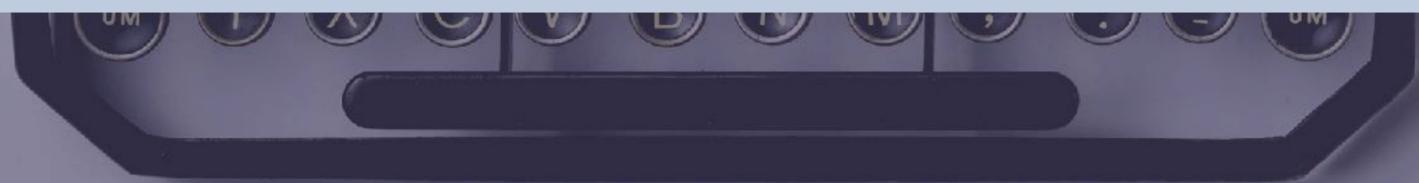




Portfólio

L A I S  
V I E I R A  
O L I V E I R A



CONTATO

[laisvieira03@gmail.com](mailto:laisvieira03@gmail.com)

(34) 99246-6067

## G1 Triângulo Mineiro

“Usuários do Triângulo Mineiro temem prejuízos após bloqueio do WhatsApp”. Link: <http://g1.globo.com/minas-gerais/triangulo-mineiro/noticia/2016/05/usuarios-do-triangulo-mineiro-temem-prejuizos-apos-bloqueio-do-whatsapp.html>



02/05/2016 19h19 - Atualizado em 02/05/2016 19h37

# Usuários do Triângulo Mineiro temem prejuízos após bloqueio do WhatsApp

Profissionais da região usam aplicativo para vender produtos e serviços. Bloqueio começou na tarde desta segunda-feira (2) e deve durar 72 horas.

Lala Vieira  
Do G1 Triângulo Mineiro



O bloqueio do aplicativo WhatsApp, ocorrido nesta segunda-feira (2) após determinação da Justiça, acabou por prejudicar os negócios e a forma de trabalhar de alguns usuários no Triângulo Mineiro. O G1 conversou com alguns deles, que relataram até migrar para outros aplicativos para diminuir os impactos.

[começo do bloqueio](#)

[10 opções de apps](#)

[riscos do vpn](#)

[perguntas e respostas](#)

[empresas liberadas](#)

[liberado por wifi](#)

O aplicativo WhatsApp foi bloqueado às 14h desta segunda-feira (2) para clientes de TIM, Oi, Vivo, Claro e Nextel. A decisão é do juiz Marcel Maia Montalvão, da Vara Criminal de Lagarto, em Sergipe. O magistrado atendeu a um pedido de medida cautelar da Polícia Federal, que foi endossado por parecer do Ministério Público.

A vendedora Juliana Cunha, 26, de Araguari, usa o WhatsApp como o único meio de venda de seus produtos. Em um grupo no aplicativo, ela se comunica com as clientes, manda fotos

.....  
**fim do bloqueio**  
.....

.....  
**justiça x empresas de tec**  
.....

.....  
**memes**  
.....

dos produtos e faz encomendas todos os dias. "É bem mais rápido e fácil de negociar com as clientes, porque tem um contato pessoal", explica.

Com o bloqueio do WhatsApps, ela afirmou que vai tentar usar o Facebook como alternativa. Outra opção é fazer as vendas por meio de ligações.

Já o assistente de web de um e-commerce, Hudson Naves, diz que durante o bloqueio vai optar por usar um aplicativo de mensagens semelhante, o Telegram. "O WhatsApp ainda é mais completo e fácil de usar", diz.

Ele diz ainda que a empresa também usa muito o WhatsApp para fazer vendas. "O cliente fala qual produto quer e nós passamos o cartão à distância. [Os clientes] Costumam chamar a gente por lá, é mais rápida a comunicação", afirma Naves.

De acordo com ele, o cliente que não conseguir falar pelo aplicativo terá que ligar no telefone fixo da loja.

#### Uso liberado via wi-fi

Diversos usuários do aplicativo relataram que ainda estão recebendo as mensagens por meio de wi-fi.

Procurada pelo G1, a assessoria de imprensa da TIM disse que o bloqueio do WhatsApp foi feito para os planos de dados móveis e de banda larga. A empresa vai apurar relatos de que é possível ter acesso por meio de wi-fi.

A assessoria da Claro também falou que está em busca de mais informações sobre o acesso por internet fixa ao WhatsApp. TIM, Oi, Vivo, Claro e Nextel cumpriram a intimação judicial, que impõe multa diária de R\$ 500 mil em caso de descumprimento.

#### Bloqueio

A investigação que culminou no bloqueio do WhatsApp foi iniciada após uma apreensão de drogas na cidade de Lagarto, a 75 km de Aracaju. O juiz Marcel Montalvão pediu em novembro de 2015 que o Facebook, dono do aplicativo, informasse o nome dos usuários de uma conta no WhatsApp em que informações sobre drogas eram trocadas. As informações desse processo corriam em segredo de Justiça.

O bloqueio foi pedido porque o Facebook, não cumpriu uma decisão judicial anterior de compartilhar informações que subsidiariam uma investigação criminal. A recusa já havia resultado na prisão do presidente do Facebook para América Latina em março.

“Tempo seco em Uberlândia exige cuidados com doenças respiratórias”. Link: <http://g1.globo.com/minas-gerais/triangulo-mineiro/noticia/2016/07/tempo-seco-em-uberlandia-exige-cuidados-com-doencas-respiratorias.html>

MENU



TRIÂNGULO MINEIRO



12/07/2016 17h57 - Atualizado em 12/07/2016 17h57

## Tempo seco em Uberlândia exige cuidados com doenças respiratórias

Clima também é propício para o aumento de alergias.  
Pneumologista orienta sobre prevenções.

Lale Vieira  
Do G1 Triângulo Mineiro



O 5º Distrito do Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) **informou nesta segunda-feira (11), que a previsão para os próximos dias nas regiões do Triângulo e Alto Paranaíba, é de tempo seco e umidade abaixo do normal.** “Esse tempo faz com que aumente o número de casos de doenças respiratórias”, alertou o meteorologista Luiz Ladeia. O G1 conversou com o pneumologista Ricardo Diniz para saber quais são as consequências para o organismo diante dessa mudança de tempo e como se prevenir.

Diniz contou que as principais doenças respiratórias do inverno frio e seco são: resfriado comum, gripe, sinusite, faringite e pneumonia. Nessa época as doenças alérgicas pioram, como por exemplo: as rinites, sinusites alérgicas, laringites alérgicas e a asma, podendo ou não, estarem associadas às doenças infecciosas.

O pneumologista explicou a principal causa do aumento dessas doenças. “Quando você está em um ambiente com temperatura e umidade mais diferentes do nosso corpo, isso causa uma agressão na via respiratória, porque ela tem que ser umidificada para aquecer o ar que entra no corpo”, explica.

O ar mais seco e mais frio exige muito da via respiratória e assim, diminui a imunidade local facilitando o desenvolvimento dessas doenças. “Além disso, o tecido da via respiratória precisa estar bem hidratado e úmido mas, como o tempo frio e seco tira essa condição ideal, algumas bactérias se aproveitam para causar infecção, que é transmitida de pessoa para pessoa”, complementa Diniz.

### Pessoas mais suscetíveis

Segundo o pneumologista, as faixas etárias que são mais propensas a desenvolver alguma doença respiratória são os extremos de idade como crianças e idosos, que têm a imunidade mais baixa. "As crianças ainda não desenvolveram totalmente suas defesas e os idosos não produzem mais defesas o suficiente", explica.

Outras pessoas que também são suscetíveis a essas doenças são as que apresentam quadros alérgicos. "A alergia é um exagero de uma resposta imunológica e toda vez que tiver uma agressão, que pode ser ar frio, seco ou fumaça ou poeira, essas pessoas vão responder de forma exagerada com mais secreção, inflamação no nariz, na traqueia e nos brônquios", conta.

### Prevenção

A prevenção, de acordo com o pneumologista, está em atos simples como uma boa hidratação, já que o ar seco desidrata o tecido da via respiratória. "Se manter sempre hidratado vai garantir a proteção contra essas doenças", explica.

Segundo Diniz, outra forma de fazer a prevenção dessas doenças é ter uma alimentação saudável repleta de alimentos variados, como frutas e verduras que dão vitaminas e sais minerais essenciais para manter uma boa imunidade, sem que haja a necessidade de recorrer à suplementação de medicação.

A prática regular de atividade física, aliada à alimentação saudável, também é uma forma de fazer a prevenção contra as doenças respiratórias. Ele recomenda também que as pessoas evitem aglomerações e não se exponham em ambientes insalubres e que tenham muita fumaça.

Diniz conta também que manter a higiene das mãos pode evitar a transmissão dessas doenças. "Uma das principais formas de prevenção é lavar as mãos sempre, já que a grande transmissão dessas doenças pode ser feita através das mãos", explica.

O pneumologista recomenda que ao começar os sintomas de algumas dessas doenças respiratórias, não há problema em tomar algum medicamento antitérmico para controlar uma febre, mas que ele seja ingerido somente até ter atendimento médico e não regularmente.

Ele ressalta ainda que os medicamentos antigripais devem ser evitados. "Antigripais todos só disfarçam os sintomas e só pioram o atendimento médico. É bom anotar os sintomas como a temperatura alta e nunca deixar de procurar o médico", explica.

“Primavera começa com previsão de chuva no Triângulo e Alto Paranaíba”. Link: <http://g1.globo.com/minas-gerais/triangulo-mineiro/noticia/2016/09/primavera-comeca-com-previsao-de-chuva-no-triangulo-e-alto-paranaiba.html>

22/09/2016 12h50 - Atualizado em 26/09/2016 11h14

## Primavera começa com previsão de chuva no Triângulo e Alto Paranaíba

Período será marcado por aumento da umidade e pancadas de chuva. Confira as temperaturas previstas para as cidades da região.

Lais Vieira  
Do G1 Triângulo Mineiro



Primavera começou nesta quinta-feira (Foto: Lais Vieira/G1)

A primavera, que começou na manhã desta quinta-feira (22), deve ter temperaturas dentro da média nas cidades do Triângulo Mineiro e Alto Paranaíba. De acordo com a previsão do meteorologista Maicon Veber, do Centro de Previsão de Tempo e Estudos Climáticos do Instituto Nacional de Pesquisas Espaciais (CPTEC/INPE), a estação será marcada por pancadas de chuva nos fins de tarde e começos de noite.

Segundo Veber, a primavera é caracterizada pelo aumento da umidade, maior possibilidade de pancadas de chuvas e aumento da temperatura. "A previsão está dentro do normal, com máximas que variam entre 31°C a 33°C e mínimas em 18°C a 20°C", explicou. Pela manhã a umidade deve ficar entre 85% a 90%; à tarde, entre 45% a 60% e à noite, entre 90% a 95%.

As pancadas de chuva podem ser rápidas e fortes, acompanhadas de vento e granizo. "Serão dias quentes com pancadas de chuva, principalmente no final da tarde. Pode ficar mais fechado quando alguma frente fria chegar e os dias ficam mais chuvosos, com pancadas de chuva ao longo do dia", disse.



Estação é caracterizada pelo aumento da umidade e temperatura (Foto: Lais Vieira/G1)

Segundo o meteorologista do 5º Distrito do Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet), Claudemir de Azevedo, no sábado (24) e no domingo (25), há previsão de chuva.

"Hoje (22) e amanhã (23), o céu vai ficar claro a parcialmente nublado. Terá pancadas de chuva na região até domingo. Na segunda (26), céu parcialmente nublado", disse.

As temperaturas devem ficar entre 13°C a 36°C. Confira a previsão para esta sexta-feira (23):

Uberlândia: máxima de 29°C e mínima de 15°C.

Uberaba: máxima de 31°C e mínima de 16°C.

Araguari: máxima de 32°C e mínima de 17°C.

Ituiutaba: máxima de 36°C e mínima de 13°C.

“Mais de 500 casos de violência contra a mulher são registrados em Uberlândia”.  
Link: <http://g1.globo.com/minas-gerais/triangulo-mineiro/noticia/2016/10/mais-de-500-casos-de-violencia-contra-mulher-sao-registrados-em-uberlandia.html>

10/10/2016 19h15 - Atualizado em 10/10/2016 19h53

## Mais de 500 casos de violência contra mulher são registrados em Uberlândia

Delegada da Delegacia da Mulher comenta sobre números.  
Dia da Luta Contra a Violência à Mulher é comemorado nesta segunda (10).

Lara Vieira  
Do G1 Triângulo Mineiro



Deiviane Mello foi uma das vítimas da violência contra a mulher (Foto: Reprodução/Facebook)

Cerca 543 casos de violência contra mulheres foram registrados pela Delegacia da Mulher até o começo de outubro deste ano, em **Uberlândia**. Os dados foram informados ao G1 pela delegada Juliana Santos Machado Acipreste nesta segunda-feira (10), em que se comemora o Dia Nacional de Luta Contra a Violência à Mulher.

A média do índice nos últimos três anos varia entre 543 a 559. No mesmo período do ano passado, foram registrados 559 casos, já em 2014, 546 casos. Juliana explicou que em alguns crimes, a mulher precisa fazer a representação criminal, o que significa que há a intenção de uma ação penal seja instaurada contra o agressor. “Temos esses número de representações criminais, mas o número de ocorrências registradas é muito maior do que isso”, disse.

### Desistência das denúncias

Dentro deste número de procedimentos, grande parte são flagrantes de crimes como ameaças, lesão corporal, crime contra a honra, crime contra o patrimônio, violência sexual etc. Juliana contou que geralmente quando as mulheres procuram a delegacia é para denunciar um crime que vem ocorrendo há algum tempo. “Quando ela procura não é a primeira vez que isso aconteceu, é uma situação bem frequente. Elas procuram a delegacia já conhecendo um pouco da lei, quais são os direitos delas. Existe uma conscientização nesse sentido”, disse.

A delegada ressaltou que muitas mulheres acabam desistindo da denúncia por acreditar que o agressor pode mudar. “A mulher vem se informar e muitas vezes não dá continuidade porque acredita que o companheiro vai mudar, vai melhorar, ou porque não quer expor o filho, ou não tem para onde ir. São muitos fatores. A questão de acreditar na promessa de que o companheiro vai mudar é muito frequente”, explicou.

Juliana disse que, após perceber um número grande de mulheres que procuravam a delegacia, mas desistiam depois de ver o que aconteceria com o agressor, uma medida foi adotada. “Naqueles crimes que dependem da vontade da mulher para instaurar algum tipo de procedimento, com exceção dos casos de agressão física e sexual, nós convocamos o agressor. Quando ele chega à delegacia, explicamos para ele a situação e o que pode acontecer de acordo com a lei, caso ele não pare”, disse.

A delegada explicou ainda que, se a situação não melhora, a vítima pode instaurar um procedimento de conciliação e prevenção. “Na maioria dos casos tem dado certo. Pedimos para a mulher voltar e contar como está sendo. O homem vê e fica com medo por causa da lei e deixa de agredir. Mas ele não deve agredir por medo, e sim porque não deve agredir”, complementou.

### Atendimento na Delegacia da Mulher

Ainda segundo a delegada, quando a mulher chega na Delegacia, o primeiro atendimento que recebe é o acolhimento psicossocial. No caso de agressões físicas e sexuais, ela passa por exame de corpo delito no Instituto Médico Legal (IML), para que não haja riscos de perder as provas do crime. Em seguida, se a vítima não registrou o Boletim de Ocorrência (BO), ele é feito e, na sequência, o caso é encaminhado para a instauração de inquérito.

### Assassinato de mulheres por ex-companheiros

Em relação aos **últimos casos de morte de mulheres pelos ex-companheiros** registrados nos últimos dias em Uberlândia e Ituiutaba, a delegada explicou que as vítimas não imaginam que pode acontecer. “O sentimento de posse que o agressor tem em relação à vítima, provoca isso. Quando não tem uma agressão, a mulher releva porque não acredita no que o agressor é capaz”, concluiu.



## AS DORES E ALEGRIAS DA AMAMENTAÇÃO

- junho 05, 2017 -

*Mulheres que se tornaram mães relatam suas tentativas e experiências de amamentar*

Por **Lais Vieira**

Amamentar é muito mais que nutrir a criança. É um processo que envolve interação profunda entre mãe e filho, com repercussões no estado nutricional da criança, na habilidade de se defender de infecções, na fisiologia e no desenvolvimento cognitivo, bem como emocional. Estes são impactos imediatos e a longo prazo na saúde, além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe.

Porém, por diversos motivos, a amamentação pode acabar se tornando um dos grandes desafios da maternidade. A jornalista Raissa Dantas e a dona de casa Jaqueline Ávila são exemplos de mães que, por motivos diferentes, enfrentaram dificuldades nesse processo.

### APRENDENDO A AMAMENTAR

“Tinha muita expectativa pra amamentar porque, das coisas que eu li para me preparar, uma das principais dificuldades era amamentação. A gente teve um início totalmente diferente do que eu planejava. Foi bem difícil”. É assim que Raissa introduz como foi o começo do processo de amamentação do filho Oto, agora com seis meses de idade. Ela conta que só pôde amamentá-lo na segunda noite de vida dele, por conta de uma complicação no parto. Enquanto isso, Oto recebeu uma fórmula que supria alguns nutrientes do leite materno.

Com Oto internado, Raissa foi ao Banco de Leite, onde fez a ordenha do leite e, em seguida, a doação. Lá, os profissionais deram a ela diversas orientações sobre amamentação. “Tem um lance do funcionamento do organismo, produção de melatonina e os estímulos para o cérebro entender a quantidade da demanda de produção do leite. Ter essa produção de leite durante a madrugada era importante para que, quando ele fosse pra casa, mamasse”, explica.

Ao chegar com Oto em casa, Raissa percebeu que ele tinha uma boa sucção, mas a pega não estava correta. “Ele não me machucava de maneira grave, mas machucava”, conta. O bebê deixou de mamar em horários fixos quando tinha mais de dois meses. Raissa conta que, além do Banco de Leite, também recebeu orientações de uma consultora de amamentação. “Ela avaliou minha mama, se o tanto de leite estava bom, se a sucção estava boa. [...] Era uma questão de ser otimista e insistir com o aleitamento. Ela me ensinou alguns truques para o seio já ejetar o leite assim que o bebê começa a mamar e para ejetar muito durante a mamada”, relata.

### “DOÍÁ MUITO”

“Quando tive a primeira filha, tudo o que mandavam fazer eu fazia. Insisti 13 dias tentando amamentar e vi que ela estava perdendo bastante peso”, conta a dona de casa Jaqueline sobre uma das tentativas de amamentar os quatro filhos. Quando levou a filha ao pediatra, o profissional imediatamente receitou um tipo de leite, com a explicação de que se ela não quisesse perder a filha, teria que usar com esses complementos.

Contrariando a recomendação médica, Jaqueline insistiu, mas percebeu que não adiantava porque a produção de seu leite não era suficiente para satisfazer o bebê. "Só leite materno não enchia. O leite era pouco. Eu tinha o bico invertido". A dona de casa revela que a filha começou a pega errada no seio, o que fez com que ele rachasse e sangrasse. Seus dois seios ficaram machucados. A situação virou um motivo de estresse para ela e a filha.

Quando teve a primeira filha e tentou amamentá-la, Jaqueline recebeu diversos conselhos sobre o que poderia fazer para produzir leite suficiente. "Mandaram eu fazer de tudo. Colocar casca de banana prata, tomar aquela cerveja preta porque diz que aumentava o leite... Acho que atrapalha muito também a pressão que o povo fica em cima da gente", reflete.

Ao ter o segundo filho, Jaqueline foi orientada pelo pediatra a começar com a suplementação porque "ela não era uma mulher de dar leite". Ela conta que tentou amamentar o filho durante uma semana, mas parou quando percebeu que não iria dar resultado.

"O pediatra chegou a comentar que a minha mãe também não deu leite porque ele acompanhava as gravidezes dela também. Isso vem muito da genética, mas tem muito a ver com o sistema nervoso também. De três em três horas, tem que amamentar a criança e, quando eu via que estava chegando a hora, já ficava tensa só de pensar que eu não tinha leite. Quando eu engravidava, não tinha medo do parto, mas da amamentação", desabafa.

## MASTOLOGISTA EXPLICA

O ginecologista e mastologista Alfredo Urbano da Costa Vieira explica que muitas mulheres não conseguem amamentar porque a quantidade de leite produzido não é suficiente para o bom desenvolvimento do recém-nascido. "As causas de não conseguir amamentar vão de cada pessoa, é uma coisa individual. É muito difícil dizer quem vai e quem não vai conseguir amamentar", pontua.

Vieira conta que existem algumas medicações que ajudam as mulheres que não conseguem amamentar, mas são contraindicadas pelo efeito adverso que causam. "O estímulo da sucção do bebê é o que faz produzir o leite. O que a gente pode fazer para auxiliar é beber bastante líquido e [ter] uma alimentação equilibrada. E estímulo: o bebê mamando, é a sucção que vai fazer produzir esse leite", enfatiza.

Contudo, o que fazer durante a gravidez para que a amamentação não seja tão dolorosa para as mães? O ginecologista explica que há pomadas para mamilos que previnem fissuras. Além disso, expô-los ao sol também é uma das recomendações. Ao começar a amamentar, os principais cuidados são a higiene e a regularidade no uso da pomada.

## O QUE DIZ O MINISTÉRIO DA SAÚDE

Segundo o Ministério da Saúde, há cerca de treze motivos que fazem com que as mulheres não consigam amamentar ou tenham dificuldades no início. Saiba quais são os seis principais motivos.

- **Bebê que não suga ou tem sucção fraca:** de acordo com o Ministério da Saúde, alguns bebês não conseguem pegar a aréola da forma correta ou não mantêm a pega. Isto pode ocorrer porque o bebê não está bem posicionado ou não abre a boca o suficiente. Além disso, há também a dificuldade da criança para sugar em uma das mamas, por alguma diferença entre elas ou porque a mãe não consegue posicionar adequadamente em um dos lados.
- **Leite que demora a descer:** em algumas mulheres, o leite só desce alguns dias após o parto.
- **Mamilos invertidos ou planos:** nesses casos, o início da amamentação pode ser dificultado, mas não impedido, já que o bebê pode fazer o "bico" com a aréola.

- **Ingurgitamento mamário:** ainda segundo o Ministério da Saúde, neste caso os ductos lactíferos são comprimidos, o que dificulta ou impede a saída do leite dos alvéolos. Como não há alívio, a produção do leite pode ser interrompida. O leite acumulado na mama sob pressão fica mais viscoso. Este é o chamado "leite empedrado".
- **Dor nos mamilos / mamilos machucados:** nos primeiros dias após o parto, é comum que a mãe sinta dores nos mamilos ao amamentar. Uma das causas é o acúmulo de lesões nos mamilos por posicionamento e pega inadequados.
- **Mastite:** é um processo inflamatório de uma das partes da mama, que pode progredir ou não para uma infecção bacteriana. Ela ocorre geralmente nas segunda e terceira semanas após o parto, mas pode acontecer em qualquer período da amamentação.

A cartilha do Ministério da Saúde lista esses e outros motivos pelos quais mulheres não conseguem amamentar. O documento contém também recomendações acerca desses casos.

## FONTE DE NUTRIENTES

A nutricionista e professora do curso de Nutrição da Universidade Federal de Uberlândia (UFU), Ana Elisa Rinaldi, explica que, durante os seis meses de vida do bebê, a criança não precisa receber outros alimentos, uma vez que o leite materno contém todos os nutrientes

necessários, como carboidratos, proteína, gorduras, vitaminas e minerais. "O conteúdo desses nutrientes varia ao longo do dia, durante a mamada - no início da mamada, há predominância de água, carboidratos e proteínas e, no fim, maior concentração de gordura - e conforme a idade gestacional do recém-nascido", esclarece.

A nutricionista explica que, de acordo com as recomendações do Ministério da Saúde e da Organização Mundial de Saúde (OMS), após o sexto mês, o leite materno continua sendo importante, mas deve ser complementado com alimentos. "Os benefícios são os mesmos, principalmente com relação aos anticorpos, células de defesa e fatores de crescimento".

A alimentação das mulheres, durante a gestação e amamentação, deve ser baseada em alimentos *in natura*, como arroz, feijão, carnes legumes, verduras, frutas e laticínios, evitando alimentos ultraprocessados, como comidas industrializadas congeladas, por exemplo. "É muito importante o consumo de água no período de amamentação", enfatiza. Além disso, não é recomendado consumir mais que três xícaras de café diárias, já que o excesso de cafeína pode causar agitação no bebê.

Além dos nutrientes, o leite materno contém anticorpos e células de defesa imunológica. Ana Elisa conta que ambos são importantes, pois o sistema imunológico do bebê ainda não está completamente desenvolvido. Por isso, o leite materno é uma proteção contra diversas doenças. "Há também alguns fatores de crescimento intestinal, cujas funções são reparo e estímulo do crescimento das células intestinais, como a melhora da digestão e absorção", pontua.

## Jornalismo Especializado

“O que são as práticas integrativas e complementares?”. Link:  
<http://especializado.jor.br/o-que-sao-as-praticas-integrativas-e-complementares/>

### Jornalismo Especializado

Universidade Federal de Uberlândia



CAPA AULAS EDITAIS NOTÍCIAS REPORTAGENS REPOSITÓRIO VÍDEOS OPINIÃO CONTA

#### O QUE SÃO AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES?

Postado em 9 de julho de 2018 | por Jornalismo UFU | [Deixar um comentário](#)

*Atualmente, o Sistema Único de Saúde (SUS) oferece quase 30 formas de tratamentos alternativos aliados à medicina tradicional.*

Lais Vieira



Acupuntura auricular (Foto: SUS)

Já pensou em tratar uma doença que você tem com meditação, homeopatia ou cromoterapia? Essa possibilidade já é realidade no Brasil desde 2006, quando foi criada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) pelo Sistema Único de Saúde (SUS), nomeadas assim por serem aplicadas de maneira única ou associada a tratamentos convencionais. Atualmente, são disponibilizadas 29 práticas à população de todo o país. São elas: apiterapia, aromaterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, ozonioterapia, terapia de florais, ayurveda, homeopatia, medicina tradicional chinesa, medicina antroposófica, plantas medicinais/fitoterapia, arteterapia, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa, termalismo social/crenoterapia e yoga.

De acordo com o Ministério da Saúde, esses tipos de tratamentos oferecidos pela PNPIC usam sistemas médicos complexos e recursos terapêuticos envolvendo abordagens que procuram estimular os mecanismos naturais do corpo de prevenção e recuperação da saúde. Para isso, são utilizadas tecnologias eficazes e seguras que se baseiam na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e no envolvimento entre o ser humano com o meio ambiente e a

sociedade. “Outros pontos compartilhados pelas diversas abordagens abrangidas nesse campo são a visão ampliada do processo saúde-doença e a promoção global do cuidado humano, especialmente do autocuidado”, explica o texto da portaria nº 971, responsável pela criação da PNPIC.

No final da década de 70, a Organização Mundial da Saúde (OMS) criou o Programa de

Medicina Tradicional e desde então estimula, por meio de comunicados e resoluções, os países a formularem e implementarem políticas públicas para a inserção dessas práticas, além do desenvolvimento de estudos científicos para melhorar os conhecimentos de sua segurança, qualidade e eficácia. Segundo a pasta, a legitimação e institucionalização dessas abordagens alternativas chegou ao Brasil a partir da década de 80, principalmente após a criação do SUS.

O ministério contabiliza que essas terapias estão disponíveis em 9.350 estabelecimentos de saúde em 3.173 cidades, sendo 88% oferecidas pela rede de Atenção Básica. Ainda conforme o órgão, no ano de 2017, foram registrados no SUS 1,4 milhão de atendimentos individuais em Práticas Integrativas e Complementares (PICs).

Foi procurando por formas de tratamentos alternativos que a arquiteta Gabriela Garcia, 29, conheceu as PICs em Uberlândia (MG). Ela conta que teve o primeiro contato através de matérias a respeito do tema na internet e, ao longo do tempo, pôde conhecê-las na prática por meio de algumas sessões. Desde então, são mais de três anos recebendo os tratamentos, de forma ininterrupta, há cerca de oito meses. “Já fiz sessões de acupuntura, reiki e reflexoterapia, além de homeopatia e elixir. Notei uma melhora significativa no humor, no tratamento de dores, insônia e ansiedade. Também percebi maior ânimo e disposição, além de maior calma e autocontrole”, relata.

A arquiteta conta que se surpreendeu tanto com os resultados que recomendou as práticas à sua família. “Hoje fazemos terapias constantes de reiki e acupuntura e as transformações são nítidas na vida de todos”, relata.

A escolha por métodos de tratamentos alternativos para procurar enxergar as doenças de uma outra forma também vem do outro lado, Tânia Alvarez é uma médica que sentiu a necessidade de se capacitar para lidar com questões que a medicina tradicional ainda não tinha respostas. Para isso, ela se especializou na medicina antroposófica, que, segundo ela “estuda não só o corpo físico, mas também o corpo vital, o corpo astral e a organização do eu. Ela considera que para as doenças acontecerem existe um equilíbrio entre a consciência, emoção e ação: pensar, sentir e agir. E estuda todo o processo se desenvolvendo em várias fases da vida. A gente entende a doença nesse contexto maior, biológico, vital, emocional e no contexto da ancestralidade”. A médica ressalta que, embora essa e outras práticas complementares tenha diversos benefícios, elas não substituem a assistência médica tradicional.



Terapia de florais oferecidos pelo sistema público de saúde (Foto: SUS)

De acordo com dados do SUS, em 2017, em todo o Brasil, 277 mil pacientes foram atendidos pela técnica de acupuntura; 151 mil sessões foram realizadas por meio da Medicina Tradicional Chinesa; 142 mil pacientes fizeram o procedimento de auriculoterapia; registradas 35 mil sessões de yoga e 23 mil de dança circular/biodança.

“As PICs me trouxeram mais qualidade de vida e autoconhecimento. Minha recomendação é que as pessoas busquem conhecer tais terapias na prática, sem preconceitos”, finaliza Gabriela.

## Iclie Consultoria

Post 1 para Instagram, Facebook e LinkedIn. Link:  
<https://www.instagram.com/p/BqiPBsKBZSa/>



iclicconsultoria • Seguir

iclicconsultoria Independentemente do tamanho do negócio, a competitividade do mercado fica cada vez maior com o surgimento de novas tecnologias. A adaptação à estas tecnologias é uma das ferramentas precisas para organizar a eficiência da cadeia de trabalho como um todo, que vão desde as vendas e entregas, até o pós vendas, uma vez que elas dispõem de processos mais interligados com controles e monitoramentos frequentes. Assim, além de trazer efetividade para sua empresa, a nova adaptação promove resultados mais eficientes e a satisfação garantida do cliente. Precisa aplicar as novas tecnologias em seu negócio de varejo e não sabe como? Entre em contato com a equipe da Iclie Consultoria!

Post 2 para Instagram, Facebook e LinkedIn. Link:  
<https://www.instagram.com/p/BpINALslMFj/>



iclicconsultoria • Seguir

iclicconsultoria Você conhece a opção de antecipação de recebíveis? Ela é uma opção de crédito prática e eficiente para transformar as vendas a prazo em dinheiro à vista. Os adquirentes oferecem essa linha de crédito para seus clientes com taxas atrativas, menor burocracia e mais agilidade. Trata-se de um produto seguro, flexível e que traz benefício imediato, melhorando o fluxo de caixa e receita do cliente. Para o adquirente, um dos grandes desafios é a composição de taxas atrativas para o cliente, a definição da estratégia de acionamento, criação de um mailing eficiente e apuração dos resultados. Quer saber mais como tornar eficiente e estruturada sua operação de antecipação de recebíveis? Entre em contato com a Iclie Consultoria.

Post 3 para Instagram, Facebook e LinkedIn. Link:  
<https://www.instagram.com/p/BpRlcfFLE7B/>



iclicconsultoria • Seguir

iclicconsultoria Os indicadores de gestão são processos que ajudam a empresa a mensurar a eficiência e a qualidade do negócio. Através deles, é possível visualizar a vitalidade de um negócio, tanto na parte de produtos quanto na de serviço e identificar quais pontos precisam ser melhorados. Um dos indicadores de desempenho mais utilizados são os KPIs (Key Performance Indicators), criados para medir o resultado do negócio, contemplando as visões estratégica e operacional. Além disso, uma das atividades essenciais no processo de gestão de indicadores é a rotina de acompanhamento, já que, por meio dela, monitora-se a evolução diária dos resultados da empresa. Entre em contato com a Iclíc Consultoria para saber mais sobre os indicadores de gestão!

## Topnutri Nutrição Animal

Post 1 para Instagram e Facebook. Link:  
<https://www.instagram.com/p/BsxjgkZn7Nn/>



topnutrinutricaoanimal • Seguir

topnutrinutricaoanimal O aleitamento no Protocolo com Kalvolac Quick é aplicado em bezerras, após o fornecimento do colostro em até 9 semanas de vida. Esse tipo de aleitamento é preparado com proteínas lácteas de alta qualidade originadas do leite. Aplicado por meio de um Sucedâneo Premium, o Protocolo Kalvolac Quick melhora o desenvolvimento ruminal e desempenho de animais jovens, aumenta a produtividade de leite, reduz os gastos com a criação de bezerras, diminui a taxa de uso de antibióticos e a taxa de mortalidade. A equipe técnica da Topnutri é qualificada para aplicar este tipo de procedimento e, assim, garantir um rebanho de qualidade e lucratividade. Entre em contato pelo (34) 99947-1717 ou (34) 3211-6080, solicite uma visita e saiba mais sobre os produtos e serviços da Topnutri.

*Post 2 para Instagram e Facebook. Link:*  
<https://www.instagram.com/p/Br2K98WHBzo/>



topnutrinutricaoanimal • Seguir

topnutrinutricaoanimal A cama do gado é uma das técnicas para deixar mais confortável o confinamento do gado de leite. Ela começou a ser implementada no Brasil desde 2011 e está ligada ao manejo do rebanho, ao aumento da produtividade de leite e à saúde dos animais. Os indicadores são as medidas utilizadas para avaliar a qualidade dessas camas e os possíveis ajustes necessários do manejo. Para saber sobre mais sobre, entre em contato com a Topnutri pelo: (34) 3211 6080. #TopnutriNutriçãoAnimal #camadegado #gadodeleite

## **Dr. Leonardo Jorge**

*Post 1 para Facebook e Instagram. Link:*  
<https://www.instagram.com/p/Bl5VxEXl2kY/>



leonardofjorge • Seguir

leonardofjorge O descolamento de retina ocorre quando a retina se descola da coróide, uma camada rica em vasos sanguíneos que fornecem oxigênio e nutrientes essenciais para a saúde dos olhos. Os principais sintomas do descolamento da retina são o aparecimento de "moscas volantes", flashes de luz ou sombras no campo de visão. Geralmente o descolamento da retina não provoca dor, mas sim um grande desconforto, gerando a perda parcial ou total da visão de um olho ou ambos. É importante destacar que essa doença é considerada um caso de emergência oftalmológica e, assim que o diagnóstico é confirmado, é necessário que o paciente passe por cirurgia. Marque uma consulta com o seu oftalmologista e faça seus exames periodicamente.

Post 2 para Facebook e Instagram. Link:  
<https://www.instagram.com/p/BoJnmKagZU2/>



leonardofjorge • Seguir

leonardofjorge A retinopatia hipertensiva é uma das consequências da pressão arterial alta que prejudica a saúde dos olhos. Ela provoca alterações nos vasos sanguíneos da retina, como por exemplo, o estreitamento vascular, rompimentos ou obstrução dos vasos. Os grupos de risco da retinopatia hipertensiva são pessoas acima dos 60 anos, com pressão arterial descontrolada ou negras. Os sintomas básicos dessa doença são a maior sensibilidade à luz, dores de cabeça, dificuldades em enxergar entre outros. Além deles, algumas pessoas também podem ser afetadas por hemorragias e acúmulo de líquidos na retina. Ao sentir qualquer um dos sintomas citados acima, o paciente deve procurar imediatamente um oftalmologista para fazer os exames e confirmar o diagnóstico.

## Produção de conteúdo para site

### Distribuição de conteúdos

#### 1) *Tópicos introdutórios*

**Inteligência de Negócios** (Business Intelligence): Saiba como organizar e analisar os dados de sua empresa para melhorar seu gerenciamento.

**Aprendizado de Máquinas** (Machine learning): Permita com que a aprendizagem de máquinas ajude sua empresa na tomada de decisões.

**Marketing Geográfico** (Geomarketing): Conduza os negócios de sua empresa a partir da variável geográfica de seus clientes.

#### 2) *Tópicos detalhados*

##### Business Intelligence

Está com problemas na organização dos dados de sua empresa? Quer tomar decisões mais assertivas para o seu negócio? Uma das ferramentas que torna isso possível

é o *bussiness intelligence*, ou inteligência de negócios. Basicamente, essa tecnologia transforma os dados de sua empresa em informações, seguida de decisões e finalmente em ações práticas.

O *bussiness intelligence* tem a intenção de mudar a forma como sua empresa guia suas operações de negócios. Mas como isso é feito? Por meio da melhoria dos métodos de negócios e da criação de etapas mais direcionadas aos dados. Quando analisam os dados, as situações e desempenhos históricos e atuais, os responsáveis pela tomada de decisão conseguem ter valiosas percepções que servem de base para a definição de mudanças na empresa. Isso acontece porque o principal objetivo dessa ferramenta é a facilidade na visualização dos dados.

O processo básico de funcionamento do *bussiness intelligence* pode ser dividido em duas formas: **dados e tomadas de decisão**.

- **Dados:** nesta etapa, os dados (vendas, gastos, custos, investimentos, retornos, previsões etc) são coletados e organizados pelo sistema. Em seguida, ele são analisados e auxiliam na elaboração de relatórios de confrontamento de dados, permitindo com que haja uma informação inteligível palpável e ela seja compartilhada com todos os profissionais envolvidos.

- **Tomadas de decisão:** nesta etapa é feito o planejamento e a tomada de decisão de mudanças na empresa baseados em dados. Os objetivos e ações são projetados ao mesmo tempo em que entende-se qual o resultado que a empresa quer chegar e o seu posicionamento no mercado. É importante ressaltar que os planejamentos podem ser feitos a curto, médio e longo prazo.

O *bussiness intelligence* pode ser utilizado em pequenas, médias e grandes empresas, trazendo diversos outros benefícios aos negócios, como por exemplo a economia de tempo, a definição de melhores estratégias, a geração de processos mais eficientes, a redução de custos, a concepção de relatórios mais rápidos e precisos, além da produção de uma receita maior para a empresa.

### Machine learning

O *machine learning*, ou aprendizado de máquina, é uma tecnologia do campo da Inteligência Artificial que faz com que os computadores aprendam habilidades de análise de dados e ganhem conhecimento com elas. Com isso, os computadores conseguem

cumprir tarefas baseadas em práticas já realizadas e registradas. Mas como essa tecnologia pode ajudar a minha empresa?

Essa ferramenta pode auxiliar sua empresa a verificar uma imensa quantidade de dados complexos para então melhorar a análise, a precisão preditiva e a tomada de decisões. Ou seja, ela ajuda as empresas melhorarem o processamento de seus dados, por meio da automação na visualização deles. Outros benefícios do *machine learning* são o aumento da inteligência operacional e a automatização do aprendizado nos acordos de uma empresa.

O *machine learning* trabalha com uma análise exploratória composta por relatórios, consultas, KPI (indicadores-chave de desempenho), painéis de controle e análise multidimensional. Além disso, ele faz análises preditivas para entender as correlações entre os dados disponíveis.

Ele pode ser utilizado na revisão de documentos, na segmentação de clientes, previsões de acordo com os resultados atuais, chatbots (atendimentos ao cliente virtuais), na detecção de fraudes, no reconhecimento de padrões, na alocação de funcionários, no setor de vendas, além de diversas outras áreas de uma empresa.

### Geomarketing

Já pensou em ajudar a sua empresa usando uma variável geográfica? O *geomarketing*, ou marketing geográfico, foi criado para isso. Ele é uma técnica do marketing que se baseia na visualização de dados geográficos e na análise de dados para amparar o levantamento de informações de uma maneira palpável.

O *geomarketing* segmenta geograficamente seus clientes baseando-se em dados demográficos de população, segregação de Estados e municípios, gênero dos habitantes, escolaridade, classe social, idade etc. A partir disso, a empresa encontra perfis específicos de clientes em regiões definidas, incluindo especificidades culturais, religiosas, econômicas, comportamentais entre diversas outras.

Após o levantamento desses dados, a empresa consegue dimensionar com mais assertividade e precisão o tamanho do mercado, a disposição de concorrentes, comportamentos de consumo e a cobertura de vendas. Isso proporciona à empresa a redução de riscos nos investimentos, melhores resultados mercantis, além da potencialização dos investimentos.



OBRIGADA!



CONTATO

[laisvieira03@gmail.com](mailto:laisvieira03@gmail.com)

(34) 99246-6067