

GRATUITA

Programação especial para o Dia das Crianças

Para levar diversão aos pequenos, destaque para oficina, contação de histórias e teatro no fim de semana. **Cultura & Théo 7**



42 KM

Corredores de Jundiaí vão disputar a Maratona de Chicago

Os jundiaíenses já estão preparados para dar a largada na 46ª edição da Maratona de Chicago, dia 15, uma das mais tradicionais corridas de longa distância do mundo. **Esportes 8**



Acesse o Portal JJ (jj.com.br) e ouça a Rádio Difusora 810 AM

DDM registra uma medida protetiva a cada 5 minutos



Cerca de 75% dos casos não tinham nenhum boletim de ocorrência prévio

Os serviços da Delegacia de Defesa da Mulher (DDM) do Estado de São Paulo registraram, entre janeiro e agosto de 2024, 65 mil pedidos à Justiça de medida protetiva de urgência para vítimas de violência doméstica e familiar. O número representa uma média

de uma medida protetiva solicitada a cada 5 minutos. Os dados ainda apontam para um aumento de quase 57% das solicitações em relação ao mesmo período do ano passado, quando foram ajuizados 41 mil pedidos.

Cidades 5

ÍNDICE

8 PÁGINAS

Opinião | Política | Cidades | Polícia

Modulinho | Cultura | Esportes

TEMPO

NUBLADO

Mínima 18° Máxima 28°

RODÍZIO NA CAPITAL

Placas finais 9 e o

POLÍCIA

Caminhoneiro é sequestrado em Jundiaí

Caminhoneiro de 41 anos foi sequestrado por dois bandidos armados, na noite desta quarta-feira (9), no estacionamento de um posto de combustíveis, na rodovia Anhanguera, em Jundiaí. Levado para um cativeiro, ele foi ameaçado de morte e roubado. **Polícia 6**

REFORMA ÁREA DE LAZER

Casa de Nazaré e ONG Sonhar Acordado precisam de doações

A Casa de Nazaré, uma associação beneficente de Jundiaí, em parceria com a ONG Sonhar Acordado, está lançando um projeto de reforma para revitalizar o bosque no quintal da instituição, proporcionando um espaço de lazer seguro para crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social. A iniciativa conta com a participação de engenheiros e voluntários e busca doações de materiais para que o projeto se torne realidade.



A Casa de Nazaré acolhe jovens encaminhados pela Justiça

Cidades 5

SEGUNDO TURNO

Governador Tarcísio reitera apoio a Parimoschi

O governador de São Paulo, Tarcísio de Freitas, reforçou o seu apoio ao candidato José Antonio Parimoschi no segundo turno das eleições municipais em Jundiaí e prometeu novas parcerias para Jundiaí. **Política 3**



Governador Tarcísio afirma que Jundiaí irá receber novas parcerias

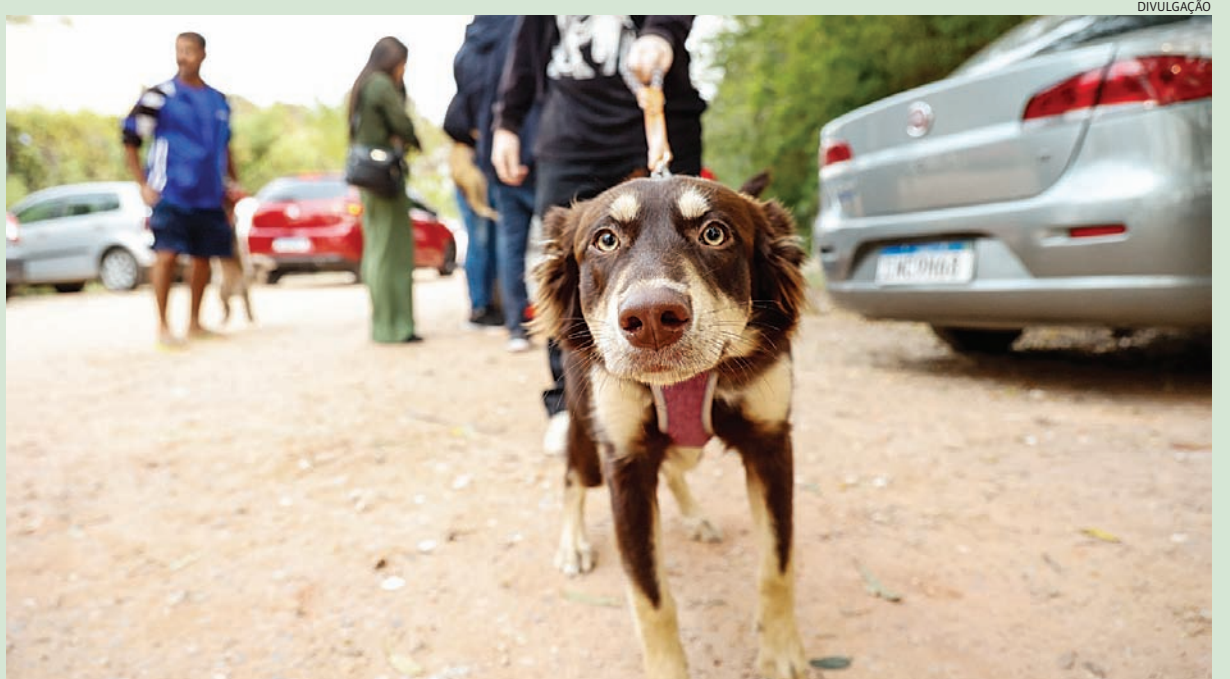
BEM-ESTAR ANIMAL

Debea faz agendamento presencial para castração

Entre os dias 14 e 16 de outubro, o Departamento de Bem-Estar Animal (Debea) promove o agendamento presencial para os interes-

sados no mutirão de castração, que será realizado nos dias 19 e 20 de outubro, no bairro de Iboturucaia. O objetivo do agendamento prévio,

que será realizado das 8h30 às 16h na paróquia Santo Antônio de Pádua, é preencher as vagas disponíveis para aquela região. **Cidades 4**



Já foram realizadas 3,5 mil castrações, mas a meta é chegar a 5,1 mil até o fim do ano

ARTIGOS

Evolução e a inclusão do novo



ALEXANDRE MARTIN

Dentre aqueles que se propõem a estudar a medicina é bem comum um sentimento de vislumbre e afeição pelo fenômeno da vida, vendo-a como entidade dotada de força e até uma certa “inteligência”, crescendo e se esforçando para expandir e enraizar-se na nossa realidade. Comigo não é diferente.

A evolução das espécies ao longo dos anos é uma das faces da vida que me encanta particularmente. Já a citei várias vezes aqui para explicar a origem de comportamentos e mesmo sentimentos humanos que estão presentes nos dias de hoje pois, de alguma forma, contribuíram para o nosso sucesso como espécie.

Essa visão sempre me foi muito útil para ampliar o meu entendimento sobre doenças e disrupções nesta força de vida que se dão não pelo “mero acaso”, mas sim por uma mudança de demandas muito além da nossa capacidade de adaptação.

Mudança e adaptação, aliás, são elementos chave para o sucesso evolutivo.

Charles Darwin nos ensinou sobre isso, na sua teoria da evolução das espécies. Nela, enfatiza que a variabilidade de características entre indivíduos da mesma espécie é um processo natural e saudá-

vel, pois invariavelmente irá dar ao grupo maior chance de adaptação às demandas do ambiente e, por consequência, maior longevidade e saúde ao longo do tempo.

Longe de ser um processo puramente teórico e distante, a variabilidade como uma expressão da vida com todo seu potencial é vista, por mim, como algo presente no nosso cotidiano. Vamos a um exemplo!

Tem crescido muito o “diagnóstico” das chamadas neurodivergências, ou seja, alterações no de-

Mudança e adaptação são elementos chave para o sucesso evolutivo

envolvimento do sistema nervoso levando aos indivíduos assim qualificados a terem uma percepção diferente do mundo, seja no aspecto material (na sua percepção física) ou mesmo psíquico (como entendem as próprias emoções). Existem vários diagnósticos deste grupo, mas o espectro autista é um dos mais observados.

Estes indivíduos, cada qual à sua maneira, percebem o mundo de uma forma diferente e única, o que é muito bom para nós como espécie. As demandas no século XXI são novas e inusitadas e, talvez, a nossa espécie esteja evoluindo assim como tudo o mais. Esta é uma visão particular,

mas que me agrada muito: não existem maneiras “certas” de ver o mundo, mas sim, maneiras produtivas e adaptadas.

Como tudo que é novo, novas maneiras de pensar nos parecem estranhas à princípio, por não serem compreendidas bem. Esse comportamento de estranheza mesmo é parte da nossa evolução, nos comportamos assim para fortalecer nossa “noção” de grupo. Daí está a origem do olhar julgador para o que é diferente do “normal” e “comum”.

No entanto, para que sejamos cada vez mais saudáveis como espécie e eficazes no exercício da nossa humanidade, o nosso grupo precisa aumentar e seus limites devem ser “afrouxados” para sermos mais inclusivos com todos. Nosso olhar deve evoluir de algo que “julga” para aquele que “ajuda”. Participantes do espectro com frequência precisam da nossa ajuda para se sentirem seguros em expressar o seu completo potencial de vida e, para nós, é muito bom receber essa contribuição daquilo que é diferente e novo.

Caso o leitor(a) tenha se sensibilizado e se interessado em entender mais desse processo, fico muito feliz e informo que o passo mais importante já está dado: o olhar se voltando em como podemos ajudar o outro e, através disso, fortalecer a própria vida.

ALEXANDRE MARTIN é médico, especialista em acupuntura e com formação em medicina chinesa e osteopatia (xan.martin@gmail.com)

O manto azul da santa negra



GUARACI ALVARENGA

Um fato histórico, na página do livro do tempo, foi anotado em 6 de novembro de 1888, no então reinado do Brasil. A princesa Isabel, em pagamento de uma promessa, visitou a basílica, em Aparecida e ofertou à santa Nossa Senhora, uma coroa de ouro cravejada de diamantes e rubis, juntamente com um manto azul, ricamente adornado.

Todo ano, às vésperas de 12 de outubro, dia de Nossa Senhora Aparecida, dezenas de milhares de romeiros caminham às margens da Rodovia Presidente Dutra em direção ao Santuário Nacional de Aparecida (SP). Nossa Senhora Aparecida é uma das principais santas católicas e tem o título de padroeira do Brasil. Representada pela imagem de uma mulher negra, é requisitada por fiéis em momentos de aflição.

Desde então, sob a proteção deste sagrado manto azul são atribuídos muitos milagres ao povo brasileiro.

As velas

Numa pequena capela, durante uma noite tranquila, duas velas acesas iluminavam a imagem de Nossa Senhora Aparecida. De repente, as chamas se

apagaram sem motivo aparente. Os devotos que estavam no local ficaram surpresos e uma das fiéis presentes, Silvana da Rocha, tentou acendê-las. Porém, para o espanto de todos, as velas se acenderam sozinhas.

Escravo liberto

Um escravo chamado Zacarias passava pelo santuário de Nossa Senhora e pediu ao feitor que o deixasse rezar naquele lugar. Como foi autorizado, ele se ajoelhou e fez suas orações com to-

Nossa Senhora Aparecida é uma das principais santas católicas

da a fé. Então, as correntes que estavam prendendo suas mãos e pés se soltaram sem que ninguém encostasse nelas.

Conversão

Um homem passava por Aparecida quando observou a fé dos romeiros. Como não acreditava no poder de Nossa Senhora, zombou dos fiéis. Assim, resolveu mostrar que a fé na santa era uma bobagem entrando na igreja a cavalo. Porém, quando foi fazer isso, a pata do seu animal ficou presa na pedra da escadaria. O cavaleiro, então, arrependeu-se e entrou no santuário já como devoto. Um deles ficou gravado em minha

memória de forma indelével, ainda criança:

Perdedor de várias Copas do Mundo, inclusive uma final em seu próprio domínio, a grande derrota no Maracanã em 50, a arte do futebol brasileiro não conseguia se impor aos olhos do mundo.

Aconteceu a copa do mundo de 1958

A seleção, sempre vestida de canarinho naqueles jogos, vencia os jogos e ganhava ares de apego exagerado à cor amarela.

Veio a final contra Suécia. Os dois times acolhiam como cor oficial, o amarelo.

Foi aí, que o chefe da delegação brasileira, Paulo Machado de Carvalho teve uma moção divina. Em sonho teria vislumbrado Nossa Senhora Aparecida com seu manto azul. Determinou ao seu roupeiro comprar camisetas azuis, mas que permanesse em segredo até o início da partida.

O Brasil sagrou-se pela primeira vez, campeão mundial.

O mundo curvou-se diante de nosso futebol. O milagre do manto azul aconteceu.

A Santa Senhora Negra é o símbolo da devoção de milhares de fiéis e leva multífoes a procissão em Aparecida, o maior destino de turismo religioso no País. Rogai por nós Nossa Senhora Aparecida. Amem.

GUARACI ALVARENGA é advogado (guaraci.alvarenga@yahoo.com.br)

Assistência Domiciliar é chave para o bem-estar



EDVALDO DE TOLEDO

A assistência domiciliar tem se tornado uma ferramenta fundamental no cuidado, especialmente na terceira e quarta idade. À medida que a população envelhece, é imprescindível que busquemos formas eficazes de proporcionar qualidade de vida a esse grupo, que muitas vezes enfrenta desafios físicos e emocionais significativos. Neste contexto, o cuidado domiciliar emerge como uma solução que não apenas atende às necessidades básicas, mas também promove segurança ao público assistido.

Um dos principais benefícios da assistência domiciliar é a personalização do cuidado. Cada idoso possui uma história única, necessidades específicas e preferências que devem ser respeitadas. A assistência domiciliar permite que cuidadores se adaptem a essas particularidades, criando um ambiente mais acolhedor e seguro. Isso é crucial, pois muitos idosos sentem-se mais confortáveis em seus lares, onde podem manter uma rotina familiar e, assim, preservar sua identidade.

Além disso, a assistência domiciliar ajuda a prevenir a institucionalização. Muitos idosos desejam evitar casas de repouso e ambientes hospitalares. Com o cuidado domiciliar, é possível oferecer suporte ade-

quado, permitindo que esses indivíduos continuem a viver em casa, cercados por seus familiares e em um ambiente que lhes é familiar. Essa continuidade na vida diária é vital para a saúde mental e emocional dos idosos, contribuindo para a redução de ansiedade e depressão.

A saúde física também se beneficia enormemente da assistência domiciliar. Profissionais de saúde, como enfermeiros e fisioterapeutas, podem prestar cuidados médicos diretos, monitorar condições crônicas e orientar planos de reabilitação. Isso não apenas melhora a saúde geral do idoso, mas também reduz a frequência de hospitalizações, que podem ser prejudiciais e desgastantes. A presença regular de um cui-

dador permite a detecção precoce de problemas de saúde, garantindo intervenções mais rápidas e eficazes.

A promoção da autonomia é outro ponto que deve ressaltar, não se trata apenas de cuidar, mas de capacitar os idosos a manterem

Cada idoso possui uma história única e necessidades específicas

sua independência. Cuidadores podem ajudar na realização de atividades diárias, como alimentação, higiene e mobilidade, enquanto incentivam os idosos a participarem ativamente dessas tarefas. Essa

abordagem não apenas fortalece a autoestima, mas também promove a funcionalidade e a autoconfiança.

Socialmente, a assistência domiciliar também desempenha o seu papel. A solidão e o isolamento social são problemas comuns para os 80+. A presença de cuidadores não apenas proporciona assistência física, mas também companhia e interação social. Isso é especialmente importante para aqueles que perderam cônjuges ou amigos, pois a convivência social é essencial para a saúde mental e emocional. Atividades recreativas, conversas e o simples fato de ter alguém presente podem fazer uma diferença significativa na qualidade de vida do idoso.

Cuidar de um idoso pode ser uma tarefa desgas-

tante e emocionalmente desafiadora. A presença de profissionais qualificados alivia essa carga, permitindo que os familiares possam continuar suas atividades diárias sem se sentirem sobrecarregados. Para isso procure no mercado uma pessoa qualificada para poder gerenciar a escala e a promoção do cuidado para seu familiar, sempre gosto de ressaltar que você não está terceirizando o carinho e sim promovendo mais saúde e dignidade ao seu familiar, para que você desfrute dos momentos únicos com seu familiar.

EDVALDO DE TOLEDO é enfermeiro, especialista em Gerontologia e Geriatria, apresentador do IssoPodAjudar Podcast do Jornal de Jundiaí (atendimento@edvaldodetoleado.com.br)

“Os artigos dessa página não representam a opinião desse jornal e é de inteira responsabilidade dos seus autores”

Jornal de Jundiaí
REGIONAL

Diretora Presidente
SUELI N. F. MUZAIEL

Diretor Vice-Presidente
TOBIAS MUZAIEL JR.

Editora-Chefe
ARIADNE GATTOLINI - MTB 23649

Publicação Diária da Lauda Editora, Consultorias e Comunicações Ltda.

Fundado em 1965 por Tobias Muzaiel
Em memória

MATRIZ - JUNDIAÍ
Rua Barão de Jundiaí, 1041 - sala 92 - Jundiaí - SP - CEP 13201-012
e-mail: comercial@jj.com.br

Departamento Comercial/Disk Modulinho (Classificados)..... (11) 2136-6030
Redação..... (11) 2136-6070
Novas assinaturas/renovações..... (11) 2136-6020
Atendimento ao Assinante (de 2ª a 6ª até 17h30)..... (11) 2136-6078
Atendimento ao Assinante (sábados e domingos até as 12h)..... (11) 2136-6078
Departamento Cobrança..... (11) 2136-6055
Serviços Gráficos..... (11) 2136-6005
Disque Bancas (de 2ª a 2ª até as 12h)..... (11) 2136-6078

REPRESENTANTES

SÃO PAULO
Adilson Colucci - Fone: (011) 98157-9872
email: acolucci.jundiai@gmail.com

BRASÍLIA
Central de Comunicação S/S Ltda. - SCS Qd. 02, Bl "D", Ed. Oscar Niemeyer,
Sala 1002/1003 - CEP: 70.316-900 - Fone/Fax (61) 3323-4701/(61)

CONSTITUIÇÃO Ministro Luís Roberto Barroso critica medida que limita poderes dos magistrados do Supremo Tribunal Federal

Barroso reage a pacote do Congresso contra STF e critica interesses políticos

FOLHAPRESS
grupo.editores@jj.com.br

O presidente do STF (Supremo Tribunal Federal), ministro Luís Roberto Barroso, disse nesta quinta-feira (10) que “não se mexe em instituições que estão funcionando e cumprindo bem a sua missão por junções dos interesses políticos circunstanciais e dos ciclos eleitorais”.

O pronunciamento, feito no início da sessão plenária, ocorreu um dia após a Câmara dos Deputados avançar em um pacote de medidas que restringem os poderes e ampliam o leque de possibilidades de impeachment de integrantes da corte.

Barroso disse que, como toda instituição humana, o Supremo é passível de erros e está sujeito a críticas e a medidas de aprimoramento, mas que a unanimidade só existe em ditaduras.

“Se o propósito de uma Constituição é assegurar o governo da maioria, o Estado de direito e os direitos fundamentais, e se o seu guardião é o Supremo, chega-se à reconfortante constatação de que o tribunal cumpriu o seu papel e serviu bem ao país nesses 36 anos de vigência da Carta



Ministro Barroso afirma que não se mexe em instituições que estão funcionando

de 1988”, afirmou.

Ele acrescentou que as constituições existem “para que os valores per-

manentes não sejam afetados pelas paixões de cada momento”.

“Nós aqui seguimos fir-

mes na defesa da democracia, do pluralismo e da independência e harmonia entre os Poderes”, afirmou.

A CCJ (Comissão de Constituição e Justiça) da Câmara aprovou na quarta dois projetos de lei e duas

PECs (Propostas de Emenda à Constituição) com o STF no alvo, em uma ação orquestrada pelos parlamentares bolsonaristas, mas que contou com apoio dos demais partidos de centro-direita e de direita.

As propostas visam limitar o poder dos magistrados de tomarem decisões monocráticas e dá ao Congresso a prerrogativa de revogar entendimentos da corte, além de ampliar as possibilidades de impeachment de ministros, como opinar sobre temas ainda passíveis de julgamento ou “usurpar” funções que seriam do Legislativo.

Há hoje uma enorme insatisfação no Congresso com a atuação do STF. Entre outros pontos, reclama-se de uma constante interferência em atividades que seriam atribuição exclusiva do Legislativo. O impeachment de ministros do STF hoje é uma das principais bandeiras do bolsonarismo.

Os magistrados dizem, em conversas reservadas, que a PEC que restringe as decisões monocráticas, por exemplo, viola a Constituição por limitar o acesso dos cidadãos à Justiça, uma vez que muitos pleitos judiciais são atendidos via decisões individuais.

ELEIÇÕES 2024

Governador Tarcísio de Freitas reafirma apoio a Parimoschi

O governador de São Paulo, Tarcísio de Freitas (Republicanos), reforçou o seu apoio ao candidato José Antonio Parimoschi (PL) no segundo turno das eleições municipais em Jundiaí. Durante sua manifestação, o governador ressaltou a importância de um administrador experiente para manter o crescimento sustentável da cidade. Parimoschi também tem o apoio do prefeito Luiz Fernando Machado (PL).

“Parimoschi é honesto,

ficha limpa, trabalhador e experiente. Tem toda condição de dar continuidade a este grande trabalho que tem sido feito em Jundiaí. A parceria entre Prefeitura e governo do estado é fundamental. Por isso, não tenho dúvida: o melhor para Jundiaí é o Parimoschi”, afirmou o governador.

Tarcísio destacou também que Parimoschi possui a competência necessária para dar continuidade aos projetos em andamento e ampliar o desenvolvi-

mento da cidade. “É um momento de decidir, de pensar nos próximos quatro anos. Aliás, Jundiaí tem andado muito bem. Tem avançado muito em todas as áreas. Precisamos dar continuidade a tudo que está dando certo. E é por isso que o meu único candidato em Jundiaí é o Parimoschi”, disse.

“O apoio do governador Tarcísio de Freitas é fundamental para seguirmos avançando. Juntos, nós vamos reforçar as parcerias nas áreas de desenvolvimen-

to estratégico de Jundiaí, como saúde, na educação, atração de investimentos produtivos e formação de mão de obra dos nossos jovens. Também lembro do projeto de municipalização do segundo ciclo da educação e o Centro de Referência do Autismo. A confiança do governador demonstra que estamos no caminho certo, com projetos sólidos e uma visão de desenvolvimento que beneficia nossa população em diversas áreas”, reforçou Parimoschi.



Governador Tarcísio apoia Parimoschi e reforça parcerias

Queridinho

Depois de cair nas graças do presidente Luiz Inácio Lula da Silva, que o nomeou para a chefia do Banco Central, e atingindo um recorde de aprovação em sua sabatina no Senado nesta terça-feira (8), agradando até a oposição, Gabriel Galipolo começa a conquistar também as redes sociais. O economista de 42 anos ganhou uma página de fãs no Instagram e agradou até a ex-ministra Damares Alves, do governo Bolsonaro.

Mata Ciliar

Na manhã de quinta-feira (10), o prefeito Luiz Fernando Machado esteve na ONG Mata Ciliar, que tem parceria com a Prefeitura de Jundiaí para atividades educacionais e de proteção aos animais silvestres. “O trabalho desenvolvido pela Mata Ciliar é um diferencial para a cidade”, comentou, enquanto circulava pelo espaço, acompanhado por técnicos da prefeitura e da instituição.

PELA ORDEM



Mesmo sem poder se candidatar, Bolsonaro faz campanha no 2º turno

Bolsonaro na campanha

Inelegível, Jair Bolsonaro (PL) poderá aparecer na TV e nas redes sociais em campanhas eleitorais do segundo turno de pelo menos 13 capitais do Brasil. A visibilidade deve ser maior do que a do atual presidente, Lula (PT), que viu seus palanques encolherem nas disputas para prefeituras. A propaganda política reinicia nesta sexta-feira (11) com dois blocos de horário eleitoral de dez minutos cada e 25 minutos de inserções distribuídas ao longo da programação de rádio e televisão.

Datafolha aponta Nunes com 55% de votos

O início da disputa do segundo turno em São Paulo mostra o prefeito Ricardo Nunes (MDB), candidato à reeleição, com 55%. Seu rival, o deputado federal Guilherme

Boulos (PSOL), marca 33% na corrida pelo comando da maior cidade do país. Os dados são da pesquisa da Datafolha. O prefeito lidera em todos os segmentos socioeconômicos pesquisados, tendo vantagem menor entre os 23% mais ricos (52% a 41% para Nunes) e os 19% menos escolarizados (52% a 38%), ressaltando que em ambos os grupos a margem de erro é de seis pontos.

Não é o ideal

Sete em dez eleitores de Ricardo Nunes (MDB), ou 68%, votarão pela reeleição do prefeito de São Paulo por falta de opção melhor, indica pesquisa Datafolha divulgada nesta quinta-feira (10). Outros 31% dizem apoiar o emedebista porque ele é o candidato ideal. Entre os eleitores de Guilherme Boulos (PSOL), 56% o consideram o candidato ideal, e 43% afirmam votar nele porque não há opção melhor.

Se Bolsonaro indicar o Paulo Guedes como secretário, aceito

De Ricardo Nunes, candidato a prefeito em SP sobre seu novo secretário de Fazenda, se for reeleito

MUTIRÃO O agendamento presencial acontece entre os dias 14 e 16 de outubro; próximo mutirão será realizado nos dias 19 e 20

Tutores podem agendar castração de animais no Ivoturucaia

DA REDAÇÃO
grupo.editores@jj.com.br

Entre os dias 14 e 16 de outubro, o Departamento de Bem-Estar Animal (DEBEA), órgão ligado à Unidade de Planejamento Urbano e Meio Ambiente (UGPUMA), promove o agendamento presencial para os interessados no mutirão de castração que será realizado nos dias 19 e 20 de outubro em Ivoturucaia.

O objetivo do agendamento prévio, que será realizado das 8h30 às 16h na paróquia Santo Antônio de Pádua, é preencher as vagas disponíveis para aquela região.

Segundo adianta a veterinária e diretora do DEBEA, Talita Odara Cervi, as castrações são realizadas por horários e por isso a importância de fazer os agendamentos. "Há um preparo para os animais antes de passar pela cirurgia, por isso, é importante o agendamento. As castrações estão liberadas para cães e gatos com idade entre 4 meses e 8 anos e o tutor pode cadastrar mais de um animal."

Já foram realizadas 3,5 mil castrações, mas a meta é chegar a 5,1 mil até o fim do ano. O tutor interessado deve cadastrar-se pelo site da Prefeitura ou do DEBEA e aguardar o contato. É importante manter os números de telefone e e-mail sempre atualizados.



O objetivo do agendamento prévio, que será realizado das 8h30 às 16h na paróquia Santo Antônio de Pádua, é preencher as vagas disponíveis para aquela região.

pre atualizados.

Os próximos bairros a receber o mutirão será o Santa Gertrudes e Bairro do Poste, porém uma vez

no mês o procedimento é feito na sede do DEBEA com chamamento para os cadastrados.

Além de ser um dos mé-

todos mais eficazes para o controle populacional, a castração pode trazer benefícios para a saúde do animal, como a redução da incidência

de tumores, tratamento para doenças relacionadas ao sistema reprodutivo, além reduzir comportamentos indesejados como terri-

torialismo e agressividade em alguns casos.

Mais informações pelo site debea.jundiai.sp.gov.br/servicos/castracao.

SOL

Dicas para proteger o carro dos danos de raios UV

Nos últimos dias, o Brasil atingiu níveis elevados de radiação ultravioleta (UV), segundo o Centro de Previsão de Tempo e Estudos Climáticos (Cptec). Os raios ultravioleta fazem mal não apenas à pele humana, mas também à lataria dos veículos. Proteger o carro contra os raios solares é essencial para preservar tanto a estética quanto a durabilidade do automóvel. Marco Lisboa, CEO e fundador da KoalaCar, uma microfranquia de limpeza a seco de veículos, separou algumas dicas:



A exposição prolongada aos raios solares pode causar danos

Prevenção de danos à pintura: A exposição excessiva à radiação UV pode causar o desbotamento da cor da pintura do carro, deixando-o com uma aparência opaca e envelhecida. Além disso, pode acelerar o processo de oxidação da coloração, o que leva a manchas e corrosão. "É possível encontrar no mercado uma supercra que cria uma película de proteção sobre a lataria, vedando os microporos da pintura. Isso leva a menos danos provocados pelos raios solares e é ideal para quem tem o hábito de deixar o carro estacionado no sol o dia inteiro. Para quem já está com a tintura do veículo prejudicada, é possível fazer o polimento para reavivar a cor e o brilho da lataria, além de eliminar riscos.", diz Marco.

Proteção das partes plásticas: Os componen-

tes plásticos e emborrachados, como os para-choques e as borrachas das janelas, são mais vulneráveis à radiação UV. O sol pode ressecar e rachar essas partes, comprometendo sua integridade e causando problemas como infiltrações de água.

"A exposição do veículo ao sol e à chuva pode provocar esse problema. É possível recuperar através de um produto que faz a revitalização de plásticos, trazendo mais vida e um visual mais atraente às peças que vão se desbotando ao longo do tempo", explica Marco.

Manutenção do interior do veículo: O interior do carro também pode ser prejudicado com a exposição aos raios UV, especialmente em dias quentes. Bancos de couro podem ressecar e rachar, e os de tecido podem desbotar. Além disso, o painel pode perder sua cor e

apresentar rachaduras. As películas de proteção solar podem ser soluções para essa questão, pois bloqueiam essa radiação, protegem o interior do carro e regulam a temperatura interna.

Proteção dos vidros: Os vidros do carro, especialmente o para-brisa, também podem ser afetados pela radiação UV. Com o tempo, a exposição ao sol pode comprometer a visibilidade, causando manchas e opacidade no vidro. Utilizar capas ou cobrir o carro em estacionamentos expostos ao sol pode ser uma maneira eficaz de minimizar a ação desses raios.

"Cuidar da proteção contra raios UV e da manutenção do veículo não só prolongam a vida útil dos componentes, como também ajudam a manter a estética do carro em boas condições", diz o CEO da KoalaCar.

OUTUBRO ROSA

Campo Limpo Paulista reforça ações

Dando continuidade a programação, no dia 14 de outubro, a UBS Pau Arcado realizará um mutirão às 7h, incluindo a solicitação de mamografias. No dia seguinte, 15 de outubro, a UBS Pau Arcado promove uma roda de conversa, às 13h, com o tema "Se conhecendo". Na mesma data, outras duas importantes palestras ocorrerão: às 09h, na UBS Botujuru, sobre o tema "Um toque para a vida"; e às 10h, na UBS Ve-

ra Regina, abordando a prevenção e o diagnóstico precoce do câncer de mama.

O cronograma se estende até o fim do mês, com destaque para a palestra do dia 22 de outubro, na UBS Central, que tratará do tema "Se cuidar é um ato de coragem", às 7h, e no dia 24 de outubro, a UBS Vila Marieta recebe às 09h uma discussão sobre "Prevenção e autocuidado".

Encerrando o mês, a UBS Parque Internacional oferecerá uma pales-

tra no dia 25 de outubro, às 8h, com foco no autoexame e diagnóstico precoce, finalizando as atividades de conscientização e educação em saúde para todas as mulheres que desejam participar.

COM A CAMPANHA OUTUBRO ROSA,

a Prefeitura reforça a importância de cuidar da saúde e prevenir o câncer de mama, incentivando as mulheres a se priorizarem e buscarem orientação nas UBS's do município.



Com a campanha Outubro Rosa, a Prefeitura reforça a importância de cuidar da saúde e prevenir o câncer

CONTRA AGRESSÕES Com 65 mil solicitações em 2024, pedidos de proteção a mulheres saltam 57% no estado; delegada reforça importância da denúncia

DDMs solicitam uma medida protetiva a cada cinco minutos

DA REDAÇÃO
grupo.editor@jj.com.br

Os serviços da Delegacia de Defesa da Mulher (DDM) do Estado de São Paulo registraram, entre janeiro e agosto de 2024, 65 mil pedidos à Justiça de medida protetiva de urgência para vítimas de violência doméstica e familiar. O número representa uma média de uma medida protetiva solicitada a cada 5 minutos.

Os dados ainda apontam para um aumento de quase 57% das solicitações em relação ao mesmo período do ano passado, quando foram ajuizados 41 mil pedidos. Neste 10 de outubro, Dia Nacional de Luta Contra a Violência à Mulher, o Governo de São Paulo reforça a importância de se denunciar e procurar ajuda em casos de violência doméstica.

“É uma forma de quebrar o ciclo da violência e prevenir a repetição de atos de agressão. As medidas protetivas servem para proteger a vítima na sua integridade física, psicológica, moral, sexual e patrimonial, que são os tipos de violência reconhecidos pela Lei Maria da Penha”, afirma a delegada Adriana Liporoni, coordenadora das Delegacias da Mulher de São Paulo.

Segundo a Secretaria da Segurança Pública, quatro a cada cinco vítimas de feminicídio no estado em 2023 não possuíam medidas pro-



Dados da DDM apontam para um aumento de quase 57% das solicitações de medidas protetivas para vítimas de violência doméstica em 2024

ativas. Cerca de 75% dos casos não tinham nenhum boletim de ocorrência prévio.

“É importante frisar que a mulher que estiver sendo agredida, de qualquer forma, no âmbito domiciliar, pode ser pelo companheiro, companheira ou qualquer familiar, deve denunciar o fato à polícia. Às vezes o silêncio pode levar a consequências mais sérias”, ressalta a delegada.

Entre as providências, as medidas protetivas determinam a restrição de contato e proximidade com a vítima, com a retirada do agressor do domicílio. “O afastamento do lar é o mais comum, mas

também é possível pedir pensão alimentícia e até suspender ou restringir o porte de armas se for o caso”, explica a coordenadora das DDMs. Após a solicitação de medida protetiva de urgência, a Justiça tem 48h para decidir sobre o pedido.

CANAIS PARA DENÚNCIA

As DDMs do Estado oferecem diferentes canais para o registro de boletins de ocorrência de casos de violência e a solicitação da medida protetiva de urgência: as delegacias da mulher territoriais, a DDM Online e

as Salas DDM 24h instaladas em plantões policiais.

“Temos hoje 141 delegacias físicas da mulher em todo estado e 142 Salas DDM que atendem em plantões policiais em ambiente acolhedor e humanizado, onde a mulher conversa por meio de videoconferência com profissionais policiais. Temos uma gama de serviços para oferecer a vítima mais essa camada de proteção” orienta Adriana Liporoni.

No total, entre janeiro e agosto de 2024, foram quase 108,6 mil boletins de ocorrência feitos pelas DDMs, um aumento de 17% na

comparação com o mesmo período de 2023.

SÃO PAULO POR TODAS

Além das delegacias da mulher, quem estiver se sentindo ameaçada ou em situação de risco de violência pode ligar no 190 da Polícia Militar. O Centro de Operações (Copom) da corporação conta com a Cabine Lilás, que oferece atendimento especializado a vítimas de violência por meio de policiais militares treinadas.

Outra ferramenta do Governo de São Paulo é o aplicativo SP Mulher Segura. Disponível para os sistemas

iOS e Android, a plataforma da Secretaria da Segurança Pública reúne funcionalidades como o registro de ocorrências e o acionamento da Polícia Militar.

Para vítimas protegidas por medida protetiva, o aplicativo também disponibiliza um botão do pânico para situações em que se sintam ameaçadas pelo agressor. Por meio de georreferenciamento, a ferramenta também cruza os dados da localização da vítima e do agressor que é monitorado por tornozeleira eletrônica. Se identificada aproximação, a PM é acionada e uma viatura é despachada para o local.

Tais serviços integram o movimento São Paulo por Todas, lançado pelo Governo do Estado no início do ano. Este movimento intensifica os esforços na proteção das mulheres e no combate à violência, ampliando o alcance das políticas públicas e garantindo suporte efetivo para as vítimas.

Para a secretária de Políticas para a Mulher, Valéria Bolsonaro, a segurança é uma prioridade. “Estamos comprometidos em garantir que todas as mulheres de São Paulo tenham à disposição ferramentas práticas para sua proteção. Essas ações, integradas no movimento São Paulo por Todas, reforçam nosso compromisso de combater a violência de maneira assertiva e contínua”, conclui.

CONSCIENTIZAÇÃO

Previsão de aumento de obesidade no Brasil alerta

A Organização Mundial de Saúde (OMS) estima que, em 2025, 2,3 bilhões de adultos ao redor do mundo estarão acima do peso, sendo 700 milhões de indivíduos com obesidade. No Brasil, conforme alerta um novo estudo apresentado no Congresso Internacional sobre Obesidade (ICO) 2024, realizado no mês de junho, quase metade dos brasileiros adultos (48%) terá obesidade e mais 27% terão sobrepeso até 2044.

A condição é diagnosticada por meio do cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), que considera o peso e a altura do paciente. Quando o resultado é acima de 30 kg/m², indica que o paciente é obeso. Já pacientes com IMC entre 25 e 29,9 kg/m² são diagnosticados com sobrepeso. “A obesidade pode ter diversas causas, como fatores genéticos, hábitos alimentares inadequados, sedentarismo, uso de medicamentos que favorecem o ganho de peso e fatores emocionais e psicológicos, como estresse e exaustão”, afirma a médica endocrinologista do Hospital de Caridade São Vicente de Paulo (HSV), Dra. Taynara Willers Melero.

A obesidade também é considerada fator de risco para doenças cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, doenças hepáticas, gastrointestinais e diferentes tipos de câncer, além de distúrbios psicológicos, como ansiedade e depressão. Por isso,



Endocrinologista Taynara Melero explica sobre mudança no estilo de vida

nesta sexta-feira (11), é lembrado o Dia Nacional de Prevenção da Obesidade, data que tem como objetivo conscientizar a população sobre a importância da prevenção.

“Os tratamentos para obesidade no Brasil variam de acordo com as necessidades individuais do paciente. A abordagem terapêutica inclui mudanças no estilo de vida, como alimentação balanceada e redução do consumo de alimentos ultraprocessados, consumo adequado de água e a prática de exercícios físicos regulares, para potencializar o gasto energético e o ganho de massa muscular. A recomendação é a prática mínima de 150 minutos de exercícios aeróbicos por semana, com exercícios de fortalecimento muscular pelo menos duas vezes por semana”, explica Dra. Taynara.

Segundo a médica do HSV, a Terapia Cognitivo-

-Comportamental (TCC) tem se mostrado uma grande aliada no tratamento da obesidade. “A TCC ajuda a modificar os fatores psicológicos que influenciam o comportamento alimentar e a relação do paciente com a comida. Na obesidade, o foco é em modificar pensamentos automáticos disfuncionais e crenças distorcidas sobre alimentação, peso e corpo, que por diversas vezes potencializam os hábitos alimentares inadequados”, reforça.

VAGA PARA ASSISTENTE ADMINISTRATIVO FISCAL

Residir em Várzea Paulista, Jundiaí ou Campo Limpo Paulista
Local: Várzea Paulista
Escaridade: ensino médio
Experiência de pelo menos 1 ano
Salário: R\$ 2.500,00 mais benefícios
Enviar currículo para
curriculo@mpiengenharia.com
jessica.oliveira@mpiengenharia.com
helen.oliveira@mpiengenharia.com

REFORMA DO QUINTAL

ONG Sonhar Acordado e Casa de Nazaré precisam de apoio

A Casa de Nazaré, uma associação beneficente de Jundiaí, em parceria com a ONG Sonhar Acordado, está lançando um projeto de reforma para revitalizar o bosque no quintal da instituição, proporcionando um espaço de lazer seguro para crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social. A iniciativa conta com a participação de engenheiros e voluntários, e busca doações de materiais para que o projeto se torne realidade.

O bosque, que atualmente se encontra abandonado e acumulando resíduos, apresenta riscos físicos devido a bancos quebrados e o terreno irregular. Com a reforma, o espaço será transformado em um local de convivência adequado, onde as crianças poderão brincar e relaxar com segurança. O projeto inclui a limpeza do terreno, o plantio de nova vegetação, a construção de caminhos pavimentados e



Com a reforma, o espaço será transformado em um local de convivência adequado

rampas, além da instalação de novos bancos e balanços de madeira.

A ONG Sonhar Acordado, que já realiza atividades contínuas na Casa de Nazaré, está mobilizando voluntários para realizar a obra. No entanto, para que o projeto avance, são necessárias doações de materiais de construção. Todo o esforço

é filantrópico, sem fins lucrativos, e qualquer colaboração é bem-vinda para dar vida a este sonho de oferecer um ambiente mais acolhedor e seguro às crianças e adolescentes atendidos.

A Casa de Nazaré acolhe jovens encaminhados por determinação judicial, vítimas de negligência, abandono e outros tipos de vulnerabilidade. A parceria entre a ONG e a Casa visa proporcionar mais dignidade e conforto para esses jovens, que precisam de um ambiente que promova sua recuperação e desenvolvimento saudável.

Se você deseja contribuir para este projeto de transformação, entre em contato com a Casa de Nazaré e confira a lista de materiais necessários.

Voluntárias responsáveis de arrecadação:

Giovana (11) 97176-1014
Eduarda (11) 99733-3003

MILAN LEILÕES
LEILOEIRO OFICIAIS

STELLANTIS
PLANTA CAMPO LARGO - PR

COMEÇA SEGUNDA FEIRA

14/15 e 17/out
9:30H. ONLINE

IMPORTANTE LEILÃO DE DESATIVAÇÃO DA FÁBRICA DE MOTORES STELLANTIS

APROX. 1500 LOTES DE MÁQUINAS OPERATRIZES • ROBÔS • KBKS • FERRAMENTAS • MOTORES • CARRINHOS TRANSPORTADORES • TRANSFERS • PEÇAS DE REPOSIÇÃO • PARAFUSADEIRAS E APERTADEIRAS PNEUMÁTICAS • PROJETO DE PERFIL E MUITO MAIS.

SAIBA MAIS

INFO@MILANLEILÕES.COM.BR (11) 3845-5599

POLÍCIA

POLICIA@JJ.COM.BR

INVESTIGAÇÃO Vítima ficou várias horas em poder dos criminosos em um cativoiro no meio de um matagal e depois foi liberada

Sequestro e roubo em Jundiaí: 'calado ou vai conhecer Jesus'

FÁBIO ESTEVAM
festavam@jj.com.br

Um caminhoneiro de 41 anos foi sequestrado por dois bandidos armados, na noite desta quarta-feira (9), no estacionamento de um posto de combustíveis, na rodovia Anhanguera, em Jundiaí. Levado para um cativoiro, ele foi ameaçado de morte e roubado.

A vítima estava dentro do caminhão, quando dois bandidos chegaram e anunciaram o assalto. Um deles assumiu a direção do veículo e todos rumaram para uma área de mata.

No local, eles vasculharam o veículo atrás de aparelho rastreador, mas não encontraram. Pouco tem-



Ele foi rendido por dois bandidos e, no cativoiro, chegou um terceiro ladrão

po depois um terceiro ladrão chegou e passou a fazer ameaças de morte, caso a vítima não ficasse calada e de cabeça abaixada: "olhando para o chão ou vai conhecer Jesus", disse o criminoso, com a arma apontada para ele.

A vítima ficou em poder dos criminosos por mais de seis horas, até o início da madrugada desta quinta-feira.

Por fim, os bandidos acabaram não roubando o caminhão - e nem a carga, já que estava descarregado.

Foram levados apenas a carteira com documentos da vítima e R\$ 70.

O caso foi registrado no Plantão Policial e será investigado pela Polícia Civil.

SOCORRIDA

Mulher quebra o tornozelo

Uma mulher de 20 anos sofreu fratura no tornozelo, em um acidente envolvendo carro e moto, na noite desta quarta-feira (9), na rua Senador Fonseca, no Centro de Jundiaí.

A vítima era garupa da moto conduzida por um rapaz de 20 anos. Quando eles passavam por um cruzamento na Senador Fonseca, acabaram se chocando frontalmente contra um carro.

Ambos foram lançados ao chão; o condutor da moto sofreu uma luxação no ombro, enquanto que a jovem quebrou o tornozelo esquerdo. O motorista do carro parou para prestar socorro, assim como uma viatura da Guarda Municipal, que passava pelo local.

Foi solicitado socorro do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu), que levou as vítimas ao Hospital São Vicente, onde ficaram internadas.

EM JUNDIAÍ

Homem iria emprestar arma a um amigo

Guardas municipais de Operações com Cães prenderam um homem no bairro Almerinda Chaves, em Jundiaí, por porte ilegal de arma de fogo, na tarde desta quarta-feira (9). Com ele os agentes apreenderam um revólver, que ele alegou que iria emprestar a um amigo, que havia pedido possivelmente para cometer um crime.

Os GMs Edvaldo e Mikael, com o k9 Red (supervisionados pelo subinspetor Daniel) faziam patrulhamento, quando um homem, ao notar a presença da viatura, levou a mão à cintura e saiu correndo. Os agentes desembarcaram e foram atrás do suspeito, por uma área de mata, onde ele tentou se desfazer de algo.

Os guardas o alcançaram e o detiveram, localizando também o objeto dispensado por ele; um revólver calibre 32, com três munições e numeração parcialmente raspada.

De acordo com os guardas, ele disse que estava com a arma porque iria empre-



Arma foi apreendida e será periciada

tar a um amigo, que "pediu para 'fazer uma fita'".

O suspeito foi conduzido à Central de Flagran-

tes, onde ficou preso. De lá, foi levado para o Centro de Triagem de Campo Limpo Paulista.

DOIS PRESOS



Os suspeitos tentaram fugir, mas acabaram presos pela Guarda Municipal

Ladrões assaltam farmácia e levam remédios e dinheiro

Guardas municipais prenderam dois homens na noite desta quarta-feira (9), no Jardim Galletto, em Itatiba, suspeitos de assaltarem uma farmácia. Do local os criminosos conseguiram roubar vários medicamentos de alto custo, além de dinheiro do cofre; os GMs, porém, recuperaram tudo.

Por volta das 21h20 guardas municipais faziam patrulhamento pela avenida da Saudade, quando, ao pas-

saram em frente a uma farmácia, visualizaram dois homens saindo do local carregando sacolas grandes e aparentemente pesadas. Ao perceberem a presença da viatura, eles se assustaram e abandonaram as sacolas, iniciando fuga a pé. Durante a fuga, um deles pulou um muro e fugiu pelos telhados de residências próximas, enquanto que o outro continuou pela rua.

Os guardas primeiro perseguiram e abordaram o que permaneceu na rua, que imediatamente confessou que havia assaltado a farmácia. Na sequência, os agentes solicitaram reforço de outras equipes, que realizaram um cerco e prenderam o segundo suspeito.

Nas sacolas os agentes encontraram muitos medicamentos de alto valor, além de várias moedas e maços de dinheiro.

Logo depois, os patrulheiros foram até a farmácia, onde os funcionários (vítimas) lhes mostraram as imagens de segurança e esclareceram

os acontecimentos; a dupla invadiu e rendeu a todos, colocando-os em uma sala da loja, enquanto forçaram a supervisora a abrir o cofre, de onde subtraíram dinheiro.

Os dois foram conduzidos ao Plantão Policial, onde foram presos em flagrante, pelo delegado Rodrigo Carvalhaes, por roubo qualificado. O delegado também representou pela prisão preventiva de ambos.

Após isso eles foram levados para o Centro de Triagem de Campo Limpo Paulista, para aguardar a audiência de custódia.

NECROLOGIA

GAETANO MAUZI ARMENI VENTRE, 90 anos, viúvo. Sepultado no Cemitério Nossa Senhora do Desterro.

BENEDITO QUIRINO BERNARDO FILHO, 64 anos, casado. Sepultado no Cemitério Parque da Paz.

O velório Municipal informou sobre 2 óbitos, autorizado pelas famílias

UTILIDADE PÚBLICA - LOTERIAS

| LOTOMANIA: 2684 | | DEU NO POSTE | |
|-------------------------------|--|--------------------------------|------------|
| DATA: 09/10/24 | | DATA: 10/10/24 | |
| 10 11 12 13 19 40 41 44 52 54 | | 1º PT 9 6 7 5 | 1º 4 0 6 0 |
| 21 22 23 33 36 68 73 81 83 95 | | 2º 3 1 3 4 | 2º 4 9 3 4 |
| | | 3º 4 0 6 3 | 3º 1 3 3 2 |
| | | 4º 1 6 4 6 | 4º 0 7 1 4 |
| | | 5º 3 7 8 8 | 5º 2 5 1 3 |
| | | 6º 2 3 0 6 | 6º 3 5 5 3 |
| | | 7º 3 2 1 | 7º 0 3 2 |
| MEGASENA: 2784 | | QUINA: DATA: 09/10/24 | |
| DATA: 08/10/24 | | 05 35 39 53 78 | 6554 |
| | | | |
| LOTOFÁCIL: DATA: 09/10/24 | | TELESENA: DE PRIMAVERA | |
| 01 03 04 06 08 09 10 11 3216 | | SORTEIO: 5º SORTEIO - 06/10/24 | |
| 12 13 15 16 19 20 25 | | 23 26 30 39 45 51 | |

LOTÉRIAS DE 10/10/24 NÃO ATUALIZADAS ATÉ O FECHAMENTO DESSA EDIÇÃO

Escaneie o Qrcode para ser direcionado ao APP.

Tudo o que você precisa em um só lugar.

Um novo conceito em desenvolvimento de aplicativos

Avalie nosso APP. É muito importante para que possamos melhorar sua experiência.

desenvolvido por
www.holosconsult.com.br

ESPORTES

Sexta-feira, 11 de Outubro de 2024

ESPORTES@JJ.COM.BR

FUTEBOL DE CAMPO

Jundiaí vence Atibaia pelo Campeonato Estadual

Em um jogo disputado, Jundiaí venceu Atibaia por 3 a 2, pelo Campeonato Estadual Sub-13. O próximo jogo será contra o São João da Boa Vista, no dia 29.



REFORÇOS

Mayke se recupera e Abel ganha alívio na reta final

O lateral direito Mayke estará à disposição para o jogo entre Palmeiras e Juventude, no próximo dia 20, pela 30ª rodada do Brasileiro.



DESAFIO O percurso de 42 KM acontece na manhã deste domingo (13) e vai reunir cerca de 50 mil participantes do mundo todo

Corredores jundiaíenses vão dar largada na Maratona de Chicago

LUANA NASCIBENE
lnascibene@jj.com.br

Os corredores jundiaíenses já estão preparados para dar a largada na 46ª edição da Maratona de Chicago, uma das mais tradicionais corridas de longa distância e que faz parte do calendário das seis principais provas do mundo. O percurso de 42,195 quilômetros acontece neste domingo (13), a partir das 9h30 no horário de Brasília, e vai reunir cerca de 50 mil participantes do mundo todo, entre atletas de elite e amantes do esporte. A corrida será transmitida pelo canal ESPN Brasil.

Entre os jundiaíenses que embarcaram para a Cidade dos Ventos estão: Ana Luíza Barbosa, Juliano Katayama, Raphael Ramos, Everaldo Bonani, Roseli Bonani, Eduardo Póvoa e Elisabete Pereira Barbosa. Com exceção do Raphael, será a estreia dos competidores de Jundiaí na Maratona de Chicago.

Para a corredora Ana Luíza será ainda mais especial, porque vai ser sua primeira

maratona disputada. “Vou estrear em grande estilo nessa cidade incrível. Estou com as expectativas altas e tenho certeza que será um dia inesquecível e com certeza contarei com o apoio da torcida, que dizem ser contagiante. Estou muito feliz por realizar esse sonho. O esporte transforma vidas, através da disciplina, resiliência e respeito. Precisamos respeitar a distância da maratona e extrair do ciclo de treinos tudo o que temos de melhor. A companhia de amigos durante o processo faz toda a diferença. Meu objetivo é completar a prova, curtir cada segundo e receber a tão esperada medalha dos 42km”, disse a estreadora.

PREPARAÇÃO

Além de toda sequência de treinamentos, a preparação também inclui técnicas e estratégias individuais. Para Ana, foram 17 semanas



O corredor Juliano Katayama, de Jundiaí, quer terminar a prova em menos de três horas

de preparação, divididos em cinco dias de corrida e dois de fortalecimento.

Para o maratonista Juliano Katayama, a parte mais desafiadora da prepa-

ração foi equilibrar a rotina com os treinos. “Cheguei a rodar 80 quilômetros na semana, dividido em cinco dias, mas alguns corredores chegam a passar dos 100”, explicou.

Em relação ao tempo para completar a prova, a ideia dos corredores é quebrar o recorde pessoal. “Cada um tem uma expectativa de tempo diferente. O Rapha, o Everaldo e eu buscamos completar a prova em menos de três horas e também bater nossos recordes pessoais”, disse Juliano.

A maioria desses corredores já disputou a Maratona de Boston, considerada a prova mais tradicional e histórica da modalidade, e agora eles vão em busca de representar a cidade em um desafio diferente. “A principal diferença de Boston para Chicago é o percurso. Chicago é conhecida por ser rápida, pois o percur-

so é plano. Já Boston tem uma prova com subidas que acaba exigindo mais dos atletas. Mas ambas fazem parte do calendário das principais maratonas do mundo, que são conhecidas como as Majors Marathons”, disse Katayama.

RECORDE

O atual recorde mundial da Maratona de Chicago foi batido em 2023, pelo atleta queniano Kelvin Kiptum. Haverá um minuto de silêncio na largada onde o maratonista começou sua épica corrida no ano passado, que levou apenas 2 horas e 35 segundos para terminar. O jovem de 24 anos morreu em um acidente de carro quatro meses após essa conquista surpreendente. Neste ano, os 50 mil participantes exibirão adesivos em homenagem ao recordista.

Nesta edição, o queniano, Amos Kipruto, vencedor da Maratona de Londres 2022, é o favorito para levar o título na categoria masculina, e a norte-americana ex-recordista da maratona, Keira D'Amato, é a mais cotada para o título feminino.

LEGADO

Lenda do tênis, Nadal anuncia aposentadoria

O icônico tenista Rafael Nadal vai se aposentar após a temporada de 2024. O espanhol de 38 anos vai entrar em quadra pela última vez como profissional em novembro, na Davis Cup Finals, representando seu país. O torneio será disputado entre os dias 19 e 24 do próximo mês. Ele chegou à final da Davis Cup no início de sua trajetória, em 2004.

Nadal se despede do tênis com 92 títulos ATP em 22 anos de carreira. Ao todo, registrou 1080 vitórias e 227 derrotas e ganhou R\$ 752 milhões em prêmios, somando bônus em simples e duplas. Ele foi o primeiro tenista a conquistar 22 Grand Slams e foi ultrapassado recentemente por Djokovic.

“Rei de Paris”, Nadal participou do revezamento da tocha olímpica nos Jogos deste ano. O espanhol é o maior vencedor em Roland Garros, com 14 títulos. Tem dois ouros olímpicos, tendo ganhado em 2008 no simples e em 2016 nas duplas. Foi porta-bandeira da Espanha nas Olimpíadas do Rio. Nadal vinha sofren-



Nadal vinha sofrendo com problemas físicos nos últimos anos

do com problemas físicos nos últimos anos. Ele precisou abandonar competições no meio e despencou no ranking. “A realidade é que foram anos difíceis, especialmente esses dois últimos. Acho que não consigo jogar sem limitações. É uma decisão que obviamente é difícil, que demorei um pouco para tomar. Mas nesta vida tudo tem um começo e um fim, e acho que é o momento cer-

to para acabar com o que tem sido uma carreira longa e mais bem-sucedida do que eu jamais poderia imaginar”, disse o atleta.

O espanhol passou 209 semanas como o tenista número 1 do mundo. Atualmente, está na 158ª posição. Ele é o segundo do ‘Big 3’ a encerrar a carreira, dois anos depois de Roger Federer. Com isso, Djokovic é o único do trio que segue na ativa.

EMPRESTADO

Corinthians formaliza compra de goleiro Hugo Souza

O Corinthians formalizou a opção de compra dos direitos econômicos do goleiro Hugo Souza, um dos destaques da equipe na temporada. O camisa 1 foi emprestado ao Timão pelo Flamengo até o final deste ano e agora será do time paulista em definitivo.

“O Sport Club Corinthians Paulista informa que formalizou a opção de compra dos direitos econômicos do goleiro Hugo Souza junto ao Clube de Regatas do Flamengo, de acordo com o estabelecido no contrato de empréstimo firmado entre os clubes em julho deste ano”, informou o Corinthians.

A diretoria do Timão só poderia exercer a opção de compra de Hugo a partir desta quinta-feira, como está previsto em contrato. Recentemente, o Corinthians teve que



O valor da compra do goleiro Hugo Souza é de R\$ 4,9 milhões

desembolsar R\$ 500 mil para contar com o arquirrô no duelo de ida da semifinal da Copa do Brasil, no Maracanã.

O valor da opção de compra de Hugo Souza é de 800 mil euros (cerca de R\$ 4,9 milhões). O presidente Au-

gusto Melo disse em algumas entrevistas que esse valor estava reservado para a camisa 1 em definitivo.

Com a camisa do Corinthians, Hugo possui 22 jogos (22 como titular), com oito vitórias, sete empates e sete derrotas.