



A UNIÃO

Ano CXXIV
Número 076
R\$ 2,00
Assinatura
anual
R\$ 200,00

João Pessoa, Paraíba - DOMINGO, 30 de abril de 2017

124 ANOS - PATRIMÔNIO DA PARAÍBA

www.paraiba.pb.gov.br

auniao.pb.gov.br

facebook.com/uniaoogovpb

Twitter > @uniaogovpb

Foto: Delmer Rodrigues

Mobilidade

PB encerra isolamento asfáltico entre cidades

Programa Caminhos da Paraíba transforma a malha viária do Estado com R\$ 1,3 bilhão investidos para 2.441 km de rodovias e muda a vida da população de 54 cidades que antes só conheciam acesso por barro. **Caderno especial**



FALTA
1
DIA
PARA O FIM DO ISOLAMENTO
ASFÁLTICO NA PARAÍBA



Cinema paraibano em pauta neste Correio das Artes

Edição deste mês do suplemento cultural de **A União** traz a visão de artistas, produtores e realizadores que fazem o audiovisual paraibano.

Walter Galvão

Protagonismo

Essa moçada, que em tempo livre afirmação transformada em recreação, a forma nativa, geralmente propõe um modo de jogar diferente para quem costuma jogar de outras maneiras, mas não por falta de urgência de uma necessidade: transformar para melhor a estrutura que tem em mãos. **Página 14**



Foto: Facebook/ Treze

Clássico Tradição Marcelinho é a grande aposta do Treze para garantir um bom resultado contra o Botafogo-PB. **Página 21**

Integração na Segurança Pública garante resultados

Órgãos se reúnem semanalmente para avaliar resultados e discutir operações e ações junto à comunidade

O trabalho integrado dos órgãos de Segurança Pública da Paraíba tem surtido efeitos em benefício da sociedade. Desde 2011, as Polícias Civil, Militar e o Corpo de Bombeiros se reúnem a cada semana para discutir as ações realizadas a cada operação, fazer o acompanhamento do aumento ou diminuição de CVLIs - Crimes Violentos Intencionais (homicídios) nas áreas integradas de segurança pública e diagnosticar o que precisa ser feito.

As reuniões envolvendo esses órgãos acontecem toda quarta-feira, no Centro de Educação da Polícia Militar, em Mangabeira e uma vez por mês com o governador Ricardo Coutinho quando é feito um balanço geral dessas ações.

A repressão ao entorpecente, crimes contra o patrimônio (roubos e furtos), reprimir o crime organizado, diminuir os índices de CVLIs (homicídios) e ainda combate à violência contra a mulher, ao idoso, à criança e ao adolescente são missões que os órgãos de segurança realizam, integradas, em comunidades e também junto a escola, através do Proerd.

Em 2011, no início do atual governo foi criado o Programa Paraíba Unida Pela Paz com o objetivo de unificar os órgãos de segurança e realizar ações integradas em todas as regiões do Estado, inclusive nas divisas com os estados de Pernambuco, Ceará e Rio Grande do Norte.

Recentemente o Governo da Paraíba recebeu comunicação de que a Organização das Nações Unidas - ONU havia selecionado dois projetos, entre eles, Paraíba Unida Pela Paz - para concorrer ao Prêmio do Serviço Público das Nações Unidas 2017 (UNPSA), considerado o maior reconhecimento internacional para excelência na área do serviço público.

Os gestores da Segurança Pública da Paraíba foram unânimes em afirmar que essa seleção é fruto do trabalho integrado que envolve desde o policial militar, integrantes do Corpo de Bombeiros, passando por agentes de investigação, escrivães, delegados e corpo de peritos e auxiliares da Polícia Científica da Paraíba.

Essa integração é visível em todos os setores da Secretaria da Segurança e Defesa Social. No Centro Integrado de Operações Policiais, comandado pelo tenente-coronel Arnaldo Sobrinho, trabalham lado a lado policiais civis, militares, bombeiros militares e mais recentemente também foi integrado um representante da Guarda Municipal de João Pessoa.

As estruturas dos três Centros Integrados de Operações - CIOOP estão vinculadas à Secretaria de Estado da Segurança e Defesa Social.

Outro ponto onde também congrega integrantes das Polícias Civil e Militar é o Núcleo de Análise Criminal e Estatística (NACE) que tem o objetivo de assessorar o secretário da Segurança Pública e é responsável por elaborar e validar todos dados, notadamente CVLIs - Crimes Violentos Letais Intencionais e também os crimes violentos patrimoniais. É responsável ainda pelo levantamento das ações estratégicas.



Foto: Evandro Pereira

No Centro Integrado de Operações Policiais (Cioop) trabalham juntos servidores das Polícias Militar, Civil, Corpo de Bombeiros e da Guarda Municipal para facilitar as operações

Delegado geral destaca trabalho junto à sociedade

Para o delegado geral da Polícia Civil da Paraíba João Alves Rodrigues, o trabalho de integração entre os órgãos de segurança pública é de suma importância, porque quando acontece um crime, seja ele na zona rural ou na zona urbana, as polícias se unem para elucidá-lo. A PM se responsabiliza pela prevenção, a Polícia Civil pela investigação, e ainda tem o trabalho do Corpo de Bombeiros, com a missão de salvar e, perícias realizadas pelos órgãos integrados do Instituto de Polícia Científica. "Isso facilita o trabalho dessas instituições com um objetivo, evitar o crime beneficiando a sociedade", enfatiza.

João Alves fez questão de dizer que semanalmente é realizada uma reunião, com a presença do secretário de Segurança Pública,

comandante-geral da Polícia Militar, comandantes de Batalhões e de Companhias Independentes da PM, delegados regionais e seccionais quando é feito o acompanhamento do aumento ou diminuição de CVLIs nas áreas integradas de segurança pública e diagnosticar o que está ocorrendo, o que é preciso ser feito e em seguida são traçados planos e realizar operações conjuntas.

Alves disse ainda que as reuniões são positivas para a população, pois as reclamações sobre algo que está incomodando a sociedade são cheçadas e são realizados encontros naquela região. "Os gestores municipais também têm responsabilidade com relação à iluminação pública, mobilidade urbana, escolas, pois a polícia tem que fazer a parte da segurança pública".



Foto: Divulgação

Policiais trabalham unidos na prevenção e na redução de crimes nas ruas e na cultura

Paraíba reduz número de homicídios durante cinco anos

O Programa Paraíba Unida pela Paz tem como principal foco promover a paz social, por meio de um modelo de gestão em segurança pública adotado no Estado que aposta na participação de toda a sociedade no processo de redução da criminalidade, principalmente os homicídios. Vale salientar que a Paraíba foi o único Estado da Federação a registrar cinco anos consecutivos de redução de homicídios.

Desde sua implantação, as ações desenvolvidas pelo programa contribuíram para a Paraíba sair de 1.542 Crimes Violentos Letais Intencionais (CVLI), em 2011, para 1.322 em 2016, reduzindo a taxa de assassinatos por 100 mil habitantes de 44,3 para 33,1, o que representa uma queda global

de 25,4% entre esses anos. O ano de 2016 fechou com uma redução de 12% dos assassinatos registrados em relação ao ano anterior. De acordo com a Secretaria da Segurança e Defesa Social (Seds), essa é a maior queda nos registros desde 2011.

Durante 12 meses foram contabilizados 1.322 casos de CVLI (homicídios dolosos ou qualquer outro crime doloso que resulte em morte), enquanto que em 2015 foram registradas 1.502 ocorrências do tipo.

Integração é a base do trabalho das polícias

O delegado Jean Francisco da Silva, secretário executivo da Segurança e Defesa Social, entende que a integração entre

os órgãos de segurança é fundamental, pois é preciso que as polícias tenham a compreensão da necessidade de trabalhar integrada, articulada, sendo a base fundamental de todo o trabalho realizado na Paraíba. "A gente não consegue vislumbrar um trabalho policial, um combate à criminalidade sem que as instituições estejam unidas e com o mesmo propósito. Sabemos que todas as polícias têm suas atribuições, precisam dar as mãos e não podem se dar o luxo de querer ter ilhas dentro dessas unidades", enfatiza.

Jean explica que semanalmente, desde 2011, toda quarta-feira acontece a reunião integrada quando é avaliada a semana que passou e projeta ações e operações, medidas

administrativas para a próxima semana. Isso vem sendo feito rotineiramente. Dependendo da necessidade são feitas operações em todos os recantos do Estado com a participação da população.

Para o secretário executivo da Defesa Social é motivo de muito orgulho vê a Organização das Nações Unidas selecionar o Programa Paraíba Unida pela Paz para participar de um prêmio a nível mundial. "A gente sabe que falta avançar muito em vários pontos mais o fato é que a gente vê com alegria e estamos honrados com a indicação, mais torcer para que seja selecionado, pois premia os policiais e a gestão do nosso governador que tem sido focada na segurança" comemora.

Divisão do Estado em áreas foi fundamental para integração

Em 2011 uma lei dividiu o território estadual e cada área ganhou um comandante da PM e dos Bombeiros e um delegado gestor

A integração é um dos princípios basilares do Programa Paraíba Unida Pela Paz juntamente com a unidade e a hierarquia. Esta é a opinião do coronel Euler de Assis Chaves, comandante geral da Polícia Militar. Segundo ele, capitaneada pelo secretário Cláudio Lima, a união das polícias e do Corpo de Bombeiros visa aprimorar esse processo de integração porque o sistema de defesa social e de justiça criminal se vinculam dentro de uma problemática que exige fundamentalmente desses órgãos essa integração para que se tenha sucesso necessário.

O coronel Euler lembra que desde 2011 a integração vem processualmente melhorando a cada dia e isso gera benefício à população que tem uma polícia mais dinâmica com a redução de CVLIs, dos crimes patrimoniais em todas as regiões do Estado e o importante nisso, é a integração entre o oficial e o delegado, entre praças e agentes da polícia, permitindo a melhora da atividade policial, agilidade e dos serviços prestados à sociedade.

É ênfase "nós temos uma relação importante desde a prisão em alguns casos dos indivíduos até a entrega nas delegacias com a formalização, com a instrução criminal e o encaminhamento ao Ministério Público daquilo que fora produzido pela Polícia Judiciária. Nós dependemos hoje um dos outros e a integração é fundamental". As reuniões do comitê gestor do Programa Paraíba Unida Pela Paz que acontecem semanalmente estão abertas e preparadas para receber qualquer cidadão.

Para a delegada Cassandra Duarte, do Núcleo de Análise Criminal e Estatística (NACE), a integração dos órgãos de segurança na Paraíba

começa com a lei complementar 111 que integrou e compatibilizou todo o território paraibano para a segurança pública. Anteriormente a PM tinha uma área de atuação, a Polícia Civil por sua vez tinha outra, o Corpo de Bombeiros também e dificilmente os comandantes e os gestores daquela área se comunicavam.

Mais a lei complementar 111 que dividiu o Estado da Paraíba, cada área iria ter um comandante da Polícia Militar, um responsável do Corpo de Bombeiros e um delegado gestor da Polícia Civil que passavam a ser responsáveis por aquele território e os resultados também eram de suas responsabilidades com metas igualitárias definidas e a partir daí as polícias começam a se conversar, os gestores começaram a tratar dos mesmos assuntos porque estavam lidando com o combate e o enfrentamento à criminalidade.

O trabalho integrado tem permitido a diminuição no número de Crimes Violentos Letais Intencionais - CVLIs na Paraíba. Segundo Cassandra Duarte, quando o NACE começou a acompanhar desde 2012 o Estado tinha índices de resolução que beirava 35 por cento. Numa pesquisa da Senasp onde se comenta que no Brasil se resolve os casos de homicídios entre 5 e 8 por cento. Quando a Secretaria da Segurança e Defesa Social começou a acompanhar na Paraíba estava em 35%. Essa resolução aumentou para 40, 43, 45% e no último levantamento já está em cerca de 50% de elucidação.

Em números absolutos, cita a delegada, em 2016 foram registrados 1.322 casos de homicídios, significando cerca de 650 pessoas identificadas como autores de homicídios. Isto é uma resposta a sociedade porque bate numa



Capitão Vinicius César é o coordenador do NACE que é responsável por todas as estatísticas da Segurança na PB

questão muito grande que é a impunidade, mostrando à população paraibana que todo caso de homicídio que acontece é investigado. Hoje, cita Cassandra, existe uma bonificação pela apreensão de arma de fogo, principal instrumento para se matar na Paraíba.

A delegada lembra que outro grande fator para a criminalidade é a droga. Para o combate ao tráfico houve o incremento nas delegacias de entorpecentes. Outro ponto é o combate aos crimes contra a mulher, com a criação de várias delegacias especializadas, de uma coordenação e a implantação do Programa Mulher Protegida.

A delegada Cassandra afirma que a metodologia é a integração das instituições. Porque a Polícia Civil tinha

dados de um crime, a PM tinha outra informação daquele mesmo crime, por sua vez o Corpo de Bombeiros teria outro levantamento do mesmo fato e cada um guardava para si e ninguém repassava por entender "que a responsabilidade não era minha, a minha só foi até ali, a partir daqui é sua responsabilidade e pronto e você não se sentia responsável por aquele evento porque poderia acontecer um outro da mesma maneira e você não tinha essa visão macro", diagnóstica.

O coordenador do Núcleo de Análise Criminal e Estatístico da Secretaria de Segurança Pública - NACE, capitão Vinicius César de Moura Santana, responsável pelas estatísticas disse que desde 2003, o número de homicídios na Paraíba era maior do

que no ano anterior, diagnosticado pelo mapa da violência. Então desde 2010 o mapa da violência já constava os dados captados pelo Ministério da Saúde e em virtude de um cenário regional a partir do final da década passada - finais de 2008, 2009 e 2010 ocorreu uma acentuação, um agravamento do crescimento de violência.

Devido a esse crescimento, no primeiro ano do atual governo o maior trabalho foi tomar essas medidas estruturantes para quebrar essa curva de crescimento. No entanto, houve um aumento em relação a 2010, quando ocorreram 1.563 vítimas CVLIs, em 2011, 1.680, o que era um crescimento de 2010 em relação a 2009 de 25% caiu para 7,5% em 2011 para 2010.

No segundo ano da gestão, cita o capitão, se conseguiu realmente ter um resultado real de queda. De 1.680 para 1.542 homicídios no ano, caindo de uma taxa de 44% para 40% e nos anos seguintes houve reduções pequenas de 1 ponto percentual na taxa caindo em média para 39, 38, 37 e, no ano passado foi cumprida a meta na maior redução da história, em 2.012 reduziu 8,2% e no ano passado reduziu para 12 por cento, saindo de uma taxa de 44 homicídios por 100 mil habitantes, taxa de 33,1% que coloca a Paraíba, no Nordeste como um dos melhores estados em termos de comparação proporcional. O referencial da ONU revela a taxa de dez homicídios por 100 mil habitantes, mais no Brasil quase nenhuma localidade consegue esse percentual, pois isso acontece em país de primeiro mundo e a América Latina tem uma dificuldade muito grande de alcançar esse percentual. No Brasil, a taxa hoje é de 28,6, no Nordeste de 41,5. "Então estamos numa situação positiva dentro da conjuntura de Nordeste. Vale lembrar que hoje além de ser a região mais ampla do país, também agrega os estados com maior índice de violência, Sergipe, Rio Grande do Norte e Alagoas que tem as maiores taxas de CVLI por 100 mil habitantes do país.

Para o capitão Vinicius essa é a grande causa do fortalecimento de organizações criminosas, porque por uma série de motivos tentam conquistar mais poder, ou seja, dominar o território pelo tráfico, eliminação de testemunha, na própria cobrança pelo tráfico de droga, enfim por diversos fatores acabam cometendo esses homicídios para conquistar mais terrenos dentro desses territórios criminais.

Paraíba Unida Pela Paz indicado a Prêmio da ONU

Para participar do United Nations Public Service Awards (Prêmio do Serviço Público das Nações Unidas) o Governo da Paraíba lançou o desafio para diversas secretarias para se submeter ao prêmio anual da ONU que publicou um edital com os critérios estabelecido, com base nesse edital vários programas se inscreveram: primeiro foram selecionados por Estado, a ONU escolheu que por tudo que foi apresentado os que estariam aptos a concorrer seriam justamente o da Secretaria da Saúde e o da Secretaria da Segurança Pública - o Paraíba Unida Pela Paz, outra seletiva nacional para saber quais são os programas aptos do Brasil. Os dois da Paraíba vão concorrer com todos do Brasil, se passar vai concorrer com aqueles do mundo selecionados pela ONU.

Coronel Euler - É um processo muito doloroso, mais prazeroso. Nós trabalhamos muito, todos que fazemos a Segurança Pública na Paraíba e agora estamos colhendo o reconhecimento. Primeiro nacionalmente e agora a possibilidade de nos dias 22 e 23 de junho com a escolha dos programas vencedores a nível internacional e a Paraíba poderá ser destaque. Torço pelo sucesso de todos os estados da Federação, mas se olharmos para os dois lados, o Rio Grande do Norte tem uma taxa projetada para esse ano que beira 70 homicídios por 100 mil habitantes. Pernambuco 68 homicídios. A Paraíba projeta um patamar de 33 CVLIs por 100 mil habitantes, ou seja, a violência na Paraíba está praticamente a metade desses dois estados. Isto é fruto de muito trabalho.



João Alves de Albuquerque - Nós vemos com bons olhos. Ficamos muito satisfeitos porque um programa de um Estado como o nosso tenha sido um dos escolhidos pela ONU para concorrer ao prêmio. Sabemos que essa escolha foi em decorrência do trabalho desenvolvido por todos os policiais, do praça ao mais graduado - se tratando da Polícia Militar como do nosso motorista policial, passando pelo escrivão, agente de investigação, delegados de delegacias normais, delegados especializados, das seccionais, regionais até chegar à delegacia geral. Nós dividimos esse prêmio com todos esses policiais, que fazem um trabalho de qualidade justamente para baixar essa criminalidade.



O Programa Paraíba Unida Pela Paz não foi escolhido pela ONU de graça. A ONU só escolhe quando preenche todos

Delegada Cassandra Duarte - Um reconhecimento do trabalho cujo resultado você eleva a Paraíba a ser o único Estado no Brasil que em cinco anos consecutivos consegue diminuir os números de homicídios e consequentemente a taxa. Isso é importante porque se você pega o contexto nacional que é sempre de aumento, por exemplo, o Estado de Pernambuco que vinha diminuindo há sete anos, ele perde essa capacidade de se estruturar pelo menos momentaneamente, pois ele está crescendo. A Paraíba que no meio de tantos estados consegue se manter ali mesmo com a questão estrutural nacional tão difícil que é a questão da segurança pública.



Então a passagem para ir para o prêmio da ONU reforça a importância desse trabalho integrado.



Foto: Herman Pinheiro/Fluxor

Consumo do açúcar traz prejuízos à saúde

OMS recomenda que a ingestão do produto pela população não deve ultrapassar 10% das calorias consumidas diariamente, o que equivale a 50 gramas

Rachel Almeida
Especial para A União

Resistir ao açúcar em uma festa, depois de uma refeição, no suco ou no café é um desafio, ainda mais com a quantidade de alimentos que o utilizam em sua preparação. Mas praticar o exercício de diminuir esse carboidrato é necessário, pois o seu uso em excesso pode favorecer o desenvolvimento da obesidade e de doenças como a diabetes II precocemente.

Existe uma quantidade exata de consumo do açúcar pela população, que não deve ultrapassar 10% das calorias consumidas diariamente, ou seja, o equivalente a 50 gramas por dia, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS). O brasileiro consome em média 16,3% do total de calorias, e segundo o Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico Ministério da Saúde (Vigitel), mais da metade da população adulta, 53,9%, está acima do peso e 18,9% são obesos. Em 2006, o índice era 43%, com 11,4% de obesos.

O Brasil assumiu como compromisso atingir três metas: deter o crescimento da obesidade na população adulta até 2019, por meio de políticas intersectoriais de saúde e segurança alimentar e nutricional, e diminuir o consumo de açúcar entre a população brasileira. O Ministério da Saúde vai iniciar discussões com a Associação Brasileira das Indústrias da Alimentação (Abia) para compor um



Foto: Marcos Russo

Estudante de Nutrição, Carol, mãe de Sofia, diz que depende dos pais acostumar a criança desde pequena a ter uma alimentação saudável

acordo que terá como objetivo a redução do açúcar nos alimentos processados. O convênio deve usar a mesma metodologia já aplicada para a diminuição de sódio. A primeira etapa deve começar este ano, com análise das principais fontes de açúcar na dieta dos brasileiros, incentivo à redução do consumo regular de refrigerante e suco artificial em pelo menos 30% na população adulta e à ampliação em, no mínimo, 17,8% do percentual de adultos que consomem frutas e hortaliças regularmente até 2019.

Males à saúde

O açúcar é um hidrato de carbono simples que não possui aspecto nutritivo em si, sendo muito mais saudável consumir hidratos complexos, como feijão, arroz e inhame. Esses hidratos simples são encontrados excessivamente em refrigerantes, que são açúcares ruins, pois se convertem em gordura e se armazenam nas células, não trazendo nenhum benefício à saúde, segundo o coordenador dos cursos de Educação Médica Continuada do Conselho Regional

de Medicina da Paraíba (CRM-PB), o endocrinologista João Modesto.

Mesmo tendo gosto agradável, o açúcar pode causar muitos males à saúde, prejudicando os dentes, metabolismo, dificultando o trabalho do pâncreas pelo excesso de insulina, além de cooperar para a diabetes, obesidade, hipertensão, lipídios e gorduras no sangue alterados.

Com o consumo excessivo do açúcar, as pessoas perderam o costume de saborear o gosto dos alimentos na sua forma mais

natural. "Quando tomamos um suco, além da frutose presente nas frutas, ainda adicionamos açúcar industrializado, fazendo com que o metabolismo seja prejudicado e que receba calorias a mais", comentou o endocrinologista João Modesto. Além disso, o açúcar na cadeia metabólica pode favorecer o aumento de triglicérides, que podem causar doenças arteriais e cardíacas.

O endocrinologista explicou que a junção de todas as doenças causadas pelo açúcar faz dele o

principal responsável por mortes cardiovasculares no mundo ocidental. Ele aconselhou a prática de exercícios físicos, mas principalmente a diminuição do açúcar nos alimentos no dia a dia, optando pelo açúcar bom, que quando queimado se transforma em energia. Esses são encontrados em alimentos naturais como: frutas (frutose), leite (lactose), raízes de beterraba (sacarose), vegetais (glicose). Este último, nosso corpo produz, mas pode ser encontrado em frutas e vegetais também.

+ Educação alimentar saudável deve começar na infância

Controlar o consumo de açúcar nas crianças e adolescentes é ainda mais difícil, mas é tudo uma questão de dar uma educação alimentar saudável desde da infância. Para a nutróloga infantil Ana Cristina Ramos, os pais devem fazer escolhas sensatas na escolha dos alimentos, como ler o conteúdo de açúcar e carboidratos nos rótulos e não se deixar levar pelas letras grandes e coloridas das embalagens. Com relação aos lanches dos pequenos, os pais devem fazer compras conscientes, optando pelo suco natural, sanduíche feito em casa, pois são eles os responsáveis por apresentar os alimentos pela primeira vez aos filhos.

"Descascar mais e desembalar menos". Essa é a dieta ideal para evitar os males do açúcar, segundo a nutróloga. Além disso, trocar alimentos industrializados e ultra processados por alimentos naturais, que vêm direta-

/// Como a indústria faz com que esses alimentos pareçam ser destinados para criança, com desenhos, ela fica com um grande desejo de consumir ///

mente da natureza, é de extrema importância. Dentre os alimentos que possuem excesso de açúcar estão sucos de caixinha, achocolatados, sorvetes, molhos e bolinhos prontos. "Para fazer as crianças resistirem a esses alimentos é necessário ter paciência e firmeza", afirmou Ana Cristina. O uso do açúcar pode ser substituído por frutas, sucos de frutas, os famosos "dindim" feitos em casa, eliminando o refinado branquinho e utilizando o demerara,

mascavo ou mel.

Uma das dificuldades que a estudante de Nutrição Carol Alcântara, mãe de Sofia, de 4 anos, enfrentou ao tentar manter a dieta da filha sem a presença do açúcar, foi o apelo das propagandas de alimentos industrializados na televisão. "Como a indústria faz com que esses alimentos pareçam ser destinados para crianças, com desenhos, ela fica com o desejo de consumir", disse. Uma forma encontrada pela estudante para convencer Sofia, quando a menina pede um desses alimentos, é explicar que o açúcar faz mal para os dentes e para a barriga. Carol também procura incentivar a filha a não consumir produtos com alto teor de açúcar, optando por suco natural ao invés do de caixinha, e comendo a própria fruta. "A criança é um livro em branco, então depende de nós pais acostumar-la desde pequena", aconselhou Carol.

Como atua no cérebro

O açúcar pode causar dependência assim como uma droga, pois nos dois casos são ativados neurotransmissores que causam sensação de prazer, segundo o neurologista Emerson Magno. Isso ocorre, principalmente, quando um indivíduo é exposto desde muito cedo a altos índices de alimentos processados ou com uma quantidade considerável de açúcar. Essa ingestão prematura em excesso causa uma vontade de consumir o açúcar cada vez maior, para ter a sensação de recompensa. Pois, ao ingerir o carboidrato, é liberado um neurotransmissor chamado de serotonina no cérebro, que é o responsável por causar essa sensação de bem-estar imediato no corpo. "O uso de açúcar em grande quantidade causa uma interação muito rápida de neurotransmissores que gera esse bem-estar imediato", disse o neurologista.

Quando o açúcar é absorvido, ocorre uma queda nos neurotransmissores que podem causar alterações emocionais, como: irritabilidade, depressão a longo prazo, tristeza e mal-estar. "Funcionaria igual aos sintomas de uma pessoa com abstinência de uma droga, com pacientes que fazem uso de drogas ilícitas", enfatizou Emerson. Além disso, o carboidrato provoca a liberação da dopamina, que também causa dependência. A produção de serotonina pelo açúcar também pode afetar a regulação do sono.

Dieta ideal inclui a redução do consumo diário do açúcar

Controle deve acontecer principalmente nos primeiros anos de vida para evitar a dependência na fase adulta

Rachel Almeida
Especial para A União

Para diminuir a quantidade de açúcar no dia a dia é necessário que seja feito um desmame (redução do consumo aos poucos), principalmente nos primeiros anos de vida, pois a "dependência" do açúcar é algo que vem desde a infância e se prolonga na fase adulta. Esse uso em excesso do açúcar é muito danoso quando aliado à falta de atividade física, que coopera para o sedentarismo, e alimentos com alto teor de açúcar, que resultam na obesidade, segundo o nutricionista Marcos Crispim. "Possuem alto teor de açúcar desde a bolachinha Nesfit, que se diz integral, até sucos, néctar de frutas", comentou Marcos.

Com a redução do açúcar, muitas doenças podem ser evitadas, principalmente para pessoas que tem pré-disposição hereditária a ter diabetes, por exemplo. Além disso, o indivíduo pode adquirir uma menor dependência desse carboidrato, ter uma qualidade fisiológica melhor, com acúmulo reduzido de gordura, e evitar a incidência precoce de diabetes tipo II, que é o fator mais preocupante para

endocrinologistas e nutricionistas, de acordo com Marcos Crispim. "Consumir muito açúcar pode produzir diabetes tipo II, além de fazer a pessoa depender de remédios a vida toda", enfatizou o nutricionista.

Todos os tipos de açúcar são prejudiciais, mas o cristal é o pior deles, pois é refinado e possui caloria vazia, sem fibra alimentar e micronutrientes como vitaminas e sais minerais; é apenas caloria. Por isso, Marcos aconselhou diminuir esse hidrato simples, substituindo-o pelo consumo de sucos que são da própria fruta, com a casca e sem coar, para aproveitar as fibras. Ele disse também para evitar polpas, diminuir o açúcar nos sucos, café, vitaminas e reduzir o consumo de sucos industrializados, além de consumir alimentos ricos em fibra integral (feijões), salada crua e cozida, carnes magras, frutas nos lanches e inhame. "O açúcar nas fibras das frutas possui digestão mais lenta, enquanto que o açúcar em si é armazenado rapidamente no sangue, em forma de gordura", explicou Marcos Crispim.

Buscando fugir do histórico de diabetes na família, a especialista em clínica



Foto: Ortilo Antônio

O açúcar de produtos como chocolates é armazenado rapidamente no sangue, em forma de gordura, causando sérios prejuízos à saúde humana



Alto teor de açúcar resulta em obesidade, diz o nutricionista Marcos Crispim

médica e preceptora do internato médico da Famede, Lisianne Dantas Rocha, sempre praticou exercícios físicos, caminhadas e musculação, mas nunca se preocupou muito com a alimentação. Em julho do ano passado ela decidiu procurar um nutricionista e começar uma dieta alimentar totalmente sem açúcar, pois a partir dele o risco para doenças do coração aumenta. "Só consumo o açúcar de frutas, pois podemos ad-

quirir glicose de outras fontes", comentou. Ela disse que passou a consumir carboidratos mais saudáveis como batata doce, inhame e cuscuz, pois todo triglicérido junto ao carboidrato consumido diariamente pode gerar energia em que uma parte vai para o corpo desenvolver as atividades e o restante vai ser transformado em glicose, sem a necessidade de consumir uma quantidade extra, com o açúcar.

"Não devemos pensar nos alimentos apenas pelo sabor, mas sim pelo que eles fazem no nosso organismo", Lisianne disse que além de ser médica é uma pessoa que luta diariamente contra os 50% de chances de ter diabetes, e que já conseguiu perder muita gordura. Ela comentou que, ao diminuir o açúcar, o sono, o funcionamento do intestino, o humor e a autoestima melhoraram, e que a dieta só foi difícil nos primeiros sete dias.

Por ser uma pessoa muito afeiçãoada à cafeína, a médica afirmou que para equilibrar o gosto do café, que não tinha açúcar, passou a comer um chocolate meio amargo antes de tomá-lo. "Muita gente diz que dieta é cara, mas se você parar pra pensar quanto se gasta em biscoito recheado, pão, margarina? Podemos trocar isso por ovo, macaxeira, batata, fruta, inhame, adoçante, que gasta bem menos", aconselhou Lisianne.

Nutricionista orienta escolher a fonte certa e olhar os rótulos

Na maioria dos alimentos industrializados, o açúcar está presente de forma sutil. Para a nutricionista Louise Dantas, cada produto é uma caixinha de surpresa e, por esse motivo, ela ensina os pacientes a sempre olhar os ingredientes dos alimentos nos rótulos. "Algumas pessoas acham que ao comprar um achocolatado está ingerindo chocolate, mas quando olha o rótulo se depara com uma quantidade enorme de açúcar", disse.

Louise afirmou que é muito frequente os consumidores comparem um alimento pensando fazer bem para a saúde, quando é totalmente o contrário. Açúcar não é apenas o de mesa, mas o pão vira açúcar dentro do organismo, assim como o macarrão, a batata e o biscoito recheado, por exemplo. "Lembrando que o carboidrato é nossa fonte primordial de energia, precisamos na verdade saber escolher a fonte", alertou.

A nutróloga Ana Cristina

Ramos citou alguns mitos e verdades sobre o açúcar, para esclarecer a população sobre o tema através de explicações e dicas de como substituí-lo.

Mitos

- Açúcar demerara ou mascavo é sujo. "Eles apenas não terminaram o processo de refino, que alveja o açúcar muitas vezes com enxofre".

- Suco sem açúcar é ruim.

"Tudo é questão de costume, as pessoas foram apresentadas a ludo açucarado, por isso todos podem facilmente se adaptar a tomar sem açúcar".

- Suco de caixinha é natural. "Pelo contrário, além dos altos níveis de açúcar, há conservantes e corantes".

Verdades

- Comer a fruta é mais saudável do que tomar o suco. "Na fruta, além do suco, ingerimos fibras e outros nutrientes que se perdem ao fazer o suco".

- Trocar açúcar por ado-

çante é melhor. "Em casos de diabetes e dietas de restrição de calorias o adoçante tem seu lugar, mas nem todos são bons, pode-se usar stévia, mas é melhor não usar nenhum".

Pesquisa do MS

O Ministério da Saúde divulgou no dia 17 deste mês que em dez anos o índice de excesso de peso subiu 26,3% em 20 das 27 capitais do Brasil. Além disso, o número de obesos também cresceu no mesmo período, passando de 11,8%, em 2006, para 18,9% em 2016, resultando num aumento de 60% nesses anos. Esse valor contribuiu para o crescimento de 61% de incidência do diabetes e de 14% nos diagnósticos de hipertensão, doenças que estão ligadas ao consumo de açúcar e sal.

O Ministério frisou ainda que a obesidade aumenta com o avanço da idade, no entanto, pessoas de 22 a 44 anos ainda atingem um indicador de 17%.

Vilão

Alimentos processados e ultraprocessados são responsáveis pelas taxas crescentes de diabetes, cânceres, doenças do coração e obesidade, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS). Isso ocorre porque esses alimentos possuem uma grande quantidade de açúcar, sal e gordura em sua produção. No ano passado, a agência da ONU publicou uma série de critérios, denominada Modelo de Perfil de Nutrientes, para identificar a quantidade dessas substâncias nos produtos industrializados, oferecendo orientações aos estados-membros que adotassem medidas de alimentação saudável. Segundo a agência, dietas pouco saudáveis estariam contribuindo para uma epidemia

cada vez maior de doenças crônicas.

De acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), acredita-se que com as novas definições os países possam elaborar medidas mais efetivas para, por exemplo, determinar que tipos de alimento podem ser vendidos ou servidos em escolas. Restrições à publicidade infantil de alimentos pouco saudáveis também estão entre as medidas recomendadas.

Além disso, outras políticas públicas podem envolver a exigência de rótulos específicos nos produtos industrializados, que alertem para a presença de sal, açúcar ou gordura em excesso. Segundo a OPAS, os estados-membros podem ainda criar impostos distintos para alimentos processados pouco saudáveis, como refrigerantes à base de açúcar, além de redistribuir subsídios para a agricultura, a fim de estimular a produção e o consumo de produtos frescos.

Baleia Azul: jovens são atraídos porque já estão vulneráveis

Segundo informações da Polícia Militar, o jogo pode ter relação com automutilação e suicídio de adolescentes

Iluska Cavalcante
Especial para A União

"Ninguém tira a própria vida por brincadeira, tira porque está doente", explica a psicóloga e especialista em psicologia clínica e hospitalar pela Universidade de São Paulo (USP), Mariana Rocha. O comentário da especialista é em relação ao chamado jogo Baleia Azul, que ganhou evidência após ser alvo de investigações. Segundo informações da Polícia Militar, o jogo pode ter relação com automutilação e suicídio de adolescentes. Até o dia 20 deste mês, foram registrados 22 casos relacionados ao Baleia Azul na Paraíba.

Esse número coloca a Paraíba na posição do Estado com mais casos investigados no país. Outros sete estados também têm registros do jogo: São Paulo, Paraná, Minas Gerais, Mato Grosso, Pernambuco, Rio de Janeiro e Santa Catarina. O Baleia Azul impõe 50 desafios aos participantes, entre eles, desenhar uma baleia no corpo com uma navalha, assistir filmes de terror às 4h20 e subir em locais altos. Por último, o adolescente precisa cometer suicídio.

Os casos vêm preocupando pais e familiares de crianças e adolescentes, mas esse é um problema antigo e maior do que um jogo. Um em cada dez adolescentes no Brasil, entre 11 e 17 anos, acessa através da internet formas de se ferir, e um em cada 20 pesquisa sobre como se suicidar, segundo o Centro de Estudos sobre Tecnologias da Informação e Comunicação (Cetic).

A psicóloga Mariana Rocha explica que a causa das mortes vai além dos desafios impostos e envolve o Estado mental dos jovens. "Uma pessoa que entra em um jogo como esse já está vulnerável e doente. Não foi o jogo que a fez cometer suicídio, quero deixar isso bem claro. O jogo faz o jovem dar um passo que ele já tinha a pretensão de dar, no caso, tirar a própria vida", disse.

Para a especialista, a motivação para entrar em jogos como esses não é curiosidade ou intimidação, na maioria dos casos os jovens estão viciados em internet. "Quando eles entram não é de graça ou porque estão com vontade de brincar, eles já estão a par de tudo".



Foto: Marcos Russo

Para o psiquiatra Estácio Amaro, os pais não têm mais controle ao conteúdo que seus filhos compartilham e acessam na internet

+ Pais devem aderir às redes sociais dos filhos, diz psicóloga

Para o psiquiatra Estácio Amaro, os pais não têm mais controle ao conteúdo que seus filhos compartilham e acessam na internet. Os jogos de risco ou sérios que instigam o suicídio são alguns exemplos citados por ele para que os pais fiquem atentos.

O conselho da psicóloga Mariana Rocha para resolver esse tipo de problema é passar a perceber as mudanças de comportamento dos filhos e entrar no mundo desses adolescentes. Segundo ela, os pais devem aderir às mesmas redes sociais dos filhos para saber o que se passa com eles através das postagens. "Entender os grupos que os filhos estão inseridos através das redes sociais é muito importante. É uma forma de observar e ficar sempre em sinal de alerta, mas sem invadir tanto a privacidade", comentou.

Os limites são importantes em qualquer forma de educação e quando o assunto é o uso da internet ele torna-se primordial. O psiquiatra Estácio Amaro aconselha o método de mostrar que existem outras formas de se divertir e que nem sempre a tecnologia é necessária. "Os pais precisam mostrar outras coisas que podem dar prazer e estimular

atividades físicas. Mas em casos de difícil controle ou mesmo impossibilidade de resolução dentro de casa, é preciso levar para profissionais adequados", alertou.

Fazer com que a criança ou adolescente se sinta acolhido e estabelecer uma comunicação sincera também é importante para entender o outro e estabelecer um vínculo de confiança entre pais e filhos. Nem sempre é fácil enxergar a doença, é preciso dedicar tempo e atenção aos detalhes, como isolamento social, comportamentos estranhos, quando o jovem começa a cobrir a tela do computador na presença de um adulto ou o uso constante de roupas de manga comprida (geralmente são utilizadas para esconder marcas de automutilação).

Na opinião de Estácio, os adolescentes procuram esses tipos de "desafios" na tentativa de encontrar adrenalina, muitas vezes por viverem na maior parte do tempo em casa, apartamento, ou muitas vezes em seus próprios quartos. "Eles acham a vida um 'tédio'", observa.

O médico enfatiza que é um erro menosprezar ou subestimar o que o jovem diz, e que o ideal é levá-lo para uma ajuda especializada em saúde mental para uma avaliação. Suicídio não é uma brincadeira ou um jogo, é algo sério e que faz vítimas. Apenas no período de janeiro a março deste ano, a Secretaria de Estado da Saúde registrou 57 suicídios na Paraíba. Os casos registrados neste período cresceram 54% nos últimos oito anos. Em 2009, a SES obteve 37 registros durante os três primeiros meses do ano.

Como agir?

A psicóloga alerta os pais para um diálogo em que o adolescente se sinta acolhido e não perseguido. Por ignorância ou desespero, muitos pais acabam usando palavras pesadas ou agressões verbais quando percebem um comportamento estranho ou descobrem que os filhos estão inseridos em jogos como o Baleia Azul. No entanto, a melhor forma é um diálogo aberto e saudável, mostrando-se sempre interessado na rotina daquele

adolescente. "Não adianta bater de frente. Não pode chegar dizendo 'por que você está nesse jogo?'. A melhor forma é dizer: 'Filho, o que está acontecendo? Em que posso te ajudar?'", comentou.

Outro ponto importante defendido pela especialista é que os pais não devem confundir doença com "fase da adolescência". Muitos acabam em negação em um primeiro momento, seja por culpa ou por não querer enxergar a depressão do filho. Nesses casos, os próprios pais precisam de ajuda psicológica antes de tentarem ajudar os filhos.

Na opinião do psiquiatra Estácio Amaro, os adolescentes precisam ser orientados sem que seu espaço seja invadido. Ele explica que preservar a privacidade no sentido de não expor o adolescente é o correto, no entanto, não conhecê-lo seria imprudente e arriscado.

Outros jogos

Apesar do assunto estar em evidência nas últimas semanas, jogos e grupos que auxiliam o suicídio e intensificam doenças mentais não existem de hoje. Mariana Rocha comenta que devido ao relato de vários pacientes que estavam envolvidos em grupos e jogos como o Baleia Azul, a psicóloga entrou em alguns links para estudar e manter-se atualizada. Ela explica que é uma forma de manipular o doente mental e que, assim como grupos de suicídio, existem outros que estimulam os distúrbios alimentares, como tutoriais de como vomitar e parar de comer.

Atuação da polícia

O comandante do Centro Integrado de Operações da Polícia Militar da Paraíba (Ciop) e coordenador do Escritório Brasileiro da Associação Internacional de Prevenção ao Crime Cibernético, tenente-coronel Arnaldo Sobrinho, informou que a melhor forma de combater o problema é através da prevenção. Ele está realizando palestras em escolas para abordar o assunto na tentativa de prevenir o problema e diminuir a preocupação de pais e responsáveis. Durante as palestras, o tenente-coronel

explica os perigos do uso inadequado da internet, como a invasão de privacidade através de jogos.

Arnaldo Sobrinho enfatiza que é papel dos pais cobrar das escolas um trabalho de prevenção. "É importante os pais procurarem o contato das escolas dos filhos para saber quais medidas estão sendo tomadas em relação ao assunto. É necessário que as escolas promovam palestras e encontro com os pais para debater o tema", disse.

FIQUE ATENTO

Comportamentos que merecem atenção:

1. Humor deprimido ou irritável.
2. Falta de prazer com o que antes era prazeroso.
3. Aumento ou diminuição do apetite.
4. Insônia ou sonolência excessiva.
5. Desânimo.
6. Falta de energia.
7. Pensamentos de morte.
8. Mudanças de comportamento e/ou rendimento escolar.
9. Oscilação de humor frequente.
10. Isolamento.
11. Dependência de videogame ou internet.
12. Episódio de ira.
13. Sinais de mutilação ou queimaduras.
14. frases suicidas nas redes sociais.

Como os pais devem agir:

1. Estabelecer um diálogo franco e sincero.
2. Demonstrar carinho e afeto.
3. Fazer com que os filhos sintam-se acolhidos através do interesse pela sua rotina.
4. Entender que os adolescentes ainda precisam receber proteção contra os riscos da internet.
5. Fazer redes sociais para acompanhar os filhos.
6. Dar abertura para o diálogo de todos os temas.



Foto: Arquivo pessoal

Mariana Rocha orienta diálogo entre pais e filhos

PB tem cerca de 70 agências de turismo não credenciadas

Para evitar fraudes em pacotes de viagem, presidente da Abav/PB recomenda usuário a procurar empresa filiada à instituição

Lucas Campos
Especial para A União

Nenhuma denúncia de fraude foi registrada contra qualquer uma das 45 agências credenciadas à Agência Brasileira de Agências de Viagens (Abav/PB). A informação foi divulgada pelo presidente da instituição, Bruno Mesquita. Ele afirma ainda que as denúncias geralmente são direcionadas à empresa não credenciadas e que existem cerca de 70 agências trabalhando desta forma na Paraíba.

"Quando nós recebemos alguma denúncia, primeiro procuramos saber se é alguma agência filiada à Abav. Até o momento, nós não tivemos nenhum problema com relação a uma agência filiada, porque essas agências passam por todo um processo de seleção antes de serem aceitas como filiadas", explica o presidente. Dentre as etapas de seleção, estão a checagem do Cadastro Nacional de Pessoas Jurídicas (CNPJ) e da situação da empresa na Justiça.

Bruno explica que, não apenas no Estado, mas em todo o Brasil, os golpes estão sendo aplicados por agências que não possuem licenciamento. Dessa forma, o ideal é sempre procurar por uma empresa que lhe traga maior segurança, ou seja, que está credenciada. Outra dica é procurar saber a quem se está com-

prando, então é essencial visitar o site da Abav, para saber se elas estão regulamentadas, e também buscar informações vindas de fontes diversas.

O presidente da Abav/PB ainda explica que para todas as compras realizadas por um consumidor, a empresa deve enviar notas fiscais e documento onde constem os serviços de compras. Ao recebê-los, o comprador deve ter sempre essa papelada da negociação em mãos porque, em caso de problemas, ele terá provas para mostrar à Justiça. "Reconfirmar todo o serviço é o melhor caminho para ter uma viagem segura", afirma.

Além de ser um gesto preventivo, ter os documentos reunidos é essencial para garantir uma ação imediata no momento em que a pessoa sentir que está sendo fraudada. Felizmente, fraudes neste segmento ainda são raras na Paraíba. "Quando aconteceram casos, até recebemos telefonemas de pessoas físicas. Após verificar se o denunciado está filiado à Abav, nós tentamos intervir com nosso setor jurídico", esclarece. No caso de agências não credenciadas, a responsabilidade não recai sobre a instituição.

Segundo Bruno, os casos mais corriqueiros são os de pacotes de turismo que não correspondem ao que foi negociado e também da

clonagem de cartões de crédito, especialmente quando as compras são feitas online. "O cliente deve sempre ficar atento ao cartão dele e quando perceber uma fraude acontecendo, deve imediatamente realizar o cancelamento, assim como denunciar para a Polícia Civil", pontua. Bruno conclui dizendo que, muitas vezes, não são os grandes empresários que realizam os crimes, mas sim certos funcionários da empresa.



Ilustração: Tônio

SERVIÇO

Como orientação para aqueles que acreditam estar sofrendo algum tipo de fraude, Lucas Sá recomenda procurar a Delegacia de Defraudações e Falsificações, localizada na rua Manoel Rufino da Silva, no bairro Ernesto Geisel, caso o prejuízo estimado seja superior a 20 salários mínimos. Mais informações, contate: 3218-5252.

No caso do prejuízo ser inferior a 20 salários mínimos, a pessoa lesada deve procurar a Delegacia Distrital de seu bairro, onde poderá prestar um boletim de ocorrência desde que leve todos os documentos da negociação (emails e prints de conversas de whatsapp, por exemplo) como apresentação de provas.

Programa de Valorização da Diversidade



Aproveite essa oportunidade para crescer profissionalmente!

O Grupo Copobras comunica que o Programa de Valorização da Diversidade possui vagas e está recrutando pessoas com deficiência para fazer parte da equipe.

Contatos, currículos e entrevistas:
Rua Maria Rufino dos Santos Medeiros, 201
Distrito Industrial
João Pessoa - PB
E-mail: recrutamento_pb@copobras.com.br
Fone: (83) 3041-8000

GRUPO
COPOBRAS
COPOBRAS INCOPLAST

Fraudes em viagens de turismo

O delegado responsável pela Delegacia de Defraudações e Falsificações, Lucas Sá, explicou que existem aproximadamente 10 novas ocorrências de fraudes envolvendo pacotes de viagem e agências de turismo apenas em 2017. Além disso, diversos processos e inquéritos estão em tramitação. "Este ano já prendemos uma suspeita exatamente por fraude desta natureza - VIAJEMAIS", relata. Lucas acrescenta ainda que novas prisões devem ser efetuadas em breve.

O caso da VIAJEMAIS ganhou notoriedade em janeiro deste ano. Isso porque a proprietária da empresa sofreu denúncias constantes de emissão de cheques bancários fraudulentos, além de vouchers e comprovantes de emissão de passagens aéreas e de hotéis que comprometeram as viagens das vítimas, que só descobriram a fraude no dia da

viagem - segundo o ClickPB, somente uma das vítimas foi lesada em mais de R\$ 70 mil. A empresária de 33 anos ainda fechou a agência ao desconfiar que seria denunciada, mas continuou realizando atendimento em sua casa. Ao comprovar a veracidade das denúncias, a Polícia Civil prendeu a mulher por falsidade ideológica e estelionato.

Lucas esclareceu que este caso enquadrar-se dentro os crimes mais recorrentes no que diz respeito à viagens e agências de turismo. "Os casos mais comuns são as vendas de pacotes turísticos e de passagens aéreas com o repasse dos valores e descumprimento fraudulento por parte dos suspeitos. Em alguns casos as vítimas recebem falsos "vouchers" com supostas reservas de hotéis / passagens, descobrindo que são falsos apenas no momento da viagem", afirmou o delegado.

Casal aplica golpes, foge e é preso

Donos de uma grande agência de turismo da capital, o casal Mariana Reis e Victor Lucena foram acusados em meados de fevereiro do ano passado por vender pacotes de viagem falsos. A dupla atuou ilegalmente durante seis meses, causando um prejuízo médio para as vítimas superior a R\$ 1 milhão. Mariana, proprietária da agência, tinha três pontos de venda em João Pessoa.

Sabendo que poderiam

sofrer as devidas sanções pelo crime, o casal levou todo o dinheiro adquirido através da fraude para Miami, nos Estados Unidos. Eles permaneceram cerca de seis meses foragidos e foram presos apenas em agosto, graças aos esforços conjuntos da Delegacia de Defraudações e Falsificações e da Organização Internacional de Polícia Criminal (Interpol).

Muito embora inicialmente tenha-se decretado a prisão preventiva do casal,

esta foi revogada por conta de um recurso da defesa dos empresários. Como eram pais de duas crianças, apenas o homem foi preso e a mulher passou a utilizar uma torneleira eletrônica. Assim, ficou determinado que o casal responderia processo em liberdade e que teriam de prestar satisfação à Justiça sobre suas atividades e condutas. Além disso, tiveram de entregar seus passaportes e foram proibidos de deixar a cidade.



Hildeberto Barbosa lança dois livros esta semana

Uma das obras literárias reúne crônicas e a outra é de cunho memorialista

Guilherme Cabral
gucpb_jornalista@hotmail.com

Os Livros (a única viagem) e As Palavras, Minha Vida! (Memorial) são os títulos das obras publicadas pela Ideia Editora que o poeta e crítico literário Hildeberto Barbosa Filho lançará na próxima sexta-feira, dia 5, a partir das 17h, na sede da Academia Paraibana de Letras (APL), localizada na cidade de João Pessoa. O primeiro livro mencionado, com 130 páginas, reúne 70 crônicas, todas escritas pelo autor e divulgadas na Letra Lúdica, denominação da coluna semanal que assina sempre aos domingos, no 2º Caderno do jornal A União. O outro possui 120 pág. e é uma espécie de retrospectiva na qual o escritor relata etapas da sua vida, incluindo a parte literária, bem como a de professor universitário. "É um material de bastidor", comentou ele. Na ocasião, cada volume vai custar R\$ 30, mas se alguém adquirir ambos pagará R\$ 25.

"É um livro sobre livros", disse Hildeberto Barbosa, referindo-se à obra que reúne textos publicados semanalmente em A União. "Eu fiz uma seleta das crônicas baseada na temática única, o livro. Nessa obra falo sobre vários assuntos, dentre os quais estão incluídos livrarias, sebos, leitores e bibliófilos", acrescentou ele, esclarecendo que seu intuito é resgatar a importância dos livros, embora reconhecendo que o ato de escrever exige dedicação no trato com as palavras.

Quanto ao outro livro, cujo título é As Palavras, Minha Vida! (Memorial), o autor disse que resultou de um trabalho que submeteu, em outubro do ano passado, a uma banca - formada por dois professores da Universidade Federal da Paraíba e outros dois da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) - com o objetivo de obter o grau de professor titular da UFPB, o qual é consi-

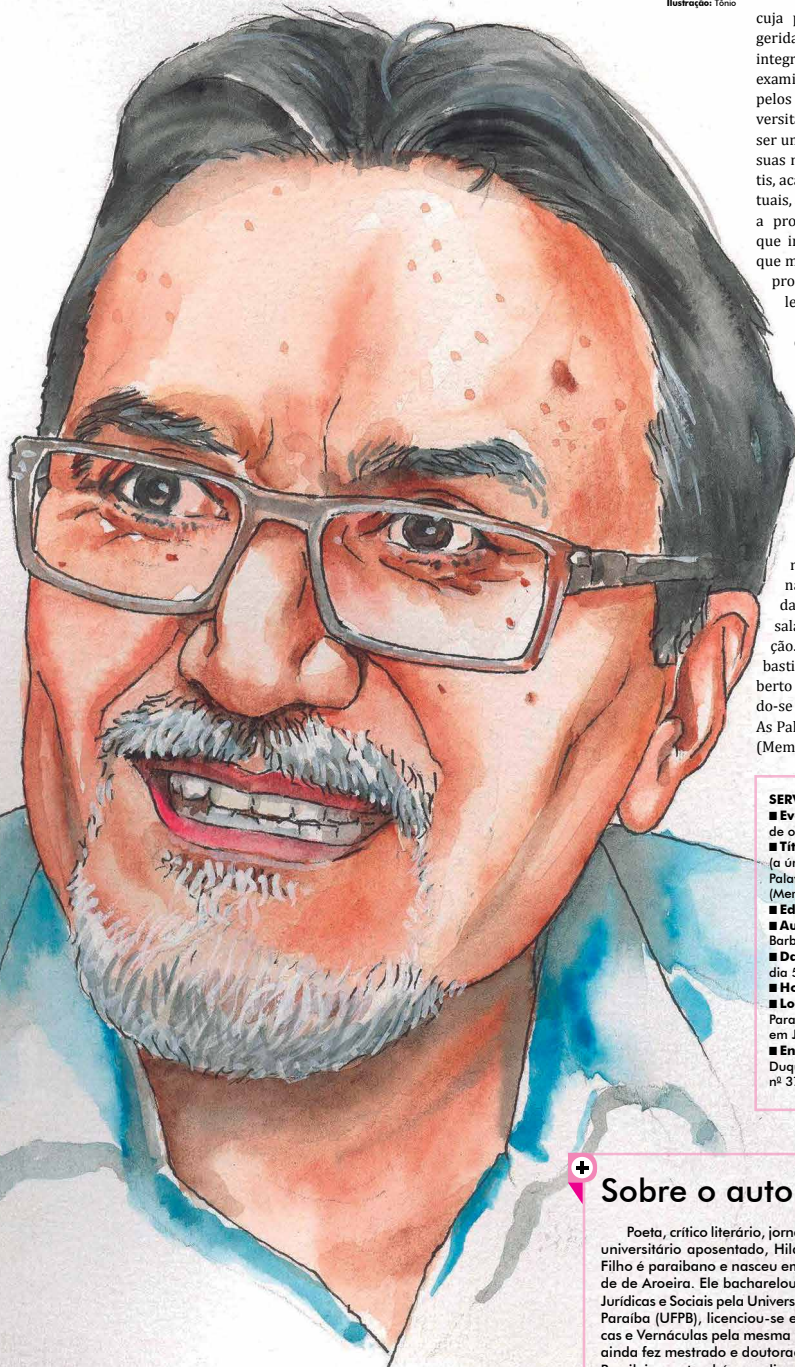


Ilustração: Tônio

cuja publicação foi sugerida pelos próprios integrantes da banca examinadora composta pelos professores universitários, ele relatou ser um ensaio que reúne suas memórias estudantis, acadêmicas e intelectuais, além de falar sobre a produção literária, o que inclui, inclusive, de que maneira ocorrem os processos de criação e leitura.

"O livro tem coisas interessantes. É um ensaio de memórias estudantis, acadêmicas e de formação intelectual do autor. O trabalho tem esse viés de ser uma fotografia do aprendizado literário e pedagógico, na qual estão inseridas a universidade, a sala de aula e a educação. É um material de bastidor", disse Hildeberto Barbosa, referindo-se à obra intitulada As Palavras, Minha Vida! (Memorial).

SERVIÇO

- **Evento:** Lançamento de obras literárias
- **Títulos:** Os Livros (a única viagem) e As Palavras, Minha Vida! (Memorial)
- **Editora:** Ideia
- **Autor:** Hildeberto Barbosa Filho
- **Data:** Sexta-feira, dia 5
- **Hora:** 17h
- **Local:** Academia Paraibana de Letras, em João Pessoa
- **Endereço:** Av. Duque de Caxias, nº 37, Centro



Sobre o autor

Poeta, crítico literário, jornalista e professor universitário aposentado, Hildeberto Barbosa Filho é paraibano e nasceu em 1954, na cidade de Aroeira. Ele bacharelou-se em Ciências Jurídicas e Sociais pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB), licenciou-se em Letras Clássicas e Vernáculas pela mesma instituição, onde ainda fez mestrado e doutorado em Literatura Brasileira, e também realizou especialização em Direito Penal pela Universidade de São Paulo (USP). É autor de vários livros, a exemplo de A Comarca das Pedras (1977), São teus estes boleros (1992), O exílio dos dias (1994), Palimpsesto - Uma pauta aberta e You por aí! (ambos de 2015), além de Dançar com facas (2016).

derado o ponto máximo da carreira universitária, para pode se aposentar, já que vinha atuando, até então, como professor Associado IV.

A obra As Palavras,

Minha Vida! é de cunho memorial, um gênero literário que, conforme o próprio Hildeberto Barbosa observou, está em voga nos dias de hoje, inclusive já tendo sido lan-

çada por outros autores brasileiros, a exemplo dos escritores Ferreira Gullar (1930 - 2016), Paulo Leminski (1944 - 1989) e Lêdo Ivo (1924 - 2012). No caso dessa nova obra,

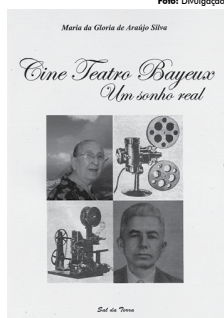
Cinema Alex Santos

Livro traduz a história de um sonho realizado

Ao longo do tempo, o livro tem sido uma forma pela qual algumas pessoas buscam se expressar a contento, quando lhes faltam a verve fecunda e a desenvoltura da palavra oral, mas que têm o hábito saudável da leitura.

Desde que o mundo existe, o evento da palavra fácil ocorre, mas, sendo díspar na maioria dos polítics, que preferem a verborreia habitual, usando na sua maioria a falsa "parola".

Com o título "Cine Teatro Bayeux - Um sonho real", a autora Maria da Glória de Araújo Silva, filha do primeiro proprietário de cinema da cidade de Bayeux (Barreiras), Severino Gomes de Araújo Pereira, presen-



Capa do livro de Maria da Glória de Araújo Silva

teu-me por meio do amigo Rubens, exemplar de seu livro, devidamente autografado. A obra é resultado de uma forte relação da família de Glória com o cinema, que poderíamos chamar de relicário, em razão do tipo de veneração com que são tratados os assuntos.

Devidamente ilustrado, o livro traz imagens diversas de consagrados atores e atrizes, sobretudo hollywoodianos, que passaram pela tela do Cine Bayeux. Igualmente presente em suas ilustrações, o cinema nacio-

nal elenca nomes emblemáticos de grandes filmes da época da Vera Cruz e da Atlântida, e de tanto sucesso de bilheteria fizeram entre as décadas de 50 e 70.

A parte introdutória do livro contempla os primórdios do Cinema no mundo, evocando as experiências pioneiras, já a partir do século XIX. Porém, o foco da autora Glória Araújo se concentra, sobretudo, no cinema americano e sua evolução a partir do "filme falado", que é deflagrado com "O Cantor de Jazz", em 1927.

No caso brasileiro, suas observações vão desde pesquisas de Ademar Gonzaga, passando por Humberto Mauro e seu "ciclo de Cataguases", o caso da Vera Cruz de Alberto Cavalcanti, até chegar ao Cinema Novo, no final dos anos 50, com "Rio 40 Graus" de Nelson Pereira dos Santos e as realizações de Glauber Rocha.

Um dado importante nesse livro é o depoimento de muitas pessoas que frequentaram o Cine Bayeux, durante o tempo em que esteve realmente funcionando. Esse é o capítulo final, que o enriquece ainda mais.

Quando a dedicatória da autora ("com todo o meu apreço") agradece sensibilizado e com a esperança de que a Sétima Arte será sempre lembrada. - Mais "Coisas de Cinema", no meu blog: www.alexantost.com.br.

Letra Lúdica

Hildeberto Barbosa Filho

A vida é assim mesmo!

A música suave, sobretudo a deliciosa monotonia dos cantos gregorianos; a ginástica, de preferência se for calistênica, ao ar livre e sob os primeiros raios solares; os hobbies, em especial, criar passarinhos, colecionar canivetes, vidrinhos de perfume, chaveirinhos rubro-negros, olhares de moça bonita e arrumar os livros sobre livros; fazer ioga e se deixar levar pelas pradarias do silêncio; tentar a acupuntura e armazenar, na alma, seus salubres sobressaltos; pilates é bom: distende os músculos, afasta os maus agouros e alarga e amacia carinhosamente a epiderme do espírito; submeter-se às massagens, respirando profundo o calor e a carícia das mãos, quando femininas; mesmo a aromaterapia, com seus odores orientais tecidos nas tendas do milagre babilônico; dançar, dançar, de corpo e de alma, completamente, como uma leitura dos movimentos ensaiados na esfera ausente dos espaços, com cada passo e com cada ritmo se transformando no sabor das escalas eróticas; habitar a água e tocar seus translúcidos tesouros; usar dos florais de Bach e procurar aprender os ditames suaves dos exercícios de meditação.

Tudo isto parece salutar para diminuir o stress!

Também caminhar, caminhar sem pressa, degustando as cores da paisagem, principalmente se a paisagem contiver o segredo das pedras, a solidão das montanhas e a terceira margem dos rios. Que fazer da mesa de bar? Não seria ela a primeira porta aberta para os degraus do paraíso? Não, disto não tenho dúvida! Beber e beber só faz bem, assim como só faz bem papear com a sensibilidade e a inteligência de alguns amigos.

Ah! Viajar e não importa para onde: de carro, de avião, de navio, de trem ou até mesmo em lombo de cavalo. O que conta, nas viagens, é o sabor das culturas, a diversidade das gentes, a pluralidade dos climas e dos idiomas.

Ora, sentado na pracinha deserta de Solidão, é que quase meio dia num pequeno mundo fora do mundo; ora, tomando cerveja num barco de Amsterdam, impactado com os originais do "Trigal com corvos"; ora, fitando, quase triste, quase melancólico, a nódoa espessa que mancha o crepúsculo à beira do Sena, e Paris nem era uma festa!

Tudo isto é bálsamo das viagens, e viajar, é claro, também pode ser salutar para o stress!

Mas, talvez, melhor do que tudo isto, não vou dizer que é Jesus Cristo, que não entendia nada de finanças e nem possuía biblioteca, conforme belíssimo poema de Pessoa. Não, melhor do que tudo isto é o orgasmo, que nos separa do mundo e nos joga nas lagunas abissais do mistério de Deus.

Porém repito: tudo isto pode ser salutar para diminuir o stress. Nada garante, no entanto, que o pulsar daquela dorzinha estranha, entranhada no peito, vai parar. Pelo menos a dorzinha constante que lateja no meu. Mas, eu não estou nem aí: a vida é assim mesmo, problema, agitação, alegria, ferocidade...



APC prestigiará o Pôr do Sol Literário

A Academia Paraibana de Cinema vai prestigiar, na próxima quinta-feira (04), às 17 horas, na Academia Paraibana de Letras, Centro de João Pessoa, a mais um lançamento de livros, no Pôr do Sol Literário.

Trata-se de um trabalho com mais de cem páginas, editado pela Sebo Vermelho, de Natal, Rio Grande do Norte, em que Zé Otávio faz um resumo histórico paraibano, desde a fundação da cidade aos dias de hoje.

Em cartaz

GUARDIÕES DA GALÁXIA VOL. 2 (EUA 2017)

Gênero: Ação/Aventura/Ficção Científica. Duração: 137 min. Classificação: 12 anos. Direção: James Gunn. Com Chris Pratt, Zoe Saldana, Dave Bautista. Sinopse: Agora já conhecidos como os Guardiões da Galáxia, os guerreiros viajam ao longo do cosmos e lutam para manter sua nova família unida. Enquanto isso tentam desvendar os mistérios da verdadeira paternidade de Peter Quill (Chris Pratt).

A CABANA (EUA 2017). Gênero: Drama.

Duração: 132 min. Classificação: 12 anos. Direção: Stuart Hazeldine. Sinopse: Um homem vive atormentado após perder a sua filha mais nova, cujo corpo nunca foi encontrado, mas sinais de que ela teria sido violentada e assassinada são encontrados em uma cabana nas montanhas.

SMURFS E A VILA PERDIDA (EUA 2017).

Gênero: animação. Duração: 90 min. Classificação: livre. Direção: Kelly Asbury. Com Ivete Sangoal, Rodrigo Lombardi, Demi Lovato. Sinopse: Smurfette não está contente: ela começa a perceber que todos os homens do vilarejo dos Smurfs têm uma função precisa na comunidade, menos ela.

VELOZES E FURIOSOS 8 (THE FATE OF THE FURIOUS) (EUA 2017)

Gênero: Ação/Suspense. Duração: 136 min. Classificação: 10 anos. Direção: F. Gary Gray. Com Vin Diesel, Dwayne Johnson, Jason Statham. Sinopse: Depois que Brian (Paul Walker) e Mia (Jordan Brewster) se aposentaram, e o resto da equipe foi exonerado, Dom (Vin Diesel) e Letty (Michelle Rodriguez) estão em lua de mel e levam uma vida pacata e completamente normal. Mas a adrenalina do passado acaba voltando com tudo quando uma mulher misteriosa (Charlize Theron) faz com que Dom retorne ao mundo do crime e da velocidade.

ERA O HOTEL CAMBRIDGE (BRA 2016).

Gênero: bDrama. Duração: 99 min. Classificação: 12 anos. Direção: Eliane Caffé. Com Carmen Silva (I), Isam Ahmad Issa, José Dumont. Sinopse: Refugiados recém-chegados ao Brasil dividem com um grupo de sem-tetos um velho edifício abandonado no centro de São Paulo. Além da tensão diária que a ameaça de despejo causa, os novos moradores do prédio terão que lidar com seus dramas pessoais e aprender a conviver com pessoas que, apesar de diferentes, enfrentam juntos a vida nas ruas.

Rádio Tabajara

PROGRAMAÇÃO DE HOJE

Table with FM and AM columns listing radio programs like Madrugada na Tabajara, Aquarela Nordestina, and various musical shows.

Serviço

Fones (3211-6280) • Mag Shopping (3246-9200) • Shopping Tumbia (3214-4000) • Shopping Iguatemi (3337-6000) • Shopping Sul (3235-5585) • Shopping Manaira (Box 3246-3188) • Sesc - Campina Grande (3337-1942) • Sesc - João Pessoa (3208-3158) • Teatro Lima Pennante (221-5835) • Teatro Egdaldo do Egyppto (3247-1449) • Teatro Severino Gabriel (3341-6538) • Bar dos Artistas (3241-4148) Galeria Archibey Prado (3211-9224) • Casa do Cantador (3337-4646)



Fotos: Edson Matos

Trabalhador, João Batista Ribeiro revela um artesão e não meda esforços para resolver o que era intransponível ao longo das viagens nos mares

Um marinheiro de muitas viagens, histórias e causos

Aposentado do Ministério da Marinha, João Batista Ribeiro pretende lançar livro

Hilton Gouvêa
hiltongouvea@bol.com.br

João Batista Ribeiro é um homem lido e corrido que percorreu boa parte do mundo trabalhando e gozando a vida. Aposentado do Ministério da Marinha, ele andou por mares nunca dantes navegados e namorou mulheres de nacionalidades diferentes. Fabricante de piso de caldeira para navio e foguista profissional, ele embarcava e desembarcava em cargueiros e petroleiros de acordo com a necessidade da empresa para a qual trabalhava. E assim colecionou histórias de aventuras que dariam inveja a qualquer Marco Pólo da era da informática. Sua intenção é transformar tudo isso em livro.

Do Canadá ao Japão, lá estava João Cão. Por que este apelido? Ora, o homem entendia de tudo a bordo de um navio, embora não fosse muito bom nas letras. Mas seu cérebro funcionava a 500 por hora. Como na história do navio brasileiro "Doce Orion", que deu o prego em Nova Orleans (EUA) e ninguém sabia o motivo. João bebericava uma cervejinha num boteco do Rio, quando lançou o desafio: "eu conserto este navio". A garçonete ouviu a conversa e levou-a direito para um contra-almirante. Este, telefonou para João e o intimou a comparecer em seu gabinete. O marujo tomou um susto mas foi.

Monossilábico, o contra-almirante entregou-lhe

a passagem de avião e ordenou: "vá, traga o barco e não me venha com conversa mole". Ao chegar a Nova Orleans, João limpou as máquinas do navio e notou que o óleo combustível era grosso de mais para circular nos condutos. Mudou o óleo para um tipo fino, ligou a máquina e o navio "pegou" de primeira. Sorte? Sim. "Quando recebi a ordem para embarcar fiquei com medo de dizer ao

homem que fizera o desafio completamente bêbado", disse João. Depois, seu conceito subiu na Marinha Mercante e ele passou a ser chamado para tudo.

Mas João Cão ou João Safado, começou sua vida no Recife. Fazia bicos para sobreviver. Um dia resolveu mudar a sorte. Um amigo perguntou: "tu sabes fazer piso de caldeira?" A resposta foi sim. João, que não sabia nem

pegar num maçarico, enfrentou a barra e fez um teste na Casa Holanda. Ganhou nome. Os comandantes de navios passaram a procurá-lo. Nesse interm, aparece o 2º maquinista do navio de passageiros "Raul Soares", do Lloyd Brasileiro. O desafio, agora, era de causar pavor, para quem era iniciante: pintar uma chaminé de 35m de altura. Há dez anos ela estava sem pintura nova, porque não existia ho-

mem de coragem para fazer o serviço.

Cão juntou 12 homens de confiança. Olhou a chaminé de cima para baixo. Mandou seu homem de fé subir, para enxergar lá de cima. O cara voltou do meio, atacado de vertigem. João subiu, limpou a peça palmo a palmo e, ao retirar a sujeira, começou a deslizar o pincel, apoiado num sistema de roldanas. Foi mais ponto na

sua reputação. "Ganhei tanto dinheiro que tive de levar a quantia ao banco dentro de um chapéu". Veze por outra João despertava seu lado boêmio e brincalhão: se enfiava nos bordéis da Rua da Guia, em Recife, e tomava todas a que tinha direito. E chamava carinhosamente de "algodão" o comandante do navio petroleiro "Presidente Venâncio". O comandante era negro.

+ Culinária exótica, um amor em cada porto e comércio

Oportunamente chamado para organizar a simulação de um combate a incêndio, João ousou repreender o contra-almirante Burnier, porque ele estava no piso do navio, fumando um cachimbo. Comprou depois uma carga de maçãs de um navio argentino e levou para vender na feira de Campina Grande. Obteve lucro. Mas tudo descia pelo ralo, com bebidas e mulheres. O apurado da maçã foi colocado num saco de cimento e investido num caminhão de inhame, vendido em Recife. Sem planejamento, o dinheiro vinha e voltava. "Pulava do bolso com borracha, segundo define o próprio João.

A Namorada de João era Judith, uma moça de Abreu e Lima (PE). Enciumada, a mulher de um tenente de marinha botou folha na cabeça da moça e disse que João tinha um caso com ela. O choro do rapaz não demoveu a moça, que acabou o namoro imediatamente. Mas

o destino reservava surpresas para João. Certa vez, no rio, um homem lhe pediu água e comida. Ele deu. O cara era um engenheiro encarregado por uma empresa, de retirar lama do fundo da Baía da Guanabara. João ajudou-o. Este favor resultaria, mais tarde, em testes de laboratórios para a construção da Ponte Rio-Niterói.

Dos costumes observados em países asiáticos, ele destaca: na Coreia do Sul, um cafezinho custava cinco dólares a xícara. E a garçonete lavava as mãos do cliente e enxugava, antes de servi-lo. No mesmo país tomou uma sopa de folha de quaiabo. Mas teve que arranjar colher num restaurante português. Com os pauzinhos, não conseguiu comer. Em Po-Ron, um porto local, uma coreana bonita levou todo seu dinheiro de viagem, numa noite de carinhos. Ele voltou a pé para o navio. Na baía de Tóquio ele se surpreendeu com um motorista

japonês de caminhão, que falava português.

O japa levou 53 brasileiros para um bordel, onde passaram a noite. Pela manhã, João notou que havia perdido a capanga com 1.050 dólares. No dia seguinte a bolsa foi entregue no porto, com todo o conteúdo. João assinou nove vias de recibo, para provar que a bolsa voltara às suas mãos. O navio "Doce Coral" aportou na Baía de Tóquio. E João gostou da higiene observada no bordel da Mamãe - San, onde havia banheira ao lado da cama, para banhos quentes. E as mulheres exigiam que a cada relação sexual os marujos tomassem um banho. Os banheiros eram impecavelmente limpos.

João lembra que o Vietnã é o país oriental que mais possui dietas exóticas. Pela manhã sentiu um cheirinho de ovo frito na gordura. Era sapo-cururu, feito na hora. Também tinha rato, a dois dólares cada. Era só



Férrada, Gênera de Trabalho de Ribeiro

escolher. Na Malásia, os táxis são carrocinhas à tração humana, chamados riquichias. O condutor dá um chicote ao passageiro e exige que ele bata. Cada chicotada custa um dólar. É a gorjeta cobrada acima do preço da corrida.