e preparação para a vida adulta.



Juliana Frias Carneiro e Renata Tosta

Outro diferencial do espaço está justamente no acolhimento não apenas do adolescente, mas também de toda a família. Afinal, muitas vezes, cuidar do adolescente também significa oferecer suporte emocional, orientação e segurança para quem está ao redor dele.

Quando existe uma intervenção adequada, individualizada e respeitosa, os avanços ultrapassam o ambiente terapêutico. É possível observar melhora na autonomia, ampliação das habilidades sociais, fortalecimento da autoestima, maior autorregulação emocional e mais participação nos diferentes contextos da vida, como escola, família e comunidade.

Para Renata e Juliana, o diagnóstico nunca deve ser visto como um ponto final, mas como um ponto de partida. Informação, acolhimento e direcionamento adequado transformam insegurança em esperança e ajudam as famílias a enxergarem possibilidades onde antes existiam apenas dúvidas.

Com um trabalho pautado em propósito, respeito e cuidado, o Integragis busca gerar transformação verdadeira na vida dos adolescentes e de suas famílias, ajudando cada jovem a desenvolver sua autonomia, descobrir suas potencialidades e, acima de tudo, sentir-se pertencente, capaz e valorizado exatamente como é.

Rua Lazaro Camargo Enke, 2264
Jardim Alvorada
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9174-7595
Instagram: @integragis

MUITO ALÉM DO MOVIMENTO:

A MISSÃO DA GÊDOIS COM CRIANÇAS E FAMÍLIAS

Acolher, estimular, incluir e transformar vidas. Foi a partir desse propósito que nasceu a GêDois Rio Preto, um espaço que vai muito além do desenvolvimento motor infantil. À frente do projeto está Rafaela Gambim Ferreira, profissional formada em Educação Física desde 2009, ex-atleta de natação por mais de 20 anos e apaixonada pelo movimento humano.

Durante muitos anos, Rafaela atuou como personal trainer, mas foi através da maternidade que encontrou um novo significado para sua trajetória profissional. A chegada da filha Laura, que nasceu prematura extrema e enfrentou dificuldades motoras importantes, despertou nela um novo olhar sobre a importância da estimulação precoce e do cuidado com crianças atípicas.

A experiência pessoal transformou-se em missão de vida. Foi então que ela trouxe para São José do Rio Preto a franquia Rodrigo Brivio GêDois, do Rio de Janeiro, criando um espaço pensado para oferecer acolhimento, desenvolvimento e qualidade de vida para crianças e suas famílias.

Os sinais que merecem atenção
Nos primeiros anos de vida, alguns sinais podem indicar a necessidade de uma avaliação profissional. Dificuldades para sustentar a cabeça, sentar, engatinhar ou andar dentro do esperado para a idade, alterações no equilíbrio, dificuldades na fala, pouca interação social e sensibilidades sensoriais são alguns dos pontos que merecem atenção.

Rafaela destaca que cada criança possui seu próprio ritmo, mas quando os marcos do desenvolvimento aparecem muito distantes do esperado, a intervenção precoce faz toda a diferença. Quanto antes a criança recebe os estímulos adequados, maiores são as possibilidades de desenvolvimento e autonomia.

A importância da estimulação precoce
Segundo Rafaela, o desenvolvimento infantil acontece de forma integrada. Movimento, aprendizagem, emoção e interação social caminham juntos. Por isso, a estimulação motora precoce vai muito além do aspecto físico.

Ela auxilia no equilíbrio, coordenação motora, consciência corporal e fortalecimento muscular, mas também impacta diretamente a autoestima, a confiança e a segurança emocional da criança. Além disso, o brincar e o movimento favorecem a socialização, a comunicação e a convivência com outras crianças.

Outro ponto importante é que a intervenção precoce permite identificar dificuldades antes que elas interfiram em outras áreas do desenvolvimento, proporcionando um acompanhamento mais assertivo e individualizado.

O olhar para os adolescentes
Um dos grandes diferenciais da GêDois Rio Preto está justamente no atendimento aos adolescentes. Enquanto muitas clínicas encerram os acompanhamentos por volta dos 12 anos, a proposta da GêDois é continuar oferecendo suporte, desenvolvimento e acolhimento também nessa fase da vida, tão importante para a construção da autoestima, autonomia e socialização.

Segundo Rafaela, muitos adolescentes chegam ao espaço carregando inseguranças que vão além do aspecto motor. Dificuldades simples do dia a dia, como andar de bicicleta, participar de atividades em grupo ou se sentir confiantes socialmente, acabam impactando diretamente a autoestima e o desenvolvimento emocional.

Muito além da atividade física
Na GêDois, modalidades como psicomotricidade, judô, natação funcional e atividades inclusivas são utilizadas como ferramentas para estimular o desenvolvimento global da criança.

A psicomotricidade auxilia na coordenação motora, equilíbrio e organização corporal. O judô trabalha disciplina, concentração, respeito às regras e controle emocional. Já a natação funcional proporciona fortalecimento muscular, consciência corporal e estímulos sensoriais importantes.

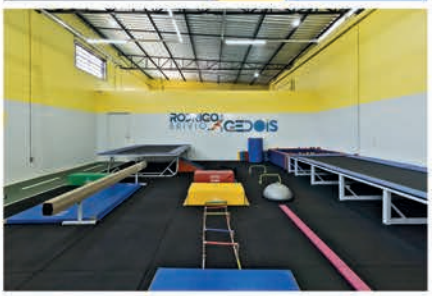
Cada atividade é planejada respeitando as individualidades e potencialidades da criança, sempre com foco no ganho de autonomia, funcionalidade e qualidade de vida.

O acolhimento como parte do processo
Um dos grandes diferenciais da GêDois é justamente o ambiente acolhedor e sem julgamentos. Para Rafaela, o acolhimento também faz parte do processo terapêutico.

Quando a criança se sente segura e respeitada em suas individualidades, ela participa melhor das atividades, cria vínculos com os profissionais e enfrenta desafios com mais confiança. Esse impacto positivo também alcança as famílias, que muitas vezes chegam ao espaço carregando medos, inseguranças e dúvidas sobre o desenvolvimento dos filhos.

A proposta da GêDois é caminhar lado a lado com os pais, oferecendo orientação, escuta e suporte durante todo o processo.







Desenvolvimento com respeito e esperança
Entre as dificuldades mais observadas atualmente estão atrasos motores, dificuldades de equilíbrio, baixa força muscular, alterações posturais, dificuldades de atenção, baixa tolerância à frustração, insegurança e dificuldades de socialização.

Por isso, o trabalho desenvolvido vai além da parte física, buscando fortalecer também a autoestima, a autonomia e a participação da criança nos diferentes ambientes da vida.

Para os pais que vivem esse momento de dúvidas e inseguranças, Rafaela deixa uma mensagem de acolhimento e esperança: buscar ajuda não significa enxergar um problema, mas oferecer oportunidades para que a criança se desenvolva da melhor forma possível.

"Cada conquista deve ser valorizada. O desenvolvimento acontece no tempo, no vínculo e no cuidado diário. E nenhuma família precisa passar por esse processo sozinha."

Rua Reverendo Vidal, 666
Jardim Alto Rio Preto
Contato: (17) 9 9761-6821
Instagram: @rodrigobrivioqedois.riopreto
Site: www.rodrigobrivio.com.br

A PROSPERIDADE FEMININA

COMEÇA QUANDO SUCESSO, IDENTIDADE E PROPÓSITO CAMINHAM JUNTOS

Muito além das finanças, existe uma mulher que busca equilibrar carreira, essência e feminilidade

Antes da estrategista financeira, existe uma mulher que também passou por desafios, reconstruções e amadurecimento. Mãe, empresária e apaixonada pelo mundo financeiro, Thalissa Fogato acredita que prosperidade vai muito além do dinheiro. Para ela, as finanças representam liberdade, segurança, dignidade e autonomia.

Especialista em finanças para mulheres e negócios nas áreas da saúde, estética e beleza, Thalissa atua há mais de 20 anos no mercado financeiro, ajudando mulheres e empresas a construírem crescimento com consciência, estrutura e planejamento.

Embora sua trajetória tenha iniciado no universo masculino, como gerente em agência bancária, foi fundando sua empresa de consultoria e buscando seu desenvolvimento profissional que teve a oportunidade de se relacionar e atender um público predominantemente feminino, identificando neste um perfil em comum entre mulheres extremamente competentes: a dificuldade em prosperar com equilíbrio e independência.

"Muitas mulheres trabalham para ganhar seu dinheiro, sabem liderar e entregar resultados, mas não aprenderam a gerir e direcionar o que ganham para construírem sua independência financeira, o que muitas vezes as tornam dependentes de relações, opiniões e decisões de terceiros sobre sua própria vida", explica.

Foi justamente essa percepção que transformou sua missão profissional. Mais do que organizar números, Thalissa passou a ajudar mulheres a ressignificarem a relação com o dinheiro para resgatarem valores, identidade, autoestima e propósito.

Mulheres fortes... mas sobrecarregadas
Na visão de Thalissa, muitas mulheres lideram empresas, possuem altos cargos, sustentam famílias, administram ambientes inteiros e, ainda assim, vivem sem sensação de prosperidade.

Segundo ela, o problema raramente está na capacidade técnica. Em muitos casos, a raiz está ligada a não transformar sua competência em posicionamento estratégico, equilíbrio e prosperidade verdadeira

A relação entre dinheiro, autoestima e identidade feminina
Para ela, a organização financeira vai muito além de planilhas. Uma mulher precisa entender sobre dinheiro, saber investir, se interessar e estudar sobre finanças. Mas a principal barreira que a maioria esbarra, está relacionada à autoestima, a se sentir capaz e merecedora de ter sucesso e isso está enraizado à cultura, crenças, insegurança emocional e à autonomia feminina.

"Construir uma independência financeira saudável devolve algo muito importante para a mulher: liberdade de escolha."

A própria Thalissa compartilha que também viveu fases de extrema dedicação profissional em busca da construção da sua independência financeira.

"Sou muito grata por tudo o que construí. Aprendi muito cedo a ter minha própria renda, a lidar com o dinheiro e isso com o tempo me trouxe maior controle e certa estabilidade. Mas hoje entendo que prosperidade verdadeira também envolve presença, maturidade emocional e coerência com aquilo que acreditamos.

Minha própria trajetória me mostrou que é possível crescer profissionalmente sem perder a essência feminina ou viver aprisionada pela culpa e pela necessidade constante de provar valor."

Ela explica que uma mulher financeiramente equilibrada consegue se posicionar, estabelecer limites e tomar decisões com mais consciência e viver relações menos embaseada no medo ou na dependência.

Thalissa também acredita que o fortalecimento feminino acontece de forma muito mais saudável quando existe apoio entre mulheres e incentivo dentro da própria estrutura familiar.

"Quando uma mulher é apoiada, valorizada e respeitada dentro da sua casa, nos seus relacionamentos e na sua trajetória profissional, ela se sente mais segura para crescer, liderar e prosperar."

Para ela, mulheres fortes não constroem apenas carreiras brilhantes, elas fortalecem famílias e inspiram outras mulheres a encontrarem sentido em ter uma vida próspera.

Maternidade: quando a mulher precisa lembrar que também importa
A maternidade transforma completamente a vida de uma mulher. Mudam as prioridades, o corpo, a rotina e a identidade. E nesse processo, muitas mães acabam deixando seus próprios sonhos e objetivos em segundo plano.

Para Thalissa, um dos maiores desafios é entender que cuidar de si mesma não é egoísmo, é auto responsabilidade.

"Uma mãe que possui esta mentalidade consciente, se fortalece e proporciona estrutura a toda sua família"

Ela acredita que a mulher pode, sim, conciliar maternidade, carreira, propósito e feminilidade de forma leve e equilibrada.

"O verdadeiro sucesso feminino não está em escolher entre família ou carreira. Está em estabelecer relações saudáveis que constroem uma vida onde ambos possam prosperar com equilíbrio."

Ganhar dinheiro é diferente de construir prosperidade
Na visão da mentora, ganhar dinheiro e prosperar são coisas completamente diferentes.

"Ganhar dinheiro é circunstancial. Prosperidade é construção, e mais profundo, envolve equilíbrio emocional, inteligência financeira, planejamento, qualidade de vida e visão de futuro".

Hoje, Thalissa vê muitas mulheres que não conseguem desfrutar da própria construção.

"A verdadeira prosperidade não deveria custar a saúde, a identidade ou a presença dentro da própria família, por um tempo pode ser até necessário, mas é preciso estabelecer limites."

No universo empresarial, ela acompanha diariamente mulheres extremamente competentes que sustentam grandes responsabilidades, mas sobrecarregadas por falta de estrutura, gestão e posicionamento estratégico.



Para Thalissa, um negócio liderado por uma mulher tem a necessidade de ser financeiramente saudável para sustentar sua vida e não consumir sua essência.

O dinheiro como ferramenta de liberdade
Uma das maiores transformações que Thalissa já testemunhou foi a mudança comportamental que acontece quando uma mulher aprende a se posicionar e ser independente financeiramente.

"Ela muda a forma como se enxerga, se comunica, se posiciona e se relaciona em cargos, ambientes e parcerias."

Segundo ela, quando uma mulher fortalece sua vida emocional e financeira, ela reconhece o seu valor e deixa de permanecer em ambientes que drenam sua energia ou silenciam sua essência.

A nova geração de mulheres não quer escolher entre sucesso e família
Thalissa acredita que a nova geração feminina está mais consciente e preparada para construir e conquistar a independência financeira sem abrir mão da própria identidade.

"Elas não querem se sentir culpadas em escolher entre sucesso profissional ou presença na família. Querem liberdade para escolher crescer com propósito e equilíbrio, essa é a verdadeira prosperidade para uma mulher."

O diferencial do trabalho de Thalissa Fogato está na sua metodologia que une planejamento financeiro pessoal e empresarial, inteligência emocional e comportamental, posicionamento estratégico e propósito.

Para ela, "Prosperidade não é apenas crescer financeiramente. É construir uma vida com valores, consciência, equilíbrio e propósito."

Para finalizar, na visão de Thalissa, as chaves que constroem a verdadeira prosperidade estão no equilíbrio entre áreas essenciais da vida, como: espiritual, emocional, mental, física, relacional e financeira, permitindo que a mulher prospere sem perder sua essência.

"Quando uma mulher prospera com consciência e maturidade, ela não transforma apenas a própria vida, ela transforma toda uma geração ao seu redor."

Contato: (17) 9 9659-8480
Instagram: @thalissafogato

ANTES DE MIM, **EXISTIU ELA**

Neste mês em que celebramos o amor e a força das mães, me peguei olhando para trás e percebendo que a mulher que me tornei hoje começou nela: na minha mãe, Maria Rosângela da S. Molina.

A Tamara mulher, mãe, empresária, forte e determinada, só existe porque teve ao lado uma mulher ainda mais forte, que nunca permitiu que eu desistisse dos meus sonhos. Uma mulher que, muitas vezes, não teve as oportunidades que eu tive, mas fez questão de que eu agarrasse cada uma delas.

Mesmo quando a vida apertava, quando tudo parecia impossível, ela sempre olhava para mim e dizia: "Vai. Vai que eu dou um jeito." E ela dava.

Minha mãe talvez não tenha tido o caminho mais fácil, mas transformou cada dificuldade em força para que eu pudesse ir mais longe. Tudo o que ela não viveu, lutou para que eu pudesse viver. E isso é amor na sua forma mais pura.

Sou profundamente grata à mulher que ela é, à mãe que ela foi e continua sendo, e à inspiração que representa na minha vida. Porque essa nova versão de mim nasceu de versões anteriores. E a minha maior referência, minha maior inspiração, sempre foi ela.

Hoje, talvez eu não tenha exatamente a força que ela teve, mas carrego comigo tudo o que ela me ensinou: a coragem, a responsabilidade, a sensibilidade e a capacidade de pensar no amanhã. Aprendi com ela a enfrentar a vida, a trabalhar com previsibilidade, a cuidar da minha família e, principalmente, a ser mãe.



Tudo o que sou hoje, e tudo o que construo na criação da minha filha, vem da educação que recebi dessa mulher grandiosa, linda e inesquecível.

E eu espero que você, que está lendo esta matéria, possa abraçar sua mãe, agradecer por ela ou até mesmo reconhecer em si esse papel tão essencial na vida de alguém. Porque acolher, incentivar e acreditar em alguém transforma destinos... e isso jamais será esquecido.

Mãe, seja sempre feliz e homenageada todos os dias. Obrigada por ser minha origem, minha força e a melhor parte de mim.

Tamara Molina – Diretora Colégio Superius

Rua Antônio de Godoy, 3832
Vila Redentora
São José do Rio Preto-SP
(17) 9 8835-8548



Resp. Técnico: Ivan Manuel

AMOR, PROTEÇÃO, PLANEJAMENTO E SEGURANÇA FINANCEIRA.

QUER COMBINAR TUDO ISSO JUNTO?

Quando uma família cresce, mudam também as prioridades, os medos e a forma de enxergar o futuro. A chegada de um filho transforma não apenas a rotina, mas também a consciência sobre responsabilidade, cuidado e proteção. E é justamente nesse momento que o planejamento financeiro deixa de ser apenas uma organização patrimonial e passa a se tornar um ato de amor.

Dentro desse contexto, o seguro de vida ganha um significado muito maior do que as pessoas imaginam.

Durante muito tempo, o seguro foi associado apenas à morte. Um assunto que muitos evitavam conversar. Mas hoje, essa visão já não representa a verdadeira função do seguro de vida moderno. Na prática, ele existe para proteger a família em vida, garantindo estabilidade, segurança e suporte diante de imprevistos que podem impactar profundamente a estrutura familiar.

E quando falamos sobre maternidade, paternidade e construção de futuro, essa proteção se torna ainda mais necessária.

Mais do que pensar em bens materiais, o seguro de vida é uma forma de proteger sonhos, garantir continuidade e oferecer amparo para quem depende de você. Afinal, ninguém gosta de imaginar cenários difíceis, mas o verdadeiro cuidado está justamente em se preparar enquanto tudo está bem.

Se um imprevisto acontecer amanhã, como ficaria a estrutura da família?
Os estudos do filho estariam garantidos?
A renda da casa continuaria suficiente?
Existiria suporte financeiro em caso de doença, afastamento ou invalidez?

São perguntas difíceis, mas extremamente importantes.
É justamente nesse ponto que o trabalho de Ivan Manuel ganha relevância. Como Corretor Franqueado Life Planner da Prudential do Brasil, Ivan atua de forma personalizada, entendendo a realidade, os objetivos e o momento de vida de cada família para construir uma proteção adequada para cada necessidade.

Mais do que vender um produto, o planejamento de seguro de vida busca trazer tranquilidade emocional e financeira para o presente e para o futuro.

Ou seja: ele protege justamente quando a família mais precisa de estabilidade.

Outro ponto importante é que muitas pessoas acreditam que seguro de vida é algo distante ou inacessível. Mas a realidade é diferente. Quanto antes o planejamento é feito, melhores costumam ser as condições, os custos e as possibilidades de proteção.

Além disso, existem modalidades como o seguro vitalício, que permitem que a pessoa construa essa segurança durante sua fase produtiva da vida, garantindo proteção permanente para si e para sua família.

No fundo, falar sobre seguro de vida não é falar sobre medo. É falar sobre responsabilidade, cuidado e amor.

Porque proteger quem você ama também significa pensar no amanhã. Significa garantir que, independentemente do que aconteça, os filhos continuem amparados, os sonhos permaneçam possíveis e a família tenha segurança para seguir em frente.

E talvez uma das maiores demonstrações de cuidado que pais podem oferecer aos seus filhos seja justamente essa: a tranquilidade de saber que eles estarão protegidos em qualquer cenário.

Ivan Manuel dos Anjos
Corretor Franqueado Life Planner da Prudential do Brasil
Georgina Business Park - Av. Anísio Haddad, 8001
Jardim Aclimação, São José do Rio Preto
Complexo Setor Ásia Torre Tokio Sul
Contato: (17) 9 9615-1981
E-mail: ivan.manuel@prudentialfranquia.com.br
Instagram: @ivanmanjos

MUITO ALÉM DO **SORRISO:** A **ORTODONTIA** COMO TRANSFORMAÇÃO DE **VIDAS**

A PROFISSÃO COMO FERRAMENTA DE CUIDADO E AUTOESTIMA

Há mais de 23 anos atuando como cirurgiã-dentista e há mais de duas décadas dedicada à Ortodontia, a Dra. Rafaela Menino construiu sua trajetória profissional unindo conhecimento, tecnologia e, principalmente, propósito. Especialista também em Ortopedia Funcional dos maxilares e Invisalign Doctor há mais de 15 anos, ela encontrou na ortodontia algo que vai muito além da estética: a possibilidade de transformar vidas através do sorriso.

"O que mais me encantou na Ortodontia foi justamente essa transformação visível. É muito gratificante acompanhar o antes e depois de um paciente e perceber o impacto que isso causa na autoestima, na confiança e até na forma como ele passa a se enxergar."

Segundo ela, muitas vezes o tratamento ortodôntico representa a realização de um sonho, mas também uma mudança profunda na qualidade de vida e no bem-estar do paciente.

Ortodontia hoje: muito além da estética
Durante muitos anos, a Ortodontia era vista apenas como um tratamento estético para alinhar dentes tortos. Mas a Odontologia evoluiu, e hoje o olhar é muito mais amplo.

"A Ortodontia moderna está diretamente ligada à função, à respiração, à qualidade do sono, às dores de cabeça, à mastigação e até às disfunções da ATM."

Com o aumento do estresse e da ansiedade nos últimos anos, especialmente após a pandemia, houve também um crescimento significativo dos casos de bruxismo e apertamento dental.

"Muitas vezes o paciente acredita que precisa apenas usar uma placa, mas a causa principal pode estar na má oclusão."

A importância da Ortopedia Funcional dos maxilares
Uma das áreas que a Dra. Rafaela destaca com grande atenção é a Ortopedia Funcional dos maxilares, especialidade responsável por tratar discrepâncias ósseas entre maxila e mandíbula ainda durante a fase de crescimento.
Essas alterações podem estar relacionadas a:
* Respiração bucal;
* Uso prolongado de chupeta ou dedo;
* Questões hereditárias como: retrognatismo e o prognatismo;
* Mordidas cruzadas;
* Assimetrias faciais.

E justamente por atuar durante o crescimento da criança, a avaliação precoce faz toda a diferença.

"A Ortopedia permite corrigir alterações ósseas enquanto a face ainda está em desenvolvimento. Em muitos casos, conseguimos evitar problemas graves e até futuras cirurgias ortognática." Por isso, a recomendação é que a primeira avaliação ortodôntica aconteça entre os 4 e 5 anos de idade, mesmo que a criança ainda seja pequena.

Invisalign: tecnologia, conforto e previsibilidade
Reconhecida como Top Invisalign Doctor, a Dra. Rafaela acompanha de perto a evolução tecnológica da Ortodontia moderna. Entre os tratamentos que mais transformaram a experiência dos pacientes estão os alinhadores transparentes.

"O Invisalign substitui o aparelho fixo tradicional através de alinhadores transparentes, removíveis e muito mais confortáveis."

Além da estética mais discreta (invisível), o tratamento oferece:
* Mais conforto;
* Facilidade na higiene;
* Mais praticidade para alimentação;
* Menor tempo de tratamento;
* Planejamento previsível;
* Visualização digital do resultado final.

Hoje, graças à tecnologia, muitos tratamentos que antes levavam até três anos conseguem ser realizados em períodos muito menores, sendo realizados em cerca de seis meses, oito meses ou até um ano.

"Com planejamento adequado, conhecimento e tecnologia, hoje conseguimos tratar muitos casos em seis meses, oito meses ou um ano."

Tecnologia e evolução na Odontologia
A Odontologia vive atualmente um dos maiores avanços tecnológicos da sua história. Scanners digitais, tomografias, exames computadorizados e softwares de planejamento transformaram completamente a forma de diagnosticar e tratar os pacientes.





"O paciente hoje tem muito mais conforto, precisão e praticidade. Grande parte dos exames já pode ser feita dentro do próprio consultório."

Essa evolução também trouxe tratamentos mais leves, rápidos e eficientes.

O mais importante em um tratamento Ortodôntico
Para a Dra. Rafaela, o principal conselho para quem deseja iniciar um tratamento ortodôntico é procurar um profissional qualificado e especializado.

"Um tratamento mal planejado pode causar danos irreversíveis. Por isso, é fundamental buscar experiência, atualização e um planejamento individualizado."

Ela reforça também que a ortodontia atual não é mais aquela experiência longa e desconfortável de antigamente. Hoje existem diferentes possibilidades de tratamento:
* Aparelho fixo metálico autoligado;
* Aparelhos estéticos em cerâmica;
* Alinhadores Invisalign;
* Aparelhos ortopédicos infantis.

E o mais importante: cada paciente possui uma necessidade única. "O melhor tratamento é aquele pensado individualmente para cada pessoa."

Georgina Business
Av. Anísio Haddad, 8001 - Jardim Vivendas
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9614-6293
Instagram: @drarafaelamenino



Ítalo Goulart, Luana Gonçalves e João Facchini, sócios da Finprime, ao lado de Luiz Alberto Fernandes, da HS Consórcios

O FUTURO DA FAMÍLIA COMEÇA NO PLANEJAMENTO

*Com uma visão estratégica sobre **patrimônio e organização financeira**, a **Finprime Soluções Financeiras**, representante da HS Consórcios, mostra como o **planejamento** pode transformar a maternidade em uma **fase mais segura**, equilibrada e sustentável*



A chegada de um filho transforma prioridades, muda rotinas e inaugura uma nova fase na vida de uma família. Mas, junto com a emoção, também surgem responsabilidades que vão muito além do enxoval, do quarto do bebê ou dos primeiros meses de adaptação. Na visão da Finprime Soluções Financeiras, a maternidade também exige um olhar estratégico para o futuro financeiro da família.

Segundo a empresa, um dos maiores erros cometidos por muitos pais é enxergar os custos da chegada do filho apenas no curto prazo, sem considerar o impacto financeiro de médio e longo prazo. Afinal, um filho transforma completamente a dinâmica financeira de uma casa por muitos anos. E quando não existe planejamento, muitas famílias acabam recorrendo ao crédito emergencial, entrando em um ciclo de endividamento justamente em um momento que deveria ser vivido com tranquilidade.

Por isso, a orientação da Finprime é clara: o planejamento financeiro ideal começa antes mesmo da gestação. O casal que se organiza previamente consegue ajustar o padrão de vida, criar reservas financeiras e estruturar o patrimônio familiar de forma mais segura. "Quando você se prepara antes, consegue construir estabilidade. Quando deixa para agir apenas com o bebê a caminho, normalmente passa a viver apagando incêndios", explica a equipe.

À frente da Finprime estão João Facchini, Luana Gonçalves e Ítalo Goulart, profissionais que somam mais de 50 anos de experiência no mercado de consórcios. A empresa nasceu justamente da percepção de que o mercado financeiro precisava de soluções mais inteligentes, estratégicas e personalizadas, fugindo do modelo tradicional focado apenas em venda de crédito.

Com essa visão, a Finprime passou a trabalhar o consórcio como uma ferramenta de alavancagem patrimonial e multiplicação de patrimônio, ajudando famílias e investidores a construírem patrimônio de forma planejada e sustentável. Atualmente, a empresa atua como representante da HS Consórcios, fortalecendo sua atuação com soluções voltadas à organização financeira e planejamento de longo prazo.

Dentro desse contexto, o consórcio aparece como uma ferramenta estratégica de planejamento familiar. Muito além da compra de bens, ele pode ser utilizado como uma forma inteligente de construção patrimonial, sem os juros elevados dos financiamentos tradicionais. A proposta é utilizar o consórcio como um acelerador de patrimônio e organização financeira.

Para famílias que desejam trocar de imóvel, planejar a educação dos filhos ou até garantir mais segurança financeira durante os primeiros anos da criança, o consórcio pode funcionar como uma solução estruturada e previsível. A ideia é permitir que a família programe seus próximos passos sem comprometer o fluxo de caixa e sem cair nas armadilhas do crédito bancário tradicional.

Outro ponto reforçado pela Finprime é a importância da educação financeira dentro do ambiente familiar. Mais do que números, planejamento significa construir uma mentalidade saudável em relação ao dinheiro. Afinal, a forma como os pais lidam com organização, consumo e patrimônio acaba refletindo diretamente na próxima geração.

A empresa também alerta sobre um erro muito comum durante a maternidade: investir impulsivamente em itens de rápida depreciação enquanto deixam de construir uma reserva sólida de proteção financeira. Muitas vezes, o desejo de oferecer o melhor visual e conforto imediato faz com que famílias comprometam recursos importantes que poderiam garantir estabilidade no futuro.

Para a Finprime, segurança financeira não está ligada à aparência, mas à construção de patrimônio com inteligência, proteção e visão de longo prazo. E talvez esse seja um dos maiores aprendizados da maternidade: entender que cuidar de um filho também significa construir bases sólidas para que ele cresça com mais tranquilidade, oportunidades e liberdade no futuro.

Porque, no fim das contas, a melhor herança não está apenas nos bens materiais, mas na estabilidade, na organização e na segurança que uma família consegue construir ao longo da vida.

Rua Antônio de Godoy 3966 - Redentora
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9620-4955
Instagram: @finprime.investimentos
Site: www.finprime.com.br



ESPORTE

MUITO ALÉM DA **COMPETIÇÃO**, UMA FERRAMENTA DE **TRANSFORMAÇÃO** PARA A **VIDA**

Vivemos em uma época em que o corpo pede movimento, mas a mente também pede equilíbrio. Em meio à correria, excesso de informação, ansiedade e rotina acelerada, o esporte deixou de ser apenas uma prática ligada à estética ou ao desempenho físico. Hoje, ele se tornou uma necessidade real para quem busca qualidade de vida, saúde emocional, disciplina, pertencimento e bem-estar.

E talvez seja justamente por isso que, em momentos em que o mundo volta os olhos para grandes eventos esportivos e para a paixão coletiva pelo esporte, cresce também uma reflexão importante: mais do que torcer, admirar ou acompanhar atletas, o verdadeiro impacto do esporte acontece quando ele entra na vida das pessoas comuns.

O esporte transforma.

Transforma corpos, mas também transforma histórias.

Transforma autoestima, rotina, mentalidade e até relacionamentos.

Independentemente da modalidade, seja ela: corrida, musculação, futebol, beach tennis, pilates, ciclismo, natação, artes marciais ou qualquer outra prática, o movimento gera algo poderoso: conexão entre corpo e mente.

Hoje, médicos, psicólogos, educadores físicos e especialistas da saúde reforçam cada vez mais a importância da atividade física não apenas como prevenção, mas como parte essencial do equilíbrio humano. O esporte auxilia no controle da ansiedade, combate sintomas de depressão, melhora a qualidade do sono, aumenta a disposição, fortalece a imunidade e estimula a produção de hormônios ligados ao prazer e ao bem-estar.

Mas talvez um dos pontos mais interessantes seja aquilo que o esporte ensina silenciosamente.

Ele ensina sobre constância.

Sobre disciplina nos dias difíceis.

Sobre perder, recomeçar e continuar.

Sobre respeitar limites e superar desafios.

Sobre entender que resultado não vem da noite para o dia.

E isso vale para dentro e fora das quadras.

Existe também um movimento social muito forte acontecendo. O esporte vem se tornando um espaço de pertencimento, comunidade e conexão humana. Academias, grupos de corrida, arenas esportivas e espaços wellness passaram a ser ambientes de convivência, networking, amizade e troca de experiências. As pessoas não buscam apenas performance. Buscam sentir-se vivas novamente.

E talvez esse seja o grande ponto.

Em um mundo cada vez mais acelerado e digital, o esporte nos reconecta com algo essencial: presença.

Presença no corpo.

Presença na respiração.

Presença na própria vida.

Mais do que uma tendência, o esporte hoje representa um novo estilo de viver, mais saudável, consciente e equilibrado.

Porque no final, não se trata apenas de ganhar jogos.

Se trata de ganhar saúde, energia, autoestima, longevidade e qualidade de vida.

MUSCULAÇÃO:

UM DOS MAIORES INVESTIMENTOS EM LONGEVIDADE

A musculação vai muito além da estética. Em um cenário onde ansiedade, estresse, sedentarismo e doenças emocionais crescem cada vez mais, o exercício físico passou a ser uma ferramenta essencial de saúde, equilíbrio e longevidade. E é justamente essa visão mais humana e transformadora que define o trabalho de Adrianno Machado.

Apaixonado por animais, saúde e qualidade de vida, ele encontrou na musculação não apenas uma profissão, mas um propósito. Sua trajetória começou através da própria transformação pessoal. Ansioso, buscando bem-estar e inspirado pelo cuidado que enxergava em profissionais da área, ele percebeu que a atividade física tinha um impacto que ia muito além do corpo.

"Eu percebi o quanto aquilo me fazia bem mentalmente. E fui me aprofundando cada vez mais até entender que era isso que eu queria pra minha vida", relembra.

O início não foi fácil. Adrianno começou como o primeiro estagiário da Oficial Academia, em uma época em que a estrutura ainda não contava com esse tipo de profissional. Mas foi justamente dentro da faculdade e da vivência prática que ele descobriu algo que mudaria completamente sua forma de trabalhar: pessoas não procuram apenas treino — elas procuram acolhimento.

Hoje, após anos de profissão e com alunos que o acompanham há mais de 16 anos, Adriano entende que o diferencial de um personal trainer não está apenas no conhecimento técnico, mas na capacidade de enxergar o ser humano além da ficha de treino.

"Eu uso mais psicologia do que qualquer outra matéria da educação física. As pessoas chegam felizes, tristes, ansiosas, querendo conversar. Muitas vezes o treino vira terapia."

Essa conexão genuína faz com que seu trabalho seja extremamente individualizado. Adrianno acredita que cada aluno possui uma história, um limite e um tempo diferente. Por isso, rejeita completamente a ideia de transformar o cliente apenas em resultado estético, números ou vitrine para redes sociais.

"Não dá pra tratar o cliente como cifrão. Muitas vezes, uma pessoa que passou a vida inteira sedentária, só de começar a se movimentar, já conquistou muita coisa."

E a ciência reforça exatamente essa importância. Atualmente, diversos estudos mostram que a musculação está diretamente ligada à prevenção de doenças como diabetes, Alzheimer, demência, depressão e até alguns tipos de câncer. Além disso, o fortalecimento muscular melhora mobilidade, equilíbrio, autonomia e qualidade de vida, especialmente na terceira idade.

Segundo o profissional, os impactos mais emocionantes acontecem justamente com os alunos mais velhos.

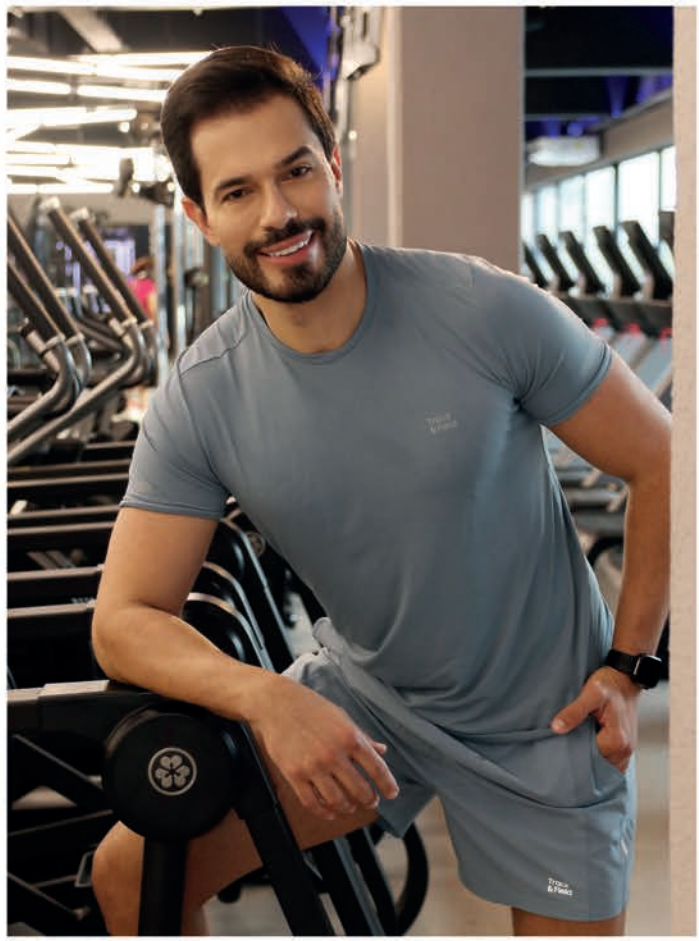
"Tem pessoas que chegam com dificuldade pra levantar, sentar ou caminhar. E depois de um tempo você vê a transformação na autonomia delas. Isso não tem preço."

Mas ele também faz questão de reforçar que esse processo exige responsabilidade, sensibilidade e acompanhamento adequado. Para ele, saúde não precisa de exageros ou performances mirabolantes.
"Não precisa de show pra ser bom. Dá pra transformar vidas com cuidado, constância e inteligência."

Ao olhar para sua trajetória, Adrianno se orgulha da disciplina, da constância e, principalmente, da forma humana com que escolheu construir sua carreira. Em um mercado muitas vezes tomado pela comparação e pelo ego, ele acredita que o verdadeiro resultado está no impacto positivo que consegue gerar na vida das pessoas.

Agora vivendo uma nova fase profissional, ele também celebra a chegada da academia Bio Ritmo à cidade, trazendo equipamentos de alta tecnologia e uma nova experiência para os alunos e profissionais da área.

Mais do que músculos ou estética, Adrianno Machado defende algo muito maior: movimento como ferramenta de vida. Porque no final, treinar não é apenas sobre corpo. É sobre saúde mental, autoestima, autonomia, longevidade e qualidade de vida.

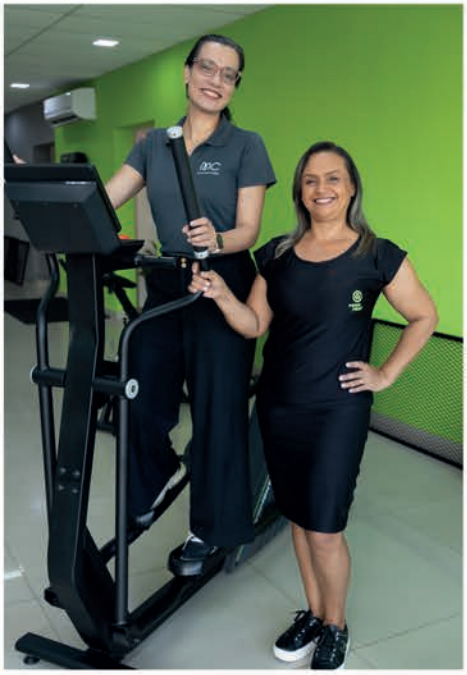




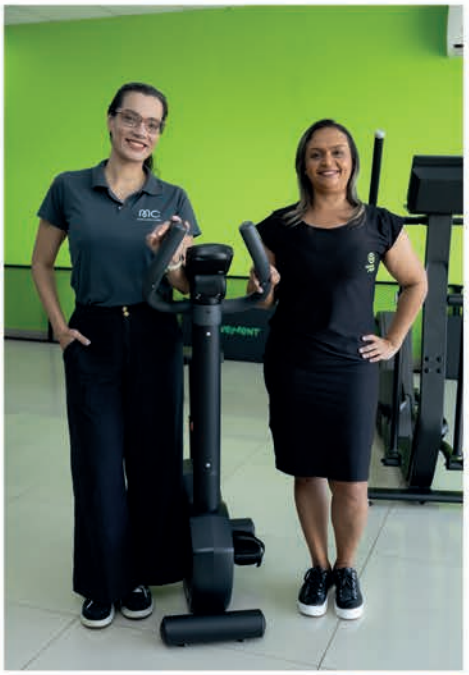




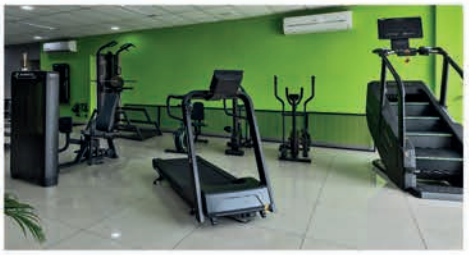
Instagram: @adrianno.machado











QUANDO ESTRUTURA E ESTRATÉGIA TREINAM JUNTAS:

MOVEMENT RIO PRETO E PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA: ESTRUTURA, ESTRATÉGIA E RESULTADO

A melhora da performance esportiva não acontece por acaso. Ela é resultado da combinação entre estrutura adequada, equipamentos de qualidade e orientação profissional especializada.

A Movement Rio Preto vai além de oferecer equipamentos. A empresa contribui para a criação de ambientes de treino mais completos, seguros e eficientes — seja para atletas, praticantes amadores, clínicas, academias ou personal trainers que desejam proporcionar uma experiência superior aos seus alunos.

Equipamentos bem projetados favorecem o desenvolvimento de força, resistência, velocidade, potência e mobilidade, capacidades essenciais para diferentes modalidades esportivas. Além disso, quando utilizados corretamente, tornam o treino mais específico, mensurável e seguro.

Mas é nas mãos do profissional de educação física que toda essa estrutura ganha direção.

É nesse contexto que entra Mônica Carvalho, personal trainer especialista em prescrição e acompanhamento de treinos personalizados. Seu trabalho envolve avaliar as necessidades individuais de cada aluno, compreender objetivos, organizar a progressão dos treinos, corrigir movimentos e adaptar cada estímulo à realidade de quem pratica.

Mais do que apenas "passar treino", Mônica conduz um processo. Ela observa detalhes, ajusta cargas, respeita limites, previne sobrecargas e acompanha a evolução de forma individualizada. Essa presença técnica impacta não apenas os resultados, mas também a segurança, a motivação e a continuidade da prática esportiva.

Quando tecnologia, estrutura e conhecimento profissional caminham juntos, o treino deixa de ser genérico e passa a ter propósito. A performance melhora porque existe planejamento. A segurança aumenta porque existe orientação. E o aluno evolui porque conta com um ambiente preparado e uma profissional capacitada para conduzir cada etapa da sua evolução.

A parceria entre a Movement Rio Preto e a personal trainer mostra que resultado não depende apenas de esforço, mas também de estratégia, acompanhamento e estrutura adequada.

Porque o equipamento oferece possibilidades.

E o profissional transforma possibilidades em performance, segurança e resultado.

Av Bady Bassitt, 4184 - Boa Vista
São José do Rio Preto/SP
Instagram: @movementriopreto | @musculacaoclinicarp
Site: www.movement.com.br

CONSTRUIR SAÚDE É MAIS IMPORTANTE

DO QUE APENAS EMAGRECER

Hoje se fala muito sobre emagrecimento rápido, mas pouco sobre construção de saúde. E esse talvez seja um dos maiores erros da atualidade.

Emagrecer não significa, necessariamente, estar saudável. Muitas pessoas perdem peso, mas também perdem massa muscular, energia, disposição e qualidade de vida. A balança diminui, mas o corpo continua inflamado, cansado e metabolicamente desorganizado.

Construir saúde é diferente. É olhar para o corpo de forma completa. É entender que emagrecimento saudável precisa envolver metabolismo, composição corporal, sono, hormônios, alimentação, treino e constância.

Existe também um erro muito comum na forma como as pessoas enxergam saúde, estética e performance. Muitos acreditam que são caminhos separados, quando na verdade estão totalmente conectados. Quando o corpo funciona bem, a estética melhora. Quando existe equilíbrio hormonal, massa muscular e saúde metabólica, a performance aparece naturalmente.

Nesse cenário, a sarcopenia, perda progressiva de massa muscular — tem se tornado uma epidemia silenciosa. E isso preocupa porque músculo não é apenas estética. Músculo é proteção metabólica, força, autonomia, prevenção de doenças e longevidade. Um corpo sem massa muscular envelhece pior.

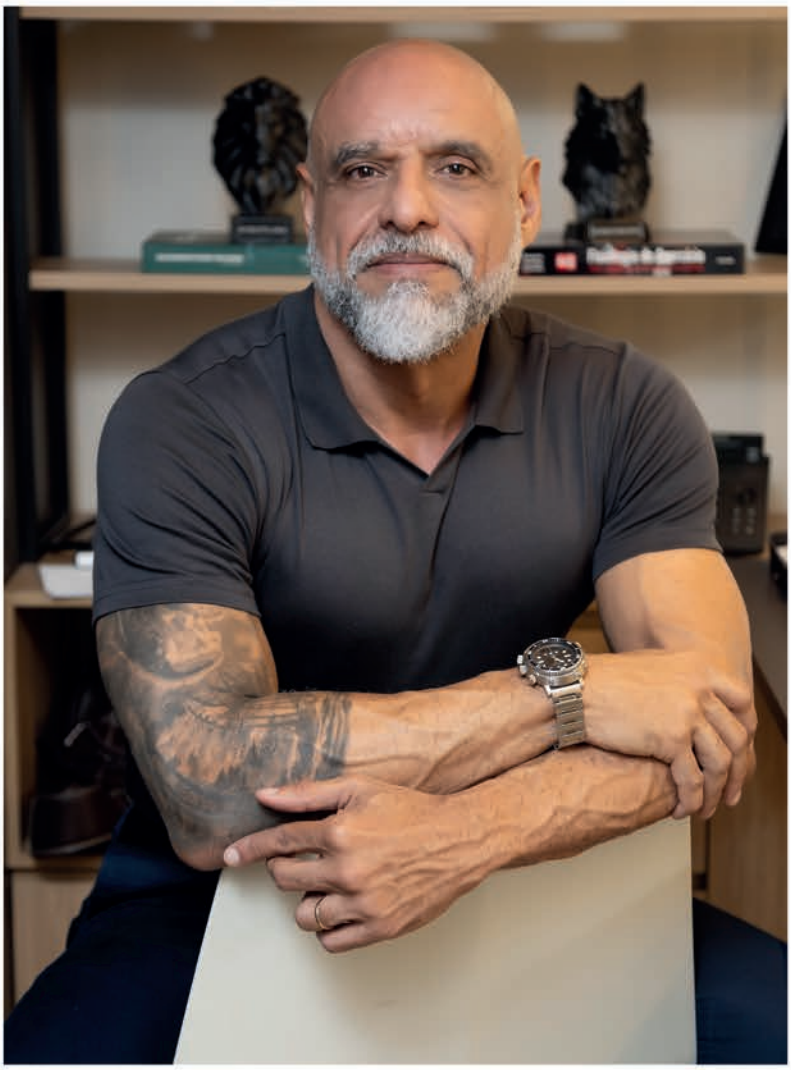
Com o crescimento do uso de medicamentos como os análogos de GLP-1 e GIP, esse cuidado se torna ainda mais importante. Essas medicações podem ajudar no emagrecimento quando bem indicadas, mas existe um risco real de perda muscular quando o processo acontece sem estratégia, sem treino de força e sem ingestão adequada de proteínas.

Sim, é possível emagrecer preservando massa muscular. Mas isso depende de acompanhamento, alimentação adequada, treino e equilíbrio metabólico. Emagrecer saudável não é simplesmente comer menos. É fazer o corpo funcionar melhor.

Por isso, o treino de força deixou de ser apenas uma ferramenta estética e passou a ser terapêutica. A musculação hoje é uma das maiores aliadas da saúde e da longevidade. Ela melhora sensibilidade à insulina, protege ossos e articulações, preserva massa muscular, reduz inflamação e melhora disposição física e mental.

Existe, sim, um mínimo necessário de estímulo muscular para preservar saúde. O corpo precisa de movimento e desafio constante. Principalmente depois dos 40 anos, musculação deixa de ser opção estética e passa a ser investimento em qualidade de vida.

Outro ponto importante é entender por que tantas pessoas emagrecem e voltam ao ponto inicial. O erro geralmente está na busca por soluções temporárias para problemas que exigem mudança de estilo de vida. Dietas extremas até geram perda de peso rápida, mas dificilmente geram



sustentabilidade.

O emagrecimento sustentável é aquele que respeita a rotina, o metabolismo e a individualidade do paciente. Dieta, treino e acompanhamento médico precisam caminhar juntos.

A inflamação crônica também tem papel central nesse processo. Um corpo inflamado tende a apresentar mais cansaço, dificuldade para emagrecer, pior recuperação muscular, alteração no sono e baixa performance física e mental.

Muitas vezes, o paciente chega dizendo: "Eu faço tudo e não tenho resultado". Na maioria dos casos, encontramos um corpo inflamado, com baixa massa muscular, sono ruim, excesso de estresse e desequilíbrio hormonal.

E é justamente aí que entra o verdadeiro conceito de longevidade.

Hoje já é possível envelhecer com performance, energia e autonomia. O problema é que ainda normalizamos envelhecer cansado, fraco e sem vitalidade.

Quando o foco deixa de ser apenas estética e passa a ser longevidade, a estratégia muda completamente. O objetivo deixa de ser apenas perder peso e passa a ser construir um corpo forte, saudável e funcional para os próximos anos da vida.

Se eu pudesse resumir tudo em três pilares, seriam: massa muscular, saúde metabólica e constância.

E para quem está focado apenas na balança, deixo um conselho simples: pare de olhar somente para o peso e comece a olhar para o corpo e para a saúde que você está construindo. Porque emagrecer pode ser o começo. Mas construir saúde precisa ser o verdadeiro objetivo.

Celso Boaventura - Médico - Performance 40+
Recomposição corporal | Hormônios CRM/SP 149674 | RQE 144372/SP
Instagram: @drcelsoboaventura
Site: www.drcelsoboaventura.com.br


VIVA O REAL MOVIMENTO
LUPO
SPORT
RIOPRETO SHOPPING
LOJA 205/206
(17) 99755-6272

GUILHERME & GELLONI: HÁ **18 ANOS** CONECTANDO CLIENTES ÀS **MELHORES OPORTUNIDADES** DO CRÉDITO **IMOBILIÁRIO**



Em um mercado imobiliário cada vez mais aquecido, especialmente no segmento de alto padrão, contar com orientação especializada faz toda a diferença na hora de conquistar um imóvel com segurança e estratégia. Há 18 anos no mercado, a Guilherme & Gelloni, liderada por José Claudio Guilherme, se consolidou como referência em crédito imobiliário e soluções financeiras, oferecendo atendimento personalizado, expertise e relacionamento direto com as instituições bancárias.

Nos últimos meses, o mercado passou por uma importante transformação: a Caixa Econômica Federal voltou a liberar, desde abril de 2026, financiamentos para imóveis acima de R$ 2 milhões, modalidade que anteriormente estava fechada para construção. Agora, além da construção, imóveis prontos também passaram a ser contemplados, com taxas de juros consideradas extremamente atrativas.

Segundo José Claudio Guilherme, isso representa um novo momento para o mercado de alto padrão em cidades como São José do Rio Preto.

Crédito imobiliário também para imóveis de alto padrão
Durante muito tempo, muitas pessoas acreditaram que financiamento imobiliário era uma solução voltada apenas para imóveis populares ou de médio padrão. Hoje, essa visão já não representa a realidade do mercado.

Condomínios de alto padrão, já podem ser financiados normalmente, tanto para aquisição de terrenos quanto para construção, construção em terreno próprio e até compra de imóveis prontos.

O processo envolve a aprovação de crédito do cliente, vistoria realizada por engenheiro credenciado pela Caixa e, posteriormente, a assinatura do contrato. De acordo com José Claudio, o financiamento para imóveis de maior valor costuma ser, inclusive, mais rápido e simples do que muitos imaginam.

Caixa lidera no crédito para construção
Quando o assunto é construção de imóveis de alto padrão, a Caixa segue como o único banco que trabalha de forma ampla com essa modalidade, além de oferecer algumas das menores taxas do mercado.

Outro ponto importante destacado pela Guilherme & Gelloni é que muitas pessoas deixam de buscar o financiamento por acreditarem, de forma equivocada, que já possuir um imóvel impede uma nova aprovação de crédito. Segundo José Claudio, não existe esse limite, desde que o cliente tenha renda compatível.

"O maior erro é pensar que o imóvel não tem solução de financiamento. Sempre existe uma alternativa. Hoje, inclusive, muitos clientes já possuem imóveis financiados e continuam investindo e aproveitando as oportunidades do mercado", destaca.

Inteligência financeira e preservação de patrimônio
Mais do que apenas aprovar crédito, a Guilherme & Gelloni trabalha com orientação estratégica para que o cliente faça escolhas financeiramente inteligentes.

Em muitos casos, financiar um imóvel acaba sendo mais vantajoso do que descapitalizar completamente o patrimônio. Isso porque as taxas do crédito imobiliário ainda são inferiores a muitas linhas de crédito disponíveis no mercado, permitindo que o cliente mantenha recursos aplicados em investimentos ou no próprio negócio.

Muito além do residencial
Além dos financiamentos residenciais, a Guilherme & Gelloni também atua em modalidades que ainda são pouco conhecidas pelo público.

Entre elas está o financiamento para imóveis comerciais — novos ou usados — com taxas próximas de 12% ao ano, considerado uma excelente oportunidade para investidores e empresários.

A empresa também oferece financiamento para terrenos residenciais e comerciais, modalidade que vem ganhando força por apresentar condições mais vantajosas do que muitos parcelamentos diretos realizados por loteadoras, especialmente por evitar correções elevadas como as vinculadas ao IGP-M.

Outro destaque é o empréstimo com garantia de imóvel, tanto residencial quanto comercial, modalidade voltada para captação de recursos com uma das menores taxas do mercado, na faixa de 1,50% ao mês, sem necessidade de informar ao banco onde o valor será utilizado.

A importância de um correspondente especializado
Com as mudanças no funcionamento das agências bancárias, o papel do correspondente especializado se tornou ainda mais importante dentro do processo de aprovação de crédito.

Segundo José Claudio, hoje as agências praticamente não conduzem mais o processo completo de financiamento. É justamente nesse cenário que a expertise da Guilherme & Gelloni faz a diferença, oferecendo suporte técnico, orientação, relacionamento bancário e acompanhamento em todas as etapas.

"Nosso papel é orientar o cliente da melhor forma possível, sempre buscando caminhos seguros, transparentes e eficientes para aprovação do crédito", finaliza.

R. Delegado Pinto de Toledo, 2123 - Boa Vista
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9734-2969
Instagram: @guilherme.gelloni









DIVISÓRIAS
Harmonia

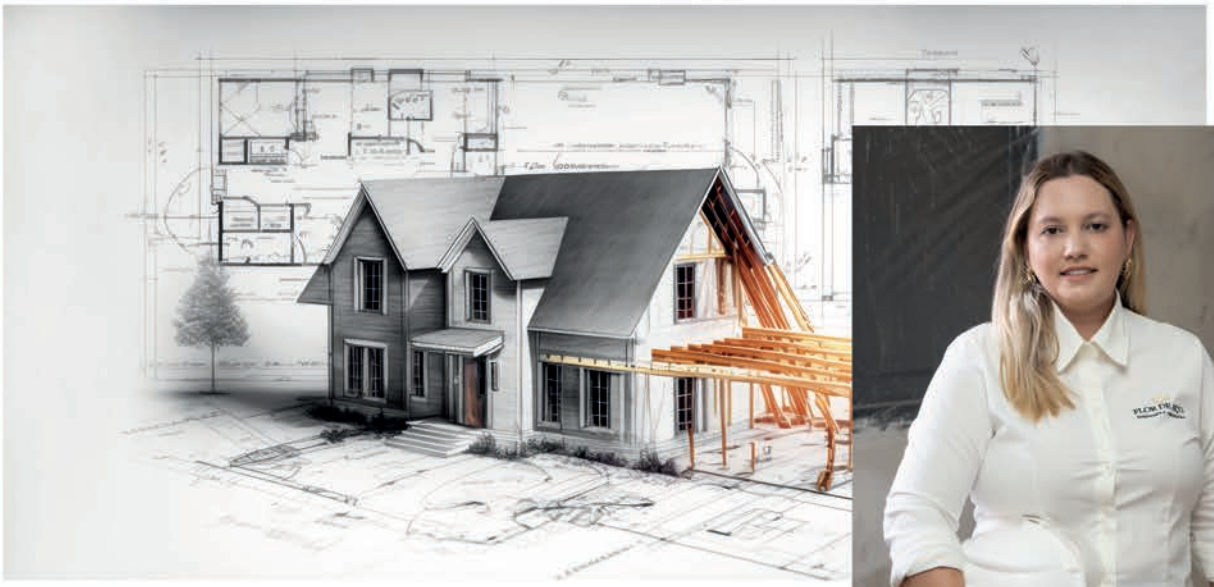
Transformando espaços com
inteligência, sofisticação e funcionalidade.

Soluções inteligentes em drywall, gesso acartonado, forro de gesso, modular e PVC, piso elevado, laminado e vinílico e divisórias para transformar qualquer espaço.

Av. Potirendaba, Estr. Mun. José Domingues Netto, 5209 - Fundos - Vila Azul
São José do Rio Preto/SP

Contato/WhatsApp:
(17) 3216-1200

Instagram:
@divisoriasharmonia



CONSTRUIR UM LAR:

A ENGENHARIA COMO BASE DA SEGURANÇA, DO FUTURO E DA TRANQUILIDADE DA FAMÍLIA

Quando uma família cresce, os sonhos também ganham novas proporções. A chegada de um filho, a construção de uma nova fase e o desejo de oferecer conforto e segurança fazem com que muitas pessoas iniciem um dos maiores projetos da vida: a construção da casa da família.

Mas por trás de uma casa bonita existe algo ainda mais importante, a estrutura que sustenta tudo.

E é justamente aí que a engenharia se torna essencial.

Muito além da estética, construir exige planejamento, responsabilidade, segurança e decisões inteligentes. Afinal, uma obra mal executada pode gerar prejuízos financeiros, desgaste emocional e até riscos para quem irá viver naquele espaço.

Hoje, mais do que nunca, as famílias passaram a entender que uma casa não é apenas patrimônio. Ela representa proteção, acolhimento, convivência e qualidade de vida.

É nesse contexto que o trabalho da engenheira Jaqueline dos Anjos e da Flor de Aço Engenharia ganha destaque.

Com uma forte atuação voltada para construções residenciais, a empresa entende que cada obra carrega histórias, sonhos e expectativas. E justamente por isso, cada projeto precisa ser conduzido com responsabilidade técnica, planejamento eficiente e acompanhamento sério em todas as etapas.

Porque engenharia não é apenas construir paredes. É construir segurança.

A importância da engenharia no dia a dia da família
Muitas vezes, ao pensar em uma obra, as pessoas focam apenas na parte visual da casa. Mas é a engenharia que garante aquilo que talvez seja o mais importante: a tranquilidade da família.

É ela quem cuida da estrutura, da qualidade da execução, da prevenção de problemas futuros, da segurança elétrica e hidráulica, da resistência da construção e da organização da obra.

Além disso, um bom planejamento de engenharia ajuda a evitar desperdícios, retrabalhos e gastos desnecessários, algo extremamente importante em um momento em que construir exige investimento, organização e previsibilidade.

Outro ponto cada vez mais valorizado atualmente é a funcionalidade dos ambientes para a rotina familiar.

Casas mais seguras para crianças, ambientes bem planejados, espaços integrados, ventilação adequada, iluminação natural e conforto térmico são aspectos que impactam diretamente a qualidade de vida dentro do lar. E todos esses fatores passam pela engenharia.

A engenharia também é acolhimento
Existe ainda um aspecto pouco falado, mas extremamente importante: o impacto emocional de uma construção.

Obras sem planejamento costumam gerar ansiedade, conflitos familiares, atrasos e insegurança financeira. Já quando existe acompanhamento técnico e organização, a família consegue viver esse processo com muito mais tranquilidade.

E essa visão mais humana da engenharia tem feito cada vez mais diferença.

Como mulher engenheira e empresária, Jaqueline dos Anjos traz para a Flor de Aço Engenharia um olhar que une técnica, responsabilidade e sensibilidade, entendendo que por trás de cada projeto existem pessoas construindo futuros.

Porque no fim, uma casa vai muito além da estrutura física.

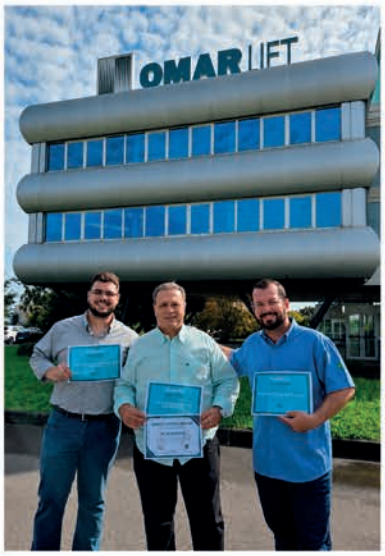
Ela é o lugar onde os filhos crescem, onde as memórias são criadas, onde a família encontra proteção e onde a vida acontece.

E para que tudo isso exista de forma segura, existe algo fundamental sustentando cada detalhe: a engenharia.

Contato: (17) 9 9244-6765
Instagram: @flordeaco_engenharia

INFINITY LINE

A EXPERIÊNCIA DA **UP LINE** APLICADA A UMA **NOVA OPERAÇÃO** PARA O MERCADO DE **ELEVADORES**





Com mais de 54 anos de atuação no setor de mobilidade vertical, a UP Line construiu sua trajetória a partir da prática da manutenção, do acompanhamento técnico contínuo e da compreensão do funcionamento real dos sistemas ao longo do tempo.

Essa experiência consolidou uma atuação baseada em engenharia aplicada, organização técnica e desenvolvimento de soluções voltadas à operação eficiente de elevadores em diferentes contextos.

Ao longo dessa trajetória, a empresa acompanhou de perto as principais dificuldades enfrentadas pelo mercado, especialmente nos processos de fabricação, instalação e suporte técnico. A necessidade de maior padronização, produtividade e confiabilidade operacional abriu espaço para uma nova frente de atuação.

Foi nesse cenário que surgiu a Infinity Line, uma operação desenvolvida para ampliar a atuação construída pela UP Line ao longo de décadas e oferecer suporte técnico especializado ao mercado de elevadores.

A Infinity nasce com foco no mercado B2B, oferecendo kits completos de equipamentos para empresas do setor que desejam ampliar sua capacidade de atendimento com mais agilidade, organização e redução da complexidade operacional.

Além de atender fabricantes, instaladoras e empresas de manutenção, a Infinity também foi estruturada para apoiar clientes que optam por operações terceirizadas, garantindo acesso a peças originais, suporte técnico e componentes fornecidos diretamente pela fábrica da UP Line.

A proposta é simplificar processos técnicos sem comprometer qualidade e segurança.

Os equipamentos são desenvolvidos para facilitar a instalação em campo, incluindo estruturas mecânicas, quadros elétricos e chicotes plug and play, permitindo integração rápida entre os sistemas e reduzindo o tempo de montagem no local.

Outro diferencial da Infinity está no suporte oferecido às empresas parceiras, incluindo orientação técnica, apoio relacionado às normas do setor e acompanhamento especializado para aplicação dos sistemas e componentes.

Além da fabricação, a Infinity também atua em serviços especializados. Atualmente, a operação possui homologação da Omarlift, fabricante italiana reconhecida internacionalmente, tornando-se referência no Brasil na manutenção de centrais da marca.

Outro foco da empresa está no fornecimento de componentes e acessórios importados voltados ao setor de elevadores, ampliando as possibilidades de atendimento para empresas que buscam peças, sistemas e soluções específicas para suas operações.

A Infinity também representa uma nova etapa de expansão do grupo, conduzida por Pedro Henrique, ampliando a atuação da empresa no fornecimento de soluções, componentes e suporte técnico para o mercado de elevadores.

Com a Infinity, a experiência construída pela UP Line ao longo de décadas passa a apoiar outras empresas do setor, contribuindo para instalações mais organizadas, maior produtividade e processos técnicos mais eficientes.





Av. Feliciano Sáles Cunha, 950
Jardim Novo Aeroporto
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 3212-1804
Instagram: @uplineelevadores
Site: www.elevadoresupline.com.br





SUA **CASA** FALA SOBRE **VOCÊ?**

A SILA DECOR ACREDITA QUE A CASA VAI MUITO ALÉM DA ESTÉTICA, ELA DEVE TRANSMITIR CONFORTO, ESSÊNCIA E A FORMA COMO CADA PESSOA ESCOLHE VIVER



Avenida Tancredo Neves, 300
Parque Industrial Tancredo Neves
São José do Rio Preto/SP
Contato: (17) 9 9728-3179
Instagram: @sila.decor

A Sila Decor nasceu com uma proposta que vai muito além da venda de móveis e decoração. Com mais de 10 anos de atuação no mercado e uma essência familiar presente em cada detalhe da marca, a loja construiu sua trajetória acreditando que a casa precisa refletir identidade, personalidade e a forma como cada pessoa escolhe viver.

Em um momento onde muitos ambientes acabam seguindo padrões prontos e referências repetidas, a Sila Decor aposta justamente no contrário: criar espaços com alma, autenticidade e significado. Mais do que estética, a marca acredita na construção de ambientes que acolhem, conectam e contam histórias.

Com uma curadoria cuidadosamente selecionada, a loja oferece um mix completo de produtos que une design, conforto, sofisticação e praticidade. São ambientes internos e externos pensados para proporcionar experiências, sempre acompanhando as tendências do morar contemporâneo sem perder a essência atemporal que transforma os espaços em algo duradouro e cheio de personalidade.

Especializada em salas, sofás e decoração, a loja se destaca por apresentar peças com traços contemporâneos, elegantes e funcionais, valorizando não apenas a beleza dos ambientes, mas também a sensação de bem-estar e pertencimento dentro de casa.

Outro diferencial importante está na qualidade dos produtos. Como loja de fábrica, a Sila Decor consegue oferecer móveis que unem acabamento, conforto e alto padrão, sempre prezando por peças que tragam não apenas impacto visual, mas também durabilidade e exclusividade.

Além disso, a marca está constantemente renovando seu showroom com lançamentos, novas composições e tendências do universo da decoração, trazendo inspirações que acompanham o novo comportamento do morar, onde a casa deixa de ser apenas um espaço físico e passa a representar estilo de vida, acolhimento e identidade.

Mais do que decorar ambientes, a empresa entende que cada casa deve traduzir a essência de quem vive nela. Porque hoje, mais do que nunca, as pessoas não buscam apenas móveis bonitos. Buscam ambientes que façam sentido, transmitam conforto e realmente tenham a sua personalidade.







MAIS DO QUE SEGURANÇA: UM LEGADO CONSTRUÍDO EM FAMÍLIA

Av. Constituição, 1306 - Boa Vista
São José do Rio Preto-SP
(17) 3212-9299
www.nacionalalarmes.com.br

Falar da Nacional Segurança Eletrônica é falar sobre proteção, confiança e evolução. Mas, acima de tudo, é falar sobre pessoas. Sobre uma empresa que cresceu baseada em valores sólidos e que hoje encontra na força da família um dos seus maiores diferenciais.

À frente da Nacional Segurança Eletrônica, Rosângela e seu marido e sócio Edmarcio Girardi, construiu uma trajetória marcada pela coragem, pelo comprometimento e pela dedicação ao propósito de cuidar das pessoas. E, ao longo dessa caminhada, viu seu sonho ganhar ainda mais significado ao passar a dividir o dia a dia da empresa com o filho, Igor.

"Trabalhar em uma empresa familiar vai muito além de dividir tarefas... é dividir sonhos, responsabilidades, aprendizados e propósito", destaca Rosângela.

Para ela, ter o filho Igor, ao seu lado representa uma das maiores realizações da vida. Mais do que acompanhar o crescimento da empresa, ela acompanha também a continuidade de um legado construído com muito esforço, honestidade e amor pelo que faz.

"É emocionante perceber que aquilo que começou como um sonho hoje também faz parte da história dele. Cada atendimento, cada cliente protegido e cada desafio superado fortalecem ainda mais nossos laços como família e como equipe."

Do outro lado, Igor também reconhece o quanto essa convivência transformou sua visão profissional e pessoal. Hoje atuando como gerente de vendas, ele participa ativamente da empresa, acompanhando processos, estratégias e o relacionamento com os clientes.

"Trabalhar com a minha mãe é poder conhecer mais do que a minha mãe. Conhecer a empresária, a mulher guerreira, uma pessoa que não tem medo de se arriscar e que me surpreende pela capacidade de aprender e absorver tudo."

Mais do que um negócio familiar, a Nacional construiu uma cultura baseada em confiança, abertura e crescimento conjunto. Uma relação onde experiência e inovação caminham lado a lado.

E essa evolução também acompanha as transformações do próprio mercado de segurança eletrônica.

"A segurança eletrônica cresceu e o consumidor entendeu que esse serviço não resume apenas em ter um alarme e um profissional que vá até a residência ou empresa para conferir se está tudo bem", explica Rosângela.

Hoje, o monitoramento vai muito além. Significa acompanhamento em tempo real, controle de entradas e saídas, identificação de falhas elétricas, problemas de comunicação, princípios de incêndio e respostas rápidas diante de qualquer situação.

Na Nacional Segurança Eletrônica, clientes encontram profissionais preparados para atuar de forma estratégica e humanizada, oferecendo tranquilidade, proteção e suporte contínuo.

"Monitorar é cuidar 24 horas por dia", reforça Rosângela.

E talvez seja justamente esse o grande diferencial da empresa: entender que segurança não é apenas tecnologia. É presença, confiança e relacionamento.

Ao unir experiência, inovação e valores familiares, a Nacional Segurança Eletrônica segue construindo muito mais do que uma empresa de monitoramento. Constrói diariamente um legado baseado em cuidado, comprometimento e propósito, dentro e fora de casa.







Fotos: Renato Milani

NEUZA MENDES:

A FORÇA DE **UMA MÃE** QUE TRANSFORMOU DOR EM **LEGADO**

Falar de Neuza Mendes é falar sobre coragem. Sobre uma mulher que saiu da roça, enfrentou limitações, venceu dores profundas, superou a depressão, enfrentou o câncer e, mesmo diante dos momentos mais difíceis da vida, nunca deixou de acreditar na família, no trabalho e na fé.

Mãe de Helen Girotto e Álvaro Girotto, ela construiu sua trajetória com base em valores simples, mas extremamente poderosos: honestidade, humildade, trabalho e amor. Valores que nasceram ainda na infância, em uma família humilde, criada "à moda antiga", no meio da fazenda, onde aprendeu desde cedo o peso da responsabilidade e da disciplina.

"Meu pai só olhava de canto de olho e a gente já entendia. Eu fui criada assim. E trouxe isso para os meus filhos. Sempre quis ensinar que através do trabalho eles poderiam conquistar tudo", relembra.
Com personalidade forte, ela admite ter sido uma mãe rígida. Daquelas que queriam saber onde os filhos estavam, com quem andavam e quais caminhos estavam escolhendo. Hoje, olhando para tudo que Helen e Álvaro construíram, sente que cada esforço valeu a pena.

"Eu fui brava porque queria proteger. E hoje eu vejo onde eles chegaram. Isso me dá muito orgulho."
Foi ao lado do ex-marido Bento que Neuza abriu mão de um sonho pessoal para construir outro em família. O desejo de montar um salão de beleza acabou ficando para trás quando decidiram transformar a própria casa na primeira oficina mecânica da família.

Sem telefone, sem estrutura e com os filhos ainda pequenos, abriram as portas da casa e começaram juntos uma nova história.

"Eu deixei meu sonho de lado e abracei o sonho da nossa família. E foi ali que a gente cresceu."
Os filhos cresceram acompanhando de perto o esforço dos pais. Álvaro começou cedo na oficina, lavando peças ainda criança. Helen herdou da mãe a comunicação, a alegria e a facilidade de se conectar com as pessoas. Ainda jovem, vendia diversos produtos aos clientes para juntar seu próprio dinheiro. Irmãos diferentes entre si, mas unidos pelos mesmos valores.

"Eu sempre os trouxe na barra da minha saia. Eles cresceram vendo o que era luta e dando valor no que era importante."
Mas a vida também exigiu de Neuza uma força ainda maior.

Antes mesmo do câncer, ela enfrentou uma depressão profunda. Depois vieram as cirurgias, ao todo 59, internações, UTI, entubação e o medo constante de não voltar para casa.

"Cada vez que eu ia para um hospital, eu olhava pros meus filhos e pensava: será que eu volto?"
Foi justamente nos momentos mais difíceis que encontrou ainda mais sentido na vida. O amor pelos filhos, pela neta, e a fé foram fundamentais para sua cura.

"Eu não sou doente. Eu sou saudável. Os desafios vieram para me ensinar."
A relação com os pais também marcou profundamente sua trajetória. Neuza conta que viveu conflitos intensos com o pai durante a juventude. Um homem rígido, que acreditava que mulher não precisava estudar.
Ela nunca esqueceu o dia em que chegou feliz mostrando o diploma da quarta série e ouviu do pai que aquilo já era suficiente.

"Eu queria ser médica. E ele rasgou meu diploma."
As dores da infância se transformaram em traumas que precisaram de terapia, acolhimento e reconciliação. E essa reconciliação veio justamente no momento mais delicado da vida do pai: a doença.

Foi cuidando dele, já debilitado, que Neuza viveu o amor que não havia recebido na infância.

"Foi ali que eu ganhei os abraços e os beijos do meu pai."
Hoje, aos olhos de quem a conhece, Neuza carrega uma força admirável. Mas ela mesma define sua vida em uma única palavra: gratidão.

"Gratidão pelos desafios, pelos aprendizados, pelas oportunidades. Eu nasci de novo."
Depois de tantos anos cuidando de todos, ela aprendeu algo que considera essencial: a importância da própria liberdade.
"Hoje eu sou feliz porque sou livre. Livre para viver, para me cuidar, para escolher."

Hoje, além de ver os filhos construindo suas próprias histórias, Neuza também celebra a família que cresceu ao longo do caminho. Com carinho e orgulho, fala da nora e do genro, que considera como filhos do coração.

"E hoje, para completar minha felicidade, tenho uma nora e um genro dos quais tenho muito orgulho. Eu os considero também como meus filhos."
E quando olha para Helen e Álvaro, sente que sua missão foi cumprida.

"Eu sou uma mãe realizada. Só peço a Deus que eles nunca deixem de ser felizes."
Neuza Mendes não construiu apenas uma família. Construiu um legado. Um legado de fé, de resiliência e de amor. Uma mulher que aprendeu que até as dores mais profundas podem florescer em força, e que ser feliz, depois de tudo, também é um ato de coragem.



O inverno se aproxima.

E COM ELE, OS MELHORES ENCONTROS ACONTECEM.

TENDÊNCIAS
que combinam
com a estação.

GASTRONOMIA
que abraça e
surpreende.

PRESENTES
para momentos
inesqueciveis.

estacionamento gratuito
www.riopretoshopping.com.br

Riopreto Shopping®
sempre novo para você


>O MELHOR DA
NOSSA CASA
É VOCÊ
LAFHEL
CASA DOS
CONSTRUTORES®
Porcelanatos e Acabamentos
65 ANOS