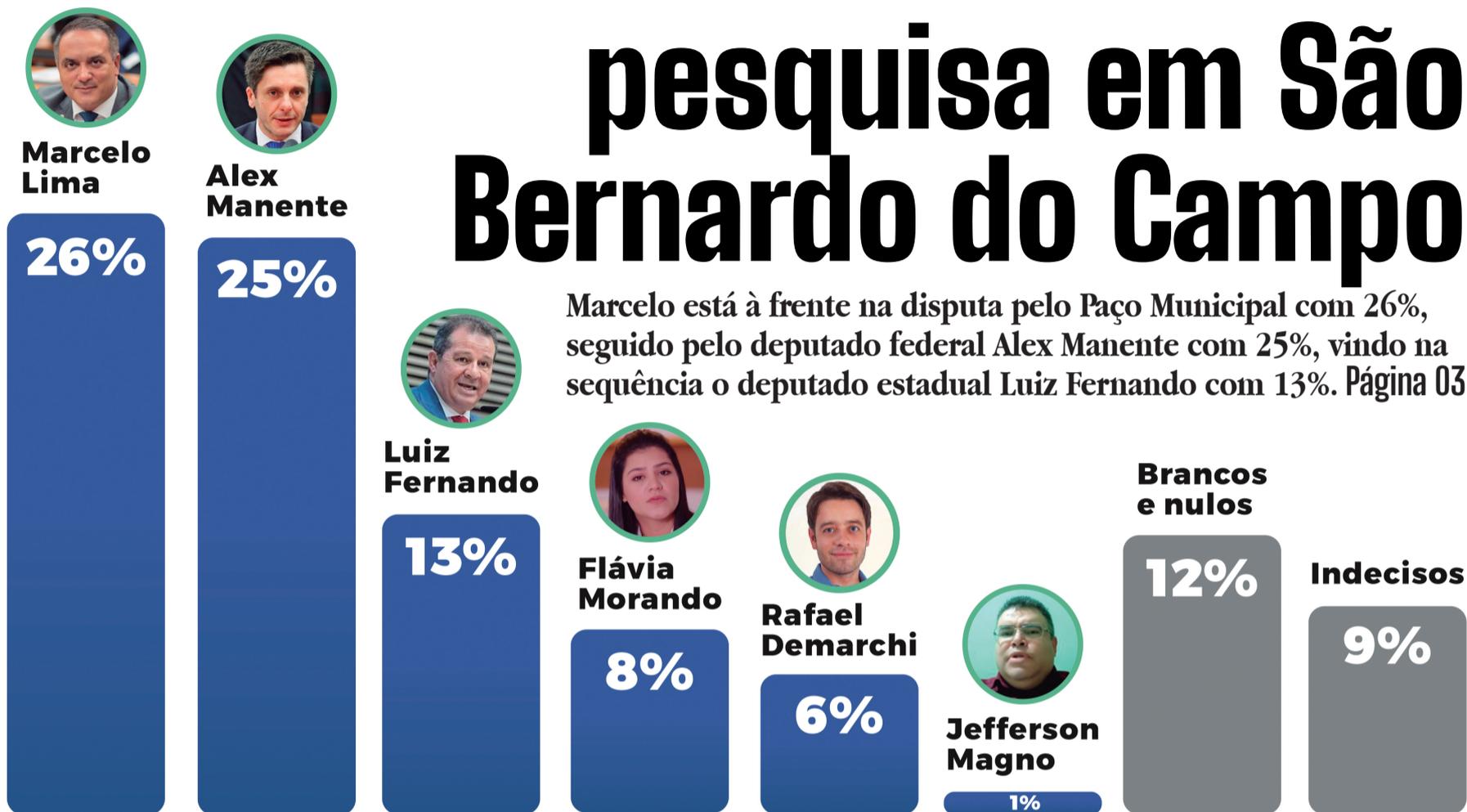


## Marcelo Lima lidera pesquisa em São Bernardo do Campo



Marcelo está à frente na disputa pelo Paço Municipal com 26%, seguido pelo deputado federal Alex Manente com 25%, vindo na sequência o deputado estadual Luiz Fernando com 13%. Página 03

ASN Pesquisa de Opinião Pública – Contratada por Diadema News Editora e Publicidade LTDA CNPJ 21.966.699/0001-19

Período de realização: 1 a 2 de junho - 800 Entrevistas – Margem de erro: 3,5% Nível de Confiança: 95% Registro: SP 01629/2024



### ESPECIALISTA DIZ QUE CRISE CLIMÁTICA É SEM VOLTA

Previsões de aquecimento um grau acima, geraria impactos grandes, o problema é que chegamos em 2023 a 1,5 graus acima da temperatura global, o mundo está mais quente, está se aquecendo mais rápido, a concentração de gases está muito alta e nossa resposta a estes eventos climáticos extremos não existem. **Página 04**

### EC SÃO BERNARDO RECEBE O TÉCNICO HUGO MARTINS EM SUAS INSTALAÇÕES

Às vésperas da estreia na Copa Paulista, o EC São Bernardo irá receber uma visita ilustre na sua casa. O treinador português, Hugo Martins irá acompanhar a rotina da equipe ABC Paulista durante o mês de junho. **Página 07**

VISITE O NOSSO PORTAL



# Endometriose

Segundo os médicos, as principais causas da endometriose ainda não são totalmente compreendidas. Apesar da doença estar diretamente ligada com a saúde do útero, o médico reforça que “mulheres com endometriose podem engravidar. **Página 8**

## EDITORIAL

## Desafios da Endometriose

Condição crônica na qual o tecido que normalmente reveste o útero começa a crescer fora dele, causando uma série de sintomas dolorosos e, em alguns casos, impactando a fertilidade. Na saúde pública, a endometriose apresenta vários desafios.

A endometriose ainda é uma condição relativamente mal compreendida, tanto pela população em geral quanto por alguns profissionais de saúde. Isso leva a atrasos no diagnóstico e tratamento adequados (**leia matéria na página 08**).

Em muitos lugares, o acesso a especialistas em endometriose, como ginecologistas especializados em cirurgia laparoscópica, pode ser limitado. Isso pode resultar em atrasos adicionais no diagnóstico e tratamento. Da mesma forma o tratamento da endometriose pode ser caro, especialmente quando envolve cirurgia e terapias de longo prazo. Em muitos sistemas de saúde pública, os recursos podem ser limitados, o que dificulta o acesso a tratamentos adequados.

Muitas mulheres sofrem com a endometriose por anos antes de receberem um diagnóstico preciso. Isso ocorre porque os sintomas podem ser confundidos com outras condições ginecológicas ou atribuídos erroneamente à menstruação dolorosa normal.

A endometriose não só causa dor física significativa, mas também pode afetar a saúde mental, os relacionamentos e a capacidade de trabalhar ou frequentar a escola. Esses impactos têm consequências econômicas e sociais importantes.

Para lidar com esses desafios, são necessárias medidas que incluam: Campanhas de conscientização pública para aumentar o reconhecimento da endometriose e seus sintomas. Educação médica contínua para garantir que os profissionais de saúde estejam atualizados sobre os últimos avanços no diagnóstico e tratamento da endometriose. Melhoria no acesso a serviços de saúde ginecológica, incluindo especialistas em endometriose. Investimento em pesquisas para desenvolver tratamentos mais eficazes e entender melhor as causas subjacentes da endometriose. Apoio emocional e social para mulheres que vivem com endometriose, incluindo grupos de apoio e recursos de saúde mental.

Essas medidas podem ajudar a reduzir o ônus da endometriose na saúde pública e melhorar a qualidade de vida das mulheres afetadas por essa condição econômica e social de forma sustentável.

## GRUPO ABC NEWS

O Grupo ABC News circula nas 7 cidades da região do ABCD com alcance semanal de 50 mil exemplares. E engloba Diadema News, Santo André News, São Bernardo News e São Caetano News. É publicado e distribuído gratuitamente.

**CONTATO:** (11) 9.7588.9546  
redacao@grupobcnews@gmail.com

**COMERCIAL:**  
comercial@grupobcnews@gmail.com

**JORNALISTA RESPONSÁVEL:**  
Elias Lubaque (MTB: 47.010)

**REPÓRTER:**  
Douglas Oliveira

**ARTE:**  
Luiz Carlos

**TIRAGEM:**  
10 MIL EXEMPLARES

**CNPJ:** 21.966.699/0001-19  
R. Alzira, 126 - SL. 02 - Centro, Diadema

**ASSUNTOS JURÍDICOS:**  
Koppe e Bordinassi Advogados Associados

## A indústria nossa de cada dia

No Dia da Indústria, 25 de maio, que homenageia seu patrono, o engenheiro Roberto Simonsen, cofundador e presidente do Ciesp e Fiesp, criador do Senai, falecido nessa data em 1948, é interessante observar como o setor está presente em período integral no cotidiano de todos nós – da hora em que acordamos até dormirmos. A roupa de cama, a pasta e a escova de dentes, o fogão e a cafeteira, as embalagens, os rótulos e até alguns alimentos do café da manhã, a roupa e os sapatos que vestimos, o elevador do prédio, o automóvel, o ônibus, a motocicleta, a bicicleta ou o trem. Nossa mesa no escritório, o celular e o computador. A televisão, o aparelho de som, a cama, o colchão e os lençóis.

A indústria melhorou a vida das pessoas. Seu advento foi um dos episódios que resultaram em mais mudanças positivas na História em todos os tempos, não só pelo que fabrica e propicia em termos de conforto, segurança, saúde, comunicação, mobilidade e acesso mais amplo e barato aos bens, devido à produção em escala, como também em termos da reorganização política e so-

ciológica. A partir da Revolução Industrial, iniciada na Inglaterra, na segunda metade do Século 18, houve aumento da produtividade, aprimoramento das relações trabalhistas, multiplicação de empregos, alterações no modo da vida, novos padrões de consumo e reorganização mais democrática da sociedade, além de evolução contínua em numerosos campos do conhecimento, ciência e pesquisa.

Não é sem razão que as nações mais ricas são aquelas que têm forte base no chão de fábrica. Hoje, as que apoiam a atividade são as que vêm conseguindo crescer mais e proporcionando maior qualidade de vida. Porém, em nosso país, a indústria de transformação retrocedeu nas últimas quatro décadas, premiada por problemas como o que se poderia denominar “Síndrome do Eterno Adiamento”, como o “Custo Brasil”, excesso de burocracia, dificuldades de crédito e investimento, insegurança jurídica, ciclos longos de injustificáveis juros elevados, aumento de custos do Estado e desequilíbrio fiscal. Responde hoje por cerca de 11% do PIB, ante mais de 20% nos anos de 1980.

Apesar disso, e numa demonstração clara de seu potencial desenvolvimentista, o setor é o que apresenta o maior multiplicador econômico, é responsável por dois terços dos investimentos em P&D no País, paga, em média, os salários mais altos, responde por desproporcionais 30% da arrecadação de impostos e agrega os bens de maior valor à pauta de exportações. Por isso, é prioritário revigorá-lo.

Precisamos, como na Inglaterra do Século 18, de uma nova revolução industrial no Brasil, que já se realize no contexto da economia circular, digitalização, descarbonização, Internet das Coisas, Inteligência Artificial, Big Data e todas as tecnologias de ponta. O futuro já chegou, e é sustentável e tecnológico. Mais uma vez, promoveremos avanços na civilização e progressos sociais mais amplos. Precisamos garantir, entretanto, que o País esteja na vanguarda desse processo, superando os obstáculos ao fortalecimento da manufatura.

Temos trabalhado muito para isso no Ciesp e na Fiesp, tanto na proposição de políticas de Estado de longo prazo,

horizontais, previsíveis, viáveis e com segurança jurídica, assim garantindo isonomia competitiva sem protecionismos. Bem como, na mobilização pela reforma tributária, já aprovada embora com distorções, a administrativa e numerosas outras medidas voltadas a dinamizar o ambiente de negócios e reduzir os custos impostos às empresas que operam no País. O fomento e a modernização desse setor, cada vez mais presente em nosso dia a dia, são fundamentais para um amanhã de prosperidade e bem-estar da população brasileira. Porque uma indústria forte, garante um país forte.



Rafael Cervone, engenheiro e empresário, é o presidente do Centro das Indústrias do Estado de São Paulo (Ciesp) e primeiro vice-presidente da Federação das Indústrias do Estado de São Paulo (Fiesp)

## População e empresários arrecadam toneladas de donativos para o RS

**Em Diadema a Lavanderia 5asec arrecadou em uma semana, água, roupas, calçados, produtos de limpeza e ração e tantos outros produtos**

## Redação

As chuvas que atingiram o Estado do Rio Grande do Sul, causaram inundações, deixaram muitos moradores desabrigados e muitas pessoas em dificuldades inimagináveis. Milhares de famílias perderam tudo e a situação no estado despertou a solidariedade da

população nos quatro cantos do Brasil, centenas de voluntários deixaram suas casas e viajaram até o estado para ajudar no resgate das vítimas e animais, quem não pode viajar está ajudando de diversas maneiras, seja com ações para arrecadação financeira ou de doações como alimentos, roupas e ou-

tros itens essenciais para quem perdeu tudo.

São milhares de ações por todo o Brasil. Movidos pelo sentimento de ajuda ao próximo e como forma de incentivar a participação dos mais diversos segmentos empresariais nessa causa tão nobre, a Rede de Lavanderias 5asec Brasil se uniu a centenas de clientes, empresários e público em geral e promoveu uma ação para o recebimento de donativos.

A Lavanderia 5asec, com unidade em Diadema, arrecadou em uma semana mais de 9 toneladas de doações, como água, roupas, calçados, produtos de limpeza, ração, além de outros itens. Antes de serem enviados tudo foi triado, e higienizado, para garantir que as doações cheguem prontas para o uso no Rio Grande do Sul. “Este momento vivido pelos nossos irmãos do Rio Grande do Sul vem nos despertar sobre o ensinamento do Senhor Jesus em que devemos amar

ao nosso próximo como a nós mesmos. Durante essa campanha pudemos contemplar e nos emocionarmos com os maiores gestos de amor e solidariedade. Desde aqueles que trouxeram apenas um item, um detergente, uma esponja de lavar louça, aos que puderam contribuir com vários litros de água e outros produtos. O brilho dessa ação não está no valor, mas na satisfação em poder ajudar,” diz Anderson Carignano, franqueado da Lavanderia 5asec em Diadema.

A exemplo de Diadema, em toda a rede foram arrecadadas mais de 10 toneladas de roupas, femininas, masculinas, infantil, de cama e banho, além de água, ração para animais, 200 pares de calçados, diversos brinquedos e outros itens essenciais. “Nasci em Cruz Alta, no Rio Grande do Sul. Presenciar o que está acontecendo com a população gaúcha é algo estupefante”, disse Fábio Roth, o CEO da 5asec Brasil.



# Eleições 2024: Marcelo Lima lidera pesquisa em São Bernardo

*Marcelo Lima lidera a corrida eleitoral para a Prefeitura de São Bernardo do Campo nas eleições 2024, de acordo com pesquisa divulgada pela ASN Pesquisas nesta segunda-feira (03).*



Marcelo Lima



Alex Manente



Luiz Fernando

## Elias Lubaque

Marcelo está à frente na disputa pelo Paço Municipal com 26%, seguido pelo deputado federal Alex Manente com 25%, vindo na sequência o deputado estadual Luiz Fernando com 13%.

Flávia Morando registra 8%, Rafael Demarchi tem 6%, Jefferson Magno aparece com 1%. Nulos somam 12% e indecisos são 9%.

A pesquisa ouviu 800 eleitores, en-

tre os dias 1 e 2 de junho deste ano, na cidade de São Bernardo do Campo. A margem de erro é de 3,5%.

## Cenário espontâneo

Nos números da pesquisa espontânea, Marcelo Lima também lidera a disputa eleitoral pelo comando do Paço Municipal, com 10%.

Depois surge o deputado federal Alex Manente com 9%, seguido por Or-

lando Morando com 8% - vale lembrar que o atual prefeito não pode concorrer, já que foi reeleito no pleito de 2020.

Em seguida está o deputado estadual Luiz Fernando com 3%, depois Marinho com 2%, Carla Morando com 2%, Flávia Morando com 1%, outros nomes citados são juntos 2%.

De acordo com os dados da pesquisa espontânea, nulos somam 16%. Já os indecisos são 47% em São Bernardo.

A pesquisa está registrada oficialmente junto ao Tribunal Superior Eleitoral (TSE), conforme as normas vigentes em ano de pleito, sob o número de registro SP-01629/2024.

A pesquisa foi realizada pelo Instituto ASN Pesquisa de Opinião Pública que entrevistou 800 pessoas no período de 1 a 2 de junho. A Margem de erro é de 3,5% e possui nível de Confiança de 95%.

GRUPO ABC  
NEWS

## PUBLICIDADE LEGAL

EDITAIS - BALANÇOS - ATAS  
SÚMULAS - LEILÃO

(11) 97588-9546 - WWW.GRUPOABCNEWS.COM.BR

# A crise climática é política, a crise climática é sem volta”, diz especialista ao Grupo ABC News

*O entrevistado é especialista em Gerenciamento Ambiental pela ESALQ/USP, consultor e professor na área de meio ambiente com mais de 15 anos. Atualmente está Secretário adjunto de Meio Ambiente e Serviços de Diadema. Em um bate-papo com o jornalista Elias Lubaque abordou sobre a questão do Rio Grande Sul e o quanto o Estado andou na contramão nas suas ações que resultou no desastre, desde retirada de dispositivos ambientais importante, e que em 2023 aprovou uma lei que autorizou construir reservatórios em áreas de proteção ambiental; além de perdas de 3,5 milhões de hectares em mata nativas.*

**Elias Lubaque**

**SBC News - Explique o que é o aquecimento global?**

**André Luiz Neves** - Refere-se a mudanças nos padrões do clima, mudanças essas, naturais, mas desde o século XVIII a ação humana vem influenciando, acelerando, e baixando a capacidade do planeta resistir (baixa resiliência). As atitudes humanas que mais aceleram essas mudanças são as queimas de combustíveis fósseis (Carvão, Petróleo e gás), essa queima gera gases que retém o calor do planeta, chamado de efeito estufa.

**SBC News - O que são gases de efeito estufa?**

**André Luiz** - São gases resultante principalmente de queimas e combustão, mas

também natural do planeta pelo efeito estufa, que geram camada infravermelha que retém o calor dentro da superfície da terra, sejam mantendo o sol que entrou e mantendo ou repelindo a saída de energia e calor, porém desde a revolução industrial, a concentração de gases como CO2 (Dióxido de Carbono), metano, enxofre entre outros vem alterando padrões que antes eram naturais.

**SBC News - As mudanças climáticas se adiantaram, os cientistas já sabiam disso?**

**André Luiz** - A ciência também erra, infelizmente esse erro subestimou os anos de: 2022, 2023 e 2024 e tivemos os maiores recordes, com números assustadores. Previsões de aquecimento um grau acima, geraria impactos grandes, o problema é que chegamos em 2023 a 1,5 graus acima da temperatura global, o mundo está mais quente, está se aquecendo mais rápido, a concentração de gases está muito alta e nossa resposta a estes eventos climáticos extremos não existem.

**SBC News - E o que aconteceu no Rio Grande do Sul estava previsto?**

**André Luiz** - Desde 2015 já apontava eventos mais intensos nessa região e na época já citavam necessidade de alertas

de emergências, reformar os Dick e aumentar drenagem e o reflorestamento. Mas precisamos entender aquela região. Teve combinações de fatores: uma onda de calor da região centro Oeste e Sudeste impediu que a frente fria do Sul se diluísse. Um corredor de umidade vindo da Amazônia potencializou a bacia aérea. Forte chuvas na cabeceira, aumentando o nível do Guaíba em 5,33 metros. O efeito El Niño, que é a temperatura dos mares, aumentou muito mais a umidade. Somado tudo isso com o aquecimento global, resultou em mais de 600mm em menos de dez dias.

**SBC News - Podemos falar em irresponsabilidade do governo do Rio Grande do Sul?**

**André Luiz** - O Governo de Rio Grande do Sul, seguiu na contramão. Em 2020 teve uma revisão do Código Florestal onde retirou dispositivos ambientais importante, e em 2023 aprovou uma lei que autorizou construir reservatórios em áreas de proteção ambiental e Áreas de Proteção Permanentes, além de perdas de 3,5 milhões de hectares em mata nativas, um terço disso estava na Bacia do Guaíba, parte dessa perda de vegetação nativa está relacionada a pastos, plantio de soja e grão, em 2022 o desmatamento representou 7.200 campos de futebol.

**SBC News - É possível saber onde poderão ocorrer esses eventos novamente?**

**André Luiz** - Temos muitas publicações, diagnósticos, estudos, até documentos bases de COP's - Conferências das Partes, mas vou destacar aqui um estudo do CEMADEM – Centro Nacional de Monitoramento e Alertas de Desastres Naturais. O que aconteceu foi alertado, e é possível indicar o que pode acontecer, com bom grau de precisão, estudos apresentaram previsões até 2050 no mundo e no Brasil já foram mapeados mais de 1.000 municípios que estão em alerta altíssima de risco, infelizmente a nossa “massa

política” insisti em não priorizar e agir. Importante lembrar Lubaque, que nos últimos 2 anos, somente no Brasil tivemos emergências de climas tão graves como as do Rio Grande do Sul.

**SBC News - O que podemos fazer para enfrentar esses eventos climáticos?**

**André Luiz** - É um fato que esses eventos serão mais presentes e mais intensos, por isso teremos que estar preparados. Hoje o maior desafio da humanidade atual, é redução das emissões de gases de efeito estufa, se não agirmos agora, poderemos chegar a 2,5 graus da temperatura global em 2050. A COP 27 no Egito 2022 previu meta de reduzir até 50% das emissões até 2030. Agora na COP 30 Brasil em Belém precisa tomar uma liderança. Decretar emergência climática permanente e os Planos Locais de Emergências Climáticas, Mapeamento de RISCO e Plano de contingências.

**SBC News - O que recomenda para mudar esse cenário?**

**André Luiz** - Acelerar transição energética, para energias renováveis, hoje já tem Tecnologia para asfaltos resistentes e que pode absorver até 50% das águas das chuvas. Precisamos aumentar exponencialmente a restauração de vegetação urbana, árvores nas calçadas, áreas verdes gramadas, quebrar concretos. Não podemos aceitar mais coleta seletiva e reciclagem nos níveis de 3%, só temos uma tarefa: reduzir o desperdício e consumo, tirar as pessoas das áreas de riscos, soluções baseadas na natureza, realizar inventários e vendas de carbonos e apostar na economia verde. E também mudar nossa Agropecuária que até 2022 era a maior emissão de carbono com 60% das emissões, trazer modelos melhores e o Brasil tem tecnologia para isso.

**SBC News - O problema é que toda essa força tarefa depende dos políticos.**

**André Luiz** - Verdade, Lubaque. impossível se não escolhermos melhores os políticos. E os canais de comunicação igual o seu está de parabéns em abrir matérias e conteúdo que possam contribuir com uma visão mais integrada.



André Luiz Neves é Especialista em Gerenciamento Ambiental pela ESALQ/USP, consultor e professor na área de meio ambiente

# Prefeitura dá início à implantação do AME de São Bernardo

**Uma em cada mil crianças pode apresentar perda auditiva em diferentes graus, muitas delas, com bom desenvolvimento nos primeiros meses de vida**

Mais uma etapa do processo para a implantação do Ambulatório Médico de Especialidades (AME) de São Bernardo foi concluída na quinta-feira (23/5), com a assinatura da ordem de serviço que autoriza o início das obras do novo equipamento de Saúde. Em parceria com o Governo do Estado, o novo serviço, a ser instalado na Rua Secondo Modolin, nº 490, onde funcionou o Hospital e Pronto-Socorro Central (HPSC), será um importante investimento nas demandas municipais e regionais de especialidades médicas. A previsão é de que o primeiro paciente seja atendido ainda este ano.

**INVESTIMENTO** - O valor global da execução será de R\$ R\$ 18.621.124,81, de aporte municipal, que compreendem toda a reformulação da estrutura predial para abrigar o novo serviço. Após a conclusão, o Governo do Estado auxiliará no custeio da assistência à população.

**SERVIÇOS** - O novo AME ofertará serviços ambulatoriais especializados, como consultas nas áreas de anestesiologia, cardiologia, cirurgia vascular, endocrinologia adulta, gastroenterologia adulto, neurologia adulto, ortopedia, urologia, oftalmologia, proctologia, reumatologia adulto. Além dos serviços de apoio diagnóstico e terapêutico e especialidades



não médicas como enfermagem, farmácia clínica, fisioterapia e nutrição. **ESTRUTURA** - Estão previstos no projeto, a implantação de 13 consultórios médicos, oito salas de exames, sala de medicamentos, de pequenos procedimentos, três recepções, instalação de nova escada

central, copa, refeitório e vestiário de funcionários, farmácia, setor de esterilização e de resíduos. Toda a nova estrutura terá capacidade para ofertas em média por mês 10 mil consultas médicas e outras 3.500 não médicas, 800 cirurgias e mais de 24 mil exames.

## TELECONSULTA via TELEFONE E INTERNET (11) 97120-3810



**Teleconsulta:** é uma modalidade regulamentada da Telemedicina que permite a realização de consultas médicas online, ou seja, sem que o paciente e médico estejam no mesmo ambiente. Ela segue os mesmos objetivos de uma consulta médica tradicional e presencial, no entanto, pode ser realizada à distância através da Internet.

**MAIS DE 20 ESPECIALIDADES - CONSULTAS / EXAMES.  
CONVÊNIO E PARTICULARES PREÇOS POPULARES**



Clínica Médica - Cardiologia Adulto - Cardiologia Infantil -  
Urologia - G.O - Dermatologia - Pediatria -  
Gastroenterologia - Proctologia - Cirurgia Geral

Clínica Médica - Cirurgia Vascular Periférica - Card. Adulto  
Cardiologia Infantil - Otorrinolaringologia - Endocrinologia  
Urologia - G.O - Gastroenterologia - Proctologia - Cirurgia Geral

### DIADEMA

Travessa Castelo Branco, 34 - sala 212, 2º andar, Centro.  
Tel.: 4092-4410 ( Cida ).

### São Bernardo do Campo

Avenida João Firmino 359 (1º andar) Assunção  
Tel.: 2897-2896 / 4125-6544 (Nayara )

Crédito da Foto: Divulgação



## Quermesses e festas juninas agitam o ABCD Paulista

*Shows, gastronomia e brincadeiras são as principais atrações*

A popular festa junina e as quermesses estão agitando as sextas, sábados e domingos das cidades do ABCD Paulista. As paróquias e seus voluntários alegrem as sextas, sábados e domingos com atrações, brincadeiras e a tradicional gastronomia, entre elas: quentão, vinho quente, pinhão, canjica, paçoquinha, maçã do amor, churrasquinho, carne louca outras opções.

Além das quermesses, é esperada uma programação especial nas cida-

des, sendo shows e festivais.

Em 2023, nomes como Mariana Aydar, Bicho de Pé e Circuladô de Fulô se apresentaram no "São João de Diadema". Por sua vez, São Bernardo do Campo teve entre suas atrações a 1ª edição da "Festa Nordestina", que recebeu o Barões da Pisadinha. Outro destaque foi a presença do cantor Péricles abrilhantando a "Festa Junina de Mauá".

As atrações começaram em maio e devem durar até julho em algumas cidades.

## Estância Alto da Serra recebe show do Só Pra Contrariar em julho



Crédito da Foto: Divulgação

A banda Só Pra Contrariar se apresentará no dia 27 de julho (sábado), na Estância Alto da Serra, em São Bernardo do Campo. O show começa a partir das 21h.

O grupo que projetou Alexandre Pires, está em turnê com especial com o "SPC Acústico 2 - O Último Encontro". Será a última chance de acompanhar a formação original, que ainda tem Fernando

Pires, Hamilton Faria, Juliano Pires, Luís Fernando, Sérgio Sales e Alexandre Popó.

O complexo fica na Estrada Névio Carlone nº 03, no bairro do Riacho Grande. Os ingressos já estão disponíveis no site do evento e em postos autorizados. A censura do show é de 18 anos, menores de idade não entram nem acompanhados pelos pais.

## ABCD Paulista recebe programação especial sobre Ziraldo

*Fábrica de Cultura Diadema foi o palco escolhido para a celebração*



Crédito da Foto: Divulgação

### Redação

Autor de diversas obras infantis, o cartunista Ziraldo faleceu em abril deste ano, mas durante o mês de junho será mais uma vez homenageado. O autor de 'O Menino Maluquinho' será celebrado na Fábrica de Cultura Diadema

O complexo, localizado no centro da cidade, receberá no dia 11 de junho (terça-feira), a

## Pinacoteca de São Bernardo do Campo recebe a exposição "Aceno, a cena"



Crédito da Foto: Divulgação

### Redação

A exposição "Aceno, a cena", da autora Marília Scarabello e com a curadoria de Ana Carla Soler, está sendo realizada na Pinacoteca de São Bernardo do Campo até 14 de junho. A entrada é gratuita e possui classificação livre para visitantes.

A ideia principal da mostra é construir o imaginário diante do gesto e da interpretação do receptor diante do interlocutor.

O conteúdo conta com 18 obras, entre esculturas, fotografias, instalações, objetos e documentações reunidas por Marília em seu percurso como especialista em símbolos nacionais.

**Serviço:** Exposição "Aceno, a cena"

**Horário:** Terça-feira das 9h às 20h; quartas a sextas-feiras das 9h às 17h - Até 14 de junho No último sábado de cada mês das 10h às 16h

**Pinacoteca de São Bernardo do Campo:** Rua Kara, 105 - Jardim do Mar - SBC

**Valores:** Entrada gratuita - **Classificação:** Livre

oficina "O Universo de Ziraldo", que ensinará como fazer tirinhas semelhantes a do artista. A atividade terá início às 9h30 e às 14h. No dia seguinte, 12 de junho (quarta-feira), às 14h, Mayara Melo e a ação "Sucatinha: Um Menino Maluquinho Sustentável" ensinarão a criar robôs-luminárias com resíduos. A programação

é gratuita e possui classificação livre.

Essas e outras celebrações dedicadas a Ziraldo são oferecidas pela Secretaria da Cultura, Economia e Indústria Criativas do Estado de São Paulo, e gerenciadas pela Poiesis. Para mais informações, basta acessar o site das Fábricas de Cultura.

**Serviço:** Programação especial Ziraldo

**Oficina: O Universo de Ziraldo** - 11 de Junho - terça-feira - das 9h30 às 11h30 e 14h às 16h

**Sucatinha: Um Menino Maluquinho Sustentável** - 12 de Junho - quarta-feira - das 14h às 16h

**Fábrica de Cultura Diadema:** Rua Vereador Gustavo Sonnewend Netto, 135 - Diadema - Centro

**Contato:** (11) 4061-3180 **Valores:** Entrada gratuita **Classificação:** Livre

# EC São Bernardo recebe o técnico Hugo Martins em suas instalações para período de intercâmbio

**O treinador Português, comanda o Ommonia Aradippou do Chipre e conquistou o título da segunda divisão do campeonato nacional na temporada 23/24. Hugo ficará durante vinte dias acompanhando todas as categorias do Cachorrão, trazendo a metodologia e conceitos da escola portuguesa, além de sua experiência no leste europeu.**

## Por Redação

Às vésperas da estreia na Copa Paulista, o EC São Bernardo irá receber uma visita ilustre na sua casa. O treinador português, Hugo Martins irá acompanhar a rotina da equipe do ABC Paulista durante o mês de junho. O objetivo da diretoria do Cachorrão é estreitar os laços com o Chipre e com o Oriente Médio, além é claro de realizar uma troca de ideias entre a comissão das equipes e o experiente técnico Hugo Martins, visando adequar nosso futebol a realidade europeia.

Com 46 anos, Hugo é o treinador do Ommonia Aradippou, que conquistou o título da Segunda Divisão do Chipre com uma grande campanha, foram 25 jogos, 17 vitórias e apenas 2 derrotas. Ele iniciou sua carreira em 2007, nas categorias de base do futebol português, começou no Fontainhas e tem passagens na base por diversas equipes de Portugal, como: 1º de Dezembro, Oeiras, Casa Pia, Atlético Cacém, GD Chaves, Estoril Praia, além de ser auxiliar técnico da seleção indiana Sub-17 e 19 em 2017.

Seu primeiro clube como profissional foi o 1º de Dezembro de Portugal, ainda comandou: Delhi United, da Índia; Sertanense, Real SC, GS Loures, CD Cova Piedade e Belemenses, todos de Portugal; PO Xylytombou, do Chipre e Black Bulls de Moçambique.

Foi na temporada 23/24 que ele chegou no Ommonia Aradippou, uma das equipes

mais tradicionais do Chipre, fundada em 1929, onde fez o melhor trabalho de sua carreira, conquistando seu primeiro título como treinador profissional e o terceiro da equipe da segunda divisão do campeonato nacional.

O treinador chegou ao Brasil neste domingo (2) e já começará a vivenciar a rotina do EC São Bernardo. Hugo vai conhecer as instalações do Cachorrão, como alojamento, vestiários, academia, fisioterapia, campo e irá acompanhar os treinos de todas as categorias do Bernô, além de ir a jogos das equipes da base no Campeonato Paulista e do time profissional na Copa Paulista.

A diretoria da equipe do ABC também levará o treinador para assistir a jogos de todas as divisões do Campeonato Brasileiro (Série A, B, C e D) e alguns jogos de times da capital na categoria Sub-20. No final da visita, Hugo Martins irá conversar com os técnicos do EC São Bernardo para realizarem uma re-

união sobre os trabalhos realizados e jogos que acompanhou. O treinador Português ficará no clube até o dia 23 de junho.



Crédito da Foto: Reprodução/EC São Bernardo

# Klopp se despede do Liverpool com 8 títulos conquistados

**Arne Slot, ex-Feyenoord, será seu substituto**



Crédito da Foto: Oli Sarifi/AFP

## Douglas Oliveira

O dia 19 de maio de 2024 ficará marcado na vida de Jurgen Klopp e dos admiradores do Liverpool. Após vencer o Wolverhampton por 2 a 0 em Anfield, pela última rodada da Premier League 2023/24 e garantir o terceiro lugar, o treinador

finalizou sua passagem de quase 9 anos pelo clube. Foram 489 partidas, com 298 vitórias, 109 empates e 82 derrotas.

O alemão chegou em outubro de 2015 e deixa o time com 8 títulos: Campeonato Inglês 2018/19, Liga dos Campeões 2018/19, Mundial de Clubes 2019, Supercopa da Europa, Copa da Inglaterra 2021/22, Copas da Liga Inglesa 2021/22 e 2023/24 e Supercopa da Inglaterra 2022.

Antes dos Reds, Klopp fez história no Borussia Dortmund conquistando duas Bundesligas, Copa e Supercopa da Alemanha. Além disso, treinou o Mainz por 8 temporadas.

O treinador já havia avisado desde janeiro que não permaneceria, mas seu futuro ainda não está definido, existe a possibilidade de uma aposentadoria. O holandês Arne Slot, ex-comandante do Feyenoord, será seu substituto.

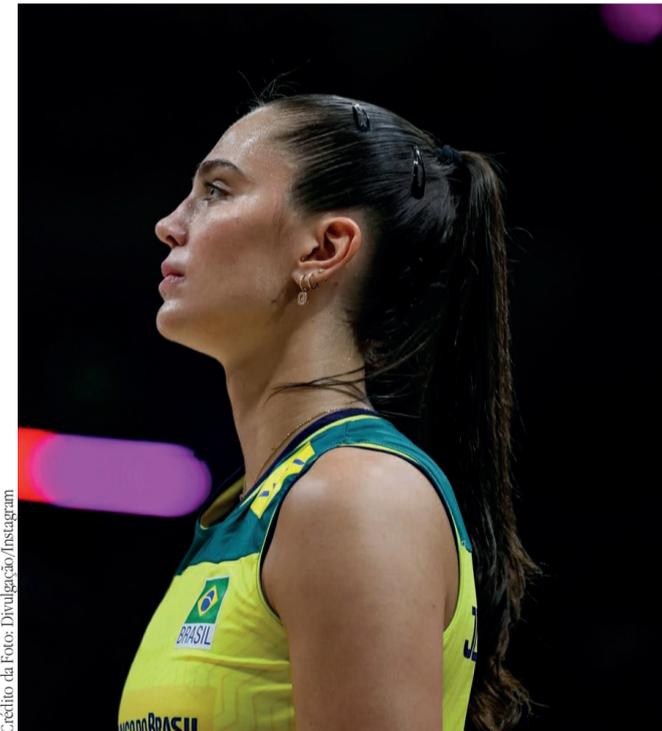
# Julia Kudriess desfalca Seleção Brasileira de Vôlei nas Olimpíadas

**Atleta lesionou o joelho direito durante partida da Liga das Nações**

A meio de rede da Seleção Brasileira de Vôlei Feminino, Julia Kudriess, está fora das Olimpíadas de Paris. A atleta de 21 anos se machucou durante o jogo do Brasil contra a Sérvia, pela Liga das Nações, em maio.

O Minas, clube de Julia, confirmou a lesão no ligamento cruzado anterior (LCA) do joelho direito. Ela passou por cirurgia e a recuperação desse tipo de procedimento fica entre 6 e 9 meses.

Vice-campeã mundial, a jogadora se manifestou em suas redes sociais. "Hoje eu me despeço desse ciclo tão especial que marca minha vida! A minha gratidão é eterna a todos que acreditaram em mim, torceram e estiveram ao meu lado! Estarei torcendo muito para esse time e principalmente pelas mulheres incríveis que tenho o prazer em partilhar a quadra", comentou.



Crédito da Foto: Divulgação/Instagram

# Rayssa Leal garante vaga para Paris ao vencer Pré-Olímpico

**Fadinha conquistou a prata nas Olimpíadas de Tóquio**

A brasileira Rayssa Leal conquistou o Pré-Olímpico de Skate da China, disputado em Xangai. A competição foi realizada no dia 19 de maio e garantiu a vaga antecipada da maranhense de 16 anos para os Jogos de Paris. A confirmação veio através de comunicado do Comitê Olímpico Brasileiro (COB).

A atual vice-campeã olímpica somou 274,89 pontos, ficando à frente das japonesas Liz Akama (273,45) e Coco Yoshizawa (257,73).

A próxima etapa do Pré-Olímpico acontece neste mês, em Budapeste, na Hungria, mas a Fadinha não corre o risco de ser ultrapassada por outras concorrentes



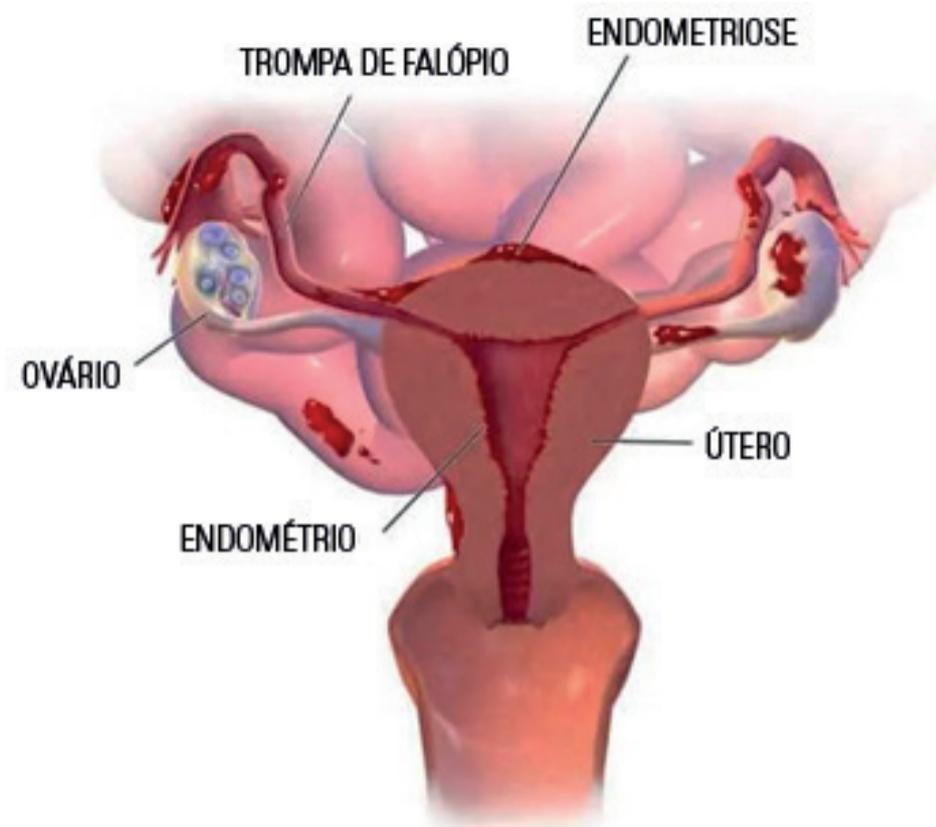
Crédito da Foto: Julio Deforon/CHSKT

# Uma em cada dez mulheres tem endometriose

“A endometriose não tem cura definitiva, mas os sintomas podem ser gerenciados com tratamento. O acompanhamento ginecológico inclui terapias hormonais, medicamentos para alívio da dor e, em alguns casos, cirurgia para remover os focos de endometriose”, explica Flávio Costa, profissional da área de Ginecologia e Obstetrícia do AmorSaúde, rede de clínicas parceiras do Cartão de TODOS.

Segundo o médico, as principais causas da endometriose ainda não são

totalmente compreendidas. “Fatores genéticos, hormonais e ambientais podem desempenhar um papel. Então a doença pode ocorrer por predisposição genética, mas também pode ser adquirida. Existe uma hipótese muito aceita chamada menstruação reversa”, destaca Flávio. O problema citado pelo médico, também conhecido como menstruação retrógrada, acontece quando o corpo não consegue eliminar o endométrio que extravasa para a cavidade pélvica, formando os focos de endométrio fora do útero.



## COMO DESCOBRIR A ENDOMETRIOSE E COMO AMENIZAR OS SINTOMAS

Dores intensas tendem a ser o principal motivo a levar as mulheres ao consultório médico em busca de um profissional de ginecologia. O diagnóstico da endometriose, segundo Flávio, “envolve uma combinação de história detalhada da paciente, exames físico e de imagem, como ultrassonografia, ressonância nuclear magnética e, em alguns casos, laparoscopia”.

O médico destaca que o estilo de vida é um dos principais fatores que podem amenizar ou piorar os sintomas da endometriose. “Os hábitos alimentares e a prática de exercício físico podem impactar na doença. Uma dieta equilibrada e a prática regular de exercícios tende a ajudar a reduzir a inflamação e aliviar os sintomas. Além disso, certos alimentos podem ser evitados para minimizar os sintomas, enquanto outros devem ser incluídos para promover a saúde geral”, afirma Flávio.

Em geral, mulheres com endometriose devem manter uma alimentação mais saudável para amenizar os desconfortos da doença, evitando alimentos com alto teor de açúcar refinado, ultraprocessados, carnes vermelhas, glúten e laticínios, optando pelo consumo de alimentos com propriedades antioxidantes e anti-in-

flamatórias.

Apesar da doença estar diretamente ligada com a saúde do útero, o médico reforça que “mulheres com endometriose podem engravidar, mas pode ser mais difícil para algumas, dependendo de onde esteja o foco da endometriose. O tratamento e o acompanhamento médico podem ajudar a melhorar as chances de concepção”, afirma Flávio.

**Não é difícil** encontrar mulheres que sofram com as terríveis cólicas do período menstrual. Essas dores afetam diretamente a produtividade durante o ciclo e se tornam desgastante, fazendo com que o uso de medicamentos de farmácia, especialmente os anti-inflamatórios, sejam necessários para o alívio momentâneo.

Porém, as cólicas podem estar atreladas a outras condições, como a endometriose, que atinge cerca de 10% da população feminina em idade reprodutiva, impactando a qualidade de vida e a produtividade da mulher. Neste caso, segundo o ginecologista Dr. Patrick Bellelis, especialista em endometriose, quando as dores acontecem fora do período, é um sinal para buscar acompanhamento médico e iniciar um tratamento.

## DICAS PARA ALIVIAR AS CÓLICAS EM CASA:

### 1 - Compressas de água morna

Uma das técnicas mais antigas e mais reconfortantes no período de cólica, pode ser explicada pelo fato do calor ativar o fluxo sanguíneo e amenizar as dores. Para fazer, basta colocar uma bolsa de água morna ou compressa no local das cólicas e deixar por cerca de 15 minutos.

### 2 - Aposte em bebidas quentes

As bebidas quentes têm o mesmo efeito da bolsa de água quente, auxiliando no alívio das dores. Porém, evite bebidas com cafeína, (coca) que tem o potencial de agravar as dores. Aposte em chás, como de camomila, hortelã, alecrim, louro e lavanda, que possuem propriedades relaxantes, calmantes e anti-inflamatórias.

### 3 - Atenção com a alimentação

Alguns alimentos, como doces e comidas mais gordurosas, podem causar inchaço e retenção de líquido em

alguns organismos, aumentando o aparecimento de cólicas menstruais. Evitar açúcares e gorduras, dando prioridade para legumes, verduras, frutas e carnes magras, além de ingerir bastante água.

### 4 - Mantenha hábitos saudáveis

Exercícios físicos ajudam muito na diminuição da dor durante o período menstrual. Novamente, as atividades físicas aumentam o fluxo sanguíneo, liberando endorfina, auxiliando no controle das dores. Evitar fumar qualquer tipo de tabaco e que envolva fumaça.

### 5 - Descanso

O estresse atrelado a um estilo de vida corrido, contribui bastante para o aumento das cólicas. Quando o corpo descansa durante um sono de qualidade, o equilíbrio é restabelecido. Então, o descanso aliado aos hábitos saudáveis, contribuem para um ciclo menstrual com menos desconforto.

## IMPACTOS DA ENDOMETRIOSE NA SAÚDE EMOCIONAL DA MULHER

A questão psicossomática relacionada a este problema nos aponta para possíveis sofrimentos emocionais desencadeantes

No campo emocional, essa doença além de todas as complicações também pode ter causas psicológicas relacionadas à insegurança, frustração,

ressentimentos, desapontamentos e tristeza. Principalmente em mulheres muito ativas e independentes que direcionam sua energia para o trabalho, cujas prioridades incluem o crescimento na carreira e absorção de benefícios materiais. É uma forma do corpo sinalizar que é preciso desacelerar e valorizar

sua própria essência feminina.

Também podemos associar a esse diagnóstico, a falta de confiança nos relacionamentos, a ansiedade elevada, o excesso de busca por perfeccionismo e a propensão à insatisfação constante. Toda essa análise está relacionada à psicossomática, na qual algumas doenças do corpo humano se desenvolvem devido a um certo modo de

pensar, uma certa ilusão ou emoção e que na maioria das vezes são emoções negativas, pensamentos, atitudes e bloqueios, como medo, raiva, agressão, desespero, etc. Apesar de todo o fundo emocional atrelado à endometriose, o quanto antes for diagnosticada e tratada, melhor serão os resultados.

**Dra. Andréa Ladislau / Psicanalista**