

revista

# EXCLUSIVE

MAIO 2023 - #120

REVISTAEXCLUSIVE.COM.BR



## EMPREENDER NA MATERNIDADE

*Sócias na Benevie, Fabiana Magalhães e Rô Aguiar contam como conciliam a criação das filhas aos desafios de gerir um negócio*



Foto: Andrade Fotografia

# TEMPORADA DE VINHOS PÃES & QUEIJOS

EPA

@ epasupermercados

## BOM MESMO É CURTIR AS DELÍCIAS DA ESTAÇÃO.

X EDITORIAL

## EMPREENDER + MATERNAR

“Empreender, no Brasil, é muito difícil.” A repetição constante dessa frase amedronta milhares de pessoas que sonham em ter o próprio negócio, muitas das quais desistem antes mesmo da primeira tentativa. Digo “primeira tentativa”, pois empreendedores de sucesso, normalmente, antes de lucrarem com suas empresas, caíram e se levantaram diversas vezes. Contudo, no meio empreendedor, é preciso ressaltar: mulheres passam por mais dificuldades do que homens em busca de ter o próprio negócio.

Questões sociais como o patriarcado, o machismo e a desvalorização do quanto uma mulher “merece” ou não ganhar por seu serviço dificultam a caminhada delas, bem como outro papel desafiador que muitas mulheres desempenham no dia a dia: ser mãe. E a pergunta que fica diante disso é: é possível conciliar os dois difíceis papéis, ser mãe e empreendedora, e ainda ter sucesso? Fabiana Magalhães e Rosângela Aguiar, empresárias e nomes à frente da Clínica Benevie, provam que sim e, nesta edição, contam para a gente. Vale a pena conferir!

LETÍCIA PIMENTEL  
EDITORA-CHEFE

revista  
**EXCLUSIVE**

**DIRETOR-GERAL**

Jader Kalid

**EDITORA-CHEFE**

Letícia Pimentel

**COLUNISTAS**

Alfredo Cardoso, Alysson Resende, Bárbara Bracarense, Bruno Carneiro, Bruno Sander, Carla Oliveira, Carlos Lindenberg, Christophe Pires, Germano Gomes Vieira, Jussara Naves, Leonardo Neves, Luan Silveira, Luís Cláudio Chaves, Marcela Mattos, Marcelo Soares, Norma Sena, Rachel Capucio, Simone Demolinari, Stephanie Carvalho, Téo Mascarenhas.

**DIRETOR DE ARTE**

Leandro Godinho

**REPÓRTER E SOCIAL MEDIA**

Gabrielle de Andrade

**ASSISTENTE DE REDAÇÃO**

Thauany Andrade

**FOTÓGRAFO**

Léo Andrade – Andrade Fotografia

**DIRETORA COMERCIAL**

Aline Matos

**PRODUTORA EXCLUSIVE**

Thiago Kalid, diretor de negócios multiplataforma

**Tiragem:** 25 mil exemplares | **Periodicidade:** mensal

**Gráfica:** Koloro Indústria Gráfica

**Distribuição:** Clube Motoboy, Correios e logística interna.

Escritório Exclusive – Ed. Atlanta  
Alameda Oscar Niemeyer, 1.033, portaria 3, sala 516  
Vila da Serra/Nova Lima | CEP: 34.006-065  
Contato: (31) 3282-8262

**Diretoria:** [jader@revistaexclusive.com.br](mailto:jader@revistaexclusive.com.br)

**Produtora Exclusive:** [thiago@revistaexclusive.com.br](mailto:thiago@revistaexclusive.com.br)

**Comercial:** [aline@revistaexclusive.com.br](mailto:aline@revistaexclusive.com.br)

**Marketing:** [marketing@revistaexclusive.com.br](mailto:marketing@revistaexclusive.com.br)

**Administrativo:** [financeiro@revistaexclusive.com.br](mailto:financeiro@revistaexclusive.com.br)

**Redação:** [leticia@revistaexclusive.com.br](mailto:leticia@revistaexclusive.com.br)

**Assinatura:** [geral@revistaexclusive.com.br](mailto:geral@revistaexclusive.com.br)

[facebook.com/revistaexclusive](https://facebook.com/revistaexclusive)

@revistaexclusive

Edições on-line em [www.revistaexclusive.com.br](http://www.revistaexclusive.com.br) ou via aplicativo Revista Exclusive, disponível para Android e iOS.

11.707.147/0001-32

Inscrição municipal: 256229/001-6

T.K.M Serviços e Publicidade LTDA.

Acesse o nosso site





**ALFREDO CARDOSO**

Alfredo Cardoso é analista de gestão, economista efetivo do estado de Minas Gerais, pós-graduado em Auditoria e Perícia, mestre em Economia Aplicada e graduando em Gestão/Inovação em Gestão. Palestrante e autor de diversos artigos. Foi integrante das Forças Especiais do Brasil (Corpo de Fuzileiros Navais/CFN). @alfredo\_c\_andre



**CARLA OLIVEIRA**

Carla Oliveira é nutricionista e pós-graduanda nas áreas esportiva e funcional. É apaixonada pelo poder que a nutrição tem de transformar a vida das pessoas por meio de uma alimentação saudável e equilibrada, impactando a melhora da saúde, performance, energia, disposição, autoestima ou, simplesmente, pela melhora do físico/estética. Atende presencialmente em BH, bem como faz atendimentos on-line. Abordará na **Exclusive** os mais diversos assuntos relacionados à nutrição.



**LEONARDO NEVES**

Leonardo Neves é relações públicas e pós-graduado como gestor de comunicação e de negócios. Tem mais de 15 anos de vivência comercial em empresas dos mais variados portes e segmentos. Aficionado por tecnologia, Léo traz para as páginas da **Exclusive** temas sobre como empresas e empreendedores podem se beneficiar dela.



**NORMA SENA**

Norma Sena é formada em Massoterapia pela Escola de Formação do Governo do Estado de Minas Gerais, terapeuta integrativa, mestra em Reiki e graduada em Estética e Cosmética. Atua com as mais diversas terapias integrativas e complementares, além de atuar no ramo da estética. Para a revista, traz pautas dentro do seu segmento no que se refere à saúde, beleza e bem-estar.



**ALYSSON RESENDE**

Atuando como dentista há cerca de 20 anos, Alysson Resende é sócio-proprietário da AR Estética Implante Ortodontia e traz para a **Exclusive** as novidades e os assuntos que estão em pauta no universo odontológico.



**CARLOS LINDENBERG**

É um dos jornalistas mais renomados do Brasil. Discorre sobre o universo político em Minas e no país. Lindenberg é autor do livro *Quase História* e comentarista da TV Bandeirantes, do jornal *Metro* e da Rádio Itatiaia.



**LUAN SILVEIRA**

Consultor de imagem e estilo, além de fashion business. Possui formação como personal stylist pela Escola de Moda São Paulo, atuando na construção de identidade artística. Na **Exclusive**, aborda os principais acontecimentos da moda mineira.



**RACHEL CAPUCIO**

É advogada com foco em *fashion law* e empreendedorismo na moda, além de escritora e redatora. Assina as colunas *No Mundo da Moda*, *Horizonte Gerais* e *Horizonte dos Inconfidentes*, no jornal *Espaço Horizonte*. Produziu vários conteúdos para os sites *Destrinchando* (Portal Uai), *YOO Mag* (Portal Uai) e *Guia In BH*. Atualmente, é também colunista das revistas *Conexão Moda* e *Mercado Comum*.



**BÁRBARA BRACARENSE**

Especialista em estética corporal e facial. É habilitada em drenagem linfática manual (DLM) no Método Joana Medrado e graduanda em Estética e Cosmética.



**CHRISTOPHE PIRES**

Christophe Pires é empresário e sócio-fundador da Vox Portaria Remota. Especialista em segurança condominial e controle de acesso, alia automação aos sistemas de segurança eletrônica, visando aplicar tecnologia e inteligência artificial em prol do conforto e da segurança. Em sua coluna, abordará temas diversos vinculados ao seu segmento.



**LUÍS CLÁUDIO CHAVES**

Luís Cláudio Chaves é advogado, mestre em Direito, membro honorário vitalício da OAB/MG e foi vice-presidente da OAB Nacional. Está na Diretoria Técnica e Jurídica da Presidência do Senado Federal. Sua coluna aborda sobre as novas leis aprovadas no Congresso Nacional, as quais impactam a vida dos brasileiros.



**SIMONE DEMOLINARI**

Psicanalista clínica com mestrado e dissertação em Anomalias Comportamentais. Pós-graduada em Marketing e em Gestão Empresarial, pela Fundação Getúlio Vargas. Consultora, palestrante, professora de Gestão de Pessoas e apresentadora de programas das rádios 102.9 FM e 98FM. Entusiasta do comportamento humano e do espírito livre.



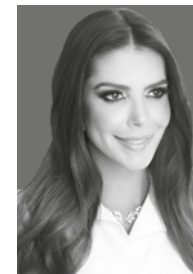
**BRUNO CARNEIRO**

Empresário e cinéfilo apaixonado. Ele cataloga e classifica obsessivamente todos os filmes que assiste. Mais de 4 mil até hoje.



**GERMANO GOMES VIEIRA**

Germano Gomes Vieira é advogado especializado em meio ambiente e sustentabilidade. Pós-graduado em Educação Ambiental e mestre em Avaliação de Impactos Ambientais. Atuou como secretário de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável de Minas Gerais.



**MARCELA MATTOS**

Dermatologista especializada pela Sociedade Brasileira de Dermatologia. Possui *fellowship* em Tricologia, pela Universidade de Miami; e em Cosmiatria e Laser, pela Universidade de Harvard.



**STEPHANIE CARVALHO**

CEO da Insânia, marca mineira de sucesso nacional, Stephanie Carvalho é engenheira civil, designer de moda e mentora em treinamentos empresariais. Como empreendedora de sucesso, sobretudo, no e-commerce, aqui na **Exclusive**, Stephanie discorrerá sobre moda, empreendedorismo, tecnologia, marketing e muito mais.



**BRUNO SANDER**

Médico-cirurgião, endoscopista e gastroenterologista. Diretor do Hospital Dia Sander Medical Center, em BH, é especializado em emagrecimento com tratamentos clínicos, procedimentos pouco invasivos e cirúrgicos. RQE: cirurgia-geral: 14.270 | endoscopia: 32.354 | gastroenterologia: 41.292.



**JUSSARA NAVES**

Pós-graduada em ESPM e B.I Internacional, é empresária nas áreas de comunicação e educação, e tem bom acesso ao mercado. Em sua coluna, apresenta as principais novidades empresariais do estado.



**MARCELO SOARES**

Advogado, sócio-fundador da Araujo Soares & Cruz Advogados Associados, professor universitário e para concursos públicos. Palestrante, pós-graduado em Direito do Trabalho e Direito Civil pela PUC Minas. Na **Exclusive**, dissertará sobre temas variados do direito.



**TÉO MASCARENHAS**

Apassionado pelo universo motociclístico, Téo Mascarenhas já atuou em veículos de comunicação impressos e on-line. Na **Exclusive**, testa as novidades do mercado e dá sua impressão, na coluna *Duas Rodas*, sobre as motos mais modernas e potentes que encontramos por aqui.

# x // SUMÁRIO



**22**  
CAPA

CINEMA  
**8**

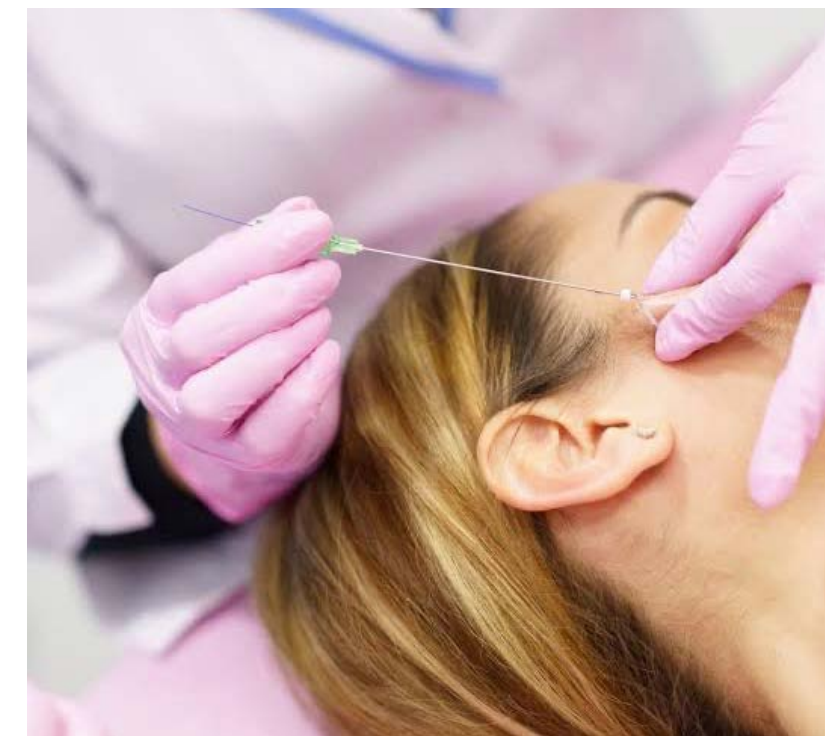
DIREITO  
**64**

EVENTOS  
**70**



**20** PET

**17** BELEZA



**37** COMPORTAMENTO

**62** NUTRIÇÃO





POR Bruno Carneiro



Cena do filme *As Órfãs da Rainha*

# CINEMA MINEIRO

## EM ALTA: *Um papo com a diretora Elza Cataldo*

Nossa coluna tem a honra de entrevistar a diretora, produtora e roteirista mineira Elza Cataldo. Com curso em Cinematografia pela Universidade de Nanterre e doutora pela Sorbonne, França, foi também professora e pesquisadora pela Universidade Federal de Minas Gerais e estreou na direção em 2006, com o longa-metragem *Vinho de Rosas*, premiado em vários festivais internacionais. Para apresentar e divulgar seu novo trabalho, *As Órfãs da Rainha*, que estreou em 11 de maio, Cataldo falou em primeira mão com a gente:

**BRUNO CARNEIRO: Qual o enredo do seu novo filme?**

**ELZA CATALDO:** Três órfãs, protegidas pela rainha de Portugal, são enviadas a contragosto para se casarem no Brasil Colônia. Durante a difícil adaptação no Novo Mundo, elas são surpreendidas pela chegada da Inquisição. E quando um grande segredo é revelado, as irmãs têm que fazer suas escolhas de vida.

**BC: Trata-se de um filme que aborda momentos históricos importantes. Como foi essa pesquisa?**

**EC:** O filme se passa no fim do século XVI, época da chegada da Inquisição no Brasil, com a instalação de um clima de medo e insegurança. De terra sem rei e sem lei, a Colônia passa a enfrentar os rigores da intolerância religiosa, principalmente contra os judeus e cristãos-novos, bem como a perseguição daqueles que não seguiam os cânones da Igreja Católica. No processo de confissões e denúncias, a violência contra as mulheres já anuncia uma situação que até hoje, infelizmente, marca as relações conjugais. A realização do filme se apoiou em uma profunda pesquisa histórica e iconográfica em mais de 300 livros e na interlocução com consultores especialistas nas temáticas abordadas.

**BC: Apesar de trazer fatos reais da história, trata-se de uma ficção. Como foi a construção do roteiro?**

**EC:** O roteiro foi construído na relação entre elementos factuais e ficção, tendo como eixo os registros das confissões e denúncias diante da mesa inquisitorial.

**BC: Temáticas ligadas às mulheres estão presentes no filme. Fale um pouco desse universo feminino na obra.**

**EC:** Tentamos abordar a história de algumas mulheres no contexto do século XVI, buscando refletir suas dificuldades frente a um mundo inóspito e selvagem, mas também valorizar a descoberta de novas possibilidades amorosas e existenciais.

**BC: E a temática ligada aos judeus?**

**EC:** O filme revela a trajetória de judeus e cristãos-novos no Brasil do século XVI, como a preservação de hábitos domésticos judaizantes e o profundo impacto sobre suas vidas a partir da chegada da Inquisição. Segredos são, então, revelados com graves consequências para todos eles.

**BC: A realização de *As Órfãs da Rainha* contou com o apoio da Fundação Ormeu Junqueira Botelho e do Polo Audiovisual Zona da Mata. Conte-nos um pouco sobre o polo e a importância desse apoio ao filme.**

**EC:** Criado em 2002, o polo mobiliza lideranças da região em torno de um programa de cultura, educação, inovação e desenvolvimento sustentável. Estimula e apoia as produções audiovisuais realizadas na região.

**BC: Onde ocorreram as filmagens?**

**EC:** Uma cidade cenográfica foi construída durante dois anos em uma fazenda na região de Tocantins/MG. Foi usado um método de trabalho que mesclava cenografia e construção civil, permitindo um resultado orgânico e crível. A direção de arte do filme é minuciosa, com várias camadas de texturas e cores.

**BC: Temos atores mineiros no elenco?**

**EC:** O casting conta com atores mineiros, alguns do Grupo Galpão, mas também oriundos de outros estados, como São Paulo, Rio Grande do Norte e Pará.

**BC: O figurino é um dos destaques do filme. Como foi essa construção?**

**EC:** Tudo foi confeccionado dentro de um intenso processo de pesquisa e experimentação de cores e texturas, evidenciando um cuidado com os detalhes de época e um olhar estético delicado.

**BC: Fale um pouco sobre o cenário do longa.**

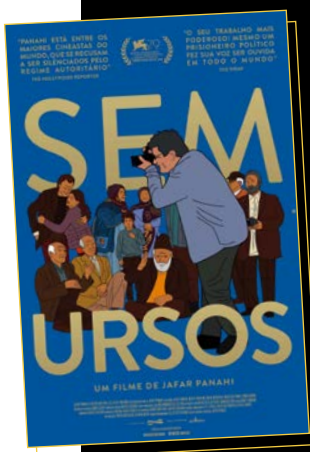
**EC:** Construímos usando técnicas que recuperavam os ofícios da época e adaptamos à geografia da região filmada. Os volumes, as demarcações espaciais e as edificações do cenário foram concebidos de forma a atender às demandas da dramaturgia e ao desenho de produção do filme.

Jonathas Marques Abrantes



A diretora Elza Cataldo

## AS ESTREIAS MAIS AGUARDADAS NOS CINEMAS



**SEM URSOS** – Duas histórias de amor paralelas e frustradas por obstáculos ocultos, como a força da superstição e a mecânica do poder na sociedade islâmica. Novo trabalho do diretor Jafar Panahi, um dos expoentes do respeitável cinema iraniano. Nota muito boa no site dos amantes do cinema, o IMDB (7,4/10), e espetacular Metascore (92/100). O Metascore é a fórmula usada pelo IMDB para compilar a média das notas dos críticos dos grandes veículos de comunicação de todo o mundo.

**A PEQUENA SEREIA** – Na onda de transformar desenhos animados clássicos em versão *live action*, chegou a vez de a Disney reinventar o clássico de 1989. A atriz, cantora e compositora Halle Bailey dá vida à princesa Ariel, e o oscarizado espanhol Javier Bardem, de *Onde os Fracos Não Tem Vez* (★★★★★), interpreta seu pai, o rígido Rei Tritão. Direção do especialista em filmes musicais, Rob Marshall, responsável por *Chicago* (★★★★) e *O Retorno de Mary Poppins* (★★★★). Ainda sem nota no IMDB.

**ELEMENTOS** – O enredo mostra a vida em comunidade na cidade de Elemental City, local onde os habitantes de fogo, água, terra e ar vivem em harmonia. Nova produção do premiadíssimo estúdio de animação Pixar, recordista em indicações ao Oscar nos últimos anos, com direção de Peter Sohn, de *O Bom Dinossauro* (★★★★). Ainda sem nota no IMDB.



## TESOUROS ESCONDIDOS NAS PLATAFORMAS DE STREAMING

Principais filmes indicados no grupo Clube do Filme, do WhatsApp, no último mês. Alerta que não são necessariamente filmes recentes. Há também clássicos escondidos nos catálogos dos serviços de *streaming*, vários sumidos desde a época das finadas locadoras de vídeo:

- Netflix: *A Metamorfose dos Pássaros* (★★★★★), *Meu Pai* (★★★★★) e *Terra Selvagem* (★★★★★).
- Amazon Prime: *X – A Marca da Morte* (★★★★★), *Faça a Coisa Certa* (★★★★★) e *O Pianista* (★★★★★).
- HBO Max: *Pequena Mamãe* (★★★★★), *Zodíaco* (★★★★★) e *Gran Torino* (★★★★★).
- Star+: *127 Horas* (★★★★★), *Quase Famosos* (★★★★★) e *O Clã* (★★★★★).
- MUBI: *Close* (★★★★★), *Lucky* (★★★★★) e *Dogville* (★★★★★).

Dos filmes indicados nesta coluna, estão disponíveis para *streaming*:

- Disney: *O Retorno de Mary Poppins* (★★★★★), *A Pequena Sereia* (1989) (★★★★★) e *O Bom Dinossauro* (★★★★★).
- Plataformas de locação (VOD – Video on Demand, NOW, Apple Movie, Google Movie, Looke e Amazon Prime): *Chicago* (★★★★★) e *Onde os Fracos Não Tem Vez* (★★★★★).



Bons filmes, muitos baldes de pipoca e até o próximo mês!

Dúvidas e sugestões pelo e-mail [cinema@revistaexclusive.com.br](mailto:cinema@revistaexclusive.com.br)

ou pelo meu perfil no Instagram, [@obrunocarneiro](https://www.instagram.com/obrunocarneiro).

POR Moema Bar e Cozinha  
FOTO Divulgação



# BOLOVO TRUFADO

### Ingredientes

- 90g de patinho moído
- 30g de bacon defumado moído
- 50g de bacon cortado em cubos
- Pimenta calabresa a gosto
- Páprica defumada a gosto
- Sal e pimenta a gosto
- 50g de farinha de trigo
- 1 ovo
- 1 ovo para empanar
- 50g de farinha panko
- 100ml de molho de tomate
- 5g de alho
- 20ml de vinho branco seco
- Azeite trufado a gosto

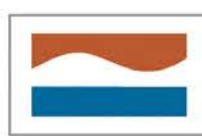
### Modo de preparo

Misture bem o patinho com bacon moído e tempere com sal, pimenta calabresa e páprica defumada. Cozinhe o ovo por 6 minutos, para obter a gema mole, e resfrie em água com gelo imediatamente. Em seguida, descasque o ovo com cuidado, abra a mistura da carne com o bacon em uma superfície e envolva, fechando o ovo por completo dentro do *blend*. Empanar o bolovo passando na farinha de trigo, ovo batido e, finalmente, na panko. Reserve. Em uma panela, refogue o bacon em cubos até dourar, acrescente o alho e doure. Deglace com o vinho branco e acrescente o molho de tomate. Acerte o sal. Para montar, frite o bolovo em imersão no óleo quente até dourar. Corte ao meio e sirva por cima do ragu de bacon em um prato ou panelinha. Finalize com mais páprica defumada e azeite trufado.



Lotes a partir de 1000 m<sup>2</sup>

Condições especiais



# TERRAMARE

P E N Í N S U L A

## Encontre seu feito de viver

VENDAS:



**D-FILIPPO**  
netimóveis



Rua Benedito Fernandes de Oliveira, 15  
Jd. Boa Vista · São João da Boa Vista - SP

Tel: (31) 98881-5931  
E-mail: [terramare@netimoveis.com](mailto:terramare@netimoveis.com)  
Instagram: @terramare\_peninsula  
[www.descubraterramare.com.br](http://www.descubraterramare.com.br)

## UMA VIDA PAUTADA EM TRANS-FORMAÇÕES

Maquiagem, para muitas pessoas, é uma forma de elevar a autoestima. Cada pincelada de sombra, base, corretivo, blush ou todo o cuidado necessário para passar o batom de forma que ele se acomode perfeitamente nos lábios é uma maneira de tirar um tempinho para si e se deleitar em autocuidado. A maquiagem, com todo seu poder de transformação em inúmeros sentidos, mudou a vida de Bruna Diniz (24). E ela, já inserida nesse universo, deu-se a missão de transformar a vida de terceiros, o que vem fazendo com maestria, atuando como consultora Mary Kay.

Bruna “respira” make e cosmético desde muito cedo. “O meu amor pela área surgiu ainda na minha infância, quando sempre pegava maquiagens da minha mãe. Com o passar do tempo, esse sentimento foi crescendo cada dia mais”, revela. Formada em Engenharia Química, foi na faculdade que ela teve a certeza de que trabalharia no ramo de cosméticos. Mas a sua atuação não seria como manda o figurino da graduação em que se formou, como atuar em laboratórios e consultórios.

Ainda quando ocupava as cadeiras da faculdade, Bruna conheceu a Mary Kay. “Em novembro de 2020, estava precisando de uma renda a mais e decidi entrar como consultora da Mary Kay para fazer este dinheiro e não depender financeiramente dos meus pais”, relembra-se. Mas o que começou sendo uma forma de garantir uma grana extra e independência financeira se transformou em vocação. “Desde o meu primeiro mês na empresa, superei as minhas expectativas de ganho. Por isso, decidi continuar mesmo após a minha formatura na Engenharia. Com isso, comecei a estudar ainda mais as áreas de cosméticos, vendas e liderança”, conta orgulhosa.

Falando especificamente sobre como essa atuação transformou sua vivência, Bruna destaca emocionada: “Primeiramente, tivemos a minha transformação. Como uma trabalhadora da área da beleza, comecei a me dedicar mais ao autocuidado e autoimagem. Já na vida dos outros, vejo essa mudança ao dar cursos de automaquiagem e cuidados faciais. É impressionante como as clientes saem se sentindo mais bonitas, felizes e dis-



postas. **O meu maior lema é transformar vidas”.**

Em seu trabalho, Bruna realiza consultoria presencial e on-line. Além disso, ela propaga seus conhecimentos por meio das redes sociais. “Criei um Instagram (@brunadinizmk), pois comecei a trabalhar com vendas em todo o Brasil e descobri também uma grande paixão pelas redes sociais. Comecei a desenvolver também um canal no Youtube com testes de todos os produtos da Mary Kay”, ressalta.

Mas ela não para por aí! A consultora, que se dedica a ajudar outras pessoas de diversas formas possíveis, organizou um time de mulheres que deseja conquistar sua independência financeira, atuando na mesma empresa que Bruna. “Tiro horas do meu dia para treinamentos e capacitações, ensinando todo o passo a passo de como ser uma autônoma de sucesso na área de cosméticos”, explica.

Apaixonada pelo trabalho que desempenha e pela empresa da qual faz parte, Bruna traça lindos planos para o futuro: “Preto me formar como diretora na Mary Kay, ter um time sólido e me dedicar ainda mais a essa carreira maravilhosa que me permite ter um tempo para mim, para minha família e meus amigos, e ainda optar pelo trabalho on-line ou presencial”.

 @brunadinizmk

## CRIATIVIDADE, INSPIRAÇÃO E PAIXÃO

Com o bordão simpático #vempracadeiradacarminha, Carmen Amelia de Castro é especialista em mechas, corte e coloração. Chamada carinhosamente de Carminha, a profissional está na indústria da beleza desde 2004 e atualmente recebe suas clientes no Salão Due, no coração do Belvedere, em BH.

Carminha recebeu certificações das maiores fornecedoras mundiais de cosméticos e inúmeros diplomas, com mentores como: Marco Antônio de Biaggi, criador de looks de algumas das mais famosas celebridades brasileiras; e Romeu Felipe, considerado um dos maiores coloristas do mundo. **“Meu objetivo é fornecer o melhor em cuidados com os cabelos por meio da fusão ideal de entusiasmo e dedicação à perfeição**

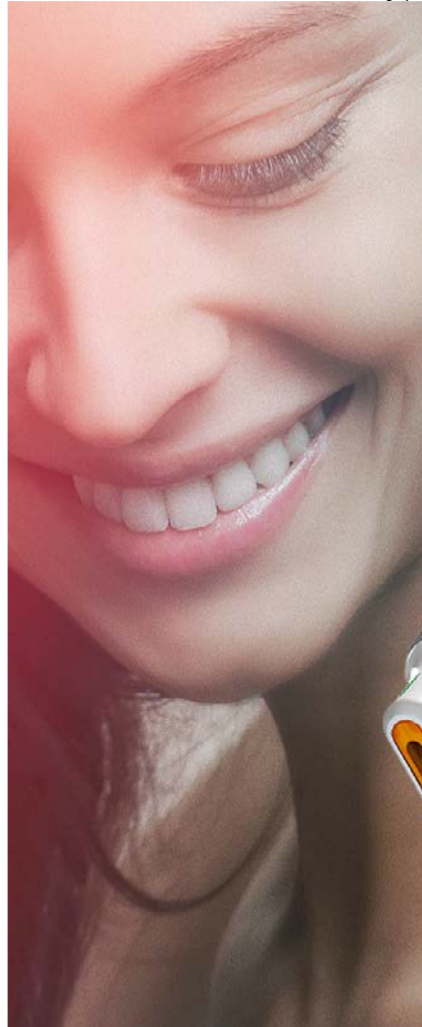
**para cada cliente”**, ressalta.

A hairstylist é ainda uma das pioneiras a trazer para BH técnicas exclusivas combinando, de forma coesa, recursos precisos com conceitos de estilo de cabelos novos e envolventes que enfatizam a mulher. “Em uma conversa com perguntas certas, fico atenta às necessidades das clientes, promovendo a arte de ser cabeleireira com harmonia entre o fundamental e a inovação”, pontua.

Talentosa, Carminha garante oferecer resultados excepcionais, descobrindo os desejos da cliente, com paixão por cada detalhe. Para saber mais e já se sentar na cadeira mais desejada da capital, confira o perfil da especialista no Instagram: @carminhahair.







# ULTRAFORMER

Conheça o tratamento que abre o olhar, trabalha a flacidez da pálpebra e as bolsinhas indesejáveis



Simone Barros, fisioterapeuta e esteticista

Acervo pessoal

Dizem que os olhos são a janela da alma. Com o passar do tempo, à medida que envelhecemos, a pele das nossas pálpebras se torna flácida e pode cair. Neste caso, para além da estética, pode interferir em uma boa visão. A boa notícia é que há tratamento sem cortes para rejuvenescer a região da área dos olhos. O Ultraformer 3 é uma tecnologia inovadora no tratamento de pálpebras flácidas e envelhecidas.

A técnica – que utiliza ondas de ultrassom focado de alta intensidade para estimular a produção de colágeno na pele – tem se mostrado uma opção segura e eficaz para rejuvenescer a região ao redor dos olhos. De acordo com Simone Barros, fisioterapeuta e esteticista, o Ultraformer 3 pode tratar tanto as pálpebras superiores quanto as inferiores, melhorando a aparência de rugas, linhas finas e excesso de pele. “Para pálpebras flácidas, ele é aplicado não somente na região, mas também na parte acima do canto exterior da sobrancelha, criando uma tensão na região que ‘puxa’ a pálpebra para cima”, explica.

A especialista conta que o tratamento é uma alternativa

interessante para pacientes que desejam evitar cirurgias mais invasivas, como a blefaroplastia. “A técnica é muito segura e não causa danos aos tecidos ao redor da região tratada. O procedimento costuma durar cerca de 30 a 45 minutos por pálpebra, e os resultados podem ser percebidos em até três meses após a aplicação. Após a sessão, é comum que ocorra um leve vermelhidão e logo passa, mas os pacientes podem retornar às atividades normais imediatamente”, relata.

Apesar dos resultados satisfatórios, é importante se lembrar de que o Ultraformer 3 não é indicado para todos os pacientes. “Pessoas com excesso de pele muito grande ou com flacidez muito severa podem não obter os resultados desejados com o procedimento. Além disso, é contraindicado para gestantes e lactantes, câncer (até seis anos), infecções de pele, feridas na pele e insuficiência venosa”, alerta. Simone salienta ainda que é possível obter resultados naturais e duradouros, melhorando a aparência e a autoestima dos pacientes que desejam rejuvenescer a região das pálpebras.

## A QUERIDINHA DO MOMENTO: HOF AFINAL, VOCÊS SABEM O QUE É?

A resolução 198 do Conselho Federal de Odontologia (CFO) define a harmonização orofacial como sendo um conjunto de procedimentos realizados pelo cirurgião-dentista em sua área de atuação, responsável pelo equilíbrio estético e funcional da face. Nesta entrevista exclusiva, dra. Amaralina Las Casas, especialista em HOF, descreve um pouco este assunto.

### REVISTA EXCLUSIVE: Quais as terapêuticas da HOF?

**AMARALINA LAS CASAS:** As terapêuticas englobam vários procedimentos, que são: toxina botulínica, ácido hialurônico, fios faciais, bioestimuladores e ultrassom. Estes são utilizados para melhor harmonia.

### RE: Na odontologia, qual é o papel da toxina botulínica?

**AC:** Bom, podemos empregá-la em várias regiões da face, com intuítos diferentes, tais como: suavizar linhas de expressão, rugas, no tratamento contra bruxismo e também no sorriso gengival.

### RE: E o ácido hialurônico? Explique-nos mais sobre ele.

**AC:** O ácido hialurônico é um preenchedor reabsorvível. É bastante comum usarmos o preenchedor nos casos de correção de depressões cutâneas ou rugas profundas, no aumento de volume labial e em casos de atrofia dos tecidos moles faciais e também no restabelecimento do volume facial.

### RE: Agora, o queridinho do momento: os fios.

**AC:** Os fios faciais são implantes filamentosos de natureza sintética que, ao serem implantados nos tecidos subcutâneos profundos e adequadamente tracionados, promovem a elevação dos tecidos flácidos, causando também o efeito lifting.



### RE: E o que é efeito lifting?

**AC:** Lifting orofacial não cirúrgico com fios faciais é um tratamento da flacidez da face e pescoço em substituição ao lifting cirúrgico ou ritidoplastia.

### RE: Existe um burburinho sobre o MD Codes. O que é ele, dr.ª?

**AC:** É uma novidade no mercado. Medical Codes nada mais é do que um mapeamento realizado nos traços da face. O seu intuito busca entregar um resultado positivo e superior nos tratamentos com preenchedores.

### RE: Qual o melhor bioestimulador de colágeno?

**AC:** Existem várias maneiras e meios para proporcionar estímulo de colágeno. Dentre eles, citamos: fios de PDO, bioestimuladores injetáveis (Radiesse, Sculptra e Eleva), ultrassom micro e macrofocado, e injetáveis (Drug Delivery). Não existe um melhor do que o outro, e sim indicações corretas.

Isso porque determinados bioestimuladores podem volumizar a face de modo que não seria ideal para aquelas pessoas que já possuem uma face arredondada. Gosto muito de usar os fios de PDO, pois não darão volume e, ao mesmo tempo, estimulam o colágeno e promovem um efeito lifting.



Amaralina Las Casas, especialista em harmonização orofacial

Caio Couto



## DIVERSIDADE E LIDERANÇA LGBTQIAP+

# NAS EMPRESAS

Junho é o mês da visibilidade LGBTQIAP+, e eu não poderia deixar de falar sobre um assunto tão importante que tem ganhado destaque atualmente: a diversidade e liderança LGBTQIAP+ nas empresas. A valorização da diversidade tem se tornado cada vez mais presente no ambiente empresarial mundial, e a inclusão de líderes LGBTQIAP+ é uma parte crucial desse movimento. Ainda que haja muito a ser feito para alcançar a igualdade no ambiente de trabalho, a presença desses líderes tem se mostrado uma ferramenta poderosa para promover a inclusão e diversidade nas empresas.

Muitas companhias reconhecidas mundialmente já estão liderando esse processo com a presença de líderes LGBTQIAP+, como Sam Altman, CEO da OpenAI (famoso chat GPT); Tim

Cook, CEO da Apple; Claudia Brind-Woody, vice-presidente e diretora administrativa da IBM; Alex Schultz, diretor de marketing da Meta (Facebook e Instagram); Eliezer Silveira Filho, diretor-geral da Roost; Pedro Pina, gestor do Google; Josh Graff, gerente do LinkedIn; Vivienne Ming, cientista-chefe da Socos Labs; entre muitos outros.

A liderança LGBTQIAP+ traz uma perspectiva única e valiosa para a tomada de decisões nas empresas, uma vez que a diversidade de ideias e experiências pode levar a soluções inovadoras e criativas. Além disso, a presença desses líderes pode ajudar a promover um **ambiente de trabalho mais inclusivo e acolhedor para todos os funcionários, independentemente da orientação sexual ou identidade de gênero.**

Entretanto, ainda há muitos desafios enfrentados pelos líderes LGBTQIAP+ no ambiente de trabalho. A discriminação e o preconceito ainda são problemas muito presentes em muitas empresas, o que pode limitar as oportunidades e o crescimento profissional desses profissionais. É fundamental que as empresas estejam dispostas a combater esses comportamentos e criar um ambiente de trabalho seguro e inclusivo para todos os funcionários.

Pensando nisso, listarei algumas práticas que podem ajudar a tornar sua empresa mais inclusiva e diversa:

- **Crie** políticas de inclusão e diversidade que promovam a igualdade de oportunidades e o respeito pelas diferenças;
- **Promova** conversas sobre os pronomes com que as pessoas se identificam e como criar um sistema que utilize o nome correto de uma pessoa transgênero;
- **Ofereça** treinamentos e capacitações para seus funcionários e líderes, a fim de promover uma cultura inclusiva e acolhedora para todos;
- **Incentive** a presença de líderes LGBTQIAP+ na sua empresa, o que pode ajudar a promover a visibilidade e a representatividade dessas comunidades, tanto para os funcionários LGBTQIAP+ quanto para os clientes e parceiros da companhia.

Ao promover a diversidade e a inclusão, as empresas demonstram um compromisso com valores progressistas e a construção de um ambiente de trabalho mais justo e igualitário. Em resumo, a inclusão de líderes LGBTQIAP+ nas empresas é um importante passo para a promoção da diversidade e da inclusão no ambiente de trabalho.

No entanto, **é importante se lembrar de que a inclusão deve ser contínua e abrangente, e não se limitar a um mês de visibilidade.** É fundamental que as companhias estejam comprometidas em promover uma cultura de respeito e igualdade para todos os funcionários, independentemente da sua orientação sexual ou identidade de gênero.

E aí? Vamos pensar em como tornar sua empresa mais inclusiva e diversa?

### LUCIANA LEITTE

Empresária, produtora cultural e especialista em marketing e tecnologia. Lidera o Grupo LL Comunica, que inclui a produtora cultural e agência de marketing LL Cultural, bem como a empresa especializada em tecnologia para comunicação interna e intranets Massai Tech



@lucianaleitte | @llcultural | @massaitech | @grupollcomunica



# TENHO UM FILHOTE, E AGORA?



Finalmente você tomou a decisão de ter um filhote e escolheu um cachorrinho. Você preparou o lugarzinho dele, comprou a caminha mais fofo da loja, comprou roupinhas, acessórios, encheu a casa de brinquedinhos, fez até enquete para escolher o nome mais cotado do momento, levou ao veterinário, deu todas as vacinas iniciais obrigatórias, vermifugou, colocou coleira para protegê-lo contra ectoparasitas, mas não imaginava que, a partir dali, sua vida mudaria.

De fato, ele chegou e começou a fazer as coisas mais lindas e engraçadas, tornando sua vida muito melhor, mas... dias depois, você percebeu que, junto com o pack de fofuras, viria também um monte de coisas extras que você não estava esperando. E agora? O que fazer?

Quando pensamos em ter um filhote, às vezes não pensamos nos cuidados que ele exige. "Às vezes não estamos preparados para mudar a nossa rotina. Às vezes a gente só queria ter um bebê para passear no shopping.

Pronto! Agora, tenho um filhote. E esse filhote precisará ser acompanhado de perto. Não poderá ficar sozinho, precisará ser ensinado nas coisas mais básicas. Você ainda precisará ter em mente que ele dependerá de você para quase tudo, principalmente nessa fase inicial. Ou seja: você vai precisar ter muita paciência para ensiná-lo a brincar da forma certa, a passear. Vai precisar fazer a socialização desse bebezinho, de forma que ele cresça confiante, seguro e dessensibilizado às coisas naturais.

Quando o filhote ainda não completou o ciclo vacinal, ele deve ser preservado, pois ainda não está protegido das doenças. Essa fase de vulnerabilidade faz com que os tutores deixem de apresentar ao cão coisas que poderiam ser feitas sem ser necessário que ele esteja exposto completamente. São coisas que podem ser feitas dentro de casa, no hall do prédio, nas áreas comuns, no espaço pet, sem contato direto com outros cães.

Aproveite essa fase para iniciar o processo educativo, pois esse é o momento da fase conhecida como "janela social". Não deixe para ensiná-lo apenas quando ele puder sair na rua. **A partir do momento em que o filhote chegou na sua nova casa, você já pode começar a estabelecer regras, lugares certos, restrições; e iniciar a tão esperada educação sanitária.** Comece a direcionar as mordidas para as coisas certas. Já comece a delimitar a área do banheiro e também uma área onde ele poderá passar mais tempo brincando, roendo, alimentando-se, com a sua presença eventual. Crie conexões com ele nesse espaço, para que ele não se sinta restrito ou isolado.

Muitas pessoas deixam a casa inteira para o filhote e se esquecem de que o filhote não desenvolveu o senso de espaço. Ele poderá explorar um ambiente muito amplo de uma maneira não muito adequada para você e achar que todo território é para brincar e destruir. Ele também vai adorar fazer xixi no tapete da

sala, pois, genuinamente, ele já nasce preferindo deixar o seu cheiro em superfícies permeáveis e absorvíveis. Pense também que o filhote ainda não tem total controle urinário. Ele não consegue segurar o xixi por muito tempo poderá errar muito mais vezes. Então, diminua a distância do banheiro dele.

Apresentar o filhote às coisas naturais do mundo, de forma que ele tenha experiências positivas, é extremamente necessário e saudável. Adestrar ou ensinar um cão nada mais é do que você criar uma forma de comunicação entre vocês. Se ele está conseguindo focar e entender o que você orienta, já existe comunicação.

O aprendizado leva um tempo, e cada cão tem um tempo diferente. Então, antes de corrigir, ensine. **Sem essa de deixar o cachorro chorar para ele aprender.** Se está chorando é porque está precisando de alguma coisa. Fale menos, use sempre os mesmos comandos. Recompense os acertos dele, com petiscos e coisas que ele goste muito. A recompensa precisa ter um valor significativo para ele repetir. Não reforce os erros, não corrija de forma aversiva. Repita os treinos e as sinalizações muitas e muitas vezes, sem elevar a voz, sem perder a calma. Estabeleça uma comunicação segura, para que seu cão tenha confiança em você, e jamais medo.

O segredo do aprendizado do cão consiste em recompensá-lo positivamente quando ele fizer algo que é certo, de acordo com a sua concepção. Isso se chama condicionamento. E, quando ele fizer o xixi no lugar certo, ou algo que você queria muito que ele faça, corra lá e dê muita recompensa. Não exija que o comportamento do seu filhote seja equivalente ao de uma criança humana. Lembre-se de que são os humanos que têm capacidade cognitiva para resolver determinados conflitos. Os cães são sencientes, está comprovado, mas não têm a mesma compreensão que os humanos. Contrate um educador para te auxiliar nos primeiros momentos. Esse processo envolve muito conhecimento e dedicação. Arregace as mangas e mãos à obra, pois você agora é pai ou uma mãe de um pet.

## LEONARDO MARTINS

É comportamentalista e educador de cães. Idealizador e CEO do Vivenda Pet Care, uma creche e hotel para cães em Belo Horizonte/MG, com vasta experiência técnica no manejo, adestramento e bem-estar de cães, também na gestão de *daycare* e pet hotel.



## O MELHOR DOS

# dois mundos

*Amigas, empreendedoras e mães, Rô Aguiar e Fabiana Magalhães narram sobre a carreira e o materno*

Você, provavelmente, já ouviu de inúmeros empreendedores a seguinte frase: "Empreender, no Brasil, é muito difícil". Essa repetição amedronta milhares de pessoas que sonham em ter o próprio negócio, muitas das quais desistem antes mesmo da primeira tentativa. Digo "primeira tentativa", pois empreendedores de sucesso, normalmente, antes de lucrarem com suas empresas, caíram e se levantaram diversas vezes. Contudo, no meio empreendedor, é preciso ressaltar: mulheres passam por mais dificuldades do que homens em busca de ter o próprio negócio.

Questões sociais como o patriarcado, o machismo e a desvalorização do quanto uma mulher "merece" ou não ganhar por seu serviço dificultam a caminhada delas, bem como outro papel desafiador que muitas mulheres desempenham no dia a dia: ser mãe. E a pergunta que fica, diante deste lead aqui exposto, é: é possível conciliar os dois difíceis papéis, ser mãe e empreendedora, e ainda ter sucesso? Rosângela Aguiar e Fabiana Magalhães, empresárias e nomes à frente da Clínica Benevie, provam que sim e, nesta edição, contam para a gente.

## O início

Antes de contarmos como a Benevie nasceu, é preciso ressaltar aqui o nascimento, primeiro, de uma amizade. De um lado, você tem uma Rô que fala da Fabi com brilho nos olhos de gratidão; e de outro, uma Fabi que fala da Rô com braços do mais puro acolhimento. Acontece que a Rô nasceu no interior da Bahia, passou por São Paulo (onde começou sua trajetória profissional) e chegou a Belo Horizonte pronta para novos desafios, mas também precisando de companheirismo. “Eu me formei em Biomedicina em São Paulo, onde também me especializei na área de perfusão cardíaca e estética. Lá trabalhei em vários hospitais referência e, quando vim para BH, já vim muito bem recomendada. Trabalhei em grandes hospitais mineiros (como Life Center, Biocor, Madre Tereza, Ciências Médicas e outros), na área de perfusão, até o momento em que conheci a equipe do Transformando Faces. Minha história mudou desde

## A Fabi

Formada há 19 anos, Fabiana Magalhães é advogada e possui um escritório no Funcionários, com foco na área empresarial. Sim, é isso mesmo que você leu. Além de administrar a Benevie, Fabi segue advogando. E não se esqueça da nossa pauta principal aqui: ela também é mãe. As donas do tempo mais preciso de Fabi são Ana Laura, de 10 anos, e Alice, de 5.

E para quem achou aí que a advogada também empreendeu na estética por ser “menos apaixonada” pelo direito, nada disso. Fabiana é o que popularmente podemos chamar de “advogada-raiz”. “Sempre prezei muito pela justiça e sempre quis fazer valer o direito de cada um. Sou uma pessoa que briga até o fim por algo que entendo correto e que faço jus. Por isso sempre quis lutar pelo meu direito e pelo direito de terceiros”, pontua.

Quando o papo é empreender, Fabi conta como a veia empreendedora veio de família, bem como ela (de jeito nenhum) foge de um bom desafio. “Além de advogada, sempre fui muito empreendedora. Talvez por ter pai e irmão empresários. Convi e aprendi com eles a ser comunicativa, proativa; e não se prender apenas a um negócio. Por isso sempre quero novos desafios. Unida à Rô, vimos duas possibilidades: um novo desafio/negócio aliado ao universo da autoestima, autocuidado e estética, que sempre fui apaixonada”, salienta.

então, e foi lá também que conheci a Fabi”, conta Rô.

No Transformando Faces, clínica mineira referência nacional em harmonização facial, Fabiana Magalhães atuou como advogada e, por lá, os caminhos dela e de Rô colidiram. “Eu e Rô nos conhecemos em 2019, quando eu era advogada do Transformando Faces; e ela, profissional da saúde da equipe deles. Eles estavam no início e em uma ascensão estratosférica. Com isso, todos nós trabalhávamos muito lá. Eram dias e noites convivendo na clínica, durante a semana; e nos cursos, nos fins de semana. Diante desse cenário, nos aproximamos muito e nos tornamos amigas”, comenta Fabi.

Mal sabiam naquela época, contudo, que hoje as amigas do trabalho seriam amigas da vida e sócias, num negócio que não para de crescer. Na Clínica Benevie, elas se completam. Fabiana é responsável por toda a parte de gestão da clínica, enquanto a Rô é a profissional habilitada para realizar os procedimentos.

No meio de tantos desafios e vontade de vencê-los, Fabi deixa de lado o famoso “sangue nos olhos” de empreendedora para enchê-los de doçura ao falar das filhas. Perguntada sobre o quanto o maternar no empreendedorismo é difícil, Fabi desabafa sobre a luta interna de não se culpar por não estar em tempo integral com as meninas, ao mesmo tempo em que sabe o quanto sua ascensão é, também, importante para elas. “O maior desafio da maternidade e de ser empreendedora é não ouvir, o tempo todo, o coração de mãe, que quer (e acha que isso é o melhor, mesmo não sendo) ficar, estar, o tempo todo ao lado das filhas. Então, coloquei na cabeça que **o tempo que estiver com elas tem que ser muito especial e da maneira que elas mais amam**. Estou sempre presente em tudo. Somos todas grudadas umas às outras, mas, às vezes, bate aquela ‘dorzinha’ de não ter ajudado com o para-casa ou estudado para a prova. Mas aí penso que tudo que faço, no fim, é por e para elas.”

Para além de sua vida aliada às de Ana e Alice, Fabi ressalta ainda como é importante, nessa trajetória, ter uma rede de apoio. “Sorte a minha também de ter uma mãe e uma ajudante maravilhosas, que estão sempre me proporcionando estrutura para trabalhar. Ai de mim se não fossem elas!”, finaliza sorrindo.





## A Rô

Sair do interior para buscar novas oportunidades é o que almejam muitos jovens, mas é preciso ter coragem para deixar para trás a família, os amigos e, obviamente, a zona de conforto. Coragem, porém, é o sobrenome de Rosângela Aguiar, que saiu do interior da Bahia (pasmem!) com 16 anos. Seu primeiro casamento a levou à maior metrópole do país, São Paulo, onde Rô agarrou todas as oportunidades que teve. “Me tornei biomédica e passei por grandes hospitais do país, como Sírio Libanês, Albert Einstein, Beneficência Portuguesa, entre outros”, conta.

Ainda em São Paulo, Rô deu à luz à Maria Eduarda, seu amor maior. Posteriormente, separou-se de seu primeiro marido e foi no segundo casamento em que seus caminhos começaram a mirar Belo Horizonte. Seu segundo marido é de Minas Gerais, e o casal decidiu fincar raízes na capital mineira, terra tão amada hoje por Rô. Aqui, ela se se descobriu apaixonada pela harmonização facial, pela estética de forma geral e, principalmente, pela alegria das pessoas quando estão com a autoestima elevada. “Eu já estava estabilizada na minha área, a perfusão cardíaca, mas, quando conheci o Transformando Faces, pensei: ‘Gente, eu gostei disso. Quero fazer’”, lembra-se.

Empenhada em se aprofundar na área, Rô perguntou à equipe do Transformando Faces se podia estagiar lá, gratuitamente, para aprender. A clínica permitiu, e a biomédica entendeu que era a hora de agarrar uma nova oportunidade. “Eles estavam começando, na época, fim de 2017. Entrei lá e comecei a acompanhar os profissionais, bem como ajudava em tudo. Servia cafézinho, limpava as salas. Comecei do zero mesmo. Até conciliei com a perfusão, a priori, mas fui crescendo lá dentro e decidi abandonar a perfusão.”

Com essa decisão, Rô pôde se dedicar ainda mais à estética. “Acompanhei os procedimentos por uns seis, sete meses e, de-

pois, surgiu uma nova oportunidade: fazer os cursos deles. Fiz e, rapidamente, fui convidada para ajudar nesses cursos. Nessa ajuda, comecei a fazer os retornos dos pacientes dos cursos. Fui evoluindo, estudando e me aprimorando cada vez mais, até que chegou um momento em que eu já tinha agenda, uma sala, virei coordenadora dos cursos e me vi com pacientes saindo pela culatra”, conta às risadas e ainda complementa: “Sou muito grata ao Transformando Faces por tudo”.

Estabelecida e reconhecida na estética mineira, Rô nunca parou de querer mais e de encarar os contratempos sem medo. Em 2020, além da própria pandemia em si, a biomédica teve de lidar com desafios necessários, que moldaram quem ela é hoje: o casamento chegou ao fim, a sociedade com Fabi ganhou força e era hora de empreender em meio à onda roxa, sem deixar de ter tempo de qualidade com a Duda, sua filha. “Foi um momento de transição. Mas eu costumo dizer que, como fui criada no mundo, eu acabei adquirindo uma casca. Sei que dou conta. E dei.”

À esta altura da entrevista, a empreendedora forte que disse ter uma casca, à minha frente, pareceu descascar. Quando o assunto mudou para Maria Eduarda, hoje com 14 anos, Rô não conteve os olhos marejados. “Eu e a Duda somos muito amigas, parceiras; e minha vida, desde que ela nasceu, foi junto com ela. Desde 2021 ela está num intercâmbio em Toronto, onde reside com o pai (que é tão amigo dela quanto eu). Eu ainda estou me adaptando à rotina sem ela, ainda que nos falemos todos os dias. Às vezes me pego entrando em casa e avisando que cheguei, como se ela ainda estivesse por lá. Mas sei que é o melhor para ela. Em alguns pontos, também foi bom para mim. Hoje consigo fazer coisas que não conseguia, porque minha prioridade sempre foi a Duda. Ainda assim, se ela está aqui ou se vou para lá, **me dedico 100% a nós duas.**”



**BATE-BOLA**

# Benevie

**REVISTA EXCLUSIVE: Depois da ideia formatada, em quanto tempo a Benevie aconteceu?**

**ROSÂNGELA AGUIAR:** Em 2021, em apenas três meses, a Life Engenharia colocou de pé o nosso projeto, possibilitando a realização de um sonho. Sem ela, isso não teria sido possível. Estávamos na onda roxa quando abrimos nosso espaço. Foi um momento delicado para todos, mas muito importante para nós, que estávamos aos poucos construindo nossa história em meio ao Vila da Serra, local onde moramos e amamos.

**RE: Até o momento, qual o maior desafio e a maior conquista nesta jornada no empreendedorismo?**

**FABIANA MAGALHÃES:** O maior desafio tem sido a quebra de pré-conceitos e desinformações. Pré-conceitos com harmonização, pois muitas pessoas ainda correlacionam essa palavra ao exagero, e não à melhoria, além da desinformação a respeito dos profissionais habilitados e capacitados para realizar procedimentos injetáveis.

**RE: Quais são os tratamentos oferecidos na clínica?**

**RA:** Harmonização facial e corporal com injetáveis. Neles estão incluídos procedimentos como botox, preenchimento com ácido hialurônico (rinomodelação, preenchimento labial, de olheiras, malar etc.), bioestimuladores de colágeno, fios, remodelação glútea (bumbum dos sonhos), revitalização íntima, aceleradores metabólicos, bioestimuladores para flacidez de barriga (pós-gestação), entre vários outros tratamentos.

**RE: Qual o carro-chefe?**

**FM:** Nosso carro-chefe é a rinomodelação com ácido hialurônico, tratamento que possibilita tratar assimetria, irregularidade, melhorando contorno do nariz, sem que o paciente se submeta a uma cirurgia. **O procedimento é realizado em consultório, em torno de 1 hora, com resultado imediato, sem cortes, sem repouso.**

**RE: Qual o diferencial da Clínica Benevie?**

**RA:** O diferencial da Benevie é o tratamento individualizado e único de cada paciente. Prezamos por nos doar totalmente ao paciente, cuidando dele sem terceirizar o tratamento. Cuido dos pacientes igual a galinha cuida dos pintinhos [risos]. Trato, cuido e viro amiga íntima, muitas vezes. Eu escuto as pessoas. Nunca aceitamos tratar pacientes como "mais um". Na clínica sabemos exatamente quem é cada paciente, sua história, suas necessidades, além de **respeitar o desejo deles, sem exageros e sem querer vender a qualquer custo os tratamentos.** Primamos principalmente pela segurança, pelos melhores produtos e técnicas mais avançadas em injeções.

**RE: Por que "Benevie"?**

**FM:** O nome surgiu porque os sócios são muito religiosos e com um amor muito grande a Deus e a Nossa Senhora. Nós nos sentíamos abençoados e gostaríamos de abençoar outras pessoas, outras vidas, já que **harmonização não é só estética. Ela muda vidas, muda autoestima, muda saúde, alegria, confiança.** Com isso, o nome Benevie vem do termo abençoar/bênção, além de ser também "bem-vindo".

**RE: Como tem sido o retorno dos pacientes?**

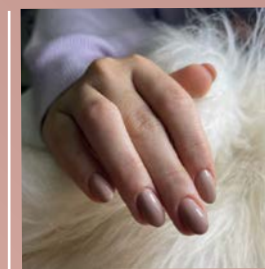
**RA:** Graças a Deus temos clientes muito satisfeitos e fiéis. Nossa proposta é cuidar de cada paciente com o carinho e a necessidade única de cada um deles. Temos pavor de tratamentos "em larga escala", padronizados, sem atenção, sem a individualização que cada tratamento e paciente merecem.

**RE: Quais os planos para o futuro?**

**FM:** Nossos planos são ousados [risos]. Rô e eu sempre brincamos que ainda vamos trabalhar e nadar muito nas Maldivas.

U N H A S D E J O I A S  
E S M A L T E R I A

Mais do que estar linda  
é se sentir linda.



Unhas: pé e mão normal  
Unhas alongadas: acrílico e gel  
Banhos: de gel e de acrílico  
Top coat, com secagem imediata  
SPA dos pés  
Veloterapia nos pés  
Escovas festivas  
Pacotes mensais: planos Gold e Black  
Hidratação: Truss e Wella  
Babyliss glow

Saiba mais:



Alameda do Ingá, 756 – térreo  
Vila da Serra/Nova Lima.



**POR** Stephanie Carvalho  
**FOTO** AdobeStock  
@stephanieinsania

# UMA MARCA DE MODA FORTE NO AMBIENTE DIGITAL

## Quais os caminhos para construí-la?

Olá, leitores! Nesta edição, inicio uma trajetória aqui na revista **Exclusive**, em que pretendo compartilhar o conhecimento que adquiri em anos como empreendedora. Sou idealizadora e CEO da marca mineira Insânia, conhecida nacionalmente como a loja que, com facilidade, agilidade e custo-benefício, oferece às clientes o que carinhosamente chamei de “Longo dos Sonhos” – se quiser saber mais sobre esta história, aliás, ela está disponível na edição 118 desta revista, a qual tive o prazer de estar na capa. Bom, agora, vamos aos trabalhos!

A construção de uma marca forte no ambiente digital é essencial para o sucesso das marcas de hoje. E, para falarmos um pouco sobre os diferenciais que fazem você se tornar uma referência, citarei algumas estratégias que utilizo na minha marca, para esta ser destaque no e-commerce. O digital, hoje, tornou-se uma obrigação para empresários; e **quem domina as estratégias corretas consegue ter resultados muito expressivos**. Afinal, estamos falando da “rua mais movimentada do mundo”.

Contudo, antes de pensarmos no ambiente digital, precisamos falar sobre a construção de uma marca sólida. A meu ver, é aí que

muitos empresários não se preocupam, acabam cometendo erros e não gerando **desejo de consumo**. A todo momento se criam marcas que não têm resultados, pois estas não se preocupam com a base. A concorrência é bem grande e, para se destacar, precisamos colocar uma pitada de “algo mais”. As pessoas não buscam por roupas, elas procuram bem-estar, pertencimento, conexão entre outras várias sensações que você pode despertar.

Falando sobre construção de marca, um dos pontos cruciais de hoje é **a humanização e a identidade única**. A construção de um bom *branding* faz você se diferenciar e criar o seu espaço, onde não importa a concorrência nem o preço, pois as pessoas enxergam valor no que você vende. A essência e o propósito bem definidos em uma marca fazem você se tornar único. Faço muito isso por meio das minhas criações, nas quais sempre conto alguma história da minha vida, da minha infância, minhas crenças, das homenagens que quero fazer; e essa mensagem chega até as pessoas. As pessoas sabem quando algo é feito de maneira genuína – e elas valorizam isso. Em suma, meu conselho maior é: seja você e não tenha vergonha disso. Tenha uma causa e mostre isso ao mundo!



## Mas, afinal, o que é branding?

É a maneira como uma marca é percebida pelos consumidores e como ela se diferencia. O *branding* vai além do logotipo e do design visual de uma marca. Envolve a criação de uma personalidade e uma história; construir confiança e lealdade à marca, e influenciar as decisões de compra. Ele ajuda a posicionar uma marca no mercado, trazendo diferencial e transmitindo seus valores. Dentro desse tema, podemos pensar em vários olhares que nos despertam do comum, peças para sanar a “dor” daquele consumidor. Dentro disso, temos um universo de possibilidades, em que o que você vende era tudo o que o cliente precisava e nem sabia. **Conte e mostre isso a ele!**

Agora que pensamos nessa construção de marca, o ambiente digital é onde vamos dar vida a tudo isso e, claro, pensar em atingir essas pessoas. Outra reflexão que levo comigo é fazer com que as empreendedoras que me procuram entendam: vender é algo realmente transformador para o outro. Eu prego muito esse envolvimento no que se faz. Uma cliente usar Insânia é algo muito especial tanto para mim quanto para ela. **É poder proporcionar sensações únicas de bem-estar em momentos muito especiais**. Às vezes, não percebemos o quanto isso é incrível. Tenha orgulho do que você faz, e isso muda o jogo.

Agora que já pensamos nessa estruturação, vamos falar de tecnologia. Hoje, temos à nossa disposição “a rua mais movimentada do mundo”. Mas não pense que, pelo fácil acesso, não precisamos de esforço. É aí que muitos empreendedores desistem. O comércio on-line traz a falsa impressão de ser “simples”. No entanto, precisamos ter as ferramentas corretas, conhecimento e estratégias para seu negócio prosperar por lá. **Tudo começa pelas redes sociais**, parte fundamental para atrair o nosso público. Junto a elas, um bom site, o qual permite que você faça vendas 24 horas por dia, sete vezes por semana, de forma automática, sem a barreira de horário, vendedor disponível ou ponto físico. Dentro dessa estruturação digital, eu a divido em três pilares: atração, desejo e conversão.

Vamos às partes técnicas de **atração** de pessoas. As mais utilizadas são: tráfego pago, tráfego orgânico, marketing de conteúdo e influenciadores digitais. Essas são algumas opções de atrair os olhares para o que você faz. Entretanto, não adianta atrair se não souber causar o próximo passo: despertar o **desejo**. Após essa atração de pessoas (ou seja, de mostrar para mais pessoas sobre o que você faz), precisamos despertar o **desejo de compra**. Conhecer a sua persona é parte fundamental para saber quais abordagens fazer, como você pode ajudá-la com o seu produto e quais benefícios você tem.

Importante ressaltar ainda que algo que utilizo muito é o *storytelling*, isto é, contar histórias envolventes sobre o seu produto ou serviço. Desse modo, as pessoas se conectam com narrativas que

despertam emoções e as fazem se sentir identificadas. Estamos na era dos vídeos, e eles são ótimos aliados nessa fase. Mostram detalhes, toque, caimento e modelagem, de uma maneira divertida e envolvente. As pessoas, ao comprarem pela internet, não estão com seu produto nas mãos. Portanto, precisamos aproximá-las ao máximo sobre o que estamos oferecendo e já pensando em ajudá-las em como e quando usar. **Exemplos de ocasiões de uso funcionam muito na minha marca**.

Outro fator que faz a diferença é um contato próximo e humanizado com a sua audiência. Pessoas compram de pessoas, e isso nunca foi tão válido quanto agora na era digital. Cada vez mais precisamos de uma identificação com a marca. É uma via de mão dupla. Crie seus próprios dialetos. Símbolos e personalidade nos fazem construir uma comunidade, onde os membros entendem toda essa comunicação e se identificam. Além do próprio produto ou serviço, busque criar uma experiência memorável, atendimento excepcional, embalagens cativantes, presentes nas compras ou outros elementos que tornem a compra especial. Dê atenção a um bom *unboxing*, tornando o ato daquela compra um presente para quem comprou. Outra sacada valiosa são os depoimentos de pessoas que gostaram, usaram e marcaram suas redes usando aquele produto. Cria-se uma confiança em torno da marca, afinal, quem compra pela primeira vez ainda não te conhece. **Essa prova social de outras pessoas falando sobre você é muito decisiva**.

Essas foram algumas dicas que abordamos nessa fase de encantamento e, agora, após o cliente descobrir o porquê você é a melhor escolha, teremos, de fato, a **conversão** de potencial cliente para a sua base de clientes. O ouro da tecnologia está na base de dados que temos hoje, no comportamento de compra de cada cliente que entra para a sua base. Precisamos de sites responsivos, com qualidade, que nos transmitam confiança e agilidade, pois, num piscar de tela, você perde uma venda. Hoje o mundo está cada vez mais veloz, e precisamos nos adaptar a isso. A agilidade no envio também está cada vez mais se tornando fator decisivo de compra.

E, claro, um pós-venda adequado é imprescindível. Não adianta achar que, após o envio, acabou o seu papel. Temos que cumprir as leis do *Código de Defesa do Consumidor*, em caso de trocas e devoluções, e saber se a experiência após o recebimento foi boa. Às vezes, uma troca pode não compensar para a empresa hoje, mas o LTV – Lifetime Value, uma estimativa da receita média que um cliente gerará ao longo de sua vida como cliente – desse cliente após um bom atendimento pode valer muito a pena. Afinal, é muito mais barato vender várias vezes para o mesmo cliente do que adquirir novos clientes. O custo do CAC (custo de aquisição do cliente), com certeza, será mais caro do que estratégias de fidelização.





POR dr. Alysson Resende  
FOTO Acervo pessoal  
@alyssonresende

# SEDAÇÃO CONSCIENTE E TRANQUILIDADE NO TRATAMENTO ODONTOLÓGICO



Sentar-se na cadeira do dentista e escutar o som do motorzinho é um trauma que lhe provoca ansiedade? Você sente medo quando tem que realizar procedimentos que envolvem o uso de agulhas? A odontologia moderna não é baseada em medo, e eu acredito no atendimento humanizado como foco do atendimento do consultório. Mas como estabelecer esses parâmetros de acolhimento e tranquilidade na temida cadeira do dentista?

Em primeiro lugar, acredito que o ponto de relaxamento começa a partir de uma relação de confiabilidade. Para isso, qualquer atendimento na nossa clínica é iniciado a partir de uma conversa detalhada sobre expectativas em relação ao tratamento.

A escuta cuidadosa conduz o clima de respeito e relaxamento ao paciente. O olho no olho nunca falha, e a comunicação direta é eficiente para a relação que é iniciada naquele momento. Depois desse momento de relaxamento, não abro mão de contar com re-

ursos modernos que potencializam o resultado e amenizam os procedimentos no consultório.

Um exemplo disso é a sedação consciente com a inalação do gás chamado de óxido nitroso, já muito utilizado nos Estados Unidos. Na prática, a proposta permite que o paciente permaneça tranquilo, relaxado e consciente o tempo todo.

E sabe o melhor de tudo isso? Em apenas 3 minutos, após a remoção do gás, a pessoa pode voltar às atividades normais – inclusive dirigir e trabalhar. Decidimos investir nesse processo como forma de humanizar o nosso atendimento e acabar com aquela ideia de cadeira de dentista associada a terrorismo.

A AR Odontologia traz a Belo Horizonte tudo para deixar a sua experiência na clínica o mais agradável possível! Conta para mim: você tem medo de agulha ou dentista? Interessou-se pela sedação consciente? Entre em contato e saiba mais sobre este nosso grande diferencial!



Em **2023**  
vamos cuidar  
da sua família.



- Atendimento direto com farmacêutico
- Fórmulas exclusivas
- Especializada em pediatria e geriatria
- Espaço kids



(31) 99905-6121  
Rua Santa Catarina, 1354  
Lourdes

## X CIRURGIA PLÁSTICA

POR dr. Fábio Campos  
FOTO AdobeStock

# CIRURGIA PLÁSTICA EM ADOLESCENTES

*Análise sobre a segurança e os benefícios da cirurgia plástica em pacientes adolescentes*

do paciente ou corrigir deformidades e lesões. Embora muitas pessoas associem a cirurgia plástica apenas à estética, ela também pode ser realizada por razões médicas, como a correção de malformações congênitas, cicatrizes ou lesões. Entretanto, um tema que tem gerado discussões é a realização de cirurgias plásticas em adolescentes. Muitas vezes, essa decisão é tomada por jovens que desejam corrigir alguma característica física que consideram inadequada, como o tamanho do nariz, orelhas proeminentes ou mamas excessivamente grandes ou pequenas.

Para entender melhor essa questão, é importante analisar a segurança e os benefícios da cirurgia plástica em adolescentes. De acordo com a Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP), a idade mínima para a realização de procedimentos estéticos é de 18 anos, exceto nos casos em que a cirurgia é necessária para corrigir problemas de saúde. Ainda assim, a busca por procedimentos estéticos entre adolescentes tem aumentado nos últimos anos. Segundo um levantamento da SBCP, em 2019, 7% das cirurgias plásticas realizadas no Brasil foram em pacientes entre 13 e 18 anos.

É importante ressaltar que a cirurgia plástica envolve riscos e deve ser realizada com cautela, especialmente em pacientes jovens. Além disso, a decisão de realizar uma cirurgia plástica deve ser tomada em conjunto com os pais ou responsáveis, médicos e, muitas vezes, com a ajuda de um psicólogo. **Entre os benefícios da cirurgia plástica em adolescentes, destacam-se**

**a melhoria da autoestima e a correção de problemas físicos que podem prejudicar a saúde e o bem-estar emocional.** Por exemplo, a correção de deformidades nas orelhas pode ajudar a prevenir o bullying e melhorar a autoconfiança do paciente.

Contudo, é importante ter em mente que a cirurgia plástica não é uma solução mágica para todos os problemas. É preciso levar em consideração a expectativa realista do paciente em relação aos resultados e o risco de complicações. Por fim, a realização de cirurgia plástica em adolescentes deve ser avaliada caso a caso, levando em consideração a idade, a maturidade emocional e a saúde do paciente. O diálogo aberto e a busca por informações precisas e confiáveis são fundamentais para a tomada de decisão consciente e segura.

### DR. FÁBIO CAMPOS

Cirurgião plástico e nome à frente da Clínica Modelle, localizada no Hospital Life Center (Av. do Contorno, 4.747/810 – Serra | Belo Horizonte/MG).

Instagram @dr.fabio campos

WhatsApp (31) 98420-3755 | (31) 3262-0749



SAÚDE | BELEZA | BEM-ESTAR E+  
COM GUI MOREIRA

OS GRANDES  
ESPECIALISTAS  
PASSAM  
POR AQUI!



SÁBADO 13:45  
PARANÁ

SÁBADO 10:00  
SÃO PAULO

DOMINGO 8:25  
MINAS GERAIS



POR Alfredo Cardoso  
ILUSTRAÇÃO AdobeStock



# A INTEGRIDADE, O SOL, A LUA E A VERDADE

Na vida existem valores que são universais e transcendem culturas, crenças e tempos. Dois desses valores são intrínsecos em todos os seres humanos: verdade e honra. Verdade: conceito fundamental que se refere à conformidade entre o que é afirmado, percebido ou alegado e a realidade objetiva dos fatos. A busca pela verdade tem sido uma preocupação central na filosofia, ciência e em várias áreas do conhecimento humano ao longo da história. Já a honra é um conceito que envolve a integridade pessoal, o respeito próprio e a adesão a princípios éticos e morais. Honra está associada a um senso de dignidade, retidão e nobreza de caráter, relacionando-se, portanto, ao cumprimento de compromissos, à lealdade, à honestidade e ao respeito pelos outros. A pessoa honrada age de acordo com os princípios e valores que considera corretos, mesmo em situações desafiadoras ou tentadoras

Dessa forma, por mais que possa parecer que a mentira e a falta de integridade prevaleçam em certas situações, a realidade é que, em última análise, a verdade e a honra sempre emergem. A verdade é uma força poderosa que, por vezes, pode parecer temporariamente obscurecida ou camuflada pelas circunstâncias. A verdade e a honra são intrínsecas à condição humana, embora possam ser desafiadas e temporariamente obscurecidas. Seu poder inato sempre emergirá.

Eventualmente, mentiras serão desmascaradas, segredos serão revelados e a justiça prevalecerá. A verdade e a honra são como o sol, que pode ser temporariamente ofuscado pelas nuvens, mas que, no fim, sempre brilha com sua luz radiante. Sendo assim, como já dizia Buda, apenas três coisas não podem ser escondidas, sendo estas: o sol, a lua e a verdade. A verdade não pode ser suprimida indefinidamente, pois está enraizada na es-

sência da existência humana. Podem ser necessárias paciência e perseverança, para que a verdade seja revelada, mas, invariavelmente, ela vem à tona.

Já a honra é uma qualidade que não pode ser permanentemente negada ou ignorada. Aqueles que agem com integridade, respeitando valores éticos e morais, colhem os frutos da honra. Embora possa parecer que a desonestidade e a trapaça levem vantagem a curto prazo, a história tem provado repetidamente que indivíduos e instituições que se baseiam na falsidade e na falta de ética eventualmente são desmascarados. A honra permanece como um farol luminoso que orienta o comportamento humano e ilumina os caminhos da justiça.

A verdade e a honra podem enfrentar desafios e obstáculos ao longo do caminho. Às vezes, a manipulação e a desonestidade parecem prevalecer, causando desânimo e descrença na justiça e na integridade. No entanto, mesmo em meio às sombras, há aqueles que se esforçam para expor a verdade e manter sua honra intacta. São esses **indivíduos corajosos que, em última instância, contribuem para a restauração da ordem e da justiça.**

Portanto, não importa quão escura possa parecer a situação ou o quão longe a verdade e a honra possam parecer estar, lembre-se de que sua natureza essencial é inextinguível. Acredite na força desses valores, mantenha-se firme em sua busca e, no devido tempo, você verá a verdade e a honra emergirem triunfantes, iluminando o caminho para um mundo melhor.

Seja sempre verdadeiro e honrado, e colherá frutos. Pedras no caminho sempre se farão presentes, mas, quando acreditamos em nós mesmos, nos nossos valores morais, éticos, e nos nossos ideais, seremos recompensados pelo universo e pela nossa mente.



POR Simone Demolinari  
FOTO AdobeStock  
@simonedemolinari

# QUALIDADE DE VIDA E AMBIENTE DE TRABALHO



Nossa vida se resume na maior parte do tempo em trabalho e família. Portanto, convém prezar para que esses ambientes sejam de qualidade, para não comprometer nossa saúde física e mental. Passamos muitas horas do nosso dia dedicadas ao trabalho. Este, em si, não esgota, mas as pressões que o envolve, sim. A alta competitividade imposta pelas empresas estimula um ambiente hostil entre funcionários, em que não se pode confiar nos colegas, pois estes são vistos como rivais. Para piorar, algumas empresas ainda acreditam que o clima de ameaça faz com que o funcionário produza mais. Uma lástima, que só faz adoecer! Além disso, a cobrança excessiva e o desrespeito ao horário de trabalho – muitas vezes extrapolando a jornada – são realidades presentes na vida de muitos.

Com toda essa cultura organizacional que ainda faz parte de muitos ambientes de trabalho, só sobra espaço para chefes que se identificam com essa forma de liderança. Anteriormente, já mapeei traços de comportamentos de chefes ruins, que massacram a equipe e lideram pelo medo. É o caso do terrorista que vive fazendo ameaças de demissão e usa falas do tipo “cabeças vão rolar”. Usa exemplos de pessoas que foram demitidas por incompetência. Chefes assim acreditam que o medo motiva o funcionário a produzir mais. Geralmente são também extremamente críticos e nunca estão satisfeitos com nada. Reclamam e põem defeito no trabalho de todos. Uma hora é a ideia que está ruim, outra hora é o local que não está bom ou a letra que não está legível. Sempre haverá algo do que reclamar. **Funcionários que vivem sob ameaça, ainda que velada e recebendo constantes**

**críticas, tornam-se inseguros, desanimados e desmotivados.**

Nessa vertente de líderes ruins, temos também aquele que demonstra ambição demasiada, pensamento desmedido, excessivo e grandioso, saindo do contexto lúcido e flertando com a fantasia. Uma coisa é um chefe exigir que o funcionário trabalhe com 100% da sua capacidade, dando seu melhor e não fazendo “corpo mole”; outra coisa é exigir dele o impossível. Geralmente essas pessoas não têm ideias muito organizadas, por isso não se comunicam de forma clara. Ora falam uma coisa, logo em seguida falam outra. Dão comandos contraditórios, mudam de opinião e cobram de forma desorganizada. Um horror para a equipe que fica sempre insegura, sem saber qual será a reação do chefe.

Outro estilo comum de se encontrar as empresas são chefes controladores. São aqueles que dão o comando e, logo em seguida, vão lá saber como anda o resultado. Não deixa a equipe executar; não dá prazo, ao contrário, fica cobrando a entrega antes do combinado. Quer saber tudo, investiga e pede relatórios o tempo todo. Passa a nítida impressão de que não confia na equipe que tem. **Tanto controle, geralmente, mais atrapalha do que ajuda.**

Com dois fatores tão importantes, clima organizacional e liderança, se ambos não forem saudáveis, o caminho é o Burnout – a síndrome do trabalhador esgotado, o que os antigos chamavam de “estafa”, um estado derivado das questões emocionais. Ter no trabalho uma fonte de prazer, além de promover grande felicidade ao indivíduo, ainda é revertido em alta performance para as empresas. Vale a pena!



## O BOOM DO *BABY CARE*

Em março de 2020, iniciamos uma longa estadia em tempos pandêmicos. Tivemos de mudar, de forma abrupta, os nossos hábitos de socialização, trabalho e lazer. Algumas dessas mudanças conseguimos deixar na pandemia, outras, porém, vieram para ficar, como o home office, as reuniões virtuais, uma melhor consciência higiênica e os serviços domiciliares. A fim de evitarmos o contato com hospitais no período de alta infecção da Covid-19, muitas famílias passaram a optar por atendimentos que fossem realizados na segurança e conforto de seus lares. Dentre esses atendimentos está o *baby care*.

Ele, que já era um serviço prestado há anos, mas pouco utilizado devido à sua baixa divulgação ou por acreditarem se tratar de algo fora de alcance, consiste em ajudar famílias nos cuidados da primeira infância do bebê, principalmente para as mães de primeira viagem. Mas não seria esse o trabalho de uma babá? Não. O serviço de *baby care* faz, inclusive, o treinamento de babás que atendem essas famílias.

**Esse profissional poderá acompanhar a mãe desde a gestação, dando auxílio no trabalho de parto, ajudando a viabilização deste, de maneira segura e assistida, passando depois para os cuidados iniciais do bebê,** em que serão realizadas as primeiras consultas com pediatra, tratamento de icterícia em casa, orientações sobre os cuidados de higiene da criança e do coto umbilical, treinamento de primeiros socorros básicos, consultoria de amamentação, orientações sobre os hábitos mais saudáveis que possam ajudar mãe e filho a terem uma construção de laços de maneira tranquila e sem tantas inseguranças, entre outros.

Além disso, é oferecido o serviço para a mulher, que possa precisar de apoio emocional no puerpério, acompanhamento de pós-cirúrgico e auxílio com o estabelecimento da rotina. Mas,

afinal de contas, por que contratar um serviço de *baby care* domiciliar? O primeiro e mais importante motivo é a redução da possibilidade de contaminação de um bebê ainda sem defesas imunológicas, ponto que se agrava quando temos crianças prematuras. Outro ponto importante é a mãe passar por essa experiência no ambiente em que seu filho viverá de fato, evitando influência do ambiente no comportamento de ambos. Isso tudo sem contar a comodidade de poder estar em casa.

É um serviço amplo e com muitas possibilidades, dependendo muito da necessidade que a família possua. Ou seja, cada mãe ditará aquilo que está necessitando, e a equipe trará a solução para aquele caso específico. É nítido que ninguém jamais ensinará uma mãe a ser mãe, pois cada uma tem a sua essência, suas preferências, valores e construções. Mas a intenção do *baby care* é empoderar essas mulheres que se doam para seus filhos e fazer delas mais seguras e confiantes daquilo que elas já são. O instinto materno é supremo em todos esses processos. Sendo assim, sempre deverá ser respeitado. Se fortalecida e devidamente orientada, ela será sempre uma mãe pronta para atender à necessidade de seus filhos. Isso, com certeza, não tem preço.

### SILVIA SALVADOR

É mestre em Administração e sócia-diretora da Saúde no Lar. Especialista em gestão de relacionamentos.

Instagram @saudenolarmg



## DIA MUNDIAL SEM TABACO

Comemorado em 31 de maio, o Dia Mundial sem Tabaco traz um alerta importante quanto ao uso do tabagismo. Anualmente, diversas doenças estão relacionadas ao hábito, incluindo vários tipos de câncer, como é o caso do de pulmão, fígado, estômago, pâncreas, rins, ureter, cólon e reto, bexiga, ovários, colo do útero, cavidade nasal e seios paranasais, cavidade oral, faringe, laringe, esôfago e leucemia mieloide aguda, segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca).

Entre os mais jovens, o cigarro eletrônico tem sido sensação. Justamente por vir “disfarçado”, jovens têm preferido os dispositivos e acreditam ser menos danosos à saúde. Diferente da versão convencional, os sabores e aromas agradáveis acabam mascarando e tornando os riscos invisíveis para o grupo. De acordo com uma pesquisa desenvolvida pelo Inca, o cigarro eletrônico aumenta mais de três vezes o risco de experimentação do cigarro convencional e mais de quatro vezes o risco de uso do cigarro. Além disso, o levantamento reforça ainda que **o cigarro eletrônico eleva as chances de iniciar o uso do cigarro tradicional para aqueles que nunca fumaram.**

“Há cerca de 30 anos, o cigarro convencional era visto como sinônimo de status, e isso não tem sido diferente para o cigarro eletrônico, principalmente entre os mais jovens. Apesar de, na última década, o Brasil ter diminuído 40% o número de fumantes, não devemos fechar os olhos para um problema que, mesmo tendo outro formato, faz parte da narrativa atual”, comenta a dra. Mariana Lalon, oncologista do Grupo Oncoclínicas.

### Tabagismo aumenta incidência de câncer do pulmão

O tabagismo continua sendo o maior responsável pelo câncer de pulmão no Brasil e no mundo. Aliás, não apenas desse tipo de tumor. Segundo o Inca, 161.853 mil mortes poderiam ser evitadas anualmente se o tabaco fosse deixado de lado, sendo que cerca de desses óbitos são decorrentes de algum tipo de câncer relacionado ao hábito de fumar.



Mariana Lalon, oncologista do Grupo Oncoclínicas

Apenas no Brasil é estimado que, durante o triênio 2023-2025, cerca de 32.560 casos de câncer de traqueia, brônquios e pulmão, como classifica o Inca, sejam descobertos a cada ano. A maioria dos pacientes com câncer de pulmão apresenta sintomas relacionados ao próprio aparelho respiratório. “Os sinais de alerta são tosse, falta de ar e dor no peito. Outros sintomas inespecíficos também podem surgir, dentre eles perda de peso e fraqueza. Em poucos casos, cerca de 15%, o tumor é diagnosticado por acaso, quando o paciente realiza exames por outros motivos. Por isso, a atenção aos primeiros sintomas é essencial para que seja realizado o diagnóstico precoce da doença, o que contribui amplamente para o sucesso do tratamento”, ressalta.

# DESTINOS

Se é possível sonhar, é possível realizar! E foi assim, como um sonho, que a Hava apresenta sua nova coleção: Destinos, uma proposta que traz a colaboração entre três mulheres incríveis: Carol Matos, idealizadora da Hava; Ju Lins, maquiadora, e Bárbara Carvalhaes, consultora de imagem e estilo, que fazem da realidade um mapa para destinos e sonhos realizados. Peças marcantes, práticas e bonitas para vestir pessoas que queiram transformar ideias em realidade e, sobretudo, que vibrem pelas realizações umas das outras. A Hava está pronta para te acompanhar em todos os seus Destinos.









FICHA TÉCNICA

**MODELO:**  
Lígia Lapertosa  
@ligialapertosa.

**MAKE:** Ju Lins  
@julins00.

**FOTÓGRAFA:**  
Tuany Dutra  
@\_tuanydutra.

**PRODUÇÃO:**  
Estúdio Dara  
@estudio\_dara.

**LOCAÇÃO:** Casa  
Enlace Pampulha  
@casaenlacepampulha.

**ACESSÓRIOS:**  
@lusacessorios.

**MARCA:** Hava  
@havastore.

# Chegaram as novas sacolas edição **30 Anos Verdemar**



**Adquira já a sua!**





## MATERNIDADE

# E EMPREENDEDORISMO

Você, aí do outro lado, é mulher, mãe e também está passando por este desafiador equilíbrio de pratos? Bom, sou a dra. Lívia Lavagnoli, médica dermatologista e especialista em doenças dos cabelos e couro cabeludo. Sou também cirurgiã. Realizo cirurgias de transplante capilar. Hoje, porém, venho trazer reflexões sobre a Lívia mãe, a profissional cuja carga horária é infinita. O investimento em conhecimento sobre parentalidade também é infinito, a remuneração é zero, sem direito a férias, sem direito a adoecer.

A minha experiência pessoal é algo que venho analisando e resignificando ao longo de alguns anos e, a cada dia que passa, percebo que todos os “gargalos” são comuns a tantas outras mulheres que desejam atingir o êxito ou, ao menos,

equilibrar a carreira profissional e a maternidade. Andei pesquisando um pouquinho sobre o tema e encontrei uma ligação entre a maternidade e o empreendedorismo feminino, que merece muito destaque. De acordo com o estudo *Empreendedoras e seus negócios*, de 2019, da Rede Mulher Empreendedora, 68% das empreendedoras decidiram investir no próprio negócio após se tornarem mães.

Também segundo um estudo direcionado ao ecossistema de inovação (Female Founder Report), mais da metade das mulheres afirmam ter filhos (51,6%). Entre as fundadoras, mais de 30% indicou parcial ou total a não participação dos pais ou parceiros na criação dos filhos. A pesquisa também mostra que o quinto motivo principal pelo qual elas decidem

empreender é para ter mais proximidade com os filhos. Certa vez que essa é uma meta coletiva.

Mas existe fórmula mágica? Claro que não!

Eu mesma já estive nos dois extremos: após o nascimento do meu primeiro filho, bem no início da pandemia, fui engolida por um turbilhão de emoções e acabei indo trabalhar fora de casa muito menos do que gostaria. Então me culpei. Eu me culpei por não “ter dado conta”, por não conseguir estar em todos os lugares que gostaria.

Depois do segundo filho (você deve estar se perguntando: “Segundo? Oi?”), já fui para outro extremo e viajei a trabalho algumas vezes com a bomba de aleitamento materno, mas, mesmo assim, meus seios empedraram; e eu pensei: “Deus,

será que estou no caminho certo? Será que eu não deveria estar colada nos meus bebês?”. E mais uma vez me culpei. Pior do que isso deve ser quando terceiros te culpam, julgam...

Culpa: é o sentimento que todas nós tivemos dentro do mundo materno, na frustração de não conseguirmos acertar como pais, mães, do jeito que gostaríamos. E está tudo bem. Inclusive, eu te questiono: existe certo ou errado?

No fim das contas, a gente descobre que, **para educar, nós é quem temos que aprender primeiro**: aprender por meio de livros sobre funcionamento cognitivo e emocional das crianças, ler sobre as diversas formas de educação parental, zelar por nossa saúde física e emocional. Paralelo a isso, você pode, sim, decidir se vai continuar no seu emprego, se vai empreender ou se vai cuidar da casa e dos filhos. Cada uma com sua realidade e sua personalidade. Liberdade; autenticidade. Isso diminui o sentimento de culpa. Posso te assegurar, e a felicidade começa a aparecer de uma forma inesperada.

Uma lição que aprendi em um dos livros mais profundos que já li (e continuo aprendendo com a vida) foi sobre “tempo de qualidade”. Não importa se você trabalha em casa ou se está em outro país. **O que importa são os minutos produtivos que a família tem quando está junta**: olho no olho, trocas, compreensão, paciência. Recentemente me pediram para escrever brevemente sobre o nosso tema em questão. Eis minhas palavras: empreender e ser mãe: duas profissões.

Uma é remunerada. Você sai de casa e enfrenta o mundo para fazer acontecer aquilo que acredita. A outra profissão é 24 horas por dia. Você acha que vai ensinar e se vê buscando conhecimento científico para, então, aprender; e aí, sim, praticar a maternidade de maneira mais leve e assertiva. E então você me pergunta: qual a semelhança entre as duas profissões? Eu te respondo (com um belo sorriso no rosto): nas duas você encontra meu DNA, minha energia, meu coração pulsando.



## LÍVIA LAVAGNOLI

Médica dermatologista especialista em doenças dos cabelos e couro cabeludo. É membro titular da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD). É também cirurgiã especialista em transplante capilar e faz parte da Associação Brasileira da Cirurgia da Restauração Capilar (ABCRC). Fellow nos EUA, em Miami e Michigan. Atendimentos em Belo Horizonte/MG e Vitória/ES.





POR Leonardo Neves  
FOTO Unsplash  
@leonardo\_neves

# É CONVERSANDO QUE A GENTE SE ENTENDE. SERÁ?

Que o *feedback* é de suma importância, isso ninguém nega. Afinal, é por meio dessa simples técnica que damos direcionamento, corrigimos rotas ou mesmo enaltecemos características a serem replicadas. Embora ainda exista o estigma que esse é um momento negativo para o profissional, relacionando-o, de forma equivocada, à questões negativas como “broncas”, trata-se de uma metodologia que requer muita estruturação, clareza extrema dos objetivos da companhia e do colaborador, e, claro, destreza ao executar essa ação. Porém, mesmo hoje, com tantas ferramentas que auxiliam em sua aplicação, além de uma vastíssima literatura no campo das ciências humanas, ainda nos deparamos com profissionais que, por desconhecimento do poder dessa metodologia ou mesmo enviesados por experiências negativas, desconsideram a importância que essa etapa tem no atingimento dos objetivos dos atores corporativos (empresa e colaborador), inserindo uma quantidade considerável de pessoalidade e falta de objetivo a este momento.

Para isso, existe uma nova roupagem dessa metodologia. É o **Feedback 3Cs**, muito comum entre os participantes do famigerado mundo coach. E, de forma bem básica e sucinta, é a mesma ação de reportar ou receber uma orientação quanto aos objetivos, mas **de forma muito mais estruturada e objetiva do que outras formas já existentes**. Essa vertente do feedback tem como intuito enaltecer os pontos positivos e de atenção, fazendo com que o próprio colaborador analise seus resultados, condutas ou aspirações e se comprometa veementemente a ajustá-los de acordo com o objetivo traçado no momento. Veja como é simples, mas fundamental, sua estruturação e aplicação:

**1. Continuar:** trata-se das ações, comportamentos e/ou resultados que estão de acordo ou acima do esperado pela companhia e que influenciam positivamente tanto em seus resultados

quanto no desempenho dos demais pares. Particularmente eu gosto sempre de iniciar o feedback por essa categoria, para jogar por terra o estigma negativo que as pessoas têm desse momento, além de engajar aquele que fornece ou recebe imediatamente.

**2. Começar:** essa categoria traz as ações e/ou comportamentos que ainda não foram iniciados e que podem influenciar diretamente os resultados e objetivos de ambos os lados. O ideal aqui é trazer algumas alternativas de fácil execução e monitoramento, visando uma melhoria de curto prazo (melhoria esta que os dois lados precisam perceber).

**3. Cessar:** como o próprio nome já diz, essa é uma categoria das ações, comportamentos e resultados que precisam ser interrompidos imediatamente, pois têm influência direta nos resultados de ambas as partes. É importante trazer dados que comprovem o que está sendo proposto, mas nunca, em hipótese alguma, realizar comparações com pessoas da mesma empresa, seja pertencente à equipe ou não. Traga dados de mercado, estudos publicados (se for o caso), pesquisas etc.

Não seja o líder que apenas fornece um feedback de forma a subjugar seu colaborador ou mesmo o profissional soberbo que não aceita – ou não acredita – que existam pontos a serem melhorados. Uma organização é feita exclusivamente por pessoas e, como tais, são passíveis de melhorias e ajustes de comportamento. Lembrem-se de executar essa metodologia tomando como base os objetivos de ambos, sempre ressaltando-os e deixando clara a relação que eles têm com o sucesso de cada um, tanto pessoal quanto profissional. Dessa forma, além de haver uma mudança significativa já em um curto espaço de tempo, refletirá no engajamento do profissional, com os objetivos da companhia e na melhoria substancial do clima organizacional da sua empresa. Você só tem a ganhar!

POR Adailton Soares  
ILUSTRAÇÃO Freepik



# VOCÊ SABIA QUE NOSSA ALMA “CANTA”?

*Não deixe a correria do dia a dia silenciar essa canção*

Na nossa incansável busca por excelência e por acreditar que ação e resultados são superiores à simples presença e quietude, muitas vezes, esquecemos-nos de relaxar e descansar. Isso nos leva a silenciar o que eu chamo de “canção da nossa alma”.

Mas o que seria essa canção? Todos nós temos uma missão e um propósito, ou seja, temos um canto único para nossa vida, em que ninguém mais pode interpretá-lo.

Na correria da vida moderna e na busca incessante de mais e mais, entramos num ciclo de demandas, dificuldades, sacrifícios, frustrações e medo, deixando de lado o que realmente é importante para nós. Por mais difícil que seja desacelerar e buscar o simples, **desenvolver essa habilidade pode trazer de volta a melodia da sua força vital**.

Use esse momento para relaxar e ouvir a sua melodia, que já está sendo cantada suavemente em sua alma. Conecte-se nova-

mente à sua missão e ao seu propósito e encontre uma forma de “cantá-los” ao mundo mesmo em meio a tanta correria.

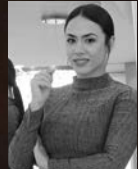
## ADAILTON SOARES

Adailton Soares é máster coach de amor e relacionamento. Com mais de 25 anos de experiência, é autor de dois livros: *Amor em Curso* e *Separação Consciente*. Nestes, ele aborda a questão do amor próprio e do relacionamento com o outro.



@adailtonsoarescoach | adailtonsoares.com

(31) 98448-0525



POR Carla Oliveira  
FOTO Adobe Stock  
@carlaoliveira.nutri



# WEGOVY

## Entenda tudo sobre a nova caneta emagrecedora

Na coluna *Nutrição* deste mês, convidei o dr. Pedro Ivo Espíndola para nos explicar e atualizar sobre a nova caneta emagrecedora. Pedro Ivo é médico e especialista em Ortopedia e Traumatologia, pela SBOT; em cirurgia de ombro e cotovelo; e em Medicina do Esporte, pelo Instituto HZM. Aqui, ele nos esclarecerá as seguintes questões: a Wegovy é para todos? Realmente seus efeitos são bons? Como é seu mecanismo de funcionamento? Usá-la é garantia de resultados? Vamos conferir!

**CARLA OLIVEIRA:** O que é esta nova caneta emagrecedora, a Wegovy?

**PEDRO IVO:** Ozempic e Wegovy são os nomes comerciais de dois medicamentos injetáveis à base de semaglutida, uma proteína sintética que imita o hormônio GLP-1, capaz de reduzir a quantidade de açúcar no sangue, o que gera uma sensação de saciedade na pessoa que está fazendo uso do medicamento. Com isso, ela tem uma redução ingesta de calorias e mais facilidade no emagrecimento.

**CO:** Qual a diferença desta nova caneta, Wegovy, para o Ozempic e a Saxenda? Existe um melhor do que o outro, tratando-se de emagrecimento?

**PI:** A diferença entre o Ozempic e Wegovy está na dosagem e na indicação de uso. Enquanto o Ozempic, medicamento já comercializado no Brasil desde 2018, tem uma dose máxima na caneta de 1mg, a do Wegovy é de 2,4mg. Além disso, o novo medicamento tem na bula a indicação para o tratamento da obesidade. O Saxenda é fabricado por outro laboratório e tem como principal diferença prática a necessidade de injeções diárias. Além disso, a base do Saxenda é a liraglutida, diferentemente do Wegovy e Ozempic, que tem como princípio ativo a semaglutida. Como demonstrado em trabalhos e observado na prática clínica, **o Wegovy tem, de forma geral, os melhores resultados para controle do sobrepeso e obesidade, seguidos pelo Ozempic e, por último, o Saxenda.** No entanto, para a escolha da medicação, devemos levar em consideração as condições clínicas do paciente, doenças associadas, planejamento finan-

ceiro, padrão alimentar, tratamentos anteriores e experiência do médico que está avaliando o caso.

**CO:** É verdade que ela emagrece tanto quanto a cirurgia bariátrica?

**PI:** O Wegovy (semaglutida de 2,4mg) mostrou uma eficácia de perda de peso corporal de 17% em aproximadamente um ano de tratamento. Ele é um medicamento que já está indicado e pode ser usado em pacientes com IMC acima de 30. Já a cirurgia bariátrica está indicada para pacientes com IMC acima de 40, com uma obesidade bem mais avançada associada a comorbidades e, em alguns casos, pode entregar até 25% de redução de peso corporal. O paciente deve ser avaliado pelo seu médico na estratégia de perda peso, que deve ser executada pesando os riscos e benefícios de qual caminho deve ser seguido.

**CO:** Qualquer pessoa pode usar? Quando é indicado seu uso? Tem alguma contraindicação?

**PI:** A Anvisa liberou seu uso para pacientes com sobrepeso acima de 27 de IMC e obesidade acima de 30 de IMC. O uso está indicado após avaliação com médico e nutricionista, para melhor estratégia no emagrecimento. Pacientes que não foram acompanhados por esses dois profissionais tiveram bem menos taxa de sucesso no tratamento, com risco de reganho de peso. A semaglutida não deve ser usada por pessoas com alergia a qualquer um dos componentes da fórmula ou por pessoas com diabetes tipo 1 ou cetoacidose diabética. Esse medicamento também não deve ser usado por crianças e adolescentes menores de 18 anos e por mulheres grávidas ou que estejam amamentando.

**CO:** Qualquer pessoa que usar terá os resultados esperados?

**PI:** Não. O principal fator que potencializa todo o efeito do medicamento é o acompanhamento com nutricionista, para uma estratégia alimentar eficaz com manutenção de macronutrientes e vitaminas. O acompanhamento médico também é essencial para controle das doses e efeitos colaterais que podem acontecer. Além disso, esses dois profissionais podem, em conjunto, estruturar toda a estratégia, para que o paciente possa melhorar sua composição corporal durante o processo de emagrecimento, perdendo percentual de gordura e mantendo a massa magra. Essa é, definitivamente, a estratégia para os pacientes com os melhores resultados.

**CO:** Quando chega ao Brasil?

**PI:** Previsão de chegada no segundo semestre de 2023.

**CO:** Se quiser acrescentar algo, fique à vontade.

**PI:** A cada dia, vejo no consultório pacientes que tentam emagrecer sem o acompanhamento de um profissional capacitado para ajudá-los. Esses pacientes acabam se frustrando com reganho de peso e não atingem seu objetivo. **A sinergia entre o médico especialista nessa área com o nutricionista é a maneira mais eficaz, rápida e duradoura que os pacientes podem adotar na estratégia de melhora de composição corporal e emagrecimento.**



O médico Pedro Ivo Espíndola



**POR** Jussara Naves,  
com colaboração de Ícaro Ambrósio  
@jussaranaves

## NOSSO PAY

Varejo e consumidores de Belo Horizonte (MG) estão um pouco mais conectados. Uma linha tecnológica fundamentada pela RPE, empresa de tecnologia que oferece soluções em meios de pagamento para potencializar o mercado varejista brasileiro, surgiu com o papel de ligar os clientes do Super Nosso, importante rede de supermercados mineiros, a um ecossistema de compras totalmente inovador. Trata-se do Nosso Pay, solução recém-lançada que acaba de chegar ao mercado para ofertar ao consumidor uma série de benefícios. A ferramenta é materializada no formato de cartão de crédito e pode ser encontrada pelos consumidores do Apoio Mineiro e on-line, pelo apoioentrega.com.



**Glauco Soares, diretor-executivo de negócios da RPE, e Vinícius Aroeira, diretor de finanças, processos e tecnologia no Grupo Super Nosso**

## PIRATARIA, NÃO!



Entre janeiro e maio deste ano, a Projelet, que é especializada em soluções inteligentes para a construção civil, já investiu mais de R\$ 430 mil em licenças, e as projeções para 2023 não param por aí. “Nós assinamos recentemente com a Autodesk um contrato de R\$ 149 mil para a aquisição de novas licenças de softwares e, em janeiro, já havíamos firmado outro, de mais de R\$ 284 mil. Até o fim do ano, planejamos investir, pelo menos, mais 25% deste total, principalmente porque a equipe também está se expandindo”, revela Weber Carvalho, diretor de operações e sócio da Projelet. Tal atividade acompanha uma política de combate à pirataria, de modo que todas as suas plataformas possuem licenças autênticas. “Este montante se refere totalmente ao custeio de licenças, porque entendemos que recorrer à pirataria é uma forma desleal e ilegal de atuar no mercado”, finaliza Weber.

**Weber Carvalho, diretor de operações e sócio da Projelet**

## BODAS DE PRATA

A tradicional Feira de Malhas e Tricô do Sul de Minas comemorou 25 anos na última edição, que aconteceu entre os dias 4 e 13 de maio, no Minascentro, em Belo Horizonte. Esta foi a 62ª edição e reuniu quase 100 expositores das cidades mineiras de Jacutinga, Monte Sião, Andradas e Ouro Fino. O evento tem um papel fundamental para a economia do Sul do estado e também para a capital. Desde a primeira edição, um público de três milhões e 53 mil pessoas já esteve presente. Sem perder tempo, uma nova edição já está prevista para acontecer em julho, no período de 7 a 16, serão apresentadas as tendências da moda outono/inverno 2023.

## 100% NORTINEIRA

A “100% Nortineira”, lançada recente em Janaúba (MG), é uma marca coletiva dos fruticultores de uma região específica do Norte de Minas. Com DNA do norte do estado combinado às características típicas de Minas Gerais, a região Nortineira conta com mais de 2.500 fruticultores. Sob a administração da Associação Central dos Fruticultores do Norte de Minas - Abanorte, a marca desponta para gerar uma força coletiva unindo e reunindo os fruticultores, as associações, os parceiros e os associados. “A criação da “100% Nortineira” é a resposta para o desafio do reposicionamento da fruticultura do estado”, conta Daniel Guimarães, CEO da 2DA Estratégia.

## TERCEIRO SETOR

Filantropia também é um instrumento de negócio e tem participação ativa na economia brasileira. É o que aponta um estudo executado pela Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas (Fipe), o qual identificou que as atividades do terceiro setor contribuíram com 4,27% do PIB brasileiro no ano de 2022. “Com as informações levantadas pelo estudo, é clara a importância do terceiro setor como gerador de ocupações e renda. Outro ponto relevante é pensar que as OSCs também formam uma verdadeira válvula de desafogamento social. Tais diretrizes são capazes de alcançar camadas que, às vezes, os outros setores do Estado estão distanciados e, inserindo-se neste meio, acabam promovendo certo caráter funcional ao próprio Estado”, salienta o advogado Tomáz de Aquino Resende, sócio-administrador de sociedade de advogados em Minas Gerais e articulista do direito para o terceiro setor.



**Tomáz de Aquino Resende**

## REJEITOS SÃO NEGÓCIOS

A empresa Boston Metal investirá R\$ 573 milhões na construção de uma unidade produtora de aço verde na região de coronel Xavier Chaves, no Campo das Vertentes de Minas Gerais. Na planta industrial será utilizada uma tecnologia inovadora para aproveitar os rejeitos de minério para extrair metais e ligas em geral. Para isso, a empresa utilizará um processo chamado eletrólise de óxido fundido (MOE), que utiliza eletricidade, dispensando o emprego de carvão ou combustíveis fósseis. Com isso, Minas será o primeiro local no mundo a receber essa unidade produtiva.

## INÉDITO NA MEDICINA

Reforçando sua missão de cuidar das pessoas e agregar qualidade à vida, o Hospital Felício salta mais uma vez na direção da modernidade em busca das melhores condições de tratamento aos pacientes. Em maio, a equipe de ortopedia da instituição realizou uma cirurgia de prótese de tornozelo com substituição total do tálus, procedimento até então inédito no Brasil. Esse recurso garante ao paciente a recuperação da capacidade de locomoção após um tumor que acometeu a região no corpo do tálus. Tal procedimento, feito por meio de uma peça de titânio em 3D, consiste na implementação de uma prótese para o tornozelo, com a substituição total do tálus. Liderados por dr. Daniel Baumfeld, ortopedista do Hospital Felício Rocho, a equipe ainda contou com os ortopedistas dr. Tiago Baumfeld, dr. José Sanhudo, dr. Bruno Macedo, dr. Benjamim Macedo e dr. Hugo Ribeiro.



**Christiano Pace Ribeiro, diretor-técnico da Most**

## TRANSFORMAÇÃO DIGITAL

O segundo Evoluta Day reuniu colaboradores e fornecedores da Evoluta Energia, num encontro que ocorreu dentro do Estádio Independência, em Belo Horizonte. Um dos pontos fortes do evento foi a participação de Christiano Pace Ribeiro, diretor-técnico da Most, empresa provedora de soluções que apoiam processos de *onboarding* digital, durante o painel *Transformação Digital*, destacando a atuação Most como colabora para os processos digitais da empresa geradora de energia. “Nós apoiamos a Evoluta Energia em processos de automação cadastral. São metodologias que auxiliam na leitura de documentações e também no processo de vendas a partir da emissão de faturas aos clientes. Além disso, desenvolvemos softwares de OCRs, chamados no Brasil de reconhecimento de caracteres ópticos, para o processo de *onboarding* digital da marca.”



POR Rachel Capucio  
FOTO Svetlana Sokolova/AdobeStock  
@rachelcapucio



# MAX *casaco*

Tem um item que é indispensável em qualquer *closet*: o casaco. Esquentam-nos no inverno, protegem-nos nos dias frios do outono e, claro, deixam os looks ainda mais quentinhos e estilosos. Se no verão a terceira peça pode ser inviável em alguns locais, no inverno conseguimos abusar desta e fazer produções com mais informação de moda.

Nesta temporada, a preocupação com o frio não será um problema, já que **os casacos e jaquetas em alta são cada vez mais confortáveis e versáteis**. O inverno promete ser marcado por peças clássicas, com permanência de algumas tendências dos últimos anos.

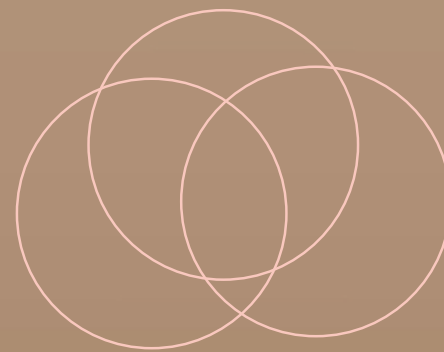
O neutro da vez é o cinza. Em diversas nuances, ele ganhou as ruas e se consagrou como hit para o inverno 2023, trazendo uma imagem mais adulta e elegante do que adocicada. Opte por tecidos mais sofisticados e invista na alfaiataria. Os clássicos preto, branco, bege e marrom também

fazem parte da paleta de cores desta estação.

A grande aposta são os casacos longos. Eles afinam a silhueta e fazem o look ficar ainda mais glamoroso. Nos dias mais frios, vale a pena apostar na peça e ousar nas sobreposições, podendo ser usados sobre vestidos, calças longas ou mais curtas, saias, jeans e até por cima de outros casacos mais curtos. E para sair confiante com qualquer que seja a silhueta, escolha os casacos mais retos e amplos, que não marcam os contornos do corpo.

Outro queridinho de todo inverno é o casaco *trench coat*, que nunca sai de moda. Clássico, essencial e elegante, ele deixa qualquer produção mais chique. Mas, se você quer algo mais casual, é só apostar em uma combinação com tênis. Para as criativas e coloridas, *trench coats* com cores diferentes ou modelagens que fogem do óbvio são a aposta perfeita para um look arrojado e contemporâneo.

Abrace estas tendências e arrase!



# Visage

BEAUTY EXPERIENCE

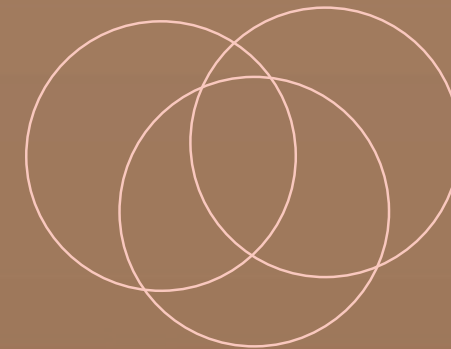
Seja sua melhor versão!



Um espaço de beleza focado no visagismo humanizado. Conecte sua imagem com a sua personalidade, seu gosto e sua intenção.

Av. Afonso Pena, 1.967 - Funcionários / Belo Horizonte

☎ (31) 99471-7541 | 📷 @visagebeautyexperience



## INDECISÃO

*O obstáculo invisível que impede seu crescimento pessoal e profissional*

Você já sentiu como se estivesse paralisado diante de uma decisão importante, incapaz de dar o próximo passo em direção ao seu crescimento pessoal ou profissional? Se a resposta for sim, saiba que você não está sozinho. A indecisão é um obstáculo invisível que afeta a vida de muitas pessoas, impedindo-as de alcançar seu verdadeiro potencial. Neste artigo, vou compartilhar minha experiência e conhecimento sobre como a indecisão afeta sua vida e como superá-la.

Ao longo da minha jornada como mentor de alta performance, tenho ajudado inúmeras pessoas a enfrentarem a indecisão e retomarem o controle de suas vidas. A indecisão pode se manifestar de várias maneiras, como procrastinação, estresse crescente, medo do fracasso e falta de comprometimento com metas e prazos. Esses sintomas podem parecer inofensivos no começo, mas, com o tempo, acabam minando sua autoestima e confiança, afetando negativamente todos os aspectos de sua vida.

Acredito que, para superar a indecisão e retomar o controle de sua vida, é essencial **desenvolver habilidades de autoliderança, autoconhecimento e tomada de decisões assertivas**. Com base na minha experiência, identifiquei três passos fundamentais para iniciar uma jornada de crescimento duradouro:

- **Clareza:** entenda seus objetivos e prioridades, assim como suas forças e fraquezas;
- **Propósito:** identifique seu propósito de vida e deixe-o guiar suas decisões;
- **Gestão do foco:** aprenda a direcionar sua atenção e energia para o que realmente importa.

Além desses três passos, é crucial também investir em seu

desenvolvimento emocional e criar um ambiente de suporte e motivação. Estabelecer uma rede de pessoas que compartilham os mesmos objetivos e enfrentam desafios semelhantes pode ser extremamente benéfico para o seu crescimento. O apoio emocional e a troca de experiências são valiosos para superar momentos de indecisão e seguir em frente com confiança e determinação.

Ao aplicar esses princípios em sua vida, você começará a experimentar mudanças positivas e duradouras. Contudo, compreendo que nem sempre é fácil enfrentar a indecisão sozinho. É por isso que estou aqui para ajudar você nesse processo. Se você está cansado de se sentir preso e deseja superar a indecisão de uma vez por todas, estou à disposição para compartilhar minhas estratégias e *insights* poderosos que lhe ajudarão no processo de crescimento. Basta entrar em contato comigo por meio das minhas redes sociais ou e-mail e dar o primeiro passo para uma vida livre de indecisões.

**Lembre-se:** você não precisa caminhar sozinho. Juntos, podemos construir um caminho de sucesso e crescimento, superando a indecisão e alcançando seus objetivos. Estou ansioso para ajudá-lo nessa jornada!

### ANDERSON SILVA

Instagram @andersonsilva360  
WhatsApp (31) 99776-0360



## AMOR-PRÓPRIO E EMPATIA

*Como desenvolver essas características para ser feliz*

Amar é um dos maiores dons que podemos ter. Mas conseguir nos amar e transpor a barreira do outro e sentir o que o outro sente, isso se chama empatia. Quando desenvolvemos em nós o **amar a si**, podemos dizer que nesse momento a pessoa está vivenciando a verdadeira arte de ter o equilíbrio mental e psicológico que muitos buscam e poucos conseguem alcançar. Amar-se é respeitar seus próprios limites, o do outro, aceitar-se com suas qualidades e defeitos e dizer para si mesmo: "Tudo que construo com bases sólidas alcançarei os objetivos".

Hoje vivemos numa bolha em que o belo, a rapidez das ações nem sempre são interpretadas de forma correta. Com isso, muitas relações interpessoais e afetivas são desfeitas, por tentativas de ser outra pessoa ou **desejar que o outro fosse como gostaríamos e não aceitar a forma que ele é**. As pessoas vivem as emoções à flor da pele, e uma única brisa que se passa ou uma música no momento incorreto pode ser interpretada de forma distorcida.

A empatia e o amor-próprio são complementares a uma saúde emocional, e ambos se fortalecem mutuamente, pois permitem reconhecer o próprio valor e respeitar o valor dos outros. A empatia é a capacidade de se colocar no lugar do outro, de compreender seus sentimentos e necessidades, ser solidário; e, ao mesmo tempo, para ser empático tem que se **autoamar**. O amor-próprio é a base para a autoestima, a autoconfiança e ser líder de si mesmo.

### Dicas

- 1) Amar a si mesmo em primeiro lugar. Só podemos doar aquilo que temos em dobro.
- 2) Escutar as pessoas sem julgamento ou preconceitos.

- 3) Tente se colocar no lugar do outro (empatia).
- 4) Cultive novos amigos, novas trajetórias, novos grupos; e esteja aberto a novas oportunidades que a vida lhe apresentar.
- 5) Planeje uma viagem. Escreva cartas para si mesmo e ao outro; e principalmente: tenha fé.
- 6) Conte sua história de vida e escute a do outro. Se possível, escreva poemas, livros de receitas, ou resgate coisas positivas do passado e ressignifique.
- 7) Demonstre apoio e afeto quando o outro precisar. Um abraço, um café com uma boa prosa com sorriso farão a diferença para o outro e para quem oferta.
- 8) Elogie sempre e sempre tenha uma música que gosta para cantar ou ouvir para si ou para o outro.
- 9) Mostre sua admiração por quem está por perto e mesmo por aquele que, no meio da praça, canta ou toca um instrumento.
- 10) Doe palavras sábias e bondosas.

Enfim, seja feliz! Tenha um sorriso para você e para o outro. Carpe Diem!

### PATRÍCIA ALVARENGA

É psicóloga, mestre, professora, palestrante e consultora. Diretora executiva-financeira do Ciee-MG. CRP:12.456 / 4ª região





POR BRUNO SANDER  
CRM-MG: 41490  
RQE:  
CIRURGIA GERAL: 14270  
ENDOSCOPIA: 32354  
GASTROENTEROLOGIA: 41292



# MÊS DAS MÃES:

## A IMPORTÂNCIA DE MANTER UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA GESTAÇÃO PARA EVITAR O GANHO DE PESO

### A AMAMENTAÇÃO PODE SER UMA GRANDE ALIADA NO EMAGRECIMENTO

**A** dotar um estilo de vida saudável durante o período gestacional é fundamental para uma gravidez sadia e com qualidade, além de contribuir para a volta ao peso normal no pós parto mais rápido. A pesquisa feita pela Vigilância de Fatores de Risco e Proteção de Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel), do Ministério da Saúde, em 2021, apontou que o percentual de mulheres com excesso de peso, em BH, é de 58,73%. Ou seja, mais da metade das mulheres em BH têm sobrepeso!

A obesidade na gravidez pode trazer problemas neonatais, aumentando os riscos de doenças como diabetes gestacional, hipertensão, pré-eclâmpsia, indução prematura do trabalho de parto, hemorragia puerperal, crescimento intrauterino restrito, recém-nascidos muito grandes ou pequenos para a idade gestacional, além de expor a criança a maior risco de complicações a curto e longo prazo.

Para que o sobrepeso gestacional seja evitado é preciso que a futura mamãe já tenha cuidados com a alimentação antes mesmo da gestação. A mulher deve manter hábitos alimentares saudáveis, seguir uma ingestão calórica apropriada, evitando alimentos ricos em gordura e açúcares e praticar, se possível, atividade física.

#### PERDA DE PESO SAUDÁVEL

Durante o período de amamentação, é importante esperar pelo menos 6 meses para que seja iniciada uma dieta mais "severa", pois o organismo precisa voltar ao equilíbrio hormonal e a produção de leite materno não será prejudicada. Caso a mãe esteja em um peso acima do recomendado, a alimentação após o parto pode ser em menores quantidades, mas não ao ponto de gerar um déficit calórico que pode comprometer a amamentação.

Além de essencial para a saúde do bebê, a amamentação é um processo muito importantes para a perda de peso saudável. Uma alimentação equilibrada vai contribuir para o emagrecimento natural da mulher. Por essa razão, tentar amamentar sempre que possível é o ideal, já que nesse processo é utilizado a gordura que foi armazenada durante a gravidez, assim como as calorias que se consomem para estimular a produção de leite materno.

O tipo de alimentação durante essa fase também é outro fator importante. Pela maior quantidade de energia que o organismo precisa para produzir o leite materno, o ideal é comer bem e incluir cereais integrais, frutas, legumes, carnes, leite e derivados ricos em nutrientes, que ajudarão a mamãe a recuperar o antigo peso rapidamente.

#### HOSPITAL DIA SANDER MEDICAL CENTER

Quer conhecer mais sobre os tratamentos para perda de peso?

Emagreça com saúde e obtenha o auxílio de uma equipe médica completa, experiente e especializada! Entre em contato com o Sander Medical Center, tire dúvidas e marque sua avaliação! Telefones: (31) 3588-1155 – (31) 3261-4515  
WhatsApp: (31) 97225.5055

Endereço: Avenida Bernardo Monteiro, 1265 – Funcionários/Belo Horizonte.

Redes sociais: @sandermedicalcenterbh / @drbrunosander  
www.sandermedicalcenter.com.br

Por Bruno Queiroz Sander, Doutor (Ph.D) e Mestre (M.Sc) pela UFMG, Médico Cirurgião Geral, Endoscopista, Gastroenterologista e Diretor do Hospital Dia Sander Medical Center, em Belo Horizonte (CRM-MG: 41490 - RQE: 14270 – 32354 – 41292)



POR Germano Gomes Vieira  
FOTO AdobeStock

# LÍTIO: O PETRÓLEO BRANCO E O POTENCIAL BRASILEIRO



A humanidade vive em uma nova era, onde o impacto de nossas atividades têm cientificamente trazido riscos à vida planetária. As mudanças climáticas, causadas principalmente pela queima de combustíveis fósseis, já estão trazendo grandes impactos para o mundo. Recentemente, a Organização das Nações Unidas (ONU) divulgou um relatório que alertava que o mundo estava caminhando para um aumento de temperatura de 3,2°C até o final deste século, o que teria consequências catastróficas para o planeta e para a humanidade. Assim, a necessidade de se promover mudanças nos comportamentos, como adoção de novas atitudes e implementação de energias renováveis, é urgente.

Nesse contexto, o lítio, também conhecido como o "petróleo branco", tornou-se um mineral estratégico da transição para uma economia de baixo carbono. O lítio é um elemento químico leve e altamente reativo, utilizado em baterias de veículos elétricos e armazenamento de energia renovável. Assim, o Ministério de Minas e Energia, por meio do Comitê Interministerial de Análise de Projetos de Minerais Estratégicos (CTAPME), considerou o mineral estratégico por meio da promulgação do Decreto nº 10.657/21, que subsidia a elaboração do Plano Nacional de Mineração 2050.

Salta aos olhos o fato de que as maiores reservas minerais do espodumênio – mineral que tem a maior concentração de lítio – estão no Brasil. **O Vale do Jequitinhonha, em Minas Gerais, concentra a maior reserva de lítio do país.** De acordo com o governo estadual, existem 45 jazidas de lítio no Nordeste do estado, o que poderia aumentar em mais de 20 vezes a produção nacional, trazendo um importante ciclo de desenvolvimento econômico para a região.

Assim, a necessidade de produção em grande escala de baterias de lítio-ion para veículos elétricos e outros dispositivos eletrônicos, acrescido ao grande potencial geológico do Norte de Minas, faz com que nos próximos anos seja esperada uma alta demanda por essa commodity, o que, por sua vez, pode estimular uma corrida pela abertura de novas minas pelo país.

Por essa razão, o Governo de Minas Gerais, juntamente com

o Ministério de Minas e Energia, lidera a iniciativa Lithium Valley Brazil, que busca atrair investimentos internacionais para explorar o lítio no norte mineiro. A proposta foi lançada na bolsa de valores de Nova York, Nasdaq, em 9 de maio de 2023. Os agentes envolvidos na iniciativa afirmam que **a exploração do lítio em Minas Gerais tem baixo impacto ambiental**, pois pode ser abastecida com quase 100% de energia renovável, além de não utilizar químicos poluentes em seu processo.

Atualmente, o Vale do Lítio já possui quatro mineradoras – Sigma Lithium, Atlas Lithium, Lithium Ionic, Companhia Brasileira de Lítio (CBL) e Latin Resources – desenvolvendo projetos de exploração do mineral na região. É ainda importante, porém, uma modernização da legislação acerca da regulação do estado para atrair investimentos na mineração do lítio. Por essa razão, a Assembleia Legislativa de Minas Gerais discute o Projeto de Lei (PL) 1.992/20, que cria o Polo Minerário e Industrial do Lítio nos Vales do Jequitinhonha e do Mucuri. O texto legal tem como objetivo incentivar o desenvolvimento e a geração de empregos no norte mineiro, promovendo a inclusão social e reduzindo as desigualdades regionais, tendo em vista que a região, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), possui cerca de 49% da população em situação de pobreza ou extrema pobreza, sendo um território carente em investimentos, com um baixo Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) e pouca diversificação econômica.

É crucial, dessa forma, que os investimentos sejam realizados de forma responsável e sustentável, com o objetivo de promover o desenvolvimento socioeconômico da região, fomentando a economia local e garantindo a autossuficiência dos municípios após o encerramento das operações. Assim, a mineração de lítio pode ser uma oportunidade de progresso para o povo brasileiro e, em especial do Vale do Jequitinhonha, desde que seja realizada com respeito ao meio ambiente e às comunidades locais, e com o devido compromisso da sustentabilidade, buscando garantir um desenvolvimento duradouro para a região.



tete beleza capilar



Terapia capilar  
um cuidado que transforma.



Nossos cabelos  
contam histórias.

E mais:

- SPA dos pés
- Manutenção de unhas em gel
- Cortes
- Pé e mão
- Manutenção de cabelos
- Makeup

Rua Zito Soares, 33 - Mangabeiras / Belo Horizonte





POR Marcelo Soares  
FOTO AdobeStock  
@marcelo.soares.advogado

# ADICIONAL DE TRANSFERÊNCIA

*Quando o empregado tem direito?*



Para estabelecer um vínculo empregatício, é indispensável a negociação entre as partes, que devem chegar a um consenso quanto ao local de trabalho, horário a ser cumprido e o valor do salário a ser pago ao empregado — tudo a ser negociado antes do início de uma relação de trabalho. Ao se deparar com as condições de trabalho ofertadas, o futuro empregado avaliará se condizem com a sua vida pessoal e de sua família, se o que está sendo proposto lhe atende e está dentro da sua realidade e se é interessante para o seu novo cotidiano, afinal, hoje passamos mais tempo trabalhando do que dentro da nossa casa.

Certa é a reflexão de que, ao estabelecer residência em determinada cidade, passa-se a pertencer àquela comunidade e, além do sentimento de pertencimento, comumente, se tem por perto a família, a escola dos filhos, os amigos de longa data, também fixados na mesma cidade, um acolhimento considerável. Dessa forma, o futuro empregado tem que avaliar se as condições ofertadas pela empresa, principalmente, o local da prestação de serviços, estão de acordo com a realidade desejada e, caso esteja em concordância com os termos oferecidos, nasce uma nova relação de trabalho definida nos termos do contrato, em que se assegura as condições da prestação de serviços com segurança jurídica.

Entretanto, ao longo da vigência do contrato de trabalho, as necessidades da empresa podem mudar e, entre essas mudanças, pode surgir a necessidade de transferência do empregado para outro local de trabalho. Nesse sentido, levando em consideração todas as questões que envolvem uma mudança, a Consolidação das Leis de Trabalho (CLT) estabeleceu a exigência de um pagamento de um adicional de transferência, para quando surgir a necessidade de mudança do empregado para outro local de trabalho.

Nesse viés, o adicional de transferência tem a finalidade de compensar financeiramente o empregado que se veja obrigado a mudar temporariamente para um novo local de trabalho, de forma a cobrir os custos adicionais da nova habitação e a compensar pelo desgaste da adaptação a outro local. Importante esclarecer que a mudança precisa ter caráter temporário. Caso a mudança de cidade seja definitiva, o empregado não faz jus ao adicional de transferência.

O adicional de transferência é reconhecido ao empregado transferido para localidade diversa da estabelecida no seu contrato de trabalho, não se considerando a transferência que não acarretar, necessariamente, a mudança de domicí-

lio do trabalhador. Cumpre ressaltar que há diferença entre trabalhar em cidades distintas e mudar de domicílio. Se o trabalhador morar em uma cidade e ir à outra prestar serviços, independentemente da habitualidade, não terá direito ao adicional de transferência.

A mudança de domicílio é requisito para o adicional de transferência. Portanto, é necessário que o empregado se estabeleça em outra cidade em razão da prestação de serviços à empregadora. Os tribunais do trabalho entendem que a avaliação da mudança de domicílio é subjetiva e necessita de uma análise caso a caso, para avaliar se o empregado terá direito ou não ao adicional.

Para elucidar essa controvérsia, nada melhor do que um caso concreto. Suponhamos um empregado que foi contratado para laborar na cidade de Belo Horizonte/MG em 2015, mas, a partir de 2019, passou a trabalhar na cidade de São Paulo/SP, onde ficou por longos períodos, exclusivamente em razão da necessidade da empregadora. O empregado, enquanto trabalhava na capital paulista, hospedou-se em hotéis, alimentou-se em restaurantes próximo ao trabalho, mandou lavar suas roupas em lavanderias, ou seja, não tinha ali como um lar. Sua rotina não era a de um morador local. Desse modo, não faz jus ao adicional de transferência.

O ponto crucial para o reconhecimento ou não ao adicional de transferência está no fato de o trabalhador não ter se estabelecido no lugar em que foi transferido, não ocorreu a mudança de seu domicílio, não se estabeleceu no local da mudança como um morador. Portanto, uma vez que a empregadora tenha pedido a transferência do empregado, que a mudança tenha caráter provisório, que o empregado tenha concordado com a mudança, este terá direito ao acréscimo salarial de, no mínimo, 25% do seu salário, valor do adicional de transferência.

Em regra, o empregado deve concordar com a mudança, para que seja transferido. Porém, existem três casos em que a transferência do trabalhador pode ocorrer sem a sua concordância: na hipótese de o empregado exercer cargo de confiança, de o contrato de trabalho prever a transferência e em caso de extinção da filial da empresa ou do estabelecimento. Mesmo assim, terá direito ao adicional de transferência. Em suma, havendo pela empresa a necessidade de mudança do trabalhador da cidade onde presta seus serviços, é essencial o pagamento do adicional de transferência, direito que deve ser assegurado e respeitado pelo empregador.

## MUDANDO A FORMA COMO AS EMPRESAS ENXERGAM A CONSULTORIA JURÍDICA

*Em mais de dez anos, o Rodrigues Miranda Advocacia e Consultoria vem prestando consultorias bem-sucedidas, com inúmeros resultados expressivos*

Os requisitos do mercado e as flutuações da economia exigem cada vez mais eficiência, agilidade e comprometimento dos empresários na consolidação de seu empreendimento. Com o objetivo de oferecer aos clientes um atendimento diferenciado, na busca por soluções estratégicas e econômicas para problemas jurídicos, o escritório Rodrigues Miranda Advocacia e Consultoria foi inaugurado.

Nara Rodrigues, mestre em Direito Empresarial e proprietária do escritório, conta que ele foi fundado em 2012, com sede em Belo Horizonte e logo expandiu sua atuação por todo o território nacional, especialmente na parte consultiva. As principais áreas são: tributária, societária, cível/empresarial e trabalhista. “Nós temos a proposta de trazer um atendimento diferenciado e estratégico às empresas. Temos sempre o cuidado de conhecer o negócio do cliente e suas particularidades”, ressalta.

A advogada acrescenta que o diferencial do escritório para conseguir tanto sucesso é a preocupação com o cliente e a busca por resolver o problema, sempre em busca das melhores e mais integradas soluções. “Nosso objetivo sempre foi auxiliar as empresas e, conseqüentemente, acabamos recebendo muitas indicações dos próprios clientes que nos recomendam para seus amigos também empresários. No início não pensávamos em atuar de forma tão ampla e em vários estados e países como hoje. Atualmente, atendemos clientes nacionais e multi-



**Nara Rodrigues, nome à frente do Rodrigues Miranda Advocacia e Consultoria**

nacionais, e também damos assistência para atletas profissionais e expatriados que atuam fora do país”, comenta.

Um dos maiores diferenciais do escritório é contar com uma equipe de advogados sêniores, todos com vasta experiência em suas áreas de atuação. “Isso nos confere assertividade quando da integração do conhecimento de cada área, para traçar soluções personalizadas muito maiores”, finaliza Nara.

**POWER  
ADE** APRESENTA



**CORRIDA  
supernosso**

2023

corra com amor.

**21 MAI** • PRAÇA NOVA  
DA PAMPULHA

Corrida  
 10  
km

Corrida  
 5  
km

Caminhada  
 2  
km

**INSCRIÇÕES ABERTAS**

**FAÇA A SUA INSCRIÇÃO E GARANTA  
O MELHOR KIT DO BRASIL!**

Acesse [tbhesportes.com.br](https://tbhesportes.com.br) e não fique de fora!



[supernosso.com](https://supernosso.com) | 🔍

ÁGUA OFICIAL **crystal** 



# Para todas as estações

Atuando há quatro anos, a Bem Óptica traz para seus clientes o que há de melhor e mais bonito em armações modernas, tecnológicas e de qualidade, para todo e qualquer momento do ano. Com uma curadoria exclusiva de marcas e grifes famosas, com certeza você encontrará algum modelo que melhor combine com você!



# INFLUENCER DAY

O Influencer Day foi um evento para celebrar a importância e o poder das influenciadoras dentro de um negócio que está nas redes sociais e no digital. Thaeme, Gabi Martins, Trícia e Leticia Santiago são alguns dos nomes que não só marcaram presença no evento, mas também foram fundamentais para o crescimento da Y no Instagram no começo da vida digital da empresa. Ao longo do tempo, outras influenciadoras também entraram para o time que leva a Y pelo mundo. O evento, porém, não foi só para quem trabalhou com a empresa, foi um dia inteiro pensado e criado para valorizar todas as influenciadoras, como uma forma de gratidão e reconhecimento de Joyce Rocha, que não só valoriza o papel de cada uma delas, mas entende que este é fundamental para o crescimento e a consolidação de um negócio.



# INAUGURAÇÃO DA BABI MAGALHÃES

A Babi Magalhães Store está de casa nova! On-line há 10 anos, agora está localizada no bairro Belvedere (Rua Desembargador Jorge Fontana, 476, sala 512), para maior conforto e comodidade das clientes. A loja conta com uma curadoria incrível de looks casuais e festa. São peças cheias de estilo e modernidade – além de lindas. Para quem quer um atendimento personalizado e exclusivo, a escolha é certa. Saiba mais: @bybabimagalhaes.



## 1 ANO DE BLOOM!

No dia 13 de maio, a marca mineira Bloom! comemorou um ano de loja física. Além da importante data, Sara Santos, prioritária da marca, apresentou ainda a nova coleção de inverno da Bloom!, intitulada Raízes. Estiveram na loja clientes, familiares e amigos. O evento contou ainda com o apoio do Khappy, LP Clínica e da cantora Luiza Carmo.



## FERMENTARIA DA RAUL

Sucesso em Belo Horizonte, a Fermentaria Lambe Lambe inaugurou a terceira unidade, num lugar carregado de história: a Galeria São Vicente, na Praça Raul Soares, que vem se tornando um polo de cultura e gastronomia. O novo bar vem com uma proposta diferenciada, com sabores exclusivos do drinque natural Lambe Lambe e um inédito cardápio para matar a fome, os "Lambes de Comer": Cacetão e Cacetinho. Assinados pela sócia da casa Kaká Campos, em parceria com o mestre dos magos Edson Segundo, as comidas são inspiradas no famoso pão de alho e seguem o conceito da Lambe Lambe: descomplicados, deliciosos e feitos com ingredientes da melhor qualidade.



## BELO CAFETERIA INAUGURA NO ALPHAVILLE

Após completar três anos de sucesso bem no coração da Savassi, a culinária do mundo com pitada mineira da Belô Cafeteria chega ao Alphaville Lagoa dos Ingleses. A nova unidade foi inaugurada no dia 13 de maio, dentro do salão Backstage, de Jader Generoso. A chef Ju Castro recebeu os clientes com deliciosos petiscos e espumante, para celebrar a mais nova opção gastronômica da região.



## DIA DAS MÃES NA CASADORA

Afonsina Megale abriu as portas da Casadora para uma exposição de Mesas Postas de Dia das Mães. Desta vez, quem assinou o decor das mesas foram: Carol Toledo, Rejane Diniz, Ana Elisa Saldanha e Lu Pagani, cada uma deixando seu estilo assinado na produção. Destaque para a mesa de Rejane, que contou com porta-retratos dos familiares e um assento reservado "para aqueles que chegam e são sempre recebidos com muito carinho", avisava a mensagem do cartão. Entre as presentes, Valéria Lemos, Abigail Roiz, Mércia Bicalho, Cícera Gontijo, Ludmilla Araújo, Aline Leal, Marcia Magalhães Pinto, Cinthia Saliba, Patrícia Saldanha Géo e Rosana Ferolla.



## CAMPEONATO MUNDIAL DE WAKEBOARD

Considerado o principal evento da modalidade no Brasil, o Campeonato Mundial de Wakeboard – Brasil Wake Open, que ocorreu entre 5 e 7 de maio no Clube Serra da Moeda, em Nova Lima (MG), recebeu atletas de todo o país e também de fora, entregando manobras radicais na Lagoa dos Ingleses. Neste ano, o evento contou com a parceria da Nautique G23, "a melhor lancha do mundo para a prática de wakeboard", segundo Marcelo Giardi, o "Marreco", presidente da Associação Brasileira de Wakeboard (ABW). E teve mineiro no pódio! Henrique Daibert, o "Ganso", sagrou-se campeão da etapa PRO Men, garantindo vaga para o Pan Americano, que será realizado em outubro, no Chile. Quem também representará o Brasil, na categoria Feminina, é a paulista Mariana Nep. O campeonato contou ainda com uma etapa internacional, rankeando pontos para o IWWF, em que os irmãos argentinos Kai e Ulf Ditsch dividiram o pódio com o japonês Shota Tezuka.



Licença, o melhor  
pão de queijo está  
passando...



ACESSE E  
SAIBA MAIS

  
**Delimassa**<sup>®</sup>  
PÃO DE QUEIJO  
*Verdadeiras Delícias*



## UM ANO DE BAH BOUTIQUE

Em comemoração a um ano da Bah Boutique, Bárbara Jordane e seu marido Redixion Manduca receberam convidados e amigos na loja, dentre eles a corretora de moda Mari Dant, Ângela Bernardo e Lunes Salomão, da Mimos Festas. Houve ainda uma *collab* com as lindas botas da Priscila Muniz Brand, bem como DJ, provador com a modelo Bia Maciel e um delicioso *welcome*. A Bah fica na Av. Aggeo Pio Sobrinho, 130, loja 05, no bairro Buritys. Confira mais da loja no Instagram: @bahboutiqueburitis.



## 4º ENCONTRO DA VIVENCE

O empreendedorismo é a competência de criar um negócio do “zero” e gerenciar essa empresa de forma a dar retorno positivo. O empreendedorismo de sucesso é aquele alcançado por pessoas que possuem características únicas. E é com esse espírito que a Vivence (@byvivence) – empresa que mais conecta mulheres empreendedoras – promoveu, no dia 18 de abril, um evento incrível que reuniu mais de 60 empresárias, no Orsinoh (@orsinoh.bh).



## CARDÁPIO DE NEGÓCIOS

No dia 11 de abril, ocorreu a segunda edição do Cardápio de Negócios (@cardapiodenegociosoficial), um evento gratuito e exclusivo para o setor de bares, restaurantes, boates e produtores de eventos, com o objetivo de promover negócios entre fornecedores e potenciais compradores. Foram mais de 30 empresas apresentando seus produtos e serviços, a fim de fazer negócios com o setor de alimentação e bebidas (AB). Marcas como Freixenet, Booo Drinks, Chef'n Boss, Skol Beats, entre outras foram presença confirmada no evento. O sucesso foi tanto que já foi marcada mais uma edição, que ocorrerá ainda este ano, como afirmou a produtora Simone Santos. O objetivo do Cardápio de Negócios é criar uma roda de negócios em que bartenders, donos de bares, restaurantes, boates e produtores de eventos conhecerão e trocarão experiências com empresas de produtos e serviços, podendo firmar grandes parcerias. O evento é realizado pela Simone Santos Eventos.



TEM GENTE QUE ACHA QUE  
GRÁFICA É TUDO IGUAL.  
É PORQUE NUNCA CONTRATOU  
UMA **INDÚSTRIA GRÁFICA.**



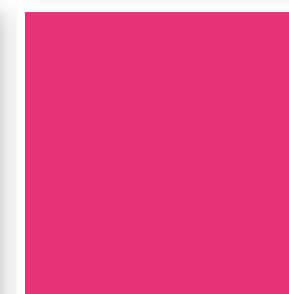
**90 ANOS DE  
EXPERIÊNCIA.**



**106 PRÊMIOS  
CONQUISTADOS.**



**2.600M<sup>2</sup> DE PARQUE  
GRÁFICO.**



**OS MAIS MODERNOS  
EQUIPAMENTOS.**

Soluções de impressão e acabamento que a sua empresa merece:  
Livros | Revistas | Jornais | Convites | Caixas | Embalagens | Pastas | Catálogos  
Sacolas | Agendas | Kits Promocionais | Copos, Potes e Vasilhas de Papel



Antes de imprimir, faça um orçamento com a Koloro.

# 5 anos

**TRANSFORMANDO  
VIDAS POR MEIO DA  
MINERAÇÃO DO  
FUTURO, HOJE.**



Acesse nosso site pelo  
QRCode ao lado e conheça  
nossas boas práticas.



@gsmmineracao  
@ferropuomineracao

[www.grupoavante.com.br](http://www.grupoavante.com.br)



PESSOAS  
SEGURANÇA  
MEIO AMBIENTE  
COMUNIDADE



PAS PROGRAMA AVANTE DE  
SUSTENTABILIDADE