



AQUI VOCÊ VÊ O #LADOBOMDAVIDA

DE 07 DE FEVEREIRO A 13 DE FEVEREIRO DE 2026

Nº 1.121 R\$ 4,00

Circulação:
Itaúna - MG
Mateus Leme - MG

Av. Central, 197 - Padre Eustáquio - Itaúna - MG - 35680-159
jornalsocialluizparreiras@gmail.com ☎ 37 99118 3000 @jornalsocial.luizparreiras

Jornal Social

#ESPALHENOTICIABOA

LUIZ PARREIRAS

www.luizparreiras.com.br



ÓTICA VISUAL

Sua ótica de confiança.

R. Gonçalves da Guia, 56 - Centro - Itaúna - MG
(37) 3241-0035 ☎ (37) 98823.7653
@oticavisualitauna



@SOLARITAUNA
@SOLARITAUNA.COM.BR

SOLAR
IMÓVEIS

LOCAÇÃO, COMPRA E VENDA

TEM PRA SOLAR IMÓVEIS



@SOLARITAUNA
@SOLARITAUNA.COM.BR

SOLAR
IMÓVEIS

LOCAÇÃO, COMPRA E VENDA

**No especial saúde e odontologia
Você sofre de erosão ácida
dental?**

Página 06



**A pequena Giovana no
palco da dupla Edson e Hudson**

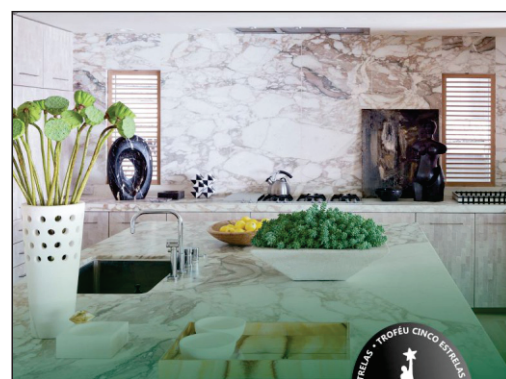
Página 05



Por Dr. Elvio Marques

**Como cuidar
bem de
seu coração
As dificuldades
dos pacientes
no tratamento
das doenças
do coração
no dia a dia**

Página 02



MARMORARIA
AVENIDA

*Levando
sophisticacão ao
seu ambiente.*

LAVATÓRIOS, PIAS
BANCADAS, PISOS
SOLERAS E NICHOS.

(37) 3242-4007
(37) 9 9967-4716 (Ênio - Vó)
marmorariaavenida@hotmail.com
www.marmorariaavenida.com

**O bloco Os Pixurucos promete
levar boas
energias para a avenida**

Página 05

Vem aí...

UMA NOITE EM QUE *elas*
SERÃO O DESTAQUE!

TROFÉU
Feminino
Plural
2026

Um reconhecimento
público do Jornal
Social para mulheres
que se destacam
em Itaúna e região.

20 de junho
Buffet Isaura Araújo



Confreita 2026

Senhor, o que queres que eu faça?

**34ª Confreita
Confraternização Espírita
de Itaúna**

Página 02

**Um novo ano,
a mesma pauta:**



**Dia 10/02 as sessões plenárias estão
de volta. Participe, presencialmente
ou pelas redes sociais.**

O MELHOR **PARA ITAÚNA.**

Saiba mais em cm.itauna.mg.gov.br
Instagram: @itaunacamaramunicipal



*Valor bruto de veiculação
R\$ 1.237,50

BAHDESIGN

– CRIAÇÃO DE IDENTIDADE VISUAL

– CRIAÇÃO DE CONVITE VIRTUAL

– PLANEJAMENTO, CRIAÇÃO E GERENCIAMENTO DE CONTEÚDOS PARA REDES SOCIAIS

– E MUUUUITO MAIS!

VEM FAZER A DIFERENÇA!

37 99123.6172 @bah.design_

Peça agora seu cartão de benefícios BenMelhor

Muito mais vantagens para você!

FarMelhor

Faz bem pra sua saúde. Faz bem pro seu bolso.

Tel: (37) 3241-4563 | 3073-3690

Wpp: (37) 9 9823-5537

Av. Jove Soares, 860 - Centro - Itaúna - MG

CONTABILIDADE J. FRANCO

Rua Canadá, 20 - Pio XII

Itaúna - MG

Telefone: (37) 3249-3650

@contabilidadejfranco

Karine Honorato

INSTITUTO DE BELEZA

Há mais de 10 anos atuando na área

Especialista em alongamento

Venha realçar sua beleza e aumentar sua autoestima.

Agende sua avaliação:

R. Agripino Lima, 61 - Centro - Itaúna

☎ 37 999283139

@karine.honoratomegahair

Av. Getúlio Vargas, 648

Centro - Mateus Leme - MG

☎ 31 3535.3450

www.nandaburger.com.br

Como cuidar bem de seu coração

As dificuldades dos pacientes no tratamento das doenças do coração no dia a dia

O coração é um órgão que trabalha vinte e quatro horas por dia e com o passar dos anos sofre um natural desgaste. A pressão arterial alta ou hipertensão é a doença mais comum entre os cardíacos especialmente após os sessenta anos. O ruim é que três entre dez hipertensos nada sentem, os chamados assintomáticos e corre o risco de complicações com o correr do tempo como o acidente vascular cerebral ou AVC, o coração dilatado ou insuficiência cardíaca, a insuficiência renal. Outra situação comum é que poucos hipertensos aderem o tratamento, ou seja não tomam a medicação todos os dias e até mesmo pararam de tomar se vão beber bebida alcoólica ou se queixam que estão cansados de tomar a medicação e ainda, que o seu organismo já se acostumou com pressão alta e que passam mal quando a mesma reduz, o que não é um verdade ou seja nossos organismo precisa sempre, sempre de uma pressão arterial normal, ou seja, hoje de acordo com as diretrizes nacionais e internacionais a pressão ideal é abaixo de 120 x 80 no adulto, acima de dezoito anos. Devemos lembrar que a doença pressão alta não tem cura e o tratamento é para o resto da vida, com medicação na grande maioria dos casos, sendo sempre acompanhada por um médico de sua confiança, com controle periódico e realização de exames complementares, sabendo-se que só o seu médico pode modificar o seu tratamento (nada de se tratar na rede social ou com o amigo ou vizinho). Se seu medicamento está trazendo efeitos colaterais cabe a você comunicar seu médico assistente e juntos se entenderem sobre a melhor medicação e como usá-la. Lembrando ainda que há uma relação estreita e forte entre pressão arterial elevada

e risco de acidente vascular cerebral ou derrame cerebral, portanto trate de cuidar bem de sua pressão, se possível, meça-a regularmente. A insuficiência cardíaca congestiva ou coração dilatado ou ainda inchado, é uma doença ou condição que pode ser consequência da pressão alta e mal controlada ou de doença das valvas ou válvulas ou por obstrução das artérias coronárias seja angina ou infarto e nesta condição um controle ainda mais rigoroso deve ser realizado porque os estudos mostram a mortalidade elevada. As válvulas ou valvas, verdadeiras portas que se abrem e fecham para o sangue passar, em número de quatro podem ser lesadas por bactérias, infecções que podem passar despercebidas na infância e adolescência especialmente na orofaringe ou garganta e que só na vida adulta vão se manifestar seja pela presença de um sopro ou por arritmias ou falhas no ritmo normal do coração, ou ainda por cansaço e falta de ar. As valvas podem passar por um envelhecimento e degeneração na terceira idade em grau acentuado com ou sem sintomas, daí a necessidade de se prevenir sempre, com um controle médico periódico, exames complementares e hoje existem inúmeros tratamentos extremamente simplificados, fáceis, rápidos e excelentes para estas doenças. As tonturas ou desmaios ou ainda desequilíbrios não significam necessariamente labirintite, que é uma doença rara ou pouco comum, do ouvido médio e facilmente diagnosticada, mas um desmaio ou tontura pode ser um sinal de doença da valva cardíaca ou falha no funcionamento do coração e não podemos ficar na suposição apenas, lembrando que o ataque cardíaco e o acidente vascular cerebral podem se manifestar com uma tontura,

desequilíbrio ou desmaio como seu primeiro sintoma. Uma especial atenção deve-se se dar às dores no peito, porque a principal causa de morte em todo o mundo é o ataque cardíaco ou infarto do miocárdio e aí é melhor errar pelo excesso do que pela falta mesmo sabendo que esta dor possa vir da coluna ou pulmões ou ainda músculo, esôfago, estômago entre outros órgãos e situações. Repito, mesmo assim e vejam que muitas vezes é difícil diagnosticar angina e infarto sendo necessário repetir por várias vezes os exames complementares. A primeira pessoa diagnosticada com doença de Chagas morreu com setenta e cinco anos e de doença não cardíaca. Hoje estamos vivendo um momento de avanço extraordinário da ciência o que nos possibilita viver mais e melhor, onde a expectativa de vida aumenta ano após ano. Cabe finalizar enfatizando que sendo diagnosticado com doença do coração deve-se fazer um controle clínico periódico rigoroso, um médico de sua confiança, fazer uso correto da medicação e praticar hábitos saudáveis, sempre apoiado em evidências científicas comprovadas por fontes confiáveis e selecionadas. A vida é um dom maior do criador, cabe a cada um de nós cuidar dela da melhor forma. Na próxima oportunidade iremos abordar o tema: As vacinas e o coração, verdades e mentiras. Até lá e um forte abraço,

Elvio Marques da Silva – Médico Cardiologista Clínico- CRRMG 17383–RQE 1094
Mestre em Medicina pela Faculdade de Medicina da UFMG.
Clínica do Coração Dr. Elvio – 37 34022440 ou 999153585
@drelvioclinicadocoracao
elviomarquesdasilva@yahoo.com.br

34ª Confreita

Confraternização

Espírita de Itaúna

A 34ª Confreita - Confraternização Espírita de Itaúna será realizada no período de 15 a 17 de fevereiro - Carnaval com Cristo no Núcleo Espírita Nosso Lar em Itaúna. Um encontro de convivência, aprendizado, espiritualidade e evangelização, pensado com carinho para crianças, jovens e adultos, sendo uma realização do Grupo Espírita Francisco de Assis, Núcleo Espírita Nosso Lar e Grupo Espírita Eurípedes Barsanulfo cujo tema central será - Senhor, o que queres que eu faça?

Programação
15/02/26 – Domingo - 7h às 18:30 – recepção, passes, música, abertura, dinâmica, coffee break, palestra: Saulo x Jesus. Eu x Jesus – palestrante: Geraldo Márcio, Vivências: Teatro/Provocações Filosóficas/Const. Familiares/Contando Estórias e Crê-Sendo, almoço e música, oficina geral, coffee break, sala de estudos, Vivências: Teatro/Provocações Filosóficas/Const. Familiares/Contando Estórias e Crê-Sendo, apresentação musical
16/02/26 – Segunda – 7h às 20h - recepção, passes, música, sala de estudos, coffee break, Vivências: Teatro/Provocações Filosóficas/Const. Familiares/Contando Estórias, dinâmica, almoço e música, sala de es-

tudos, lanche da tarde, Vivências: Teatro/Provocações Filosóficas/Const. Familiares/Contando Estórias, oficina geral, apresentação musical, noite fraterna
17/02/26 – Terça - 7h às 12:30 - recepção, passes, música, palestra: Jesus em Paulo. Jesus em mim – palestrante: Gisele Miranda – Coffee break, sala de estudos, dinâmica, encerramento e almoço.
 Com evangelização para crianças até 13 anos
 Crianças até 08 anos não paga - Necessário inscrição e pagamento com antecedência, vagas limitadas.
 Para mais informações - (37) 99902-3269 - Abigail Miranda, (37) 99868-9876 - Isadora Cordeiro



Acontecerá no dia 28/02/2026 na Praça da Matriz em Itaúna a Copa Escolar de Xadrez José Maria de Aquino (Bigode). O evento homenageia o Bigode que foi um dos grandes incentivadores do xadrez de Itaúna e dos projetos sociais do CEPEX. O torneio valerá rating da CBX - Confederação Brasileira de Xadrez, inclusive já está na página oficial da instituição maior do xadrez Nacional. O evento tem o apoio total da Secretaria Municipal de Esportes. Para mais informações zap 37-99832-0194

DR. JOSÉ LÚCIO BRAZ DE MATOS

Ortodontista - CROMG 5771 / Pós-Graduado em nível de mestrado pela UFRJ / Habilitado e credenciado para as seguintes opções de tratamento: Sistema INVISALIGN (alinhadores transparentes) Sistema DAMON Sistema InvisibleFast

R. Cap. Vicente, 26 - Centro Itaúna - MG - 37 3241.4040

Pensando em construir ou reformar?

Mãos à Obra

CONSTRUÇÕES

37 3249 3269

maosaobraconstrucoes@gmail.com

www.maosaobraconstrucoes.com.br

AQUI TEM TUDO PARA SUA CONSTRUÇÃO!

Rua Santana, 230 - B. das Graças

Itaúna - MG - CEP 35680-329

Telefax: (37) 3242-1491

e-mail: contabilidadecgc@gmail.com

Chique Dog e cia

Clínica veterinária e pet shop

O seu pet merece o melhor!

Rua Manoel Gonçalves, 115

Centro - Itaúna - MG

37 3241-5976

Projetos / Regularização de Imóveis

Engenharia Diagnóstica

Engenharia Condominial

Engenharia Legal

(Avaliações e Perícias)

(37) 9 9108-6079

(37) 9 9829-0804

thuaneeng@gmail.com

DOCES GOURMET

37 9 9937.3534 - 37 9 9832.8405

@deliciasdaluzia

HÁ MAIS DE 30 ANOS OFERECENDO UM COMPLETO SERVIÇO VETERINÁRIO A PEQUENOS ANIMAIS:

CONSULTAS

CIRURGIA GERAL

VACINAÇÃO

ODONTOLOGIA

EXAMES LABORATORIAIS

LASERTERAPIA

PET SHOP

São Francisco

Clínica Veterinária

novo endereço

AV. JK, 1242 - ITAÚNA

(37) 3241-1344 / (37) 99951-1344

@clinicaveterinariasfp

LOCAÇÃO, COMPRA E VENDA

Multa para curioso? Nova lei quer acabar com a 'espiadinha' que mata

ESPECIAL VEÍCULOS

Você já deve ter, em algum momento da vida, se deparado com um cenário clássico nas estradas brasileiras. Uma viatura parada ou uma equipe de obras no acostamento e, de repente, o trânsito para.

Muitas vezes, não devido ao bloqueio da via em si, mas pela fila de motoristas que reduzem quase a zero a velocidade do carro apenas para "dar uma espiadinha", tirar foto ou filmar a desgraça alheia.

Essa curiosidade mórbida, somada à falta de educação de quem passa tirando fino dos socorristas, agentes da lei e operários, está na mira do Projeto de Lei 45111/2024. Aprovada na pela Comissão de Viação e Transportes da Câmara dos Deputados, em Brasília, a proposta quer transformar o bom senso em obrigação legal, punindo com rigor quem coloca em risco a vida de policiais, médicos e operários em obras nas rodovias do país.

Sem correr ou parar para olhar

O texto aprovado pela comissão da Câmara é um substitutivo do deputado Diego Andrade (PSD-MG). O projeto de lei determina que, ao avistar giroflex ligado, cones ou equipes de manutenção, o motorista terá que seguir as seguintes regras:

- Redução de velocidade:** O condutor deverá baixar a velocidade para 60 km/h ou respeitar o limite da via, se este for menor. Nada de passar a 110 km/h ao lado de quem está atendendo um ferido.
- Troca de faixa:** Se houver mais de uma faixa, o motorista deverá obrigatoriamente mudar para a pista adjacente mais distante, criando um "colchão de segurança".
- Qual a punição prevista?**

Para o motorista que achar que a estrada é palco de show, a possível nova lei a ser incluída no Código de Trânsito Brasileiro (CTB) prevê as seguintes penalidades:

- Infração grave:** Para quem não reduzir a velocidade adequadamente: 5 pontos na CNH e multa de R\$ 195,23.
- Infração média:** Para quem passar "tirando fininho" na ocorrência, deixando de mudar de faixa ou não mantendo distância lateral/frontal segura: 4 pontos na CNH e multa de R\$ 130,16.

O texto precisa passar pelo crivo da Comissão de Constituição e Justiça (CCJ) da Câmara, antes de seguir para o Senado e a sanção presidencial. Se aprovado, haverá ainda 180 dias (6 meses) de campanhas educativas antes de a lei entrar em vigor.

Inspiração em lei norte-americana

O projeto de lei do deputado brasileiro foi inspirado no movimento: Move Over Law, que já vigora nos Estados Unidos e salva vidas por lá. Os dados norte-americanos usados para embasar a proposta são assustadores. Em 2023, ocorreram cerca de 28.008 acidentes de trânsito em acostamentos de rodovias, sendo 585 deles fatais.

Entre 2020 e 2024, 237 policiais rodoviários morreram nos EUA em acidentes de trânsito enquanto trabalhavam. Só em 2024, 44 agentes faleceram em serviço, sendo que 17 foram atingidos fora de seus veículos, um aumento de 113% em relação a 2023. Em 17 dos acidentes fatais, o motorista simplesmente não reduziu a velocidade nem mudou de faixa.

"Considerando o aumento dos acidentes envolvendo profissionais em rodovias e a necessidade de modernizar o CTB em consonância com experiências internacionais, entendo que a aprovação do projeto representa um avanço importante para o trânsito brasileiro", disse o deputado Diego Andrade, autor da proposta em entrevista ao site da Câmara.

Com informações www.olempo.com.br/autotempo

Brasil bate recorde de blindagens de carros e já supera México e EUA

O brasileiro nunca buscou tanto ter um "carro forte" particular. Em 2025, o país bateu o recorde com 43 mil veículos blindados, um salto de 25% em relação ao ano anterior.

Os dados da Associação Brasileira de Blindagem, a Abrablin, e mostram que o setor movimentou R\$ 3,5 bilhões, superando mercados tradicionais de blindagem veicular como Estados Unidos e México.

O "padrão Brasil" de blindagem

Esqueça fuzis ou armamento de guerra. Segundo a Abrablin, o motorista brasileiro blinda seus carros para sobreviver ao cotidiano das metrópoles. Por isso, quase 100% das solicitações são para o Nível 3-A. Essa proteção suporta disparos de armas curtas, como pistolas 9 mm e revólveres .44 Magnum, as ferramentas mais comuns em assaltos e sequestros-relâmpago no país.

Segundo Marcelo Silva, presidente da Abrablin, o alvo dos criminosos mudou. O foco agora é o celular e o acesso a contas bancárias. Com armas fáceis de esconder, o ataque é rápido, e a blindagem vira a única barreira real entre o vidro quebrado e o prejuízo (ou algo pior). Conforme a Abrablin, 8 em cada 10 blindagens no Brasil são feitas no estado de São Paulo. Mas não é só pela insegurança local. O estado virou uma espécie de "hub logístico" do setor pela oferta de mão de obra e preços competitivos.

Muitos clientes do Rio de Janeiro e de Minas Gerais, por exemplo, compram e blindam o carro em São Paulo, antes de levar o veículo para casa. O crescimento de 139% na blindagem de viaturas oficiais também impulsionou os números totais. Vale lembrar que a blindagem adiciona, em média, de 150 kg a 200 kg ao peso do veículo. Se você está de olho nesse mercado, prepare o bolso não apenas para o serviço, que pode custar de R\$ 60 mil a R\$ 150 mil, conforme o carro, mas para a manutenção mais rigorosa de suspensão e freios.

Av. São João, 5478
Nova Vila Mozart - Itaúna - MG
geraldoradiadores@gmail.com
(37) 3242-7980
(37) 9 9951-5462 / (37) 9 9817-4193

Pedra Negra
CORRETORA DE SEGUROS

37 3242-1940
atendimento@pedranegraseguros.com.br

ALEX AUTO PEÇAS
Peças automotivas para nacionais e importados

DIVIDIMOS EM 3X NO CARTÃO O VALOR NORMAL

(37) 3241-2452 / (37) 3241-1877
(37) 3242-1966 / (37) 99156.0148
Av. São João, 4324 - Itaúna - MG
alexautopecas@veloxmail.com.br

TROCA DE ÓLEO
Óleos para carros, caminhões, tratores, fora de estrada, motos, marombas, máquinas industriais, redutores industriais e veículos náuticos.

Rua João Cerqueira Lima, 686 - Centro
Itaúna - MG - (37) 99819-4021
Rua Camilote, 104 - Vila Tavares - Itaúna - MG
(37) 3243-4344 (37) 99909-1838

Sinta-se em casa

Salada Aproveitamento Gourmet

- Ingredientes**
- Alface
 - Tomatinho italiano
 - Salsão
 - Pimentão vermelho
 - Pimentão amarelo
 - 300 g. frango cozido desfiado
 - Maça verde
 - Maionese
 - iogurte natural
 - Mel
 - Mostarda
 - 300g de frango desfiado
 - Bacon
 - Cebola roxa
 - Alho

Preparo

Em uma tigela coloque o alface, a maçã picada e pingue um pouco de limão para não escurecer, depois coloque o tomatinho, o salsão e os pimentões e misture. Em uma panela, refogue o frango com bacon, cebola e alho e depois misture com a salada. Em uma vasilha misture a maionese, o iogurte, o mel e a mostarda para depois jogar esse molho por cima da salada.

Contribuição Valéria Campos



O melhor indicador do caráter de uma pessoa é como ela trata as pessoas que não podem lhe trazer benefício algum.

Abigail Van Buren



VERDURAS, FRUTAS E LEGUMES DIRETO DO PRODUTOR

AV. JOVE SOARES, 580
ITAÚNA - MG
(37) 9 9967.1047
37 3241.4047

R. Arnaldo Lima, 17
(esquina com a R. 13 de Maio)
Piedade - Itaúna - MG
(37) 99934-8932

AV. PLATINA, 303 - PADRE EUSTÁQUIO
ITAÚNA - MG - 37 3242.4434
37 9 9925.7443 / 37 9 9941.4171

Salgados por encomenda

R. Péricles Gomide, 02
Centro - Itaúna - MG
37 3241-4790

GRANDE VARIEDADE DE BEBIDAS
ALUGUEL DE CAIXAS DE GELO, MESAS E CADEIRAS

AV. JOVE SOARES, 1239 - CENTRO - ITAÚNA - MG
DELIVERY: 37 3242.1384 / 37 9 99 19.0704

DELIVERY
37 3241.0994
37 9 9825.4388
37 9 9953.6833
37 9 9962.0191
37 3241.2519

R. Marechal Deodoro, 53
Centro - Itaúna - MG

Sabor incomparável!
PADARIA, MERCEARIA, LANCHONETE E CONVENIÊNCIA
Segunda à sexta - de 06h às 20h
Sábado - de 06h às 18h
Domingo e feriados - de 06h às 12:30h
R. Manoel Zacarias, 05 Bairro das Graças
Itaúna - MG - 37 3241.1515
@amaralpanificadora
Panificadora Amaral

O diálogo das sombras

Pode um vaso rachado conter água pura? Certamente não. A água vazaria ou se contaminaria com a sujeira da fenda. Pois bem. Se a alma de um homem é o vaso e a bondade é a água, como pode alguém que derrama o sangue de um inocente por prazer afirmar que sua alma é íntegra? A crueldade com o animal não seria a própria rachadura que denuncia a falha do caráter? Na visão socrática, o mal é frequentemente fruto da ignorância do Bem. No entanto, quando a crueldade é refinada, como no ato de empalar ou torturar - deixamos o campo da ignorância e entramos no campo da perversão. Para Schopenhauer, que ecoou seu pensamento, a compaixão é a base da moralidade. Quem é incapaz de se identificar com o sofrimento de um ser senciente (o "doguinho" Orelha) cortou o fio que o liga à humanidade. Na Perspectiva da Psicanálise: Por que jovens se unem para tal brutalidade? A psicanálise nos oferece algumas chaves sombrias: A Perversão e o Feticismo da Dor: Diferente da psicose, o perverso sabe o que é a lei, mas decide suspendê-la para obter gozo. O animal, por ser "dócil e inofensivo", torna-se o objeto perfeito: ele não oferece resistência física, mas sua agonia oferece o "alimento" para a pulsão de morte (Tânatos). O Efeito de Grupo (Massa): Freud explica que, em grupo, o indivíduo abdica de seu "Ideal do Eu" (sua consciência moral) em favor do líder ou da vontade do bando. O grupo dilui a culpa. O que um jovem não teria coragem de fazer sozinho, ele faz para ser aceito, transformando a barbárie em um rito de passagem macabro. Muitas vezes, esses jovens sofreram violências (físicas ou simbólicas) e, para deixarem de ser "vítimas", tornam-se agressores cruéis, projetando no animal a fragilidade que odeiam em si mesmos. Seriam eles capazes de fazer o mesmo com um adulto? A resposta, infelizmente, tende ao sim. A diferença é apenas o risco e a conveniência. A crueldade com animais na infância /juventude é um preditor direto de violência interpessoal futura. Para

torturar um cão com pregos e cortes, é preciso primeiro "desanimá-lo", ou seja, tirar-lhe a alma e vê-lo como um objeto. Se esses jovens são capazes de desumanizar um cão, o passo para desumanizar um idoso, uma criança ou um adulto vulnerável é apenas uma questão de oportunidade. O que essa ação nos diz? Esse ato nos diz que falhamos como sociedade na transmissão da alteridade — a capacidade de reconhecer o outro como um ser que sente. Diz-nos que há um vazio existencial preenchido pelo sadismo e que a "má educação" não é apenas falta de escola, mas falta de Educação Sensível. Quem crava um prego no crânio de um ser inocente já morreu por dentro muito antes do animal. Eles não são apenas jovens "rebelde"; são indivíduos cujo desenvolvimento ético estagnou na barbárie, onde o prazer só é sentido através do poder absoluto sobre a vida e a morte.

Daniel Pires
Psicanálise clínica



Aniversariantes da Semana

07/02
Renata Jorge Guimarães
Thais Gonçalves
Nivaldo Júnior
Heitor Santiago Amaral
08/02
Sabrina Villefort
Aparecida Carvalho
09/02
Luciene Mello
Kátia Maria
Cleiton Borges
Heloísa Alves
Sônia Lúcia Silva
10/02
Ana Alves
Fabiana Dornas
Francisco Esteves
Francileno Alves
Karen Chequer
Giordane Alberto Carvalho
Mari Chaves

Dalminho Assis
11/02
Fabiano Parreiras
David Fernandes Teixeira
Dênio Vilela Guimarães
Vanessa Borges
12/02
Valentina Fonseca Nogueira Teixeira
Francisco Ricardo de Souza
Ailton Firmino
Henrique Penido
13/02
Selmo Damaso
Brandão
Carlos Tormin
Ana Paula Alves
Lucas Henrique Nunes dos Santos

Desejamos aos aniversariantes o melhor de uma vida bem vivida, paz interior. Feliz novo ano, que seja abençoado de paz e saúde.

No palco da dupla Edson e Hudson

A pequena notável, Giovana Prado de 5 anos, é Apucaranaense mas tem forte laço de amor para com Itaúna, sendo neta do estimado casal, Júlio César do Prado e Denise Gonçalves, avós amados. O fato é que no último dia 31 de janeiro Giovana cantou no palco da dupla Edson e Hudson que se apresentavam na cidade de Apucarana no Paraná onde Giovana reside com os pais, Danielle Prado e Lucas Vieira e o irmãozinho Mateus. O show que foi realizado na Praça Rui Barbosa, para mais de 40 mil pessoas, celebrava o 82º aniversário da cidade, mas o que queremos enaltecer foi quando a dupla sertaneja convidou a pequena Giovana para subir ao palco para cantar, após verem um vídeo dela na internet ficaram admirados com o talento artístico da cantora mirim. Foi um momento que encantou

todos os presentes mediante ao carisma e desenvoltura artística de Giovana que por onde passa deixa sua marca, como foi no fim de ano em Itaúna, quando visitava o vovô e a vovó, ela também subiu no palco que recebia artistas durante as festividades de fim de ano na Praça Dr. Augusto Gonçalves. Giovana é amante de música em geral, mas tem preferência pelo sertanejo que é também o gosto dos pais e afirma com todas as letras que será cantora. Em casa, cada ambiente vira palco para o encanto do irmãozinho Mateus que é seu fã número 1. Ficamos aqui da redação torcendo pelo sucesso de Giovana, e que venham muitas boas notícias dessa criança que é bênção na família Prado Vieira. Veja mais fotos no site www.luiziparreiras.com.br



O papai, Lucas Vieira, a mamãe, Danielle Prado, o irmãozinho, Mateus e Giovana



O vovô Júlio Prado, a vovó Denise e os amados netinhos Giovana e Mateus



O bloco Os Pixurucos promete levar boas energias para a avenida

O Bloco Pixurucos foi fundado em 2024 por Jonathas Pousa que nasceu com a missão de reunir amigos e familiares apaixonados pelo carnaval de Itaúna. No primeiro ano foram 25 abadás, no segundo ano mais que dobrou, foram 70 abadas e agora

espera crescer ainda mais. O bloco estará na avenida no domingo e na terça-feira de carnaval, estarão no circuito oficial do Carnaval de Itaúna pelo terceiro ano e prometem levar boa energia e muita animação. Ponto de venda de abadás R\$45 no Zé Grill.



Batizado de Vicente

Registro especial do batizado do pequeno Vicente de oito meses, filho do querido casal Alice Costa Fonseca e de Pedro Luiz Coelho ocorrido no dia 21 de dezembro de 2025 na Igreja Matriz de Santana em Itaúna. Foi um momento muito espe-

cial também para os amados, vovó, Maria Solange Costa Fonseca e vovô, Alair Carlos da Fonseca, ver o netinho recebendo o primeiro sacramento da igreja católica, porta de entrada para a vida Cristã. Uma bela família.



Solange, Pedro, Vicente, Alice e Alair

HÁ MAIS DE 13 ANOS OFERECENDO SERVIÇOS QUE FACILITAM O DIA A DIA DE SÍNDICOS E CONDÔMINOS.

HERA
GESTÃO DE CONDÔMÍNIOS

EM NOVO ENDEREÇO:

Rua Melo Viana, 25 sala 09
Centro - Itaúna - MG
Edifício Otacílio Nogueira
(37) 3402-2523 / (37) 3073-2523
(37) 99802-4107

ISAURA ARAÚJO
BUFFET

Contato

037 99981-7606

MARMORARIA AVENIDA

Lavatórios, pias, bancadas, pisos, soleras e nichos.

(37) 3242-4007
(37) 9 9967-4716 (Ênio - Vò)

especial

saúde

Você sofre de erosão ácida dental?

Seu esmalte não é invencível. A exposição ao ácido pode enfraquecer e corroer a superfície dos dentes, causando problemas se não for tratada. Mas com a ajuda de seu dentista e um conhecimento básico sobre erosão ácida dental, você poderá manter seu esmalte forte e saudável.

O que é erosão ácida dental?
Seu esmalte desempenha um papel vital na saúde dos dentes, protegendo as camadas internas sensíveis do uso diário, cáries, temperaturas potencialmente dolorosas e produtos químicos. A erosão ácida dental ocorre quando os ácidos - internos ou externos - desgastam esse esmalte. Seu corpo não pode reparar o esmalte danificado porque não contém células vivas, por isso é crucial priorizar a proteção dos dentes contra a erosão ácida.

Você sofre de erosão ácida dental?
Seus dentes são resistentes. Essa forte camada externa chamada esmalte contém 96% de minerais, tornando-a a substância mais forte do corpo. Contudo, seu esmalte não é invencível. A exposição ao ácido pode enfraquecer e corroer a superfície dos dentes, causando problemas se não for tratada. Mas com a ajuda de seu dentista e um conhecimento básico sobre erosão ácida dental, você poderá manter seu esmalte forte e saudável.

Quais são os sintomas da erosão ácida dental?
A erosão ácida se manifesta de várias maneiras. Se notar algum destes sinais de erosão dental, converse com o seu dentista imediatamente.

1.Manchas nos dentes. O esmalte saudável parecerá branco, mas a dentina — o tecido sensível localizado abaixo do esmalte — fica amarela. Se seus dentes desenvolverem uma coloração amarelada, a culpa pode ser da erosão ácida dental.

2.Aparência do dente. Se você notar que seus dentes parecem mais finos ou menores do que o normal, tome nota. A parte inferior dos dentes da frente também pode parecer mais transparente do que opaca. Ambos os sinais podem indicar erosão dentária.

3.Sensibilidade dentinária. Quando o esmalte se desgasta, a dentina sensível torna-se vulnerável. Você pode sentir dor aguda ao beber ou comer alimentos quentes, frios, ácidos ou doces. Com o tempo, a erosão coloca você em maior risco de desenvolver cavidades dentárias ou abscessos, o que pode levar à cárie e perda dentária.

O que causa a erosão ácida dental?
Seus dentes sofrem dois tipos de erosão — extrínseca e intrínseca. A erosão extrínseca ocorre quando os ácidos que reduzem o nível de pH do corpo vêm de sua dieta de alimentos e bebidas. A erosão intrínseca ocorre quando certas condições de saúde fazem com que o conteúdo estomacal altamente ácido entre em contato com os dentes.

As causas da erosão ácida dental incluem:
1.Refrigerantes: Os refrigerantes carbonatados são cheios com açúcar — que a placa usa para corroer o es-

malte — e até mesmo as versões diet são bastante ácidas. O consumo de refrigerante pode corroer o esmalte de maneira semelhante ao uso de drogas ilícitas. Portanto, assim como as frutas cítricas, beber água é uma excelente alternativa ao seu refrigerante na hora do almoço.

2.Refluxo ácido: Um problema digestivo que atinge muitas pessoas é o refluxo ácido. Também conhecido como DRGE (doença do refluxo ácido gastroesofágico), o refluxo ácido faz com que os ácidos estomacais voltem para a garganta e, às vezes, para a boca, entrando em contato com os dentes. Evite alimentos que estimulem a reação de refluxo; tomates, alimentos picantes, chocolate, álcool e café podem perturbar seu sistema. Lembre-se de que o refluxo também pode ser tratado com medicamentos. Consulte o seu médico se você acha que sofre de refluxo ácido e pode se beneficiar de um tratamento direcionado.

3.Gravidez: A gravidez é cheia de altos e baixos enquanto o corpo trabalha para desenvolver um bebê saudável. Um desses baixos é o enjoo matinal, em que, além da náusea persistente, o ácido costuma ficar na boca da grávida. Esse ácido pode causar erosão do esmalte, assim como o refluxo ácido. Portanto, escove os dentes logo após um episódio de enjoo matinal para remediar esse efeito e beba água durante esses surtos de enjoo pelo mesmo motivo.

4.Piscinas: Refrescar-se com um mergulho na piscina é super refrescante em um dia quente, mas esse mergulho pode desgastar o esmalte dos dentes. O cloro em uma piscina pode afetar seus dentes, pois a água ocasionalmente entra em sua boca. Embora possa ser trabalhoso, verifique os níveis de cloro e pH da piscina antes de entrar nela.

Como prevenir a erosão ácida dental?

Você pode ajudar a prevenir os efeitos da erosão ácida dental praticando estes hábitos saudáveis:

- Limite ou evite alimentos e bebidas ácidas. Quando você degustar uma bebida ácida, use um canudo. Desfrute de alimentos cítricos, carbonatados ou ácidos juntamente com alimentos ricos em cálcio, como leite ou queijo, para neutralizar os ácidos.
- Enxágue com água frequentemente. Depois de comer alimentos ácidos, enxágue a boca com água. Se você sofre de vômitos frequentes, enxágue imediatamente depois de um episódio. Adicionar bicarbonato de sódio à água pode ajudar a neutralizar o ácido.
- Espere para escovar. Não escove os dentes imediatamente após um lanche ácido ou uma dor de estômago. Em vez disso, espere de 30 minutos a uma hora antes de escovar os dentes, para não danificar o esmalte em seu estado enfraquecido.

Quais são os tratamentos para a erosão ácida dental?
Juntamente com essas mudanças de hábito, seu dentista pode recomendar tratamentos adicionais. Para uma pequena erosão, uma pasta de dentes remineralizante pode ajudar a fortalecer o esmalte. Se a erosão for mais severa, restaurações como colagem dentária podem cobrir o esmalte danificado e restaurar sua aparência, mudando até mesmo a forma dos dentes para uma aparência mais natural. Em casos extremos, seu dentista pode recomendar uma restauração. As restaurações cobrem todo o dente, por isso escondem problemas graves e protegem a dentina sensível. A erosão ácida dental pode afetar significativamente a saúde dos seus dentes e a aparência do seu sorriso. No entanto, a erosão dental pode ser prevenida e tratada com uma dieta correta, hábitos de higiene bucal e consultas regulares a um dentista.

KELLY

CORTINAS E PERSIANAS

CORTINAS - PERSIANAS

PAPÉIS DE PAREDE - TECIDOS

R. Josias Machado, 17 - Centro

Itaúna - 37 3242-3652

37 999059666

37 988021294

MOMENTO KAZA

Enxovais

LINHA COMPLETA DE CAMA, MESA E BANHO

R. Josias Machado, 32 - Centro

Itaúna 37 99913-6959

TRABALHAMOS COM

excelência

PARA UM DIAGNÓSTICO PRECISO.

2 UNIDADES EM ITAÚNA

MATRIZ : R. DR. JOSÉ GONÇALVES
(37) 3242-2333 / (37) 99921-6688

FILIAL ED. BENFICA: PÇA. DR. AUGUSTO GONÇALVES
(37) 3242-8420 / (37) 99996-2461

@imagemradiologiaitauna

Arte ODONTO

Dra. Dirlene de Melo Carneiro

Especialista em Endodontia

(37) 3242-2811

Dra. Mônica de Melo Rezende

Especialista em Dentística restauradora e estética

(37) 3241-6283

Dr. Jardel F. Melo

Especialista em Ortodontia e Ortopedia Facial

Pós Graduado pela University of New York

Dra. Tânia Mara J. Melo

Especialista em Periodontia e Clínica Geral

Pós Graduada em Implantodontia

(37) 3243-5758

R. Antônio de Matos, 247

Centro - Itaúna - MG

Ortodontia Inovadora

Aparelhos Ortodônticos de alta tecnologia

DR. JOSÉ LÚCIO BRAZ DE MATOS

Ortodontista - CROMG 5771 / Pós-Graduado em nível de mestrado pela UFRJ / Habilitado e credenciado para as seguintes opções de tratamento: Sistema INVISALIGN (alinhadores transparentes) Sistema DAMON / Sistema InvisibleFast

R. Cap. Vicente, 26 - Centro - Itaúna - MG - 37 3241.4040

DROGARIA EDUARDO

HÁ 19 ANOS

CUIDANDO DE

VOCÊ E SUA

FAMÍLIA!

RUA PLATINA, 740 - PADRE EUSTÁQUIO

ITAÚNA - MG - 37 3243.4387

AGENDA ABERTA

Sara Santos

ESTOMATERAPEUTA COREN 492-473

AGENDE SUA AVALIAÇÃO:

- Feridas cirúrgicas, traumáticas e oncológicas;
- Lesão por pressão;
- Úlceras arteriais e venosas;
- Lesão no pé causada por diabetes;
- Queimaduras;
- Laserterapia para cicatrização.

Trabalho com as melhores marcas de curativos do mercado!

Av. Getúlio Vargas, 906

Centro - Itaúna

37 99830-0698

37 99857-9938

Nebraska

SORVETES

Sabor de felicidade!

PICOLÉS, SORVETES E AÇAÍ DIRETO DA FÁBRICA.

Av. Dr. Tirézio Geraldo Gomes,

87 - Santa Edwiges - Itaúna

@nebraska_sorvetes

37 99869.2804