



MOC discute criação de Recinto Aduaneiro

Representantes da Receita Federal, instituições e sociedade civil debateram, na Associação dos Municípios da Área Mineira da Sudene (Amams), a proposta de criação de um Recinto Aduaneiro em Montes Claros. O projeto visa facilitar operações de exportação e importação, reduzindo custos logísticos e burocráticos. A Receita destacou o potencial estratégico e industrial da região, especialmente no setor farmacêutico. As discussões continuam, sem prazo definido para implantação. **PÁGINA 5**

Prêmio Cumbucca de Gastronomia

Empresas e chefs do Norte de Minas estão entre os indicados ao Prêmio Cumbucca de Gastronomia 2025, que celebra os melhores da culinária mineira. A votação popular segue até quinta-feira (23) e a cerimônia ocorre em 18 de novembro, no Palácio das Artes, em Belo Horizonte. Montes Claros é representada pela Venda do Fred, Bottega Coppola e Charcutaria Sagrada Família. **PÁGINA 3**

MÁRCIA VIEIRA



Recinto Aduaneiro: delegado da Receita Federal Filipe Florêncio, auditor fiscal da Receita Federal em BH, Flávio Machado e presidente da Sociedade Rural, Flávio Oliveira debatem implantação local

ARQUIVO PESSOAL



Público é convidado a apoiar os indicados regionais

Biocombustível regional

Pesquisadores da Unimontes desenvolveram uma tecnologia que acelera a germinação da macaúba, palmeira nativa do Cerrado, reduzindo o processo de dois anos para duas semanas. O avanço permite o cultivo comercial da espécie e o uso de seu óleo vegetal na produção de biocombustível para aviação. A pesquisa, apoiada pela Fapemig, resultou em patente transferida para a Aceilen Energia Renovável, com investimentos de mais de R\$ 300 milhões. **PÁGINA 9**

JÚLIA RODRIGUES / FAPEMIG



Iniciativa reforça o papel da ciência regional no desenvolvimento sustentável

Opinião

A crise dos Correios

Hugo Garbe*

A Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos atravessa, talvez, a mais grave crise de sua história recente. O déficit acumulado, que ultrapassou R\$ 4 bilhões apenas no primeiro semestre de 2025, não é fruto de um acidente contábil ou de má sorte conjuntural. É o resultado previsível de uma estrutura estatal que parou no tempo, uma empresa criada para um Brasil analógico e que tenta sobreviver em um país digital.

Nos últimos dez anos, o modelo de negócios dos Correios foi tensionado de forma radical. A correspondência tradicional, que um dia sustentou a operação, tornou-se irrelevante. O avanço do comércio eletrônico trouxe um novo campo de atuação, mas a estatal não conseguiu se reposicionar com a agilidade que o mercado exigia. Empresas privadas, com tecnologia, logística e governança mais enxutas, ocuparam o espaço. Enquanto isso, os Correios continuaram presos a uma estrutura administrativa pesada, com custos trabalhistas crescentes e processos internos que se multiplicam como herança de um Estado lento e politizado.

O problema é que a estatal, por sua natureza, opera sob duas lógicas inconciliáveis. De um lado, precisa ser eficiente e competir com gigantes logísticos. De outro, deve garantir a universalização do serviço postal em mais de 5.500 municípios, muitos deles deficitários. Essa equação raramente fecha. O resultado é a sucessão de prejuízos, que muitas vezes recaem sobre o caixa da empresa e, em outras, sobre o contribuinte.

Há também um componente de gestão que não pode ser ignorado. A história recente dos Correios foi marcada por loteamento político de cargos, ausência de planejamento estratégico e decisões mais orientadas por ciclos eleitorais do que por métricas de desempenho. Em qualquer empresa privada, déficits sucessivos seriam tratados como um alerta vermelho; na estatal, tornaram-se rotina, contornados por medidas paliativas e promessas de reestruturação que pouco avançaram.

A situação fiscal da empresa se deteriorou rapidamente. A receita opera-

cional caiu mais de 10% em um ano, enquanto os custos administrativos e judiciais explodiram. O volume de precatórios, obrigações trabalhistas e o peso da folha de pagamento corroem o caixa. O resultado é um cenário preocupante, com atrasos em pagamentos a fornecedores, falta de insumos e risco de paralisação parcial de serviços essenciais.

Do ponto de vista macroeconômico, a crise dos Correios é também um retrato da dificuldade do Estado brasileiro em lidar com a própria máquina. Empresas públicas, quando não modernizadas, tendem a se transformar em estruturas de custo e não de valor. Elas se tornam reféns de obrigações sociais sem o devido financiamento, o que as conduz, inevitavelmente, à insolvência técnica.

O debate sobre a privatização dos Correios precisa ser enfrentado sem dogmas. Não se trata de defender um Estado mínimo ou máximo, mas de reconhecer que há atividades em que o poder público perdeu eficiência há décadas. O setor de entregas é um exemplo claro. No entanto, a privatização por si só não resolve o problema. Sem uma regulação moderna, mecanismos de competição e metas de universalização claras, o risco é apenas substituir um monopólio estatal por um monopólio privado.

O que se impõe é uma transformação estrutural. É preciso redefinir o papel da empresa, adotar um modelo de governança profissional e ajustar sua operação ao tamanho real da demanda contemporânea. A sobrevivência dos Correios depende de entender que a função social não pode existir sem sustentabilidade econômica.

Em última instância, a crise dos Correios é um espelho do país. Mostra como a ausência de reformas profundas nas estatais transforma o que um dia foi orgulho nacional em símbolo de ineficiência. A lição econômica é direta: quando uma organização ignora o tempo e o mercado, o déficit não é apenas financeiro, torna-se também institucional e histórico.

*Professor de Ciências Econômicas da Universidade Presbiteriana Mackenzie (UPM)

Lutero e a Economia do Sétimo Mandamento

Allan Gallo*

É verdade que Martinho Lutero não escreveu tratados de economia, mas sua teologia moral contém diretrizes que moldaram o pensamento econômico ocidental de forma ampla. Um grande exemplo disso é o Catecismo Menor, publicado em 1529, originalmente concebido como um manual de instrução cristã para famílias e comunidades. Nele, Lutero explica os Dez Mandamentos à luz da vida cotidiana, enfatizando a responsabilidade individual diante de Deus e do próximo.

No sétimo mandamento, “Não furtarás”, ele adverte: “Devemos temer e amar a Deus e, portanto, não tirar ao nosso próximo o dinheiro ou os bens, nem nos apoderar deles por meio de mercadorias falsificadas ou negócios fraudulentos; mas devemos ajudá-lo a melhorar e conservar os seus bens e o seu meio de vida”.

À primeira vista, o texto pode parecer apenas uma instrução teológica, mas essa formulação vai além da simples proibição do furto. Na verdade, ela traduz uma ética econômica de serviço mútuo, em que o trabalho, o comércio e a propriedade são expressões de vocação e confiança.

O mandamento implica que a liberdade só é virtuosa quando preserva o bem comum e não quando se torna licença para explorar. Há aqui o embrião de um princípio central da moderna liberdade econômica, que é o direito de empreender e possuir bens condicionado ao respeito pelos direitos dos outros.

A liberdade econômica é um subconjunto das liberdades humanas. Refere-se à capacidade das pessoas de trabalhar, negociar, contratar e usar a propriedade produtiva de acordo com suas próprias escolhas.

Estudos como os publicados pelo Instituto Fraser, do Canadá, que também elabora regularmente o Índice de Liberdade Econômica Mundial, mostram que quanto maior a liberdade de decisão individual, maior tende a ser o desenvolvimento e o padrão de vida. Desde 1970, o referido índice mede es-

No sétimo mandamento, “Não furtarás”, ele adverte: “Devemos temer e amar a Deus e, portanto, não tirar ao nosso próximo o dinheiro ou os bens, nem nos apoderar deles por meio de mercadorias falsificadas ou negócios fraudulentos; mas devemos ajudá-lo a melhorar e conservar os seus bens e o seu meio de vida”.

se grau de liberdade em mais de 160 países, avaliando cinco dimensões bem conhecidas: tamanho do governo, sistema legal e proteção aos direitos de propriedade, estabilidade monetária, liberdade de comércio internacional e regulação.

Essas dimensões dialogam diretamente com a ética do sétimo mandamento. O respeito à propriedade e aos contratos reflete a proteção legal e moral contra o furto institucional. A estabilidade monetária resguarda o valor do trabalho e da poupança, evitando o “furto invisível” da inflação. A liberdade de comércio promove a cooperação entre os povos, e a limitação do poder governamental impede que a coerção substitua a confiança. Assim, é fácil perceber que a doutrina cristã expressa em um dos primeiros documentos da Reforma e a liberdade econômica convergem em um ponto essencial: a verdadeira prosperidade nasce quando a liberdade é guiada pela responsabilidade diante de Deus e pelo dever de apoiar o progresso do próximo.

*Professor de Economia na Universidade Presbiteriana Mackenzie

O NORTE
DE MINAS

EXPEDIENTE

O JORNAL QUE ESCREVE O QUE VOCÊ GOSTARIA DE DIZER
www.onorte.net

Uma publicação
da Indyugraf
CNPJ 41.833.591/0001-65

Gerente Administrativa:
Daniela Mello
daniela.mello@funorte.edu.br

Editor:
Alexandre Fonseca

Coordenação de redação:
Adriana Queiroz
(38) 98428-9079

Departamento Comercial:
Thiago Alfenas
(31) 99185-6231 - 3253-2210
thiago.alfenas@hojeemdia.com.br

Relacionamento com
o assinante:
(31) 3236-8033

Fale com a redação:
jornalismo@onorte.net

Telefone: (38) 3221-7215

Endereço:
Rua Justino Câmara, 03 - Centro
Montes Claros/MG - f/jornalonorte

As criações intelectuais publicadas neste exemplar não podem ser utilizadas, reproduzidas, estocadas em banco de dados ou processo similar em qualquer forma ou meio mecânico, eletrônico, microfilmagem, fotocópia, gravação etc, sem autorização escrita dos titulares dos direitos autorais. Os textos das colunas assinadas não refletem, necessariamente, a opinião do jornal e são de inteira responsabilidade de seus autores.

Gastronomia

Culinária regional disputa Prêmio Cumbucca 2025

► Representantes de MOC são: Venda do Fred, Bottega Coppola e Chacuteria da Sagrada Família

TATIANA VELOSO MENDES



Salaminho com castanha de baru da Charcutaria Sagrada Família

Larissa Durães

larissa.duraes@funorte.edu.br

O talento e a criatividade da culinária norte-mineira ganham destaque no Prêmio Cumbucca de Gastronomia 2025. Diversas empresas da região estão entre os indicados, levando o sabor e a tradição do interior para todo o estado. O público pode votar até esta quinta-feira (23), escolhendo os bares, restaurantes, cafés, lanchonetes, docerias, profissionais e projetos que melhor representam a gastronomia mineira. A cerimônia oficial será realizada em 18 de novembro, no Grande Teatro do Palácio das Artes, em Belo Horizonte.

A presença dos representantes do Norte de Minas reforça a identidade da cozinha regional, marcada por receitas de família, ingre-

dientes típicos e tradições que conquistam paladares em todo o país. Montes Claros está sendo representado pela Venda do Fred, que concorre como Empório e Merceria, representando os produtos da região, enquanto o Bottega Coppola disputa como melhor restaurante do interior e a Mordida do Ano é representada pela Chacuteria da Sagrada Família, que valoriza produtos locais.

Os organizadores destacam a importância da união para levar o prêmio para casa e incentivam a população a apoiar os indicados da região.

O empresário Fred Rocha, da Venda do Fred, destacou a relevância da indicação. “Isso é uma verdadeira honra, porque nosso propósito principal é representar o Norte de Minas. Nosso negócio surgiu para receber turistas e mostrar a cultura norte-mineira, a gastronomia, a música e a arte da nossa

região. Quando conseguimos levar isso para fora, mostra que estamos no caminho certo”, afirmou. Fred explicou que a culinária do Norte de Minas se destaca pela diversidade e exclusividade dos ingredientes do Cerrado. “Todos os melhores ingredientes do Cerrado se encontram no nosso Norte de Minas, o que dá um potencial enorme de criatividade, com pratos que são verdadeiras joias não só para a culinária mineira, mas mundial”, disse.

Fred reforçou a importância do apoio popular: “Como a votação é popular, muita gente da capital ainda não conhece nosso trabalho. Por isso, pedimos o apoio do Norte Mineiro para votar até o dia 23 e levar nossa região ao palco do Palácio das Artes”. Para votar, use este link: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfyRcDPm0YTZCVGoAb0StyI6MVuKq4xjeyW-p2AgCfG7BXRKQ/viewform>.

A empresária Tatiana Veloso Mendes, da Charcutaria Sagrada Família, destacou que a premiação fortalece a gastronomia local ao consolidar a identidade regional. “Participamos de grandes eventos, como o Fartura Brasil, e isso abre portas. Estamos trazendo esse reconhecimento para cá, valorizando nossos produtos e nossa cultura gastronômica”, disse, fazendo um apelo à população: “Vote aqui na gente, porque queremos fortalecer a gastronomia local. Esse trabalho já vem sendo feito há vários anos por todos nós com os produtos da nossa região. Mesmo quem ainda não conhece pode conhecer, apoiar e votar, porque assim a culinária do Norte de Minas fica mais conhecida e festivais de gastronomia podem começar a vir para Montes Claros e passar a fazer parte do calendário da cidade”, destaca.



PRETO NO BRANCO

Aldeci Xavier
aldeci Xavier@gmail.com

Visita do ministro

No mês passado a coluna havia antecipado de que o ministro do Desenvolvimento e Assistência Social, José Wellington Barroso estaria em Montes Claros para discutir medidas emergenciais diante dos impactos da chamada “seca verde” no Norte de Minas. A este respeito a Amams confirmou a visita para esta segunda-feira (27), às 9 horas, em sua sede. Entre as demandas a serem apresentadas inclui distribuição de cestas básicas e a retomada da proposta apresentada pela Amams em 2021 para construção de barramento nos municípios da região.

Maior prédio de MOC

A Miranda Empreendimento estará entregando a população de Montes Claros, em fevereiro do próximo ano, o prédio mais alto já construído no município. Trata-se do Infinity, erguido na área central da cidade, na rua Barão do Rio Branco, enfrente ao escritório da Santa Casa. O prédio construído pela Empominas conta com 250 salas, 10 lojas, 200 vagas de garagem, sendo 26 andares. Segundo informou a coluna Pávil Mirand 85% do espaço já foram comercializados.

Luizlândia

O município de Luizlândia realiza desta quarta-feira (22) até o próximo domingo (26) a última etapa de vaquejada do Norte de Minas. Serão distribuído R\$ 81.000 em prêmio, com apresentação de diversos artistas de projeção nacional, estadual e local.

Rodoviária de MOC

Não sei como anda a caixa da prefeitura de Montes Claros e nem a programação para os gastos dos recursos. Entretanto, conversando com diversas pessoas da sociedade existe uma unanimidade em relação a necessidade de mudar a estrutura da Rodoviária que foi construído quando a cidade tinha apenas 70 mil habitantes. A ideia seria um novo projeto que modifique sua estrutura sem fugir suas características. O local pode ser transformado em um dos cartões postais da cidade. Aliás, nem de longe aquele prédio retrata uma cidade de cerca meio milhão de habitantes.

Financiadores

Um dos jornais da capital mineira divulgou nota colocando no radar das eleições, nomes como de Rubens Menim, Clésio Andrade e Walfredo dos Mares Guias com possibilidade de disputarem as eleições de 2026. Não vejo no meu radar tal possibilidade. O desenho é que estes vão participar do pleito, mas como apoiador. Porque não dizer apoio financeiro ao candidato que for escolhido pela esquerda.

Escolha do Marqueteiro

O resultado positivo de uma campanha política está em você agir pela razão deixando de lado a emoção. Fuja dos palpites e de orientação principalmente que vem de familiares sem vivência e conhecimento do mundo político. Escolha um coordenador que seja profissional da área e que o oriente pela razão. Isto que dizer que precisa de uma pessoa para compartilhar suas ideias e chegar a um ponto de equilíbrio. De preferência que seja um marqueteiro da área. Aliás, amanhã estarei falando do papel do marqueteiro.

Saúde

Após 20 anos, número de fumantes volta a crescer no Brasil

► Proporção de adultos fumantes saltou de 9,3% para 11,6%

Da Agência Brasil

Pela primeira vez em quase duas décadas, o número de fumantes no Brasil aumentou, quebrando uma tendência histórica de queda. De acordo com uma pesquisa com dados preliminares divulgada pelo Ministério da Saúde, a proporção de adultos fumantes nas capitais brasileiras saltou de 9,3% em 2023 para 11,6% em 2024. Um crescimento de 25% em apenas um ano.

Os dados alarmantes reacenderam o alerta entre autoridades de saúde. Para o médico da família e comunidade, Felipe Bruno da Cunha, essa crescente pode estar relacionada à popularização de novos produtos, a exemplo dos cigarros eletrônicos, que atraem, especialmente os mais jovens:

“Eu acredito que tem muita relação direta com as novas formas associadas ao fumo. Porém, na última década, nós vemos um aumento expressivo, principalmente por conta do cigarro eletrônico, o vape. A partir de ou-

FREEPIK



“Na última década, nós vemos um aumento expressivo, principalmente por conta do cigarro eletrônico, o vape” comentou o médico da família e comunidade, Felipe Bruno da Cunha

tros tipos de cigarro, o cigarro de palha, por exemplo. Então, por isso o aumento expressivo”, diz.

A Organização Mundial da Saúde considera o tabagismo uma pandemia, pois é a principal causa de morte evitável no mundo, com aproximadamente 8 milhões de óbitos por ano. O especialista ressalta que mais de 50

tipos de doenças podem ser causadas pelo cigarro, principalmente as cardiovasculares, as respiratórias e também cerca de 10 tipos de cânceres.

“Existem riscos inúmeros associados ao cigarro, não só a dependência química, mas também as complicações físicas”, reitera o médico.

O médico também es-

clarece sobre os riscos do tabagismo para os fumantes passivos.

“Porque aquelas pessoas que convivem com aquele fumante, têm um risco associado também a doenças crônicas, principalmente, a gente fala da própria correlação, inclusive, de neoplasias, o câncer de pulmão. Então, é muito importante procurar ajuda”, aponta.



CONVERSA INTELIGENTE

Will Nunes
willonorte@gmail.com

Sapato alto X Sandália da humildade

Isolados sem o calor das bases, assim vive o grupo situacionista em Montes Claros-MG. Eles governam do alto, longe do pulso popular. A voz do povo é um ruído distante. Sem a real conexão, suas pautas são em gabinetes. A falta de calor humano tem sido a marca do governo Guilherme Guimarães.

Sapato alto X Sandália da humildade II

Picados pela mosca azul e a vaidade o grupo situacionista se distancia do sentimento popular. A alma está fria e o povo sonha com uma administração que tenha compromisso com a maior obra de um governante: o ser humano. Em Montes Claros-MG a voz do povo não chega ao topo do poder. Lembrando que “sapato alto é sinal que algo está equivocado”. Já passou da hora do governo municipal trocar o sapato alto pela sandália da humildade.

Figurantes I

Câmara Municipal de Montes Claros-MG: a casa dos discursos vazios e da inércia. Em Montes Claros-MG vereadores estão sendo chamados de figurantes que não conhecem a pauta real.

Trocaram a urgência social para ficar a mercê do governo municipal.

Figurantes II

Na Casa Legislativa montes-clarense o tempo de trabalho é gasto em holofotes, não em cumprir as obrigações de fiscalizar e criar leis eficientes. O valor de um voto se perde no vazio do plenário (temas locais são trocados por assuntos do Estado e pautas nacionais). A cidade precisa de líderes, não de figuras omissas. Eleito, o vereador figurante some da paisagem urbana. Aparece nas redes sociais, mas não atende os anseios da população.

Política nas redes sociais

Faltam 346 dias para as eleições de 2026. E nos bastidores dois nomes da direita em Minas ocupam espaço. O Dep. Federal Nikolas Ferreira (PL) eleito deputado federal com quase 1.5 milhão de votos em 2022. E o senador Cleitinho (Republicanos), no mesmo ano, teve mais de 4.2 milhões de votos. Os dois estão no jogo do tabuleiro político com forte influência nas redes sociais.

Apresentador de TV e observador da cena política



NOVA
104.9
FM
#tonamelhor

A MELHOR NOTÍCIA ESTÁ NO AR
SINTONIZE 104.9
MÚSICA, INFORMAÇÃO E ENTREVISTAS

Economia

Demanda industrial

► MOC discute criação de Recinto Aduaneiro para impulsionar comércio exterior

Márcia Vieira

marciavieirayellow@yahoo.com.br

A criação de um Recinto Aduaneiro em Montes Claros (MG) pode virar realidade. As discussões foram iniciadas na tarde desta última terça-feira (21), em encontro promovido na Associação dos Municípios da Área Mineira da Sudene (Amams), com a participação de representantes de instituições locais e sociedade civil.

A Receita Federal conduziu o evento com palestra do auditor fiscal Flávio Coelho Machado. “Na parte aduaneira, a única unidade responsável pelo gerenciamento é a Alfândega de Belo Horizonte. A gente veio apresentar as possibilidades para a instalação em Montes Claros e, a depender do tipo de recinto, pode ser iniciativa própria do município ou de empresários”, afirmou Flávio, ressaltando que a Receita Federal local tem um papel de relevância para a unidade ser viabilizada. “Acredito que a sociedade como um todo será beneficiada porque o comércio exterior gera renda, novos empregos e o desenvolvimento da região é benéfico para todos”, declarou.

Ocupando posição estratégica no cenário nacional, com um parque industrial de

MÁRCIA VIEIRA



Jefferson Tolentino, vice-presidente do Lions Clube, diz que o Recinto, em qualquer modalidade, trará benefícios à região

destaque, especialmente no setor farmacêutico, a criação do Recinto representa um avanço significativo para a economia local. “O Recinto Aduaneiro não nasce para se criar o comércio exterior. O comércio exterior existe e aí, devido à necessidade

da região que tem o comércio exterior, é feito um recinto aduaneiro para que se dê estrutura logística, para que se melhore o ambiente de negócios e a logística de quem empreende, de quem exporta e de quem importa”, explicou Filipe Florêncio,

Delegado da Receita Federal em Montes Claros. Ele reforça que todos os setores, técnicos e políticos, precisam se ajudar e, na prática, “um espaço local tende a diminuir o número de intermediários na operação e, consequentemente, aumentar ga-

nho e competitividade para as empresas”.

Para Jefferson Tolentino Trindade, vice-presidente do Lions Clube Montes Claros Sertanejo, o tema que já há anos é objeto de discussões e volta a ser tratado, é de suma importância, seja Porto Seco, Zo-

na de Processamento de Exportação ou, mesmo uma TERCA — Espaço Alfandegado para Exportação e Importação, que constituem instalações logísticas para facilitar o escoamento de produção agro, industrial e mineral, além de importações de insumos e produtos diversificados. “O Lions vê nessa disposição atual da Receita Federal, a favor da implantação de uma unidade alfandegada na Região, um momento oportuno para atender uma demanda do setor industrial de Montes Claros, Pirapora e Várzea da Palma, mais do Projeto Jaíba, dentre outros, criando logística que facilite as exportações e, também, as importações”, disse. O encontro, conforme Jefferson, foi bastante esclarecedor sobre os diversos tipos de recintos, envolvendo logísticas rodoviária, ferroviária e aeroviária.

O recinto se constitui em espaço fiscalizado pela Receita Federal onde empresas podem realizar atividades de comércio exterior, como desembaraço aduaneiro, armazenamento e transporte de cargas. A presença desse tipo de estrutura pode reduzir custos logísticos e burocráticos. De acordo com a Receita Federal, não existe ainda um prazo para viabilizar a implantação. As discussões prosseguem pelos próximos dias e novos encontros públicos virão para tratar do assunto.



NOSSOS SERVIÇOS:

- TOMOGRAFIA
- ENDOSCOPIA DIGESTIVA
- ENDOSCOPIA RESPIRATÓRIA
- COLONOSCOPIA
- RAIO-X
- ECOCARDIOGRAMA
- ELETROCARDIOGRAMA
- ULTRASSONOGRAFIA
- EXAMES LABORATORIAIS
- SALA DE VACINAS
- ODONTOLOGIA AMBULATORIAL E HOSPITALAR
- SERVIÇO DE ATENÇÃO À OBESIDADE

NOSSOS ESPECIALISTAS:

- ANESTESIOLOGIA
- BUCOMAXILO
- CARDIOLOGIA
- CIRURGIA GERAL
- CIRURGIA PEDIÁTRICA
- CIRURGIA PLÁSTICA
- CLÍNICA GERAL
- DERMATOLOGIA
- ENDOCRINOLOGIA

- FERTILIZAÇÃO
- FISIOTERAPIA
- FONOAUDILOGIA
- GASTROENTEROLOGIA
- GINECOLOGIA E OBSTETRICIA
- MASTOLOGIA
- NEFROLOGIA
- NEUROLOGIA
- NUTRIÇÃO

- ODONTOLOGIA
- OFTALMOLOGIA
- ORTOPEDIA
- OTORRINOLARINGOLOGIA
- PEDIATRIA
- PNEUMATOLOGIA (ADULTO E INFANTIL)
- PSICOLOGIA
- PSIQUIATRIA
- REUMATOLOGIA
- UROLOGIA



HOSPITAL DAS CLÍNICAS
Dr. Mário Ribeiro da Silveira
Medicina Avançada para todos

38 3218 8150

Rua Plínio Ribeiro, 538, Jardim Brasil Montes Claros - MG

hcmarioiribeiro.com.br

Saúde

Bons hábitos

► Estudo chama atenção para os benefícios da dieta tradicional brasileira

Da Agência Fiocruz

Um estudo conduzido por pesquisadores da Fiocruz, da Universidade de São Paulo (USP) e das universidades federais de Minas Gerais (UFMG), do Espírito Santo (Ufes), da Bahia (UFBA) e do Rio Grande do Sul (UFRGS), acaba de divulgar um boletim especial com resultados de pesquisas sobre a relação entre alimentação e saúde. As análises, baseadas em informações de milhares de participantes, destacam os efeitos positivos de uma alimentação tradicional brasileira, o consumo de café e laticínios, além dos riscos associados ao consumo excessivo de sal, produtos ultraprocessados e bebidas alcoólicas.

Os resultados mostram que seguir uma alimentação tradicional brasileira – com arroz e feijão – ou adotar uma dieta rica em frutas, verduras, castanhas e peixes, está associado à redução de peso e da gordura corporal ao longo do tempo. Já o consumo de sal permanece muito acima do recomendado: a média foi de 11 gramas por dia, mais que o dobro do limite sugerido pela Organização Mundial da Saúde, que é de 5g. Homens consomem cerca de 38% mais sal do que mulheres, revelando diferenças importantes nos hábitos alimentares.

O consumo de alimentos ultraprocessados, como refrigerantes, sucos industrializados,

FREEPIK



Boletim reúne artigos que mostram benefícios da alimentação tradicional e riscos dos ultraprocessados

biscoitos, embutidos (linguiça, salsicha, presunto, mortadela) e salgadinhos, esteve associado a maior risco de várias doenças. Participantes que bebiam um copo médio (240 ml) de refrigerante por dia tiveram até 23% mais risco de hipertensão, diabetes e síndrome metabólica. No geral, quem consome mais

ultraprocessados tem maior chance de obesidade, colesterol e triglicérides altos, além de depressão. Um aumento de 10% no consumo diário desses produtos elevou o risco de morrer por qualquer causa em 10% e por doenças crônicas em 11%.

Alguns hábitos, no entanto, mostraram efeitos

protetores. O consumo regular de café (duas a três xícaras pequenas por dia) esteve associado a menor risco de diabetes e hipertensão, além de melhor desempenho de memória e linguagem entre pessoas com mais de 65 anos. Já os laticínios, principalmente os desnatados, relacionaram-se a níveis mais bai-

xos de pressão arterial e melhor saúde cardiovascular. Quem consumia mais laticínios teve até 64% menos risco de morrer por doenças do coração.

Em relação às bebidas alcoólicas, metade dos participantes relatou consumo regular. A cerveja foi a bebida mais consumida, se-

guida de destilados entre os homens e de vinho entre as mulheres. O consumo excessivo de álcool aumentou o risco de hipertensão, obesidade abdominal e triglicérides elevados, sendo os efeitos mais acentuados nos homens.

Os resultados do Elsa-Brasil reforçam a importância de promover políticas públicas voltadas para a alimentação saudável, com foco na redução do consumo de produtos ultraprocessados, do sal e do álcool, e no incentivo a padrões alimentares tradicionais e naturais. Para a população, as descobertas trazem mensagens práticas: priorizar alimentos frescos, reduzir o consumo de bebidas alcoólicas e valorizar o café e os laticínios com moderação. Uma alimentação adequada, aliada a outras práticas de saúde, podem contribuir para uma vida mais longa e saudável.

O Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto (Elsa-Brasil) é uma grande pesquisa de coorte que acompanha, desde 2008, a saúde de mais de 15 mil adultos e idosos em seis capitais brasileiras, com o objetivo de gerar conhecimento científico sobre doenças crônicas no país. Cerca de 100 artigos científicos sobre alimentação já foram produzidos pelo Elsa-Brasil, abordando padrões alimentares, consumo de sal, produtos ultraprocessados, laticínios, café, bebidas alcoólicas, adoçantes, ingestão de nutrientes, qualidade da dieta e adesão a dietas especiais. A edição especial do boletim reúne os principais achados sobre alguns temas.



impar

Educação infantil e ensino fundamental

colegioimpar.com.br

(38) 2101-9482
(38) 9.9878-2735

O melhor do ensino remoto com o melhor do presencial.

Graduação

Digital

Ensino virtual em tempo real!

funorte.edu.br

38 98407 1291



FUNORTE
CENTRO UNIVERSITÁRIO

Google
for Education

INSCREVA-SE
sem sair de sua casa!



Traços & Versos



Wendell Lessa
wendell_lessa@yahoo.com.br

O descanso maduro da alma

Vivemos em uma era profundamente marcada pela busca do conforto emocional. A promessa da cultura contemporânea é que o ser humano será pleno à medida que se expressar, se afirmar e se satisfizer — e a alma moderna crê nisso com devoção. O mundo tornou-se, como diria Philip Rieff, uma “sociedade terapêutica”, na qual os antigos referenciais morais foram substituídos por instrumentos de gestão da dor emocional e do bem-estar subjetivo. Nessa nova moldura cultural, o indivíduo é convidado a crer que seu problema maior é o desconforto interior — e que a salvação está em aliviar esse desconforto por meio da autoexpressão e do autocuidado.

Essa visão, no entanto, é nova na história humana. Como mostram Charles Taylor e Carl Trueman, o que chamamos hoje de “self” — essa identidade interior percebida como suprema — é uma construção recente, filha do individualismo expressivo e do abandono da transcendência. O “novo self” não é mais definido por seu lugar no mundo criado por Deus, mas pelo que sente, deseja ou teme. A interioridade é o altar, e a autenticidade emocional é o culto. Em outras palavras, o que sustenta o indivíduo hoje é a crença de que sua alma tem o direito de estar constantemente nutrida, satisfeita e protegida da frustração. A alma se tornou um ventre que não pode mais ser desmamado.

É nesse cenário que um breve e comovente devocional escrito por Abraham Kuyper no século XIX — Como a criança desmamada — soa como um antídoto contra os excessos de nossa cultura. Comentando o Salmo 131.2 — “tranquilo e sereno, como uma criança desmamada no colo da mãe” — Kuyper descreve a dife-

rença entre dois estágios da fé. O primeiro, o do recém-convertido, se assemelha à criança que ainda mama: faminta, ansiosa, inquieta. Ela chora, busca, suga constantemente. Qualquer interrupção no suprimento do leite é interpretada como ausência do cuidado. Assim também é a alma que, no início da caminhada cristã, exige sinais constantes da presença de Deus, consolos frequentes, respostas imediatas.

Mas a maturidade espiritual, diz Kuyper, é como o desmame. A criança desmamada não é abandonada; ao contrário, ela é acolhida pela mãe, mas agora repousa com confiança. Já não exige, apenas descansa. Já não busca o leite, mas a presença. Aprende a esperar, a conter-se, a viver da medida. A alma madura não abandona o amor, mas é um amor temperado com reverência. “Bebe o que a alma pode suportar”, escreve Kuyper. Ela ora, não mais para se aliviar, mas para encontrar Deus. Não busca mais apenas os dons, mas o doador. A alma desmamada conhece o silêncio. E no silêncio há mais reverência do que em muitos gritos.

Essa metáfora desafia frontalmente a espiritualidade da sociedade terapêutica. Para muitos, uma fé verdadeira é aquela que “resolve” as angústias internas de forma rápida. Se a alma está inquieta, deve ser acalmada; se está carente, deve ser suprida. O que se busca é o leite espiritual contínuo — não para crescer, mas para permanecer eternamente dependente. Essa fé infantilizada não tolera o deserto, não compreende o silêncio de Deus, não aceita o “ainda não” da esperança cristã. E por isso, muitas vezes, se decepciona e abandona a jornada.

O novo self, descrito por Taylor e Trueman, não tolera o desmame. Não suporta a espera. E, justamente por isso,

vive preso à ansiedade. O paradoxo é que, ao buscar continuamente por saciedade, torna-se mais vazio. Ao exigir sempre sinais, torna-se cego. Ao rejeitar a frustração, torna-se frágil. O resultado é uma geração emocionalmente exaurida, espiritualmente imatura e existencialmente insegura.

O caminho bíblico, no entanto, é outro. O Salmo 131 é um convite à humildade. É uma oração simples, quase infantil — mas profundamente madura. O salmista não deseja grandezas, não se ocupa de coisas altas demais. Ele aprendeu a calar a alma, a confiar mesmo sem compreender, a descansar mesmo sem sentir. Não porque Deus tenha se ausentado, mas porque aprendeu que a presença de Deus é mais importante do que suas dádivas. Essa é a verdadeira espiritualidade cristã: não aquela que busca Deus para saciar a alma, mas aquela que se satisfaz em Deus, mesmo quando a alma tem fome.

Em tempos de ansiedade crônica, o desafio do cristão não é buscar mais sinais, mais consolo, mais leite. É aprender a viver desmamado — descansando nos braços do Senhor, mesmo quando o leite escasseia. Isso não é apatia, nem frieza. É fé amadurecida, que já não precisa da emoção para crer, nem da confirmação constante para permanecer. É amor que aprendeu a esperar, a sofrer, a confiar — não porque tudo esteja bem, mas porque Deus é bom.

Esse é o convite do evangelho: sair do centro, deixar de medir tudo pelo que se sente, e confiar naquele que nos segura nos braços, mesmo quando já não mamos. Ser como a criança desmamada: ainda no colo da mãe, mas agora em paz. Não é isso que mais precisamos hoje?

VES TI BU LAR

2025

A GENTE FORMA.

VOCE

TRANSFORMA!



38 9 9997-7213

funorte.edu.br

FUNORTE
CENTRO UNIVERSITÁRIO

Inscrições:

Vestibular
Digit@l
escaneie



o Qrcode

Minas do Norte

Economia sustentável

► Tecnologia impulsiona uso da macaúba como biocombustível para a aviação

Da Agência Minas

Uma tecnologia desenvolvida na Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes) tem impulsionado o uso da macaúba, palmeira nativa do Cerrado, e ampliado seu potencial como fonte de biocombustível.

A inovação, resultado de mais de 15 anos de pesquisa, abre caminho para o cultivo comercial da macaúba em áreas degradadas, e propicia o uso do óleo vegetal extraído de seus frutos na aviação civil, como alternativa ao combustível fóssil.

Conduzida no Laboratório de Reprodução Vegetal da instituição, a pesquisa é apoiada pelo Governo do Estado, por meio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (Fapemig). O grupo, coordenado pelo professor Leonardo Ribeiro, desenvolveu um protocolo capaz de reduzir de dois anos para apenas duas semanas o tempo de germinação das sementes.

“Nosso grupo estuda tecnologias para favorecer a germinação e a produção de mudas em larga escala. Dessa forma é possível a implantação de cultivos e a expansão da cultura que tem sido interesse de empresas e da iniciativa pública”, explica o pesquisador.

Além do avanço científico, a patente da pesquisa mineira foi transferida à Acelen Energia Renovável – multinacional do setor energético – em um projeto com

JÚLIA RODRIGUES / FAPEMIG



Equipe do Laboratório de Reprodução Vegetal (Lar) da Unimontes

aportes bilionários, gerando cerca de 90 empregos diretos na região. A mesma empresa inaugurou, recentemente, em Montes Claros, o maior centro de inovação para pesquisas com macaúba no mundo.

“O coco macaúba já servia como fonte de renda para muitas famílias no Norte de Minas, mas ainda havia muito a ser explorado do potencial econômico desse pequeno fruto. Nós hoje só estamos conseguindo descobrir isso graças aos investimentos em ciência e tecnologia, em uma pesquisa realizada na região e que leva desenvolvimento para a população local”, destaca o secretário Executivo de Desenvolvi-

mento Econômico (Sede-MG), Bruno Araújo.

DA CIÊNCIA BÁSICA À INOVAÇÃO TECNOLÓGICA

Como avanço das pesquisas, a equipe identificou que as sementes da macaúba apresentavam dormência, ou seja, um mecanismo natural que retarda a germinação para garantir a sobrevivência da espécie em ambientes secos. Em condições normais, apenas cerca de 10% das sementes germinavam em até dois anos, inviabilizando o cultivo em larga escala.

Já conhecido pelos estudos do buriti (*Mauritia flexuosa*) e do coquinho aze-do (*Butia capitata*) – frutos

de outras palmeiras –, o Laboratório de Reprodução Vegetal da Unimontes é um dos principais do estado e tem se destacado nacionalmente com os estudos da macaúba.

“Essa palmeira é muito importante porque é uma das espécies vegetais mais oleaginosas que se conhece. Nós procuramos entender vários aspectos reprodutivos da macaúba para que sejam importantes na geração de tecnologias”, destaca o bolsista de pós-doutorado pela Fapemig no projeto, Túlio Oliveira.

PATENTE E TRANSFERÊNCIA DE TECNOLOGIA

Os resultados deram ori-

gem a protocolos inéditos de germinação, que se tornaram a base de uma patente registrada pela Unimontes em 2013, com apoio Fapemig. A patente foi concedida em 2018 e, em 2023, transferida para a Acelen Energia Renovável.

Além de reconhecer a inovação com o pagamento de royalties à universidade, a parceria gerou investimentos superiores a R\$ 300 milhões. O projeto total da empresa prevê aportes de até R\$ 3 bilhões em plantios e unidades de beneficiamento, fortalecendo o potencial da macaúba como matéria-prima estratégica para a produção de bioquerosene de aviação.

O acordo de licenciamento resultou na instalação de um polo tecnológico em Montes Claros. A unidade utiliza a tecnologia desenvolvida pela Unimontes para produzir até 10 milhões de mudas de macaúba por ano, com o objetivo de implantar entre 100 e 200 mil hectares de cultivo.

“Nós estamos felizes que as pesquisas que desenvolvemos aqui. A tecnologia gerada dentro da universidade é útil para impulsionar o desenvolvimento da região e oferecer oportunidades tanto de emprego para as pessoas quanto de geração de renda e oportunidades para todos aqui no Norte de Minas”, celebra

VEM SER
#TALENTO
INDYU

Ensino Fundamental Médio e Cursos Técnicos.

38 21019295
38 98428 9111

OPORTUNIDADE ÚNICA PARA TRANSFERÊNCIA DE MATRÍCULA.

Parceria Google for Education

Circulando



Leo Queiroz
queirozleonardo@yahoo.com.br

Forbel celebra o Dia da Raça Forte com experiências exclusivas e muita emoção

No último dia 18 de outubro, a concessionária Forbel Ford, em Montes Claros (MG), promoveu o Dia da Raça Forte, um evento repleto de experiências marcantes para clientes e convidados. A programação contou com show acústico de Zuton e Bernardo, churrasco de chão gourmet preparado pelo chef João Cordeiro, do buffet Brasa do Norte, e uma imponente Ranger içada nas alturas, que se tornou um dos destaques visuais da celebração. Durante o encontro, os participantes puderam conhecer e testar os modelos mais icônicos da linha Raça Forte Ford, reforçando a tradição de força, tecnologia e confiança que consolidam a marca entre as mais admiradas do país. Quem não participou ainda pode visitar a Forbel Ford, na Avenida Plínio Ribeiro, nº 709, e conferir de perto toda a linha de picapes, SUVs e utilitários da montadora.

FOTOS DIVULGAÇÃO





Referência em atendimento a animais de pequeno e médio porte

- ✓ Clínica Médica
- ✓ Clínica Cirúrgica
- ✓ Laboratório
- ✓ Internação

HOSPITAL VETERINÁRIO
RENATO DE ANDRADE



(38) 3215-9869 • 99878-0862

hospitalveterinariofunorte
hospitalveterinariofunorte-huvet
hospitalveterinario@funorte.edu.br

Avenida Osmane Barbosa, 1.647
Bairro JK • Montes Claros - MG