

MARA NARCISO
Penumbra: aquele momento intermediário entre o estar dormindo e o despertar, ou o inverso, o exato instante entre a vigília e o sono.

PÁG. 6



Contagem regressiva para o Natal

O final de ano é sempre uma data esperada pelo o comércio. De acordo com o presidente da Câmara de Dirigentes Lojistas (CDL), Ernandes Ferreira sempre há uma expectativa positiva com a chegada do Natal.

Esse ano, a expectativa está nos presentes de última hora. Para as compras feitas na véspera da data festiva, a estimativa é de que o ticket médio para o presente fique entre R\$ 200 e R\$ 250 reais. PÁG. 3

DIVULGAÇÃO



Vitrines são uma das principais estratégias de marketing para atrair os consumidores

Novas regras para CNH

Em Minas Gerais o novo processo para obtenção da Carteira Nacional de Habilitação (CNH) tem mais uma etapa concluída. Quem quiser se habilitar já pode realizar o curso de prática de direção com a carga horária de duas horas, conforme estabelece a Resolução do Conselho Nacional de Trânsito (Contran) nº 1.020/2025. Antes, a carga horária exigida do curso prático era de 20 horas/aula. PÁG. 4

AGÊNCIA MINAS



Nova Resolução do Contran já está em vigor no Estado

Gastronomia mineira em alta

Minas Gerais foi eleita pela Condé Nast Traveler, uma das mais renomadas e influentes revistas de turismo e estilo de vida do mundo, como um dos melhores destinos gastronômicos do mundo. O reconhecimento reafirma a força da cozinha mineira, marcada por técnicas caseiras, pela valorização de produtos artesanais, como o Queijo Minas Artesanal e o café, além da conexão profunda entre gastronomia, cultura, hospitalidade e território. PÁG. 5

AGÊNCIA MINAS



Comida mineira ganha destaque internacional

Árvore de fofurices

O Hospital Mário Ribeiro escolheu os recém-nascidos como enfeites precisos para a árvore de Natal que enfeita o hall de entrada do local. Além de arrancar sorrisos de quem passa pela unidade de saúde, a árvore desperta nos pacientes o verdadeiro espírito natalino: nascimento, amor, alegria e solidariedade. PÁG. 7

ASSESSORIA HCMR



Fotos de bebês enfeitam árvore natalina do HCMR

Opinião

Conectar para escalar: o papel das redes para destravar o potencial das Deep Techs brasileiras

*Por Ana Calçado

Muito se fala sobre a importância de se atuar em rede, e quando o tema é inovação, essa ideia se torna ainda mais essencial. Especialmente no universo das Deep Techs, startups que nascem a partir de conhecimento científico, vejo o quanto as redes de inovação são fundamentais. Ao mesmo tempo, percebo desafios importantes para o aumento desta articulação no Brasil.

Na minha vivência com projetos de base científica, o ponto que mais se repete é claro: viabilizar uma Deep Tech exige recurso, infraestrutura, e tempo. E isso não se viabiliza somente com ideias bem elaboradas ou boas intenções. É preciso mais do que discurso. Sem acesso ao capital adequado e a laboratórios bem equipados e a estruturas de teste e escalonamento, o ciclo de desenvolvimento se alonga, a competitividade se reduz e a solução demora mais para chegar a quem precisa.

Por isso, é urgente uma articulação entre diferentes atores, universidades, setor privado e governo, para construir uma base mais sólida para essas startups. A construção conjunta de mecanismos de financiamento, o compartilhamento de infraestrutura, e políticas públicas efetivas não são bônus, são pré-requisitos para que a inovação de base científica se sustente.

Redes aceleram o caminho das Deep Techs para o mercado. Os programas de inovação aberta, por exemplo, incentivam startups a desenvolverem soluções para desafios específicos das empresas, além de promoverem a qualificação de pesquisadores empreendedores. Isso cria um ciclo virtuoso de co-criação. Em vez de desenvolverem soluções em laboratórios isolados, os empreendedores passam a atuar em ambientes colaborativos, com demandas concretas, feedbacks e oportuni-

“Em vez de desenvolverem soluções em laboratórios isolados, os empreendedores passam a atuar em ambientes colaborativos, com demandas concretas, feedbacks e oportunidades reais de aplicação de suas tecnologias.”

dades reais de aplicação de suas tecnologias.

Nos projetos que acompanho, os ambientes de teste compartilhados e as mentorias têm sido diferenciais reais para acelerar o desenvolvimento tecnológico.

As redes de inovação que realmente funcionam são aquelas que conectam talentos, investidores, centros de pesquisa, hubs corporativos e governo. Criam espaços de troca, geram confiança e abrem portas. É nesses ambientes que a inovação deixa de ser retórica e vira prática.

Quando conseguimos articular bem esses recursos e relações, o resultado aparece: mais startups crescendo, soluções mais ajustadas às demandas reais do mercado e ciência sendo transformada em impacto.

Finalizo reforçando que o trabalho em rede com governo, universidades, empresas e comunidades de inovação é fundamental para transformar o país em um centro de referência em tecnologias emergentes, assegurando que as startups cresçam de maneira sustentável e ganhem destaque no cenário global. Afinal, a inovação científica não prospera sozinha. Ela exige tempo, estrutura, colaboração, visão coletiva e, sobretudo, comunidades preparadas para transformar conhecimento em impacto real.

O futuro da inovação no Brasil será construído por quem souber conectar ciência, mercado e propósito.

*Ana Calçado é CEO e presidente da Wylinka

Verão insano e o calor implacável

*Gregório José

Enquanto parte da Europa e dos Estados Unidos veste casacos pesados e discute aquecimento em ambientes fechados, o Brasil ferve. Não é força de expressão, é realidade térmica agravada por mudanças climáticas que já deixaram de ser previsão e passaram a ser rotina. O verão brasileiro não chega mais de mansinho, ele invade, sufoca e testa os limites do corpo humano, especialmente dos que já não têm reserva fisiológica para aguentar extremos.

A ciência já mostrou, há décadas, que o envelhecimento reduz a percepção de sede, altera a regulação térmica e compromete mecanismos básicos de adaptação ao calor. Não é esquecimento, não é desleixo, não é teimosia. É fisiologia. O corpo envelhecido não avisa com a mesma clareza quando está entrando em colapso hídrico. Ainda assim, a sociedade insiste em tratar a desidratação do idoso como um detalhe doméstico, algo que se resolve com uma garrafinha em cima da mesa.

As consequências aparecem rápido. Desidratação piora a função renal, aumenta o risco de infecções urinárias, eleva a concentração da urina e transforma a bexiga em um órgão permanentemente irritado. O resultado é urgência urinária, perdas involuntárias, desconforto constante e uma queda brutal na qualidade de vida. É o tipo de ciclo perverso que só prospera onde falta orientação séria e cuidado contínuo.

Some-se a isso o calor extremo, que intensifica a perda de líquidos, sobrecarrega o sistema cardiovascular e empurra muitos idosos para quadros de exaustão térmica, confusão mental e internações evitáveis. Não se trata apenas de beber água, trata-se de entender que o corpo envelhecido opera em outro regime, com margens de erro mínimas.

O mais irônico é que o Brasil, país tropical por excelência, ainda se comporta como se o calor fosse um traço folclórico e não um risco concreto. Fal-

“Some-se a isso o calor extremo, que intensifica a perda de líquidos, sobrecarrega o sistema cardiovascular e empurra muitos idosos para quadros de exaustão térmica, confusão mental e internações evitáveis. Não se trata apenas de beber água, trata-se de entender que o corpo envelhecido opera em outro regime, com margens de erro mínimas.”

ta política pública, falta campanha consistente, falta preparo das famílias e sobra a velha lógica da reação tardia. Espera-se o idoso passar mal para agir, espera-se a internação para orientar, espera-se o problema virar crise para reconhecer que prevenção teria sido mais barata, mais humana e mais eficaz.

Enquanto isso, seguimos naturalizando cenas absurdas. Idosos confinados em ambientes quentes, mal ventilados, vestindo roupas inadequadas, com ingestão hídrica insuficiente e sem acompanhamento adequado. Tudo isso em um país que sabe, mede e registra ondas de calor cada vez mais intensas. Não é ignorância, é negligência social travestida de normalidade.

O verão brasileiro já não é apenas uma estação, é um teste de sobrevivência. A responsabilidade de cuidar vai além do simples “lembrete” – ela exige ação.

Quando o calor insano chega, é preciso mais do que roupas leves, ventiladores e ar-condicionado. A urgência não está em esperar, mas em hidratação, conforto, cuidado. Palavras simples, mas que salvam vidas.

*Jornalista/Radialista/Filósofo

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:
(31) 3191-5929
comercial@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.

Economia

Compras à véspera do Natal aquecem o comércio em MOC

► Comércio espera multiplicar vendas com os presentes natalinos de última hora

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Flávia Cardoso: “O presente foi surpresa e me senti importante por ser lembrada”

Márcia Vieira
Repórter

Empresária do ramo da moda, Marcela Sá, conta que o final de ano é sempre uma data esperada para impulsionar o negócio. A coleção de final de ano ela começou a montar em outubro, com chegada dos produtos em novembro, entretanto, mesmo com abertura em horário estendido e ampliado para o fim de semana, ela diz que em relação ao mesmo período do ano passado, houve uma queda nas vendas. Para atrair a clientela, Marcela apostou no atendimento diferenciado

e preparou atrativos. “As pessoas que estão comprando para presentear, procuram coisas mais em conta, entre R\$ 100 e R\$ 150 reais. Na nossa loja servimos champanhe e os clientes que comprem a partir de 500 reais ganham um porta champanhe com uma champanhe dentro. É uma maneira

de presentear aos nossos clientes”, diz Marcela, que espera aumentar as vendas nesses últimos dias de véspera. “Abriremos até às 19h do dia 24 e estou com esperança de dobrar a movimentação”.

O presidente da Câmara de Dirigentes Lojistas (CDL), Ernandes Ferreira destaca que há uma expectativa positiva para essa reta final e estima que, aqueles que fizeram algum tipo de promoção, serão favorecidos. “Nesses três últimos dias estamos prevendo um ticket médio entre R\$ 200 e R\$ 250 reais, e são vários setores que aquecem esse período, como confecções, calçados, acessórios, artigos eletrônicos, produtos de beleza e outros. O natal acaba movimentando toda uma rede e, sabendo expor e divulgar sua vitrine, é resultado de bons negócios”, diz Ernandes, que percebeu um cenário diferente em 2025. “Agente viu um movimento atípico esse ano. Muitas pessoas fizeram as compras antecipadas de natal. Essa semana é a semana dos retardatários, são aquelas lembranças

para as pessoas que ficaram fora da lista, ou dos indecisos, então nós estamos otimistas”, disse. Nesse contexto, a CDL estabeleceu parceria com várias lojas, que participam da compra premiada. “Eles concorrem a prêmios, entre eles, vale-compras e uma moto zero quilômetro, então essas lojas também estão com um movimento muito bom”, diz Ernandes.

A satisfação de quem vende, encontra eco em quem é presenteado. “Eu recebi uma cesta bem recheada, foi um presente inesperado, muito significativo e gratificante. É um momento em que as emoções estão a flor da pele, a gente fica mais fragilizado e eu me senti importante por ser lembrada. Um gesto de carinho. Quem trabalha em empresas tem ali o seu momento, já no meu tipo de serviço, não é comum”, diz Flávia Cardoso, diarista em um prédio residencial. “São coisas deliciosas que eu não compraria no dia-a-dia. Nozes, castanhas, vinho, panetone, e a minha filha especialmente, ficou muito feliz. Vamos

colocar na ceia”, disse. O presente de Flávia foi preparado por Michelle Lafetá, que todo ano se dedica a montagem das cestas. “O ano passado foi muito bom, mas esse ano as compras chegaram mais rápido, minha preocupação foi menor, porque as pessoas e empresas encomendaram antes. Tive muita demanda de pedido, eles se adiantaram e ficou mais fácil trabalhar”, declara Michelle, que hoje, dia 22 de dezembro, já não tem produtos em estoque. “Me surpreendeu muito. Ano passado nesta data eu tinha muitas cestas e hoje já não tenho quase nada”. Do ponto de vista financeiro, Michelle ainda não contabilizou, mas avalia que o trabalho vale a pena, desde que a matéria prima também seja adquirida com antecedência e de fornecedores confiáveis. “Eventualmente eu faço cestas em outras datas comemorativas, mas o meu foco são as festas de fim de ano. É um presente que todo mundo gosta de ganhar e eu tenho muita alegria ao preparar”, conclui.



PRETO NO BRANCO

Aldeci Xavier
aldeci Xavier@gmail.com

Parlamentares de férias

Tanto a Assembleia Legislativa de Minas Gerais quanto a Câmara de Montes Claros encerram nesta terça-feira suas reuniões de plenário no ano de 2025. Os parlamentares das duas casas só retomam as atividades na primeira semana de fevereiro. O legislativo de Montes Claros ainda reúne na manhã desta terça-feira para votar vários projetos. Vale lembrar que neste período os gabinetes de vereadores e deputados funcionam normalmente.

Juiz Desembargador

O juiz Marco Antônio Ferreira, lotado na comarca de Montes Claros, segue durante o ano de 2026 com estudos em Portugal onde busca o doutorado na área de direito. A informação colhida pela coluna é de que tão logo conclua o curso deve assumir uma cadeira no Tribunal de Justiça de Minas Gerais como desembargador. A ascensão se deve tanto a história construída no judiciário, como também por antiguidade.

Movimentação política

É inegável que hoje a política brasileira está polarizada nos extremos, entre esquerda e direita. Desta forma, não será nenhuma novidade se a filiação dos candidatos a deputados, neste ou naquele partido, influenciar no resultado. Antes de decidir é preciso fazer a leitura do perfil do seu eleitorado. Imaginar que o assunto não será tema das discussões entre os eleitores e não querer enxergar que hoje o eleitor tem outra visão do processo e das candidaturas.

Licitação de obra

A primeira boa notícia para o ano de 2026 em Montes Claros será o anúncio da licitação da urbanização da segunda etapa de novo trecho do Córrego do Cintra. Segundo informou o prefeito Guilherme Guimarães o serviço inicia ainda no primeiro semestre. O trecho beneficiado vai da Rua Claudionor Antônio de Brito até a Avenida dos Militares. A urbanização do Córrego do Cintra é um sonho alimentado pela população há anos.

Rachadura no asfalto

O leitor encaminhou informação de que é preocupante a rachadura que formou no asfalto, em frente ao SESC, em Montes Claros, na Avenida Deputado Esteves Rodrigues, do lado esquerdo da via.

Comissão do PL

Informação que chega à coluna dá conta de que o Partido Liberal em Montes Claros (PL) deve anunciar no dia 8 de fevereiro a sua nova Comissão Provisória. Até agora tem pouco interessados pela direção da agremiação, o que nos leva a pensar que o presidente interino da Comissão Provisória, Roberto Magalhães pode ser efetivado na função. Tem chamado a atenção apesar da projeção nacional do partido, até agora nenhum nome foi anunciado, ou apresentado na disputa proporcional. O nome da vereadora Carol Figueiredo foi especulado mas ela não confirma.

Frase de Platão

“O castigo dos bons que não fazem política é serem governados pelos maus”.

Minas do Norte

Minas Gerais adota novas regras para obtenção da CNH

► Curso teórico já pode ser feito on-line por aqueles que pretendem se habilitar

*Com Agência Minas

O novo processo para obtenção da Carteira Nacional de Habilitação (CNH) tem mais uma etapa concluída em Minas Gerais. A partir desta sexta-feira (19/12), os candidatos já podem realizar o curso de prática de direção com a carga horária de duas horas, conforme estabelece a Resolução do Conselho Nacional de Trânsito (Contran) nº 1.020/2025. Antes, a carga horária exigida do curso prático era de 20 horas/aula.

Nesta semana, a Coordenadoria Estadual de Gestão de Trânsito (CET-MG), da Secretaria de Estado de Planejamento e Gestão (Seplog-MG), também adaptou os sistemas para que o curso teórico de legislação de trânsito não tenha carga horária mínima exigida, podendo ser feito pelo aplicativo disponibilizado pelo governo federal ou em uma autoescola.

O curso teórico, feito pelo cidadão no aplicativo, passará a ser recebido no sistema estadual e poderá seguir o fluxo. O primeiro passo será realizar o registro inicial, com o preenchimento do formulário e pagamento a taxa, para

AGÊNCIA MINASS



Curso teórico sem exigência de carga horária mínima já está à disposição

depois agendar na clínica médica a coleta biométrica e os exames médico e psicotécnico.

Nesse sentido, o teste teórico também foi adaptado para que o candidato seja aprovado com 20 pontos ou mais em 30 questões. Antes, a quantidade de acertos mínimos era de 21 pontos. Outra mudança já promovida nos sistemas do órgão de trânsito estadual foi a exclusão do prazo de 12 meses para vencimento da pauta, que ago-

ra tem validade indeterminada.

Já estão em andamento a atualização do sistema de questões teóricas que utilize o banco nacional para realização do teste de legislação, a atualização do exame prático de direção, a revisão normativa para a aplicação dos exames médico e psicológico, bem como a renovação da habilitação de forma simplificada para aqueles condutores com cadastro no Registro Nacional Positi-

vo de Condutores (RNPC) que não tenham cometido infrações de trânsito nos últimos 12 meses.

Estão previstas outras ações como a criação de um processo de cadastro para instrutores autônomos em Minas Gerais. A implementação do novo processo para habilitação pode ser acompanhada por meio do site www.transito.mg.gov.br, no link <https://transito.mg.gov.br/nao-listada/novo-processo-da-cnh>.



CONVERSA
INTELIGENTE

Will Nunes
willonorte@gmail.com

Novo salário

Ministério do Planejamento e Orçamento confirmou que o salário mínimo a partir de janeiro de 2026 será de R\$ 1.621 (um aumento de R\$ 103 em relação ao valor atual de R\$ 1.518).

Réveillon

O governo municipal de Montes Claros-MG anunciou que o Réveillon Iluminado será realizado na noite do dia 31 na Lagoa do Interlagos. A prefeitura promete segurança e infraestrutura, o local vai receber um estrutura para shows e um espaço gastronômico.

Jogo político I

Apesar de citado nas rodas políticas que o seu nome poder sugerir como pré-candidato ao governo de Minas, nomes ligados ao presidente da Assembleia de Minas, Tadeuzinho acreditam que ele deseja mesmo é sentar em uma cadeira no Tribunal de Contas do Estado em 2026.

Jogo político II

Setores do PT em Minas ainda acreditam que o senador Rodrigo Pacheco (PSD) aceitará sair pré-candidato ao governo mineiro. A definição deve ocorrer nos próximos dias de janeiro 2026. Por enquanto Pacheco, ainda se mantém calado diante do assunto.

Polêmica

O senador Cleitinho Azevedo (Republicanos), pré-candidata ao governo de Minas, propôs um boicote à marca de chinelos Havaiana por causa de um comercial estrelado por Fernanda Montenegro sob o argumento de que a marca está fazendo propaganda subliminar contra a eleição de políticos de direita. Nele, a atriz propõe aos brasileiros que não comecem "2026 com o pé direito".

Então é Natal

O Natal chegou e, com ele, a pausa necessária para celebrar a vida. Aos nossos leitores assíduos e à comunidade vibrante que nos acompanha nas redes sociais, deixo o meu mais sincero agradecimento. Vocês são o combustível do nosso trabalho. Que este Natal seja repleto de sorrisos, mesas fartas de afeto e momentos inesquecíveis ao lado de quem você ama. Que a magia desta data renove nossas energias para o ciclo que em breve se inicia.

"Feliz Natal a todos!"

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

Cultura

Destinos gastronômicos

► Comida mineira é eleita uma das melhores do mundo pela Condé

*Com Agência Minas

Minas Gerais voltou a ganhar projeção internacional ao ser eleito um dos principais destinos gastronômicos globais para 2026 pela Condé Nast Traveler, uma das mais renomadas e influentes revistas de turismo e estilo de vida do mundo.

Na publicação, a cozinha mineira é destacada ao lado de culinárias consagradas de destinos internacionais como Espanha, Grécia, Canadá, Austrália, Marrocos e Hong Kong.

O reconhecimento reafirma a força da cozinha mineira, marcada por técnicas caseiras, pela valorização de produtos artesanais, como o Queijo Minas Artesanal e o café, além da conexão profunda entre gastronomia, cultura, hospitalidade e território.

A revista também destaca as experiências gastronômicas associadas às vinícolas e rotas turísticas do estado, citando regiões como o Serrão e a Cordilheira do Espinhaço, onde paisagem, tradição e sabor se encontram.

O vice-governador Mateus Simões celebrou o reconhecimento internacional. “É o mundo inteiro descobrindo aquilo que a gente sempre soube por aqui: a melhor cozinha do mundo é mineira. Mas Minas vai além do prato cheio. É

AGÊNCIA MINAS



A Condé Nast Traveler revista especializada em destinos gastronômicos coloca comida mineira ao lado de cozinhas internacionais

acolhimento, prosa sem pressa, paisagem que abraça e um jeito único de receber. Venham conhecer Minas Gerais”, convida.

Para a secretária de Estado de Cultura e Turismo de Minas Gerais, Bárbara Botega, o destaque reafirma a autenticidade da gastronomia mineira. “Minas Gerais está disputando espaço com o mundo todo e, mais uma vez, recebe esse reconhecimento internacional

de uma revista altamente especializada, que influencia viajantes de todo o planeta”, comenta.

“A Condé Nast reconhece nosso jeito de fazer, a nossa cozinha tradicional, genuína, elaborada com afeto e ingredientes locais, valorizando produtos como o queijo, o café e também nossos produtores de vinho. São esses produtos que inspiram nossas rotas e festivais gastronômicos, como o tradicional Festival

Cultura e Gastronomia de Tiradentes”, ressalta.

Na reportagem, Minas Gerais é apresentada como um dos grandes tesouros ainda pouco explorados pelo público internacional. A Condé Nast Traveler ressalta as tradições culinárias preservadas ao longo das gerações, os saberes populares, a arquitetura histórica e a diversidade cultural que moldam a identidade gastronômica do estado.

REQUERIMENTO DE LICENÇA

O Empreendedor GEO PARTICIPACOES S/A, nos termos do art. 30 da Deliberação Normativa Copam nº 217, de 2017, torna público que solicitou à Unidade Regional de Regularização Ambiental Norte de Minas – URA NM, Licenciamento Ambiental Convencional – LAC1, em caráter de operação corretiva, para o empreendimento Fazenda Caraíbas, para as atividades de Culturas anuais, semiperenes e perenes e cultivos agrossilvipastoris, exceto horticultura; Criação de bovinos, bubalinos, equinos, muares, ovinos e caprinos, em regime extensivo; Criação de bovinos, bubalinos, equinos, muares, ovinos e caprinos, em regime de confinamento; e, Avicultura. Códigos: G-01-03-1; G-02-07-0; G-02-08-9; e G-02-02-1, no município de Jequitai, Estado de Minas Gerais, Classe 2, conforme solicitação no Sistema de Licenciamento Ambiental nº 2024.11.04.003.0002442.

O requerente informa que o Estudo de Impacto Ambiental (EIA) e o Relatório de Impacto Ambiental (Rima), encontram-se à disposição dos interessados na forma digital pelo link <https://drive.google.com/drive/folders/1QMJTMLm63nRW-0BM0lgp4y714OeftobU?usp=sharing>. Maiores informações acerca do requerimento para realização de Audiência Pública podem ser obtidas no site <http://sistemas.meioambiente.mg.gov.br/licenciamento/site/consulta-audiencia>.



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
- FONOAUDIOLOGIA
- GASTROENTEROLOGIA
- GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA
- 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, 539, Jardim Brasil Montes Claros - MG

hcmarioiribeiro.com.br

Frida e Pagu



Mara Narciso
yanmar@terra.com.br

Penumbra

Aquele momento intermediário entre o estar dormindo e o despertar, ou o inverso, o exato instante entre a vigília e o sono é a penumbra, uma situação em que nem se está dormindo e nem se está acordado, havendo um declinar da consciência. E o sono está longe de ser o estado de coma, a inconsciência total.

Os cães devem passar por esses mesmos graus de consciência, semiconsciência, sono leve, sono profundo, fase REM – Movimentos Rápidos dos Olhos, o período dos sonhos, quando movem partes de seus corpos e, paradoxalmente, mantêm algum nível de estado de alerta, porque, dormindo há vários minutos ao lado da cadeira onde trabalho, minha cachorra Pagu age como uma fugitiva, que dorme com um olho aberto e outro fechado, sendo incrivelmente ágil. Ao pisar no assoalho, sou atacada por ela de maneira selvagem, que me morde em algum lugar pelo cheiro e só depois, completamente desperta pelo berreiro que faço, vê o que fez, abaixa a cabeça e vai desconfiada para debaixo da cama.

Nunca desmaiei – já tive ligeira lipotimia, mas não caí. No primeiro ano de medicina, já às voltas com onze cadáveres na Sala de Anatomia, fui ver uma cirurgia. Nem sabia que existia o desmaio “ao ver sangue”. Sentia-me forte, pois fiz dissecação sem problemas, e fui firme comigo nas vezes em que tive corte profundo. Raimundo Santos Sobrinho, colega de medi-

Nunca desmaiei – já tive ligeira lipotimia, mas não caí. No primeiro ano de medicina, já às voltas com onze cadáveres na Sala de Anatomia, fui ver uma cirurgia. Nem sabia que existia o desmaio “ao ver sangue”.

na de minha mãe, convidou-me para vê-lo fazer uma laparotomia exploradora: abrir para ver o que tem lá dentro. Era uma menina que havia sido atropelada por uma carroça, cuja roda passou sobre seu abdômen. Durante a cirurgia senti um calor no rosto e uma sensação de queda de pressão. Sentei-me e passou.

Vi todos os tipos de desmaios e comas, mas nun-

ca os experimentei, mas fui submetida a situações de sedação e anestesia, condição em que se dorme de forma rápida, sem transição ou penumbra, e se mergulha no poço escuro do sono. Esse isolamento mental tira todo o medo e ansiedade e, se não chega a ser um prazer, sente-se um relaxamento muscular completo, que persiste após acordar. O sono após o efeito do sedativo perdura por umas poucas horas, e traz paz, uma leveza flutuante, que deve ser o que leva a alta frequência de vício em medicamentos – uso de drogas lícitas para uso recreativo.

Substâncias com ação no Sistema Nervoso Central interferem nas etapas de dormir e de acordar. Durante o despertar, poderá acontecer uma consciência alterada, uma desconexão parcial, ocasião em que se pode experimentar alucinações vívidas, visões de figuras grotescas, que se sabe, não existem, mas trazem desconforto, ainda que em esboços efêmeros. Ao acordar, desaparecem.

Quando se vai ser submetido a um exame que poderá trazer um mau diagnóstico ou quando se passará por uma cirurgia, a tensão desaparece com a chegada do anestesista, grande médico ao qual se entrega todos os cuidados, enquanto o cirurgião faz a operação. Tenho a sorte em ter comigo nessas horas a amiga e colega de faculdade Margarida Batista de Souza, grande anestesista, pessoa símbolo de justiça e humanismo. A paz retorna com sua presença luminosa.

**VES
TIBU
LAR**
2026.1

FUNORTE:
sua carreira,
seu futuro

AGENDADO

funorte.edu.br
38 998782438

FUNORTE
CENTRO UNIVERSITÁRIO

Cidade

Árvore de Natal especial

► Fotos de recém-nascidos foram escolhidos para celebrar o nascimento do menino Jesus

Da Redação

Natal é tempo de renascimento, de alegria e de espalhar o amor. O Hospital Mário Ribeiro, em Montes Claros, montou, no hall de entrada uma árvore Natal que simboliza tudo isso. Quem passa pelo local pode apreciar a árvore, que tem como enfeite fotos dos recém-nascidos que vieram ao mundo na maternidade da unidade de saúde.

São mais de 200 fotos que encantam e até mesmo acalma quem precisa estar no hospital por problemas de saúde. As fotos fazem parte do Projeto Maternidade, criado pela direção do Hospital Mário Ribeiro, que tem como um dos principais objetivos humanizar o atendimento e, sobretudo, promover a acolhida à mãe e ao bebê. O projeto oferece às mães atendidas pelo SUS um ensaio fotográfico ainda durante a internação, para que a família tenha o registro das primeiras horas de vida do recém-nascido. O ensaio fotográfico, feito no próprio hospital, proporciona à mãe um momento leve, cheio de ternura, permitindo que ela se conecte ainda mais com filho recém-nascido. Além disso, a foto que a mãe leva para casa é o registro de um dos momentos mais im-

ASSESSORIA HCMR



portantes da vida de uma mulher e também das famílias. Por dia, são fotografadas na maternidade uma média de 6 bebês. Para Mayonara Barbosa, mãe do pequeno Miguel, a experiência de ter as primeiras horas de vida do filho registrada foi emocionante. “Desde o momento que cheguei para inter-

nação, a equipe não mediu esforços para que eu me sentisse segura e acolhida. O ensaio fotográfico foi um presente inesperado. As fotos registram não apenas o rosto do meu bebê, mas todo o sentimento que envolveu esse dia tão especial para mim e para minha família”, afirma. De acordo com a dire-

ção do hospital, onde nascem 200 crianças por mês e 2.400 por ano, a árvore de Natal é parte do resultado das ações desenvolvidas dentro do Projeto Maternidade e tem despertado nos pacientes que passam pelo local o sentimento de carinho, de amor que dá o tom do período natalino.

“Estamos sempre em busca de ações que possam garantir uma acolhida humanizada aos nossos pacientes. O Projeto Maternidade nos permite tornar o momento do nascimento ainda mais especial, deixando as mães mais tranquilas. São várias ações, a fotografia dos bebês é uma delas. Aqui no Hospital Mário Ribeiro sempre nos preocupamos em unir a excelência técnica com

uma assistência humanizada, oferecendo o melhor cuidado possível, sobretudo, aos pacientes SUS”, afirma a Diretora do HCMR, a médica Luciana Santana.

Para 2026, a expectativa é de ampliação do projeto, com a realização de parcerias com entidades de apoio e iniciativas sociais que permitam fazer do projeto uma ação permanente para que alcance ainda mais famílias. Além disso, está um grupo de voluntários está sendo capacitado para que os registros sejam uma ação contínua.

MÚSICA

Outra ação do Hospital Mário Ribeiro que também visa promover um acolhimento humanizado dos pacientes é a música. O piano que fica no hall de entrada do hospital está quase sempre em atividade. A música que ecoa pelos espaços da unidade de saúde, ajuda a tranquilizar quem está no local para cuidar da saúde, traz alegria e transforma o ambiente.

Árvore de Natal do Hospital Mário Ribeiro celebra a vida através de fotografias de bebês que nasceram na unidade de saúde em 2025

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA NORTE DE MINAS GERAIS

GOVERNO DO BRASIL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
DO LADO DO POVO BRASILEIRO

AVISO DE LICITAÇÃO

Pregão Eletrônico nº 90042/2025 (UASG 158121)

Objeto: Contratação de serviços contínuos de limpeza, recepção, copeiragem, zeladoria, vigia e de motorista, a serem executados com regime de dedicação exclusiva de mão de obra. Recebimento das propostas: a partir de 23/12/2025. Sessão Pública: 12/01/2026, às 08:30 horas (Horário de Brasília – DF). Edital disponível no Órgão e no site: <https://www.gov.br/compras/pt-br> e <https://www.gov.br/pncp/pt-br>. Maiores informações através do e-mail: compras@ifnmg.edu.br.

ROGGIER VANNIER SAMIRA DIAS BATISTA
Agente de Contratação
IFNMG - Reitoria

impar
Educação infantil e ensino fundamental
colegioimpar.com.br

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

Ruth Jabbur



Ruth Jabbur
colunistaruthjabbur@gmail.com

Natal 2025: Luz, afeto e renovação

A magia do Natal mais uma vez se aproxima, trazendo consigo aquele brilho especial que ilumina lares, reencontros e corações. É tempo de celebrar a vida, fortalecer laços e recordar que os gestos simples — um abraço, um sorriso, uma palavra de carinho — são os verdadeiros presentes desta época tão especial.

Neste fim de ano, desejo a todos os meus leitores,

meus amigos, cada família montesclarenses e parceiros desta página que me acompanham ao longo da jornada, um Natal de paz, esperança e harmonia. Que as mesas sejam fartas não apenas de sabores, mas de amor; que as casas sejam preenchidas pela presença de quem importa; e que cada coração seja renovado pela fé e pela gratidão a Jesus, o aniversariante que celebramos nesta data.

Que 2025 se despeça deixando boas lembranças e aprendizados, e que 2026 chegue com novos sonhos, novas conquistas e novas oportunidades de fazer o bem. Que a luz do Natal ilumine nossos caminhos e que a alegria desta data se multiplique em cada família. Abaixo alguns registros com a minha família que tanto amo!

Boas festas, com muito afeto e bênçãos!



Nada é mais especial que celebrar o Natal ao lado de quem é meu maior presente: minha família



Meus maiores presentes de Deus estão bem aqui: meus netos Beatriz, Heitor, Rafael, Ruth e Júlia



Duas bênçãos, dois sorrisos e um amor que une as gêmeas Ruth e Beatriz



Meus meninos que iluminam minha vida: Heitor e Rafael



Amor e cumplicidade de mãe e filha: Claudia Jabbur e Júlia



Entre tantos momentos especiais, esse define bem: amor de pai e filha. Julia e Gustavo Pedron



Sergio Jabbur e Alessandra, um amor que enche meu coração de gratidão



Um amor que abraça a alma: Sandra recebendo o carinho de Ruth e Beatriz



Saudade que toca fundo e memória que abraça: Lucy Jabbur e Alê Jabbur, um brinde inesquecível



A nova geração da família Jabbur, trazendo luz, união e novos capítulos da nossa história



VEM SER
#TALENTO
INDYU

OPORTUNIDADE ÚNICA PARA
TRANSFERÊNCIA DE MATRÍCULA.

Ensino
Fundamental
Médio e Cursos
Técnicos.

38 21019295
38 98428 9111



Parceria
Google
for Education

