



Lounge: conforto
e novas lojas

Mais luxuoso do mundo



Burj Al
Arab,
em Dubai

Retrofit amplia Praiamar Shopping

jornalperspectiva.com.br

PERSPECTIVA

**Impresso
Especial**

7220958200-DR/SPM
TITAN COMUNICAÇÃO

---CORREIOS---

TITAN Comunicação Ltda.
Ano 26 - Edição nº 191
Setembro de 2010

IMPRESSO - Fechado
PODE SER ABERTO PELA E.C.T.

Residencial
Visconde de
Embaré

Funcional, do jeito santista

Empreendimento da Âncora atende perfil do consumidor local

Capa: A Construtora Âncora está entregando o Residencial Visconde de Embaré, na Rua Benjamin Constant, Bairro do Embaré, em Santos, um projeto com conceito funcional, numa região com poucos prédios.....Pág. 7.
Capa: fotos Luiz Carlos Ferraz, Sandra Netto e Divulgação.

Engenharia

Empire State, o mais alto edifício de Nova York, está em fase avançada de retrofit, para implementação de processos que vão torná-lo sustentável.....Pág. 12.



Divulgação C+A

Clínicas adotam projetos que visam o bem-estar total dos clientes

Arquitetura

Cada vez mais, recursos da arquitetura e design são aplicados em consultórios e clínicas médicas para proporcionar mais conforto aos clientes.....Pág. 8.

Autoestima

Pesquisa com adolescentes de escolas públicas e privadas de São Paulo identificou que estão com o Índice de Massa Corporal acima dos parâmetros internacionais.....Pág. 10.



Divulgação

Sky View Bar do Burj Al Arab, em Dubai: vista do mais luxuoso hotel do mundo

Turismo

“Ultimate Collection”, do Burj Al Arab, oferece aos hóspedes 12 opções elegantes para diferentes situações, relacionadas a lazer, celebrações ou trabalho.....Pág. 9.

Opinião

Pacto pela segurança

Eleita como a prioridade nº 1 na maioria das pesquisas eleitorais, eis que estamos atravessando um momento crucial em que se busca ouvir o cidadão, a segurança é o tema de maior preocupação do povo brasileiro. Há muito se diz que, pela quantidade de mortes violentas registradas nas grandes cidades, vive-se no Brasil um estado de guerra civil. Não faz muito tempo, aliás, o governo dos Estados Unidos sugeriu a seu povo para que evitasse fazer turismo aqui. Se o mal-estar diplomático foi logo serenado com uma pseudo-retratação, sabe-se que as empresas multinacionais ao enviar seus representantes, americanos, europeus, ou de qualquer parte do mundo, continuam a tomar a cautela de local carros blindados, contratar segurança especial, ou pelo menos são orientados nesse sentido. Há muito o Brasil deixou de ser um destino seguro. O poder paralelo está muito bem armado e protege seus interesses financeiros e estratégicos, tanto os pontos de

venda de drogas, quanto as empresas de fachada, da mesma forma que a sociedade conta com as Polícias para cuidar de sua integridade. Quando uma força interfere no interesse da outra, seja no morro (durante a traficância) ou em plena avenida (em meio ao assalto), o confronto costuma acontecer em pé de igualdade, às vezes até denotando ligeira vantagem dos marginais (?), com troca de tiros, mortes, seja entre eles, seja de inocentes vítimas das famigeradas balas perdidas. Algo deve ser feito, e com urgência, para que o medo seja afastado de uma vez da mente do cidadão brasileiro e da comunidade internacional. Além de atender este clamor pela vida, os governos em todos os níveis devem assumir um pacto para que suas Polícias garantam já o controle total da ordem pública, para que os eventos esportivos internacionais programados para 2014 e 2016, no Rio de Janeiro e nas principais capitais e cidades brasileiras, ocorram em clima de festa.

A nova Lei do Divórcio

GELCY BUENO ALVES MARTINS

Entrou em vigor no último mês de julho a Emenda Constitucional nº 66/2010 que alterou o artigo 226 da Constituição Federal, que passou a ter a seguinte redação: “o casamento civil pode ser dissolvido pelo divórcio”.

A mudança provoca uma revisão de paradigmas. Além de acabar com a separação judicial e eliminar os prazos para a concessão do divórcio, elimina definitivamente a culpa do âmbito do Direito de Família.

A principal mudança é, com certeza, com relação aos prazos antes exigidos para dar entrada no pedido. A emenda eliminou todo e qualquer pré-requisito estabelecido anteriormente e poderá ser feito no cartório ou na Justiça, lembrando que tanto em um como no outro, a presença do advogado é imprescindível. Também é preciso ter em mãos a certidão de casamento atualizada (de no máximo 6 meses no caso se judicial e de 30 dias se extrajudicial) e os documentos



PR Murray

Gelcy: mudança provoca revisão de paradigmas

Sequer os aspectos patrimoniais carecem de definição, pois é possível a concessão do divórcio sem partilha de bens (CC 1.581). Por essa razão é que se diz que a nova lei apenas eliminou os prazos para requerer o divórcio e aboliu a figura da separação, no mais nada mudou.

A questão mais tormentosa da nova lei diz respeito às ações de separação em curso. Isto porque, com relação às separações judiciais já decretadas, parece indubitável a desnecessidade de conversão da separação em divórcio. O caminho é o pedido de divórcio direto imediato. Se, no entanto, a ação de separação encontra-se em curso, tem-se entendido que caberá às partes a adequação do pedido de acordo com a nova lei.

Gelcy Bueno Alves Martins é advogada do escritório Paulo Roberto Murray – Advogados, em São Paulo.

personais (CPF e RG).

Se o casal divorciando possuir filhos menores de idade também é necessário apresentar a certidão de nascimento dos mesmos. Quanto à guarda dos filhos, fixação de pensão alimentícia e partilha de bens, nada mudou. É necessária a definição da forma de convivência com os pais – já que a preferência legal é pela guarda compartilhada – e o estabelecimento do encargo alimentar.

PERSPECTIVA

Jornal PERSPECTIVA é uma publicação da TITAN Comunicação Ltda. CNPJ 02.546.886/0001-07 e-mail titan.com@uol.com.br **PUBLICIDADE/REDAÇÃO/ADMINISTRAÇÃO** Av. Epitácio Pessoa 62 Lj. 50 Santos São Paulo CEP 11045.300
Telefones (13) 3284.2373 e (13) 9147.6522 Matriculado sob o nº 715 na **ADJORI-SP** Associação de Jornais do Interior do Estado de São Paulo / nº 112/SP na **ABRARJ** Associação Brasileira de Revistas e Jornais **IMPRESSÃO** Atlântica Gráfica (11) 4615.4680
DIRETOR EDITOR Luiz Carlos Ferraz MTb.2045 **DIRETORA MARKETING** Sandra L. Netto JORNAL PERSPECTIVA Nº 191 Ano 26 Setembro/2010 Site www.jornalperspectiva.com.br E-mail redacao@jornalperspectiva.com.br Os artigos assinados são de responsabilidade de seus autores.

Ruas e estradas sem buracos

Novo tipo de pavimento seria também um forte aliado do meio ambiente

FELIPE REIS

Os buracos encontrados nas ruas da maioria das cidades é o pesadelo de qualquer motorista. Muitas vezes até com o máximo de atenção é difícil fugir de um desnível, seja ele provocado pelo clima, trânsito excessivo ou descaso dos responsáveis.

Para evitar esse transtorno que é cada vez maior e ainda colaborar com o meio ambiente, pesquisadores americanos desenvolveram uma maneira de captar energia através do asfalto. A possível solução é ecologicamente sustentável e ainda acabaria definitivamente com as crateras.

Hoje, em média, uma tonelada de



Divulgação

asfalto líquido custa cerca de US\$ 1.000 e o preço continua aumentando porque o asfalto é derivado do petróleo. Isso indica que se o processo continuar no mesmo ritmo, em menos de 50 anos será inviável a construção de novas estradas, avenidas e ruas.

Sabendo disso, a empresa Solar Roadways desenvolveu um projeto para substituir o asfalto por painéis solares cobertos de material reciclado (plástico, vidro e borracha) e células solares que captam a luz do sol e a transformam em energia para iluminar a pista. Se apenas 15% do

Pavimento pode indicar faixas de sinalização e até alertas aos motoristas

pavimento das estradas americanas fosse substituído hoje, seria possível produzir mais energia do que todas as fontes elétricas existentes nos EUA com essa nova tecnologia.

Através de luzes de led embutidas, pavimento funcionará como sistema perspicaz para indicar faixas de sinalização e até alertas sobre o que o motorista deve encontrar à frente – se há obras, curva acentuada ou as condições das estradas.

Como as estradas e ruas já servem de ligações entre casas, cidades e países, o asfalto inteligente poderia também incluir cabos para fornecer eletricidade, sinal de TV, Internet e telefone.

Eleitor ganha plataforma ambiental

A Fundação SOS Mata Atlântica lançou em agosto, na Assembleia Legislativa de São Paulo, a Plataforma Ambiental para o Brasil, apresentando as principais questões ambientais que precisam ser discutidas, respondidas e solucionadas pelos próximos dirigentes do país. Ela é composta por cinco agendas principais: Água e Saneamento, Incentivos Econômicos e Fiscais, Biodiversidade e Florestas, Mudanças Climáticas e Institucional. O objetivo é fazer com que o eleitor entregue o documento aos seus candidatos, pessoalmente, por e-mail ou correio, pedindo o comprometimento público.

Parceria Rota Sul busca investimentos

De olho nos novos negócios que serão gerados com a exploração de petróleo e gás na Bacia de Santos, as associações comerciais de Mongaguá, Itanhaém e Peruíbe e o Rotary Club de Itanhaém criaram a Rota Sul.

O objetivo da parceria é mostrar o potencial dos Municípios do Litoral Sul e posicioná-los no âmbito da Costa da Mata Atlântica, visando atrair investimentos econômicos.

Um passo importante nessa estratégia foi a participação da Rota Sul no 5º Fórum Brasil Comércio



Sandra Netto

Eliseu Braga Chagas, o prefeito João Paulo Tavares Papa, Claudinei Buccioli, Romeu Sciamarella e André Olímpio M. Du Chenoy

Exterior, realizado em setembro, em Santos.

Segundo o presidente da Associação Comercial, Agrícola e Industrial de Itanhaém (ACAI), Eliseu Braga Chagas, o estande da Rota Sul apresentou a infraestrutura existente na região, que envolve um aeroporto de médio porte e áreas disponíveis para diversos tipos de empreendimento.

Também foi destacado que estão sendo realizados cursos de qualificação de profissionais para os segmentos de bares e restaurantes,

com início do módulo de gastronomia e bartenders, objetivando preparar mão de obra para receber bem o turista.

Há 8 meses na presidência da ACAI, Eliseu defende a ação conjunta das cidades próximas a Santos. Durante o 5º Fórum Brasil Comércio Exterior, foi mantido encontro com o prefeito de Santos, João Paulo Tavares Papa. Na pauta, a constatação de que as cidades da Rota Sul estão dispostas a incentivar parcerias para a geração de empregos e desenvolvimento.



Por
LUIZ
CARLOS
FERRAZ

■ Souza Cruz comemorou mais uma vitória contra pretensão indenizatória de fumante, desta vez em Santos: juiz da 6ª Vara Cível rejeitou ação indenizatória do fumante Alexandre Hilário Pereira, em linha com acórdãos do Tribunal de Justiça de São Paulo (TJSP) e do Superior Tribunal de Justiça (STJ).

■ Ambientalista Moésio Rebouças alerta que as atrações do mini-zoológico do Parque Ecológico Cotia-Pará, em Cubatão – duas jaguatiricas e um cachorro do mato –, anunciadas pelo secretário municipal de Meio Ambiente, José Roberto Baldini, não têm autorização do Ibama, o Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis. A confirmação veio após denúncia de que o secretário pretende confinar os animais silvestres em espaços impróprios. Moésio quer saber a procedência dos citados animais.

■ Pesquisa divulgada pela Serasa Experian revelou que a inadimplência do consumidor brasileiro registrou alta de 11,5% em agosto, na comparação com o mesmo mês do ano anterior, e identificou o maior crescimento da inadimplência anual desde 2005. Para Antonio De Julio, do Moneyfit, o aumento da inadimplência do consumidor poderá aumentar nos próximos meses devido às compras de Natal.

■ Ministério da Justiça divulgou diretrizes para a proteção do consumidor nas compras feitas pela Internet, reunindo interpretação dos Procons, Ministério Público, Defensorias Públicas, entidades civis e do Departamento de Proteção e Defesa do Consumidor (DPDC) sobre a aplicação do Código de Defesa do Consumidor (CDC) às relações do comércio virtual. Um dos principais pontos é assegurar o efetivo exercício do direito de arrependimento, já previsto no artigo 49 do CDC.



Aposentado Victor José Battiferro, de 74 anos, conta que ao transferir veículo de São Paulo para Santos recolheu junto ao Banco do Brasil a taxa “Mudança de Tarjeta”, no valor de R\$ 63,22. Segundo a filha Giovana, ele ingressou com o processo de transferência no Detran, que o devolveu, alegando irregularidades no recolhimento. Sem solução do banco, após 20 dias fez novo recolhimento junto a outra instituição bancária e a transferência foi concretizada. Agora quer o dinheiro de volta, mas diz estar sem perspectiva de recebê-lo. Ainda que o caminho seja difícil e lento, a via judicial é excelente para reparar o dano moral e prejuízos materiais eventualmente sofridos.

CARTAS para esta coluna: Jornal Perspectiva, Consumidor & Cidadania, Avenida Epitácio Pessoa, 62, Lj. 50, Boqueirão, Santos/SP, CEP 11045-300, ou por e-mail: redacao@jornalperspectiva.com.br

População de Rua

Vigilância Sanitária íntima Central da SEAS

Adilson Jr. convocará Audiência Pública para debater a questão

Alertada pela Comissão Especial de Vereadores (CEV) que fiscaliza o atendimento à população de rua de Santos, a Vigilância Sanitária da Secretaria Municipal de Saúde (SMS) intimou a Central de Atenção à População, órgão da Secretaria Municipal de Assistência Social (SEAS), que funciona na Praça Iguatemi Martins, 8, junto ao Mercado Municipal.

Conforme constatado pela Vigilância Sanitária, o prédio onde funciona a Central, ligada à Seção de Acolhimento de Adultos, Idosos e Famílias em Situação de Rua, está em total desacordo à Portaria nº 73/2001, da Secretaria de Estado de Assistência Social - SEAS/MPAS, atual Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. A Portaria nº 73 estabelece as normas de funcionamento de serviços de atenção ao idoso no Brasil. A partir da autuação, a Central tem prazo para adequar as instalações.

Além do fato inusitado – um órgão do Poder Executivo ser intimado por outro órgão do mesmo



Luiz Carlos Ferraz

Fiscal da Secretaria de Saúde deu prazo para adequações

funciona num antigo armazém, seria desativada e transferida para um local adequado.

O secretário municipal de

Poder –, a presença do fiscal da Vigilância Sanitária foi acompanhada por vereadores da CEV, que há algum tempo denunciam irregularidades no atendimento à população de rua da Cidade. Para o presidente da CEV, vereador Adilson Júnior (PT), Santos não contempla uma política pública digna de atendimento à população de rua: “Existe este espaço, totalmente inadequado, onde as pessoas vem para comer e dormir, mas sem qualquer amparo, qualquer perspectiva de receber tratamento e poder voltar ao seio da sociedade”.

Adilson Júnior contou que no final do ano passado os membros da CEV receberam a promessa do prefeito João Paulo Tavares Papa que em 120 dias a Central, que

Assistência Social, Carlos Teixeira Filho, compareceu à inspeção feita pela CEV. Ele confirmou aos vereadores Adilson Júnior, Cassandra Maroni Nunes (PT) e Geonísio Pereira Aguiar (PMDB) a intenção da Prefeitura em transferir o órgão para outro local e que estão adiantadas as negociações para a locação de um imóvel na área central. Indignado, Adilson Júnior anunciou que convocará Audiência Pública em outubro para debater a questão da população de rua e convidará os secretários de Assistência Social, Teixeira Filho, e de Saúde, Odílio Rodrigues Filho, para que se busque uma ação integrada das duas secretarias: “Hoje, elas não têm interface, não conversam, e o problema exige uma ação conjunta”.

79 pacientes “esquecidos” nos hospitais do Estado de São Paulo



Setenta e nove pessoas vivem no Estado de São Paulo a situação de estarem internadas em hospitais, sem a companhia de familiar ou amigo e, pior, sem ao menos identificação de nome, idade ou procedência.

Para encontrar uma solução, a Secretaria de Estado da Saúde disponibilizou em seu site (www.saude.sp.gov.br) um serviço para que os pacientes sem identificação possam ser

encontrados por seus familiares.

O serviço é gratuito e aberto para qualquer hospital, público ou particular. Para colocar no site a foto dos “esquecidos”, os hospitais precisam encaminhar um e-mail para naoidentificado@saude.sp.gov.br com os seguintes dados: nome do hospital, endereço do hospital, telefone do setor responsável, e-mail do setor responsável, nome completo do responsável, RG e CPF do responsável, características físicas do paciente (sexo, cor da pele, dos cabelos, dos olhos, altura e peso), além da foto do paciente.

“A identificação dos pacientes é de extrema importância”, afirma Ricardo Tardelli, coordenador estadual de Saúde. “Além de auxílio no tratamento, é um gesto de cidadania”. Das 79 pessoas, duas estão em hospitais da Baixada Santista – uma em Santos e outra em Praia Grande –, 45 na Capital, 11 em Ribeirão Preto, seis em Mogi das Cruzes, quatro em Guarulhos, quatro em Santo André, e uma em cada uma dessas cidades: Arujá, Santa Rita do Passa Quatro, Campinas, Osasco, Botucatu, Diadema e Várzea Paulista.

ALTA TECNOLOGIA EM REPARO AUTOMOTIVO



FILIAÇÃO À
ASSORVENS
Associação das Oficinas Reparadoras de Veículos da Baixada Santista



FROTA VENTO
FUNILARIA E PINTURA

Tel. (13) 3223.2969

Rua João Éboli, 57 - Santos
oficinafrotavento@uol.com.br

Fotos Sandra Netto

Novos edifícios já contemplam algumas inovações, mas setor precisa se modernizar ainda mais para amenizar o impacto ambiental



Preparar condomínios sustentáveis

Síndicos devem conscientizar e discutir, para definir ações

O Sindicato dos Condomínios Prediais do Litoral Paulista (Sicon) está alertando para a necessidade de os edifícios da região, especialmente os novos empreendimentos, se preparar para a adoção de ações voltadas à preservação do meio ambiente.

Os chamados condomínios sustentáveis já são realidade na região, mas setor precisa se modernizar ainda mais para amenizar o impacto ambiental. Segundo o presidente do Sicon, Rubens Moscatelli, muitos dos condomínios recém-erguidos já contam com sistema de energia solar,

água reaproveitada e foram construídos com madeira com selo verde. “Entretanto, os prédios mais antigos precisam se adequar às novas normas ecológicas para evitar danos ambientais, que certamente virão devido ao grande crescimento imobiliário local”, afirma.

Com o objetivo de incentivar ações sustentáveis, o Sicon promove ações educativas junto aos associados, entre elas o recolhimento de pilhas. Os condomínios que participam da campanha podem fazer o descarte das pilhas no sindicato, que as envia para entidades que fazem a destinação correta do material.

O Sicon também presta orientações sobre a instalação de sistemas de reaproveitamento de água e o cumprimento da Lei

Estadual nº 12.520, que obriga prédios com mais de 50 apartamentos, shoppings e empresas de grande porte a realizarem a coleta seletiva do lixo, acondicionamento separado de papel, metais, vidro, plástico, além de materiais orgânicos e não-recicláveis.

Os síndicos podem adotar três principais ações para tornar um condomínio comum em um condomínio sustentável. Primeiro, conscientizar, com a afixação de material educativo sobre as vantagens de adotar medidas sustentáveis. Em seguida, incluir o tema na pauta das reuniões e assembleias condominiais. E, finalmente, caso as medidas sejam aprovadas, executá-las mediante um cronograma.

Economia e combate ao desperdício



- Implantação do processo de coleta seletiva de lixo
- Instalação de luzes com sensores de presença nas áreas comuns
- Varrição da calçada e pátio no lugar de lavá-los
- Construção de cisternas para a captação e o aproveitamento da água de chuva
- Instalação de medidores individuais de gás e água para reduzir o consumo
- Ajardinamento de calçadas e terraços para aumentar a área permeável
- Instalação de placas de energia solar para aquecer a água do chuveiro
- Substituição de torneiras por modelos com temporizador, que gastam menos água
- Troca da churrasqueira por uma à base de gás natural, que não libera fuligem
- Criação de pomar e herbário

Sebrae-SP apura queda na taxa de mortalidade das empresas

O Sebrae-SP apurou que a taxa de mortalidade das empresas paulistas no primeiro ano de existência caiu de 35% para 27%, embora a taxa de mortalidade de empresas com um ano no mercado permaneça estável com relação ao levantamento anterior, realizado em 2005. Para os três primeiros anos de existência, o estudo pioneiro de 1998 indicava que 56% das empresas não sobreviviam ao terceiro ano. Em 2010, esse índice baixou para 46%. No indicador para os cinco primeiros anos de atividade das empresas – que começou a ser monitorado a partir de 2000 –, a taxa de mortalidade indicava que 71% das empresas fechavam suas portas antes de completar os cinco anos. Em 2010, o índice caiu: 58% fecharam suas portas.

Apesar da redução, as taxas de mortalidade de empresas ainda são altas. Na comparação dos estudos anteriores, uma mudança na característica dos empresários com registro na Junta Comercial do Estado de São Paulo (Jucesp) é destacada: a melhora no perfil do gestor. Segundo o levantamento divulgado hoje pelo Sebrae-SP, 83% dos que abriram empresa em 2007 possuem o ensino médio completo ou mais, ante 70% em 2000. Outro dado importante é que 78% abriram a empresa vislumbrando uma oportunidade de negócio, sobre 60% em 2000.

Entre as empresas constituídas anualmente, aquelas que são clientes do Sebrae-SP têm um desempenho melhor: apenas 18% fecharam no primeiro ano de existência, ante o número geral do mercado que é 27%.

Parceria pelo Litoral Sul.



A ROTA SUL saúda as empresas expositoras, congressistas e autoridades presentes ao 5º Fórum Brasil Comércio Exterior, em Santos, e enfatiza que as cidades da ROTA SUL, Mongaguá, Itanhaém e Peruíbe, estão preparadas para receber os investimentos gerados pelos negócios do petróleo e gás na Bacia de Santos.

FILIADA À FACESP



ACAI

ITANHAÉM

www.acai-itanhaem.com.br

**Av. Presidente Vargas, 757 - Centro - Itanhaém
tel. (13) 3426.2000 | e-mail: acai.ita@uol.com.br**

Calão Jorge/Secovi-SP



Ferreira: novo tipo de cliente

Internet muda pesquisa de imóveis

Dilton Caldas Ferreira, diretor do site Zap, apresentou palestra no Dia do Corretor, 27 de agosto, na Rede Secovi de Imóveis, em São Paulo, sobre “O novo perfil do comprador de imóveis diante da Internet”.

Ferreira deu dicas sobre como atender este cliente. Para ele, a maioria das pessoas que fecha um negócio imobiliário necessariamente passa pela Internet. O desafio é descobrir o que falta para que a web se transforme em uma ferramenta ainda mais útil ao mercado.

“O mundo mudou, os clientes mudaram e hoje são eles que detêm a informação”, disse Ferreira. “Os profissionais do mercado precisam se adequar a este novo comportamento e utilizar a Internet como instrumento de trabalho. Ou seja, o corretor tem de ser on line”.

Hoje, dos mais de 67,5 milhões de usuários da Internet, 90% pertencem às classes AB e 45% da classe C (principal responsável pelo crescimento de acessos nos últimos anos). O Brasil ocupa o terceiro lugar no ranking de vendas de computador no mundo e, desde 2007, vende mais computadores do que aparelhos de tevê.

Entre os internautas que buscam imóveis, grande parte decide pela compra por influência da rede, um fenômeno que mudou a maneira de pesquisar imóveis. “Assim, é indispensável aprender como se portar diante desse cliente”, frisou.

Levantamento realizado pelo Zap mostra que, com o fenômeno da Internet, mais de 50% das pessoas pesquisam, comparam e decidem pela compra do imóvel em dois meses. A decisão de compra considera inicialmente a localização e as condições do entorno. A grande mudança trazida pela internet é poder oferecer todas as informações sobre o bairro, por meio de material pronto e dinâmico.

Retrofit no Praiaamar

Maior desafio foi executar as obras com o shopping funcionando normalmente

Mantendo há 10 anos o status de melhor shopping do Litoral Paulista, o Praiaamar, em Santos, foi alvo de um amplo projeto de retrofit, com novas operações no segundo piso, agora denominado Lounge, uma bem elaborada repaginação da praça de alimentação e do primeiro andar do estacionamento, e a modernização dos sistemas acústico, de refrigeração, segurança e iluminação.

O investimento global do Grupo Mendes foi superior a R\$ 5 milhões, mas o maior desafio foi executar as obras com o shopping funcionando normalmente, com uma circulação mês em torno de 1 milhão de pessoas, salientou a superintendente do Praiaamar, Mariane Araújo.

Os trabalhos tiveram início em junho passado e, diariamente, 24 horas por dia, as equipes de fornecedores da obra e das lojas se revezaram para cumprir o cronograma de prazos e a logística. O projeto arquitetônico foi desenvolvido pela Eparq, dos arquitetos Edgard Pistelli e Daniel Cardoso, em conjunto com os diretores do Grupo, Paulo e Armênio Mendes.

No segundo piso 10 novas lojas passaram a ocupar o espaço de um parquinho barulhento e um bingo, e a área central, que era ociosa, foi transformada num lugar confortável. Entre os diferenciais, foi adotada uma arquitetura clean, com elementos que mantiveram a identidade visual do Praiaamar, com muito branco e luz natural. Para o piso do Lounge a Marmoraria Santista forneceu todo o mármore Marrom Imperador e o mármore Crema Marfil.

Na praça de alimentação o



Fotos Sandra Netto

Lounge no segundo piso: mais conforto e melhores soluções nos sistemas acústico, de refrigeração, segurança e iluminação

retrofit mudou o antigo conceito. A praça original tinha uma rigidez de desenho e todos os conjuntos de mesas eram de ferro pintado e tampo de mármore, seguindo o mesmo alinhamento no espaço totalmente aberto.

A intervenção, além de introduzir no teto um novo revestimento com tratamento acústico, deu à praça uma cara de restaurante com 1.010 lugares. Para isso, foi utilizado mobiliário de madeira, com diferentes configurações de mesas, divisórias baixas que proporcionam privacidade, além do isolamento do lixo e novo paisagismo.

No primeiro andar de estacionamento o piso recebeu tratamento especial e foi introduzido atendimento vip, com manobrista e sala exclusiva.

Novas lojas ampliaram as opções de compra no melhor shopping do Litoral Paulista



Parabéns, Grupo Mendes!
Estamos orgulhosos em ter participado das obras de expansão do Praiaamar Shopping Center

MARMORARIA
santista

Av. São Francisco, 262 - Santos - Tel. (13) 3232.2319
www.marmorariasantista.com.br - msantista@uol.com.br

FUJA E VIAJE fujaeviaje.com
agora também em revista!

Programe sua viagem, com dicas de roteiros, gastronomia...

Reserve espaço
(11) 5073.1574
(13) 3284.2373

Visconde de Embaré

Funcionalidade que satisfaz

Residencial está localizado numa das áreas mais valorizadas de Santos

A Construtora Âncora está entregando o Residencial Visconde de Embaré, na Rua Benjamin Constant, 147, Bairro do Embaré, em Santos. O empreendimento foi implantado numa região com poucos prédios e, segundo o construtor Alberto Barreiros, o projeto foi pensado para o consumidor santista, cuja preocupação é muito forte com a localização próxima à praia, preferindo um apartamento funcional sem ser necessariamente grande.

Por isso, ao idealizar o projeto junto com a arquiteta Cecília Passarelli Zonis, em vez de prever apenas dois apartamentos por andar, a construtora optou por quatro por andar, de três e dois dormitórios, ambos com suíte.

“A receptividade no mercado é excelente”, comemora Barreiros, ao frisar que a redução da metragem dos apartamentos resultou em preços acessíveis e agilidade na comercialização: “Hoje, além da opção de comprar direto com a construtora, o cliente tem um grande benefício, que é o financiamento bancário, com taxas compatíveis, pagando uma prestação cujo valor é semelhante a um aluguel”.

O Visconde de Embaré possui 56 apartamentos-tipo, sendo os de três dormitórios com 127 metros quadrados de área privativa, que inclui as vagas na garagem, e os de dois com 107 metros quadrados de área privativa. Tem ainda duas coberturas, cada com 250 metros quadrados de área útil e três vagas de garagem.

Conforme destacou Cecília Passarelli, o residencial tem estilo neoclássico contemporâneo e contempla terraços em todas as unidades, aproveitando a bela vista da cidade e resultando em apartamentos bem ventilados e iluminados. “A distribuição interna da unidade foi pensada para atender uma família moderna com o maior conforto. Os cômodos são bem planejados, com muito espaço para armários, pouquíssima circulação, resultando numa área muito bem aproveitada”, comentou.

Sobre a área de lazer, a arquiteta relacionou as várias opções de



entretenimento, como salão de festas, fitness, brinquedoteca, além de espaço grill, terraços e piscina na cobertura, com bom aproveitamento do sol.

Alberto Barreiros salientou que a construção do Residencial Visconde de Embaré foi executada com tradicionais parceiros, que acompanham a Âncora em mais de 20 anos de atuação no mercado da Baixada Santista, e também envolveu indicações de empresas e profissionais renomados na região.

As obras foram iniciadas em janeiro de 2008. A Tuzzolo executou os serviços de sondagem no solo e confirmou a necessidade de serem realizadas fundações especiais, com a construtora optando por perfis de aço, que foram cravados a 60 metros de profundidade.

Tudo a obra utilizou ferro Ca 50 e Ca 60, prego, tela e arame recozido, fornecidos pela ArcelorMittal, enquanto a Imcon foi responsável pelo fornecimento do

gesso para revestimento Ingenor e sistema Drywall Knauf. Já a Marmoraria Romarco forneceu todo acabamento em pedra natural e os mármore e granitos para o hall social, bancadas da cozinha e banheiro social.

Na fachada, todo o prédio foi revestido com pastilha de porcelana 5x5 da Cerâmica Atlas, referências Blanc, Amber Gold e Daytona Beach, da coleção natural. Conforme destacou Fernando Ferraz, representante da Atlas na Baixada Santista, a pastilha de porcelana, por ser um produto de baixa absorção e baixa expansão por umidade, torna-se o revestimento de melhor qualidade para o uso em fachadas, principalmente em prédios localizados no Litoral.

Ferraz acrescentou que o uso da coleção natural possui uma serigrafia estritamente rústica e torna mais harmoniosa a fachada, principalmente onde o conceito predominante é o neoclássico.

Luiz Carlos Ferraz

Visconde de Embaré:
apartamentos de dois
e três dormitórios
com varanda
mobiliável

Soluções em Aço
para Construção Civil

ArcelorMittal

ligue (13) 2102 4300

ATLAS

A PASTILHA DO BRASIL

Santos (13) 3271.3571 / 3236.8260
Praia Grande (13) 3474.5035
Tambaú (19) 3673.9600

SANTOS | Av. Epitácio Pessoa, 275 - Embaré
PRAIA GRANDE | Av. Costa e Silva, 1.187 - Boqueirão

Site: www.ceratlases.com.br
E-mail: vendas@ceratlases.com.br

Grandes Marcas para
sua Construção

KNAUF, INGENOR, CEMENT, imcon

www.imcon.com.br
(13) 3202-5500

Rua Lucas Fortunato, 49
Vila Mathias - Santos

MARMORARIA ROMARCO

www.romarco.com.br | romarco@uol.com.br

ITANHAÉM:
Av. Prof. Vicente Caetano Lima, 2.250 - Trevo da Cesp
Tel. (13) 3422.4551 - Fax (13) 3422.4957
REPRES. SHOW ROOM SANTOS:
Av. Senador Feijó, 309 - Vila Mathias
Telefax (13) 3224.4156 / 3232.7360 - romarco@uol.com.br

Mármore e Granito

- Pias
- Lavatórios
- Soleiras
- Escadas
- Fachadas
- Pisos
- Pingadeiras

Pedras Decorativas

- Miracema
- Ardósia

Direto

- Serraria
- Pedreira

Passarelli Zonis

arquitetura engenharia

PROJETOS E SERVIÇOS DE
ARQUITETURA E ENGENHARIA

Av. Conselheiro Nébias, 688 cj. 51
Santos - Tel. (13) 3223.3722
www.passarellizonis.com.br

CREA 109127

TÚZZOLO

SONDAGENS

20 ANOS DE SOLIDEZ NA BAIXADA SANTISTA
ENG. RESP.: FÁBIO PINTO TÚZZOLO
CREA 682506554

Av. Cons. Nébias, 688/41 - Santos - Tel. (13) 3222.4142
www.tuzzolo.com.br | sondagem@tuzzolo.com.br

LIVROS

POR FLÁVIA FERRAZ

Arquitetura e a Cidade | Ruy Ohtake | Editora: Instituto Tomie Ohtake | R\$ 140,00



Com textos de Agnaldo Farias, Paulo Herkenhoff, Roberto Segre,

Julio Katinsky e Rodrigo Queiroz e fotos de Nelson Kon e Leonardo Finotti, *Arquitetura e a Cidade* é o maior registro da importante obra de Ruy Ohtake, com residências, parques ecológicos, empresas, cinemas, entre outros prédios projetados pelo arquiteto.



Coberturas em Estruturas de Madeira – Exemplos de Cálculo | Carlitto Calil Júnior e Julio César Molina |

Editora: PINI | R\$ 107,00

A obra apresenta exemplos de cálculos de projetos e detalhes construtivos de diferentes sistemas estruturais de coberturas em madeira. Uma ferramenta para os profissionais de projeto e cálculo dessas estruturas, com exemplos de aula para alunos de graduação e pós-graduação.



Dois Séculos de Projetos no Estado de São Paulo – Grandes Obras e Urbanização |

Nestor Goulart Reis | Editora: Imesp | R\$ 290,00

A proposta do arquiteto Nestor Goulart Reis é contar a história da urbanização e do urbanismo no Estado de São Paulo por meio das grandes obras públicas, concentrando-se na história da instalação da infraestrutura, dos equipamentos e serviços que criaram e fortaleceram as condições gerais de desenvolvimento da economia paulista.

Dicas e sugestões para flaviaferraz@jornalperspectiva.com.br

Ambiente que atrai cliente

Divulgação C+A

É essencial proporcionar sensação de bem-estar durante o processo de atendimento

Cada vez mais os recursos da arquitetura e design estão sendo aplicados em consultórios e clínicas médicas como forma de proporcionar mais conforto às pessoas que buscam esses locais para solucionar ou amenizar problemas de saúde.

Os cuidados vão desde a fachada, passam pela comunicação, sinalização e aparência geral, e chegam até a ergonomia dos móveis, hoje indispensável, principalmente quando se fala em saúde.

Para o diretor de criação da Datamaker Designers, estúdio de design de produtos e ambientes, Luiz Renato Roble, é essencial que os consultórios proporcionem aos seus clientes e funcionários uma sensação de bem-estar durante o processo de atendimento.

“Internamente, o fundamental é que se obtenha um ambiente acolhedor, convidativo, limpo, organizado e vendedor. Por isso, o trabalho começa na definição do conceito que se quer passar e tudo, do piso ao teto, deve funcionar dentro de uma sincronia, resultando em um conjunto harmonioso e forte”, explica.

Durante o workshop Premium Office Design, no 14º Encontro de Inverno da Sociedade Europeia de Catarata e Cirurgias Refrativas, em Budapeste, Hungria, houve depoimentos de profissionais que passaram pela experiência de modificar o espaço físico de suas clínicas.

O oftalmologista belga Erik Mertens contou que tinha uma clínica de 325 m², em Antuérpia, e, como realizava muitas cirurgias, necessitava de um espaço maior, pois pacientes e funcionários já estavam irritados com “a falta de espaço”.

Para a sua prática oftalmológica necessitava apenas de 600 m². Contudo, comprou um terreno de 2.500 m² e, orientado por seus arquitetos, construiu o Medipolis Medical Centre, que abriga um centro oftalmológico, incluindo o atendimento ambulatorial, a prática de cirurgias e agrega outros serviços de saúde.

A expansão necessitou de



planejamento para que fosse possível oferecer melhores serviços num novo espaço. Seu desejo foi explicitado aos arquitetos: “não queria um lugar com atmosfera de clínica, queria que os pacientes se sentissem em casa e à vontade”.

Resultado: o novo centro oftalmológico conta com uma recepção confortável e quatro salas de espera, divididas de acordo com o atendimento a ser realizado, com mobiliário confortável e moderno. Nas salas de espera, os pacientes têm à disposição água, café, revistas, TV, Wi-Fi e um totem com acesso livre à Internet.

Após a ampliação, Mertens também investiu na contratação de novos funcionários: “todo o investimento foi feito para melhorar o meu fluxo de trabalho, para que eu pudesse fazer o que faço melhor: a boa medicina”.

Para a arquiteta Ana Paula Naffah Perez, diretora da C+A

Arquitetura e Interiores, uma unidade de saúde especializada em Oftalmologia apresenta particularidades. Seu escritório de arquitetura já executou várias intervenções arquitetônicas nesta área.

O conceito partiu da premissa que a Oftalmologia concentra uma série de procedimentos cirúrgicos rápidos, que afastam os pacientes dos grandes hospitais, levando-os às clínicas especializadas. Diante dessa realidade, os oftalmologistas têm que adaptar-se, adicionando centros cirúrgicos capacitados às suas clínicas e transformando seu espaço em um hospital-dia para atender ao aumento da demanda.

“Esta especialidade médica apresenta várias sub-especialidades, que geralmente, estão agrupadas num mesmo espaço, ou seja, é preciso espaço para a construção da clínica ou do hospital oftalmológico”, diz.

Sala de espera do Hospital de Olhos, projeto da C+A Arquitetura e Interiores

O tamanho mínimo de cada consultório para atendimento ambulatorial também precisa ser considerado. “São necessários pelo menos 6 metros lineares num dos lados do consultório. Isso é muito importante, principalmente

para a realização de exames de acuidade visual”.

Outra preocupação diz respeito à iluminação destas salas. “Em muitos exames, existe a necessidade de black-out. Esse escurecimento deve ser feito por meio de venezianas ou cortinas adequadas com tecidos específicos que permitam sua higienização e que possibilitem regular a iluminação”, esclarece a arquiteta.

As salas de espera das clínicas e hospitais oftalmológicos devem ser amplas, para dar ao paciente uma sensação de espaço. “É preciso considerar que pacientes com problemas de visão ou visão sub-normal não podem passar pelo constrangimento de ficar esbarrando nos móveis. Assim, elas devem ser planejadas para atender, em média, cinco pacientes por consultório. Se a clínica contar com 10 consultórios, por exemplo, o espaço deve atender no máximo 50 pessoas”, destaca.



Música na sala de espera...

Além de investimentos no design, outra tendência que cresce nas clínicas é a música na sala de espera. Seu uso é um recurso utilizado para produzir atitudes e comportamentos desejados. Pode ser útil para melhorar a imagem do serviço, tornar os funcionários

mais alegres, administrar esperas e ao mesmo tempo fazer o paciente esquecer momentaneamente que será avaliado em breve.

Os gêneros mais tocados para o relaxamento do local é o clássico, instrumental ou músicas românticas e calmas. No entanto, alguns consultórios modernos tem se utilizado de ritmos como jazz, MPB

e até bossa nova.

Antes de tudo, o básico é ter o conhecimento que qualquer tipo de som durante o atendimento ou espera de um consultório (tom de voz, manipulação de instrumentos, movimentação da equipe etc.) pode influenciar no comportamento do cliente, inclusive se ele vai retornar um dia.

HOTÉISPOUSADASROTEIROS...

Divulgação



Pacote alia hospedagem de luxo a simplicidade

Feriadão no Unique Garden SPA & Resort

Para o feriado de Nossa Senhora Aparecida, em 12 de outubro, o Unique Garden SPA & Resort oferece pacote de hospedagem de luxo aliado a simplicidade.

Localizado em Mairiporã, a 55 minutos da Capital paulista, no coração do Parque Estadual da Cantareira, o Unique Garden SPA & Resort é um paraíso de 300 mil m2 formado por matas nativas, jardins aromáticos, flores raras e animais silvestres.

Entre os serviços, o gerente geral Roberto Nogueira relaciona os diversos tipos de terapias corporais, sessões de meditação, acompanhamento nutricional personalizado, esportes, como tênis e golfe, e culinária orgânica com pratos mediterrâneos e água mineral da própria fonte. O pacote de 8 a 12 de outubro inclui ritual de boas vindas, café da manhã, almoço e jantar. Hotel dispõe de heliponto e área para cães. (11) 4486.8708.



Venha curtir suas Férias aqui em Itu!

A apenas 50 min. de São Paulo pela Rod. Castelo Branco



- O melhor custo-benefício
- A melhor equipe de lazer
- Gastronomia Inigualável

Descontos programados
Faça já sua reserva!



SAN RAPHAEL COUNTRY HOTEL
(11) 4813 8877 - www.sanraphaelcountry.com.br

Burj Al Arab

Mais luxuoso do mundo

Divulgação

Opções para quem quer se divertir, relaxar, trabalhar e até mesmo casar

O Grupo Jumeirah, rede hoteleira de luxo com sede em Dubai e membro da Dubai Holding, apresentou uma seleção de pacotes para os clientes do hotel mais luxuoso do mundo. A “Ultimate Collection”, do Burj Al Arab, oferece aos hóspedes soluções elegantes para diferentes situações, sejam elas relacionadas a lazer, celebrações ou trabalho. São 12 opções exclusivamente elaboradas para atender às necessidades e estados de espírito dos hóspedes.

Se a intenção for fugir do stress, o cliente pode desfrutar de quatro noites de lazer e diversão com o “Ultimate Leisure Experience”, que inclui transfer aeroporto/ hotel de helicóptero ou Rolls Royce; café da manhã; coquetel ao por do sol seguido por jantar no oriental “Junsui”; jantar de cinco tempos no restaurante “Al Mahara”, especialista em frutos do mar; passeio de três horas no exclusivo iate do hotel com direito a almoço de luxo e massagem relaxante; tratamento de reflexologia e massagem no Asawan Spa & Health Club e um voucher de compras no valor de USD 545.

Pacote para duas pessoas, disponível em Panoramic Suite, com 225 m2, dois andares, mezanino, produtos de toilerie da grife francesa Hermès e roupões customizados do Burj Al Arab a partir de US\$ 16.890 (mínimo de quatro dias).

Para os casais que querem um



Burj Al Arab: propriedade do Jumeirah Hotels & Resorts

chocolates e presentes especiais.

Pacote para o casal, disponível em Panoramic Suite, a partir de US\$ 19.158.

Reuniões de trabalho com sofisticação e tecnologia são possíveis com o “Ultimate Meeting Package”. Transfer aeroporto/ hotel de Rolls Royce, sala de reunião

casamento inesquecível, o “Ultimate Wedding” proporciona quatro noites de sonhos. Transfer aeroporto/ hotel/ aeroporto de helicóptero ou Rolls Royce; jantar à luz de velas; café da manhã diário na suíte do casal; tratamento de beleza e relaxamento para os noivos com manicure, cabeleireiro e maquiagem para ela e corte de cabelo e massagem para ele; cerimônia e recepção de luxo (comidas e bebidas não estão inclusos e variam de acordo com o número de convidados) e preparação da suíte para noite de núpcias, incluindo roupa de cama em linho, flores,

totalmente equipada com instalações audiovisuais; três coffee breaks durante o dia; almoço de três tempos no restaurante “Al Muntaha”, especialista em culinária europeia contemporânea; aula de yoga na praia particular do hotel e 55 minutos de tratamento no Assawan Spa & Health Club.

Pacote para duas pessoas, disponível em Panoramic Suite, a partir de US\$ 8.688 (por um mínimo de três dias).

Para mais informações sobre a “Ultimate Collection”, acesse www.jumeirah.com ou seu agente de viagens.

Sete tipos na nova classificação

O Brasil conhecerá em outubro o novo sistema oficial de classificação de meios de hospedagem, que prevê sete tipos: hotel, pousada, hotel-fazenda, hotel histórico, cama & café, flat e resort. A identificação será feita por estrelas, mediante o atendimento de itens obrigatórios ou flexíveis. Para receber a classificação, o equipamento deverá cumprir 70% dos requisitos.

O sistema foi elaborado em parceria do Ministério do Turismo

(MTur) o Instituto Nacional de Metrologia (Inmetro) e a Sociedade Brasileira de Metrologia (SBM), após análise da experiência de 24 países e durante oficinas que contaram com a participação de empresários, acadêmicos e sociedade civil.

Segundo explicou Ricardo Moesch, diretor de Estruturação, Articulação e Ordenamento Turístico do MTur, a adoção do sistema terá caráter voluntário. No entanto, o registro no cadastro

oficial de prestadores de serviços turísticos do MTur (Cadastur) é um requisito obrigatório para a classificação.

“A base das matrizes são infraestrutura, serviços e sustentabilidade. Será um instrumento de comunicação com o turista e o mercado”, disse Moesch, ao informar que a validade será de três anos, diferente do sistema anterior, de 1990, que previa a renovação anual. O sistema também não prevê pontuação.

Adolescentes acima do peso

Distúrbios são mais comuns entre alunos de escolas particulares

Pesquisa realizada com 8.020 adolescentes entre 10 e 15 anos, alunos de escolas públicas e privadas da cidade de São Paulo, identificou que estão com o Índice de Massa Corporal (IMC) acima dos parâmetros internacionais, de acordo com a idade e sexo, e que os meninos estão mais obesos que as meninas.

Embora somente agora os resultados tenham sido divulgados, os dados foram coletados entre 2003 e 2004. É que apenas este ano foi publicada a distribuição do IMC em percentis, o que possibilitou a comparação com os parâmetros internacionais – comprovando que os níveis no Brasil estão acima da média.

Na ocasião, o grupo foi avaliado de acordo com seu estado nutricional; levantamento de dados antropométricos como relação de medidas entre cintura e quadril, circunferência de braços; peso; e questionário sobre hábitos alimentares e sedentarismo.

“O resultado direto, mesmo que não tenhamos exames clínicos, indica que já temos uma parcela da população apresentando distúrbios”, avalia Maria Aparecida Zanetti Passos, do Centro de Atendimento e Apoio ao Adolescente da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp).



Divulgação

25,56% dos adolescentes estão com sobrepeso ou obesidade: prevalência é maior nas escolas particulares

A etapa seguinte do estudo começou em agosto, com a análise do sub-grupo dos mesmos adolescentes que apresentaram sobrepeso e obesidade. Esse acompanhamento inclui um estudo longitudinal desta população e conta com levantamento de histórico familiar de saúde, do período de amamentação e alimentação na primeira infância e aplicação de exames bioquímicos como colesterol, triglicérides, insulina, glicemia e pressão arterial. O objetivo é apontar a evolução dos quadros destes adolescentes.

Na primeira fase, a pesquisa apontou que 25,56% dos adolescentes estão com sobrepeso ou obesidade, sendo que a

prevalência deste quadro é maior nas escolas particulares, com 33,2%, enquanto nas escolas públicas é de 23,13%.

Segundo Maria Aparecida, a obesidade atinge uma população cada vez mais jovem e é grande o número de adolescentes brasileiros com IMC acima do percentil 95. De acordo com o padrão internacional, entre 85 e 95 é considerado sobrepeso e a partir de 95 já se atingiu nível de obesidade.

No total, 9,89% dos alunos entrevistados são obesos; 15,67% apresentam sobrepeso; e 2,77% estão abaixo dos parâmetros ideais. Uma vez que tanto sobrepeso e obesidade, quanto o nível abaixo do considerado saudável são desvios

nutricionais, foi possível concluir que 28,33% dos adolescentes apresentam algum tipo de problema.

Entre os meninos, 27,80% são obesos ou estão com sobrepeso. No universo das escolas particulares, 21% deles apresentam sobrepeso e 18% já estão em nível de obesidade. Esses índices caem um pouco quando é analisado o grupo das escolas públicas, onde 14% dos meninos estão com sobrepeso e 10% com obesidade.

“A vida moderna e o sedentarismo criaram hábitos alimentares que causam esses resultados”, afirma a especialista. “Hoje, o aluno vai para a escola com dinheiro e as lanchonetes disponibilizam uma quantidade enorme de frituras, refrigerantes e outros alimentos calóricos. O adolescente está sempre com um refrigerante ou um salgadinho na mão”.

Ela acrescenta que, mesmo em casa, a falta de tempo e a praticidade dos congelados e semi-prontos, além do consumo excessivo de alimentos ricos em açúcares e gorduras, favorecem que a alimentação das famílias seja desequilibrada.

A obesidade atinge também 8,12% das meninas avaliadas que, somadas às 15,57% com sobrepeso, representam 23,69% da população feminina da pesquisa. Quando separadas por grupos, nas escolas particulares 20% delas têm sobrepeso e 8% são obesas. Nas escolas públicas, 15% estão com sobrepeso e 8% com obesidade.



Maristela: evitar alimentos que danificam os dentes

Dentes dependem de boa alimentação

Os principais problemas nos dentes, como a cárie e a doença periodontal, têm a má alimentação como uma de suas causas, além de outros fatores, como a presença de bactérias e a predisposição do hospedeiro, explica a dentista Maristela Lobo.

Ela afirma que também é fácil notar que os alimentos que danificam os dentes não diferem muito daqueles que prejudicam o corpo: “De uma maneira geral, os alimentos açucarados, de consistência pegajosa, quando ingeridos com frequência, representam um risco à saúde bucal”.

Para Maristela, alimentos industrializados, ricos em ácidos e substâncias químicas nocivas podem desmineralizar a superfície do dente, causando erosão e sensibilidade dental. Da mesma forma, há alimentos que ajudam a preservar e a manter a saúde bucal, pois têm poder adstringente e são capazes de limpar a superfície dos dentes. Ela cita os alimentos fibrosos, legumes, como a cenoura, e frutas, como maçã, manga, abacaxi, que também deixam o hálito fresco.

Outros alimentos, ricos em cálcio, como o leite e seus derivados, são importantes para indivíduos que possuem cárie dental. Contudo, podem aumentar a produção de tártaro em pessoas que possuem tendência à doença periodontal.

O ideal é comer bem pela manhã...

Primeira alimentação no dia, o café da manhã tem a responsabilidade de garantir ao corpo a energia suficiente para as atividades programadas. Para esta finalidade, os alimentos mais indicados são os carboidratos, as frutas, o leite e seus derivados. Cada grupo possui sua importância. Com relação aos carboidratos, é preciso ter cuidado com as quantidades excessivas e evitar os que apresentam maior adição de açúcar e gorduras. Pães, cereais, torradas, bolachas e barras de cereais são aconselháveis, pois atuam no funcionamento do intestino e são fontes de fibras e energias.

A presença de pelo menos uma fruta no café da manhã é essencial.



Divulgação

Alimentação matinal auxilia o controle do apetite para as refeições seguintes

refeição, devido a riqueza em proteínas e por ser uma ótima fonte de cálcio.

Quanto maior a diversidade, melhor o aproveitamento de vitaminas e minerais, os quais variam dependendo da fruta. No que se refere ao leite e seus derivados, é necessário consumir pelo menos duas opções diferentes na primeira

Com isso, a pessoa pode evitar doenças ósseas, como osteoporose.

A alimentação matinal auxilia o controle do apetite para as refeições seguintes e estimula o gasto de energia para digestão e absorção dos alimentos consumidos. As pessoas

devem tomar o café da manhã, mas é necessário que cuidem das quantidades e valorizem nutrientes saudáveis. Não se alimentar pela manhã pode interferir na concentração e no desempenho das atividades no decorrer do dia.

CULTIVANDO O SEU BEM-ESTAR

Pilates - Terapia Manual ■ Traumas Ortopédicos
Hidroterapia ■ Reabilitação Com Pesos
Fisioterapia Respiratória

Thiago Sobral de Souza

Fisioterapeuta / Educador Físico
CREFITO 134225-4 CREF 045473-G/SP

Atendimento: Home Care / Academias / Condomínios
Parceria Academia Ritmo Zen ■ Boqueirão Santos

(13) 7802.4914 | www.fisiosobral.zip.net | fisiosobral@yahoo.com.br



Leonardo Nery



■ Raul Christiano e Lúcia Teixeira Furlani: noite de autógrafos da obra de Lúcia Maria Teixeira Furlani e Geraldo Galvão Ferraz, "Viva Pagu, Fotobiografia de Patrícia Galvão", edição da Imprensa Oficial do Estado e Unisanta. E até 2 de outubro, o III Salão Dino de Humor do Litoral Paulista, na Galeria de Arte da Unisanta.

■ Coordenado por Armando Luiz Rovai e Alberto Murray Neto, "As Sociedades por Ações na Visão Prática do Advogado" (Elsevier/Compus Jurídico).

■ Conselho Brasileiro de Construção Sustentável realiza o III Simpósio Brasileiro da Construção Sustentável (SBCS10), com o tema Sustentabilidade nos Negócios e Instrumentos de Mudança, dias 8 e 9 de novembro, na Câmara Americana do Comércio, em Sampa.

■ Ingressos antecipados para a 27ª Oktoberfest, de 7 a 24 de outubro, podem ser comprados no site www.zetks.com

■ Empório Portobello Praia Grande a nova franquia da Portobello Shop, na Vila Guilhermina, em Praia Grande, sob o comando de Fernando Rangel e José Alberto.

■ Parceria da TITAN, editora do Perspectiva, e site FUJAEVIAJE, lançará a revista FUJAEVIAJE, com reportagens e dicas de viagens e gastronomia, especialmente no circuito Litoral, Serra e Interior de São Paulo.

■ Ministério do Turismo (Mtur) divulgou o Estudo de Competitividade dos 65 Destinos Indutores do Desenvolvimento Turístico Regional: Santos tem o melhor desempenho entre outras duas cidades avaliadas na Baixada Santista, São Vicente e Guarujá.

■ Dia Nacional de Adotar um Animal em 4 de outubro quer despertar para a importância da posse responsável, alerta a Fundação Animal Livre, www.animalivre.org.br

Sandra Netto



Eng. Roberto José Falcão Bauer, ministrou palestra técnica de "Controle de Qualidade", na Regional Santos do SindusCon-SP. Alerta ao empresariado para o controle da qualidade, visando reduzir o custo da construção e, principalmente, aumentar a durabilidade das obras.

Febracos



Gilberto Amaral, Lilian Grellmann, Vera Martins e Moacir Benvenutti: noite de gala no Congresso da Febracos, a Federação Brasileira dos Colunistas Sociais, em agosto, em Foz de Iguaçu. Evento elegeu diretoria 2010-2014 da entidade, cabendo a presidência nacional a Benvenutti, de Florianópolis, presidência de honra a Amaral, de Brasília, e 1º vice-presidência a Vera Martins, de São Paulo. Demais cargos ocupados por colegas representantes de vários estados brasileiros.

Divulgação



Médico veterinário Eduardo Ribeiro Filetti comandou ação na Vila Baiana, em Guarujá, com alunos e voluntários da SOS Animais de Rua.



Sandra Netto



Cristina Ferraz, Giovana Barbosa, da Light Design,

e Romeu Sciamarella, da Romarco: descontração na abertura da Santos Arquidecor – Casa Natal, que fica aberta até 24 de outubro, na Rua Arthur Assis, 50, no Boqueirão, em Santos. Iniciativa da Associação de Ex-Alunos do Colégio Stella Maris, sob a presidência de Maria Lucia Pacheco de Castro Alonso.

Ovadia Saadia



Miriam Tsuboi e Marta Chemmer: ação integrada nas áreas de eventos e vendas do Blue Mountain Hotel & Spa Campos do Jordão, no Bairro Capivari da bela cidade do interior paulista.

Luiz Carlos Ferraz



Com muita vitalidade, Isabela Paulino Netto, a Mami, comemorou seu 90º aniversário, em Alfredo Wagner, Santa Catarina, rodeada por todos os 14 filhos, genros, noras, netos, bisnetos - alguns dos quais na foto - e tataranetos...



ELÉTRICA SANCHEZ
TENHA SEMPRE ESTA IDÉIA NA CABEÇA!

R. Luiz de Camões, 198 - Loja 3 - Santos
Tel.: 3234.8024
www.eletricasanchez.com.br



on comunicação

EVIDÊNCIA
MODA FESTA PRAIA CASUAL

MANEQUIM 36 A 50 (13) 3284 2524

AV. EPITÁCIO PESSOA 62 LOJA 67 BOQUEIRÃO SANTOS

EMPIRE STATE

O PRÉDIO MAIS “VERDE” DO PLANETA

Luiz Carlos Ferraz

Case do retrofit do Empire State foi um dos destaques do Green Building Brasil e serviu para disseminar os benefícios e conceitos da indústria da construção sustentável, que aqui evolui lentamente.

O Empire State, o mais alto edifício de Nova York e ícone mundial, está em fase avançada de retrofit para implementação de processos que vão torná-lo sustentável. O controlador do grupo e dono da propriedade, Anthony E. Malkin, já busca para a estrutura o título de prédio de escritórios “mais verde” do mundo construído antes da Segunda Guerra Mundial.

As reformas começaram em abril de 2009 e serão finalizadas em dezembro de 2013. Em 2011, mais de 50% das melhorias, que devem economizar US\$ 4,4 milhões anuais em eletricidade e diminuir o rastro de carbono em 7 mil toneladas por ano, já estará instalada. Ao término de todo o processo, o prédio estará entre o seletivo grupo dos 10% de edifícios americanos que operam dentro dos padrões de eficiência energética e sustentabilidade.

Responsável diretamente pelo segmento de eletricidade e controle de emissão de CO₂, a Johnson Controls, por meio da divisão de Building Efficiency, fornece soluções de automação, gestão e climatização predial. A companhia está

Empire State: reformas começaram em abril do ano passado e serão finalizadas em dezembro de 2013

encarregada da instalação de 6,5 mil janelas duplas com filme e gás de preenchimento; adaptação de 6 mil saídas de calefação com barreiras refletivas e isolantes; melhoria estrutural das quatro caldeiras industriais do ar condicionado; instalação de sensores de carbono nos dutos para controlar o fluxo de ar externo no sistema de refrigeração; modernização da tecnologia utilizada no controle de temperatura.

Este grupo de ações responderá isoladamente por 61% dos benefícios do retrofit e serão necessários pouco mais de três anos para que o investimento do Empire State se pague apenas pelas economias resultantes. Com base na certeza dos resultados, a Johnson Controls tem o compromisso de, durante 15 anos após o fim das obras, pagar aos controladores do edifício o equivalente a economias previstas que não se concretizarem.

Também estão envolvidos no retrofit a Clinton Foundation, o Rocky Mountain Institute e o Jones Lang LaSalle. Considerando que 43% dos prédios de escritórios de Nova York foram construídos antes de 1945, o sucesso desta empreitada abre portas para que outros grupos sigam o exemplo e tornem aquela metrópole mundial mais sustentável. É esperado que a ação também inspire os proprietários de prédios novos e antigos de várias partes do mundo a rever seus valores ambientais.

O case do retrofit do Empire State foi um dos destaques do Green Building Brasil, realizado em setembro, em São Paulo, com o objetivo de disseminar os benefícios e conceitos da indústria da construção sustentável, que no Brasil ainda evolui em ritmo lento. A experiência foi relatada pela primeira vez no país pela especialista em certificação LEED (Leadership in Energy and Environmental Design) da Johnson Controls dos Estados Unidos, Kimberly Hosken, que está diretamente envolvida no processo.

