

PAULISTANA

ARTE DE RUA EM SÃO PAULO

GATRONOMIA

Pitadas da África no centro de São Paulo

TRANSPORTE

Mobilidade urbana ativa cresce na capital paulistana

EDUCAÇÃO

Qual o impacto da digitalização nas escolas?



PAULISTANA: JOVEM, CULTURAL E POLÍTICA

POR: FELIPE RICO



Cosmopolita e diversificada, São Paulo é uma cidade global, fruto da união de distintos costumes e culturas, e

formada por uma população de mais de 12 milhões de habitantes e 70 nacionalidades diferentes. Por isso, podemos considerar nossa capital paulista uma geradora de tendências e estilos para diversas tribos urbanas. Para o arquiteto Isay Weinfeld, São Paulo: “é uma cidade onde coexistem todas as tribos urbanas. A falta de personalidade se transformou na personalidade da cidade.”

É a fim de desvendar parte dessa personalidade que elaboramos e entregamos essa versão da Paulistana 2022.2, uma edição voltada aos jovens-adultos paulistanos.

Em uma entrevista dessa edição

será possível conhecer MC Soffia, jovem cantora representante do rap feminino paulistano. A personagem é um reflexo dos assuntos abordados ao longo desta Paulistana: ela é jovem, é artista, influencia moda e comportamentos e possui ativismo em pautas sociais, temas presentes nesta edição.

Assim, você verá sobre a arte de rua em São Paulo, como foi a volta de eventos culturais depois da pandemia e poderá refletir sobre a elitização da cultura na capital. Em “Gastronomia”, acompanhará um ranking com os melhores restaurantes com um bom custo benefício e a comida realizada por uma imigrante refugiada.

Em “Moda”, será possível ver o aumento de compras nos brechós na cidade, além de dicas dos principais comércios deste tipo pela cidade. Isso será acompanhado e complementado por uma análise sobre a roupa que define o comportamento do jovem paulistano.

Em “Saúde”, ficará sabendo sobre as políticas públicas para animais domésticos, na cidade; e a importância do SUS para a cidade.

Em “Educação”, entenderá como as escolas paulistanas abordam clássicos literários nas escolas, além de compreender o processo de digitalização da educação. Na parte de “Política”, poderá refletir sobre a polarização política, além de conhecer os possíveis candidatos à prefeitura, nas eleições de 2024. E muito mais!

Como muito zelo e carinho, preparamos uma revista diversificada e recheada de conteúdo. Uma revista cultural, política, social e jovem. **Esperamos que aprecie!**



Sumário

06 **Gastronomia**
Festival Big Food
retorna pós-pandemia

08 **Gastronomia**
Pitadas da África
no centro de São
Paulo

10 **Gastronomia**
Os melhores
restaurantes
com bom custo
benefício em
Sampa

12 **Turismo**
A Ásia em São
Paulo

14 **Turismo**
Galeria do Rock

16 **Cultura**
Retorno dos
eventos culturais
pós-pandemia

18 **Cultura**
O difícil acesso
cultural da
população na
cidade brasileira
que nunca dorme

20 **Cultura**
MC SOFFIA

22 **Cultura**
Arte de rua
em São
Paulo

26 **Moda**
O aumento da
compra em
brechós

30 **Moda**
Uma mão vai na
bolsinha, a outra
na consciência

32 **Transporte**
Mobilidade urbana
ativa cresce na
capital paulistana

36 **Meio Ambiente**
As políticas públicas
relacionadas aos
animais domésticos
em SP



Sumário

38 **Saúde**
São Paulo: A importância de uma metrópole com sistema de saúde gratuito

40 **Saúde**
Saúde e bem estar no ambiente de trabalho

44 **Saúde**
Os impactos da maior crise de saúde pública do século

46 **Política**
As apostas para prefeitura 2024

48 **Política**
A polarização política entre jovens eleitores

52 **Cidadania**
Stefany de Jesus Santos: Promovendo a inclusão de cadeirante nas redes sociais

54 **Tecnologia**
Os avanços tecnológicos na cidade de São Paulo

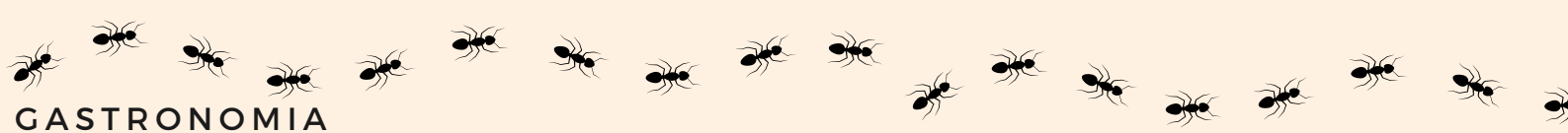
56 **Educação**
Como a abordagem de livros clássicos faz diferença no vestibular

60 **Educação**
Qual o impacto da digitalização nas escolas?

64 **Esporte**
Direto da periferia: O mundo do Futsal

68 **Esporte**
Linha do Tempo: Arena Corinthians





Festival Big Food retorna pós-pandemia

O festival Big Food Brasil foi inspirado no evento de Comidas Gigantes, no exterior.

POR: LETICIA BREGALANTE

A edição, que aconteceu no início de setembro, reuniu diversos cozinheiros que fizeram suas especialidades gastronômicas, priorizando comidas não sofisticadas, em um tamanho maior do que o habitual



Foto: Divulgação/
@bigfoodfest

A 5ª edição comemorava os 127 anos da Vila Mariana e aconteceu em um espaço aberto, próximo ao Metrô Ana Rosa. Além das guloseimas gigantes, o evento também contava com diversos shows abertos para o público.

A produtora do Big Food Brasil, Elaine Villela, afirma que sua melhor experiência em um evento gastronômico foi em 2016, no primeiro festival de comida de São Paulo.

"Foi aí que vimos a grande paixão do paulistano, aquele evento parecia uma grande manifestação e os expositores venderam horrores, aí desenvolvemos a ideia de trazer festivais personalizados em alimentos".

O Big Food Brasil ficou durante a pandemia sem abrir as portas, em decorrência da Covid-19, por ser algo que envolve muita aglomeração. A produtora de música Gigi Martins, que convida para o evento bandas covers autorais, assume que a volta do evento só foi possível com a chegada da vacina, e que além dos expositores, os músicos que tocam em festivais como esse também foram afetados, já que a repercussão das lives aconteceu mais com bandas famosas, prejudicando os músicos menores, que estão voltando só agora a tocar em locais públicos com ajuda de custo.





Além disso, o evento realizado em Sorocaba contou com diversos influencers da área gastronômica, proporcionando uma experiência diferente com o público ao assistir e vivenciar competições de comida. Os concursos de quem come mais em pouco tempo são muitos conhecidos em diversos locais, e alguns Youtubers chamam atenção com a quantidade de comida que conseguem ingerir. Por essa razão, o festival Big Food reuniu algumas dessas atrações conhecidas na internet, como os youtubers Gaba e Ricardo Corbucci, que auxiliam na divulgação do evento, além do chef responsável pelo prato da competição

Eduardo Matta, proprietário do Food Truck nomeado como "O Mattadouro", assume que a maioria das pessoas não pede pelo lanche gigante disponível em seu cardápio, mesmo em eventos como esse. "O pessoal só bate foto, o lanche tem 2.700 kg, mas no final só pedem o de 150 gramas, geralmente não aguentam comer um tão grande, mas acham diferente".

Vera Lúcia, conhecida como "Dona Macaxeira", participou do festival com suas comidas nordestinas. A cozinheira, originária de Pernambuco e que já participou do programa do Edu Guedes na Band, participa de todos os festivais, com a família, auxiliando na produção dos pratos. Ela é conhecida pelos pratos típicos gigantes, como, por exemplo, a macaxeira e o vatapá.



A produtora do evento convida o público a participar do festival, afirmando que a presença e a degustação da comida auxiliam os próprios expositores economicamente. Elaine também diz que a diversão é garantida, já que o festival conta com shows gratuitos de bandas com alta qualidade, com objetivo de proporcionar um entretenimento diferente para quem gosta, ou pretende conhecer o Big Food pela primeira vez. O local também contava com bebidas, doces gigantes e comidas de diferentes regiões do Brasil.

PITADAS DA ÁFRICA NO CENTRO DE SÃO PAULO

Refugiados e imigrantes que fizeram da comida de seus países uma opção de negócio na cidade.

**POR: LARISSA DE LIMA
E MALU RESTINO**



Chefe Melanito Biyouha
Foto: Larissa de Lima

A cada ano mais imigrantes e refugiados chegam a São Paulo, em sua grande maioria devido a necessidade de saírem de seus países de origem

(conflitos internos, perseguição política e/ou religiosa, guerras, crise financeira, insegurança alimentar), mas em alguns casos também por se apaixonarem pelo Brasil.

Segundo o Ministério da Justiça, de 2018 a 2022, 63.326 pessoas entraram com o pedido de refúgio no Brasil, desses 5.840 são pessoas de países africanos, desconsiderando os ainda não cadastrados, como a grave situação dos afegãos que se encontram no aeroporto de Guarulhos que precisam urgente de acolhida do Estado e da população e de imigrantes sem necessidade de refúgio.

Muitos imigrantes, ao chegarem em um país novo, mudam completamente de profissão e a gastronomia tem se tornado uma ótima opção, afinal, São Paulo é um polo gastronômico, com espaço para as mais diversas culinárias.

E é aí que nos deparamos com um pedaço do continente africano bem aqui, no coração da cidade: o Biyou'Z.

Comandado pela Chefe Melanito, de origem camaronesa, o Biyou'Z tem raízes africanas com pitadas de diversos países da África.

Paulistana: Como você chegou ao Brasil e como decidiu ficar aqui?

Melanito Biyouha: Eu tinha parentes que trabalhavam na embaixada do Brasil. Meus parentes eram diplomatas e me convidaram para passar férias e eu acabei ficando, isso em 2003. Quando cheguei, percebi que o Brasil é um lugar de oportunidades queria algo para mim, vi que aqui tinha espaço, só precisava descobrir qual era. Em Camarões eu trabalhava em banco, então mudou tudo, completamente.

Paulistana: Qual era a sua relação com a cozinha?

MB: Cozinhar faz parte da nossa educação. Quer dizer, o que? Quando você já cresce, oito anos, por aí, começa a comer e a acompanhar a tua mãe, acompanhar a tua vó. Então, você já começa a aprender a fazer coisas básicas. Bem sutil, né? Você sabe como funciona. Quando chega os 15 anos, você já é uma cozinheira para a sua família, de casa. Chega aquela hora que o pai, a mãe, consegue te deixar cozinhar para os seus irmãos. Então, a gente cozinha.

Endereço Biyou'z

Unidade I: ALAMEDA BARÃO DE LIMEIRA, 19 - CAMPOS ELÍSEOS, CEP: 01202-001 - SP

Unidade II: RUA FERNANDO DE ALBUQUERQUE, 95 - CONSOLAÇÃO, CEP: 01309-030 SP



Prato vegetariano. Mayemba: Repolho refogado com tomate, fufu de milho e salada/ Foto: Larissa de Lima



Detalhe de decoração do Biyou'z do centro/ Foto: Larissa de Lima

Clientes almoçando na unidade do centro, primeira unidade do Biyou'z/ Foto: Larissa de Lima

Paulistana: E como surgiu a ideia de abrir um restaurante?

MB: Eu morava em Brasília e decidi vir conhecer São Paulo. Eu descobri que haviam muitos negros, brasileiros, africanos e de diversos países, mas eu vim só para passear.

Só que no final do meu passeio eu vi, que olha que interessante: tinham restaurantes franceses, italianos, de vários países, mas não africanos. O mais próximo disso que eu via eram os restaurantes baianos, que têm referências africanas, mas não encontrei o que procurava.

Foi aí que vi uma porta que era urgente abrir, penso até dizer que estava tarde. Com uma população de mais de 55% de descendentes africanos, afro-brasileiros, não tinha uma comida africana bem típica, então era hora de corrigir esse erro. Em 2007, eu abri o Biyou'Z.

Paulistana: Essa unidade, que fica do Centro, foi a primeira?

MB:Essa é a matriz, é a casa mãe e que tem um filho gigante que é três vezes ela, mas até agora ela é a mãe. Aqui tem toda minha história.

Paulistana: É uma região com muitos estrangeiros. Você sentiu que eles ficaram felizes de

encontrar a comida tradicional deles aqui?

MB: Muito. Tem pessoas que chegam e começam a chorar. Impressionante né? Dizem: essa é a comida da minha tribo, essa comida tem uma essência, eu me sinto acolhida. Tem também aqueles que falam um pouco mais da religião: é uma comida que meu Deus está agradando. Então isso é gratificante. Quando você sente que realmente estava faltando alguma coisa, que as pessoas precisavam se encontrar um pouco mais até no alimento.

Paulistana: Como você define o Biyou'z?

MB: Bom, o restaurante é mais que um restaurante, é uma casa de cultura onde você consegue tirar algumas dúvidas sobre o continente africano. A primeira dúvida que as pessoas tiram e entendem é que a gastronomia africana, ela é (quase) vegana. Quando eu falo de vegano eu não quero dizer que não come carne, mas é feito de produtos naturais e, em sua maioria, de alimentos que encontramos na terra, produtos naturais, vegetais.

Então, a alimentação africana é bastante saudável. Tudo o que nós temos aqui é baseado nos vegetais, tudo, e por mais que a gente vá colocar uma carne ou vá colocar alguma coisa a mais, a base é exatamente isso. E sendo isso, eu diria, também é uma das melhores.



Letreiro Biyou'z unidade Consolação/ Foto: Larissa de Lima

Evento realizado na unidade da Consolação, por e para empresários negros./ Foto: Larissa de Lima

Os melhores restaurantes com bom custo benefício em Sampa

Tem dias que dá vontade de comer uma comida diferente e conhecer novos restaurantes, mas, normalmente, não queremos gastar muito, né? Da uma olhada nesses restaurantes de São Paulo com um custo benefício de dar água na boca.

POR: BÁRBARA NAKASHIMA

1

BULLGUER



Foto: Divulgação/ ArchDaily

Para dar uma equilibrada, a opção vegana veio aí!

Com o propósito de oferecer saúde através da alimentação, eles oferecem opções para café da manhã, almoço e até aquele lanchinho em qualquer horário do dia. Os cardápios contêm opções a partir de R\$ 7. No almoço, os cardápios mudam de acordo com os dias.

Localizados no Jardim Paulista e com uma avaliação de 4,6 estrelas no Google, até quem não é vegano vai topar conhecer esse restaurante com você e experimentar essa culinária.

3

MOCOTÓ BAR E RESTAURANTE



Foto: Divulgação/Luciana Barbo

Não podíamos começar de outra maneira, tinha que ser com uma hamburgueria de qualidade que todo paulistano adora. Esse é um destino certo para os que procuram sanduíches bons e baratos. Aqui, você encontra lanches de R\$ 22 a R\$ 40 além de acompanhamentos e sobremesas que você não pode deixar de experimentar.

Com 18 unidades espalhadas por São Paulo e uma avaliação de 4,4 estrelas no Google, está valendo a pena entrar no site e escolher uma das unidades mais próximas de você para conhecer!

TASTE AND SEE

2



Foto: Divulgação/ Guia de Bairros

Claro que uma culinária típica brasileira não ia ficar de fora. O Mocotó, restaurante do chefe Rodrigo Oliveira, é considerado um dos melhores restaurantes brasileiros e o 16º da América Latina.

Mas, apesar desse peso todo, tem um cardápio diverso e acessível, com opções de almoço em tamanho pequeno, médio e grande com o preço a partir de R\$ 26.

Está localizado na Vila Medeiros e tem uma avaliação incrível de 4,7 estrelas para você conhecer sem medo de ser feliz!

Comida de rua é muito comum aqui no nosso país, mas já pensou em comer a comida de rua do Oriente Médio? O Shuk Falafel & Kebabs oferece diversas comidas de rua de lá dentro de um restaurante super aconchegante.

Com várias opções, incluindo vegetarianas e veganas, o restaurante tem preços a partir de R\$ 12 e vale a pena conhecer.

Localizado em Pinheiros e com uma avaliação de 4,7 estrelas, ele tem potencial para fazer com que você se apaixone por essa culinária.

SHUK FALAFEL & KEBABS

4



5

MISOYA RAMEN



O Misoya Ramen é um restaurante tradicional japonês especializado em ramen feitos a base de missô. Trazendo os visitantes, ramens de diversos locais do Japão.

Tem um cardápio mega diversificado, com opções adicionais para agradar a todos e um preço que varia de R\$ 47 a R\$ 70. Apesar de ser mais salgadinho, vale a pena conhecer.

Localizado na Consolação, está com uma avaliação QUASE perfeita de 4,9 estrelas. Não dá para pensar em não visitar.

O Feitiço Brasileiro é um restaurante que oferece rodízio de risotos de vários sabores por R\$ 59,90 para comer à vontade. E não para por aí, eles também têm um cardápio com diversas opções de comidas: carne, peixe, frango, massa, sanduíches, burger, kebabs, saladas e várias opções veganas.

O preço das comidas varia bastante, mas é possível encontrar opções a partir de R\$ 34. Ele está localizado na Consolação e tem uma avaliação de 4,4 estrelas. Está valendo muito a pena dar uma passadinha, não é?

Começamos muito bem e terminamos com chave de ouro para que você não tenha desculpas na hora de sair para comer em um lugar diferente. Trouxemos culinárias de diversos lugares do mundo para ajudar na escolha e agradar a todos os gostos.

Não conhecer novos restaurantes não é mais uma opção. Pega um fim de semana, junta a família, os amigos ou marque um date especial em alguns deles. Certeza de que você não vai fazer feio e vai virar fonte de novas recomendações de restaurantes incríveis.

O BBB você já encontrou aqui: bom, bonito e barato. Agora vai de você tirar suas próprias conclusões e avaliar por si só os seus favoritos.

FEITIÇO BRASILEIRO

6





A ÁSIA EM

Sabia que a Ásia Ocidental é repleta de países que marcam sua cultura na nossa cidade?

Descubra lugares que vão fazer você viajar sem pegar um avião!

POR: AGATHA MENES

OCIDENTAL



Fonte: Urben Turismo



MESQUITA BRASIL | RUA BARÃO DE JAGUARÁ, 632

Você também sente vontade de saber mais sobre outras religiões? Na Mesquita Brasil, você pode vivenciar e conhecer mais sobre a cultura e a religião islâmica.

Considerada uma das mesquitas mais importantes da América Latina, o local, que está localizado na Rua Barão de Jaguará, 632, bairro do

Cambuci, permite que os visitantes vivenciem as rezas e as suas tradições, como a purificação do ambiente e das roupas, a leitura do alcorão, o

posicionamento do corpo e muito mais.

É vivenciar a paz e a espiritualidade do Islã no caos de São Paulo!



Fonte: TripAdvisor



MEMORIAL DA IMIGRAÇÃO JUDAICA E DO HOLOCAUSTO | RUA DA GRAÇA, 160

Se você quer saber mais sobre a história judaica, o Memorial da Imigração Judaica e do Holocausto é o local ideal.

O museu, que funciona todos os dias e está localizado no Bom Retiro, tem exposições permanentes e variadas compostas por peças únicas, como o texto “Diário de Viagem de Henrique Sam Mindlin”, escrito em 1919 pelo menino de 11 anos.

O memorial fica na primeira Sinagoga do estado, na Rua da Graça, 160, e vale a pena conhecer.



Fonte: Alyah Sweets



ALYAH SWEETS | AV. INDIANÓPOLIS, 1.401

Ficou com fome após à visita ao memorial? A doceria Alyah Sweets possui diversos pratos, variando de esfihas a saladas tipicamente árabes.

Além disso, é possível encontrar doces preparados pelos chefs libaneses na doceria. Ela está localizada na Av. Indianópolis, 1.401, no bairro Indianópolis, e é uma oportunidade de ir além na culinária árabe e quem sabe descobrir uma nova comida típica preferida.

A história tem dois lados e aqui não é diferente. Se seu sonho é conhecer o lado Oriental desse continente, agora você pode aproveitar mais dessa cultura sem sair de São Paulo!

SÃO PAULO

Claro que toda história tem dois lados e aqui não é diferente. Se seu sonho é conhecer o lado Oriental desse continente, agora você pode aproveitar mais dessa cultura sem sair de São Paulo!

ORIENTAL

FEIRA DA LIBERDADE | PRAÇA DA LIBERDADE.



Com muita influência oriental, da comida até a iluminação, afinal, quem nunca viu uma imagem dos postes vermelhos da região?!

O bairro da Liberdade tem uma variedade de restaurantes, lojas, festivais e mercadinhos asiáticos. Apesar de sua origem ser marcada pela resistência negra, o bairro recebeu esse nome após o fim das execuções de negros na atual Praça da Liberdade. Entre tantas opções, a recomendação de hoje é a Feira da Liberdade.

Criada em 1975, ela acontece todo fim de semana na Rua dos Estudantes e tem barraquinhas de comida, artesanato, roupas e outros diversos itens. Apesar disso, por mais que a Liberdade seja conhecida pela forte cultura japonesa, itens da China e da Coreia do Sul também marcam presença. Ou seja, em uma volta pela Feira da Liberdade você pode aproveitar as delícias de três países asiáticos de uma só vez!



Fonte: Quinto Andar

JAPAN HOUSE | AV. PAULISTA, 52.



São Paulo tem a maior colônia japonesa, fora do Japão, do mundo.

Assim, a Japan House, localizada na Av. Paulista, 52, bairro Bela Vista, é um complexo multiuso para quem quer descobrir mais sobre a cultura japonesa.

Com espaços para exposições, lojas, restaurantes, biblioteca, cafeteria e espaço web, o local quer trazer uma visão mais realista sobre o país.

"Estas atividades não visam definir uma imagem do Japão, mas sim, distinguir as atividades do passado caracterizadas por 'estereótipos' ou por um falso rótulo sobre o país" (citação do site da Japan House). Em um único lugar você tem a oportunidade de se conectar com essa cultura de várias formas.



Fonte: ArchDaily

ITAEWON | RUA DOS BANDEIRANTES, 385.



Querendo um rolê noturno? Com a crescente ascensão de músicas, filmes e séries K-pops, cada vez mais lugares na capital paulista estão sendo inspirados na Coreia do Sul. Esse é o caso do complexo Itaewon,

na Rua dos Bandeirantes, 385, no Bom Retiro, que tem 22 salas de karaokê, bar e rooftop, além das músicas do BTS, Blackpink e outros artistas sul-coreanos. E não para por aí, também é possível saborear comidas e bebidas típicas do país. É como estar em um bar na Coreia do Sul, mas sem sair da cidade!



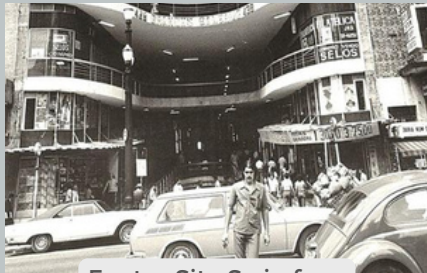
Fonte: Guia da Folha

1980

A “Galeria do Rock”

No começo dos anos 80 o destino da galeria como conhecemos hoje começa a ser trilhado. Com novas lojas do segmento musical, como Grilo Falante, Music House, Punk Rock Discos, Devil Discos, e etc, dominando o local, e o boom do Rock sendo fortalecido pela chegada do Rock in Rio em 1985, o apelido “Galeria do Rock” se consolida de vez entre os fãs do lugar. Um centro cultural e um verdadeiro ponto turístico começa a se desenhar e a se tornar uma concentração do estilo e da cultura punk/rock. O lugar até recebeu a visita de grandes nomes internacionais como: Kurt Cobain, Bruce Dickinson, Tarja Turunen, Machine Gun Kelly e outros!

Anos depois, nos anos 2010, a galeria passou a abrigar lojas de outros segmentos de subprodutos correlatos da cultura rockeira, com camisetas de bandas, estúdio de tatuagem, skates e etc.



Fonte: Site So in foco

1992

Prédio Histórico

Em 1992, o prédio foi tombado pelo Conpresp (Conselho Municipal de Preservação do Patrimônio Histórico, Cultural e Ambiental da Cidade de São Paulo).

GALERIA DO ROCK

POR: BRUNA NUNES E EMILY ALVES

1963

Onde tudo começou

Nasce em 1963, nas ruas paulistanas, um grande edifício chamado “Shopping Center Grandes Galerias” ou “Galeria 24 de Maio”. Na época, este era o maior prédio comercial da cidade de São Paulo e contava com uma enorme diversidade de lojas, incluindo as gigantes de departamento como: Mappin, Mesbla, Casa Bahia e entre outros nomes. Apesar dessas lojas venderem discos, e de redes especializadas em discos existirem no local, a cultura ainda não era o carro-chefe do lugar.



Reprodução:
Instagram/@galeria
rockoficial

1981

Música Ao Vivo

Em 1981, a Galeria vislumbra os primeiros sinais da



(Os Inocentes/Arquivo Pessoal)

característica musical do local, recebendo a primeira - de muitas - apresentação ao vivo, com o show da banda “Olho Seco”. Após isso, torna-se palco para outras bandas tocarem, e para o punk, o rock, o jazz e para a música em geral. “Os shows ajudavam muito na divulgação do trabalho, pois sempre tinha gente que não conhecia e depois começava a curtir muito e vir sempre. Foi muito importante!”, relata Ronaldo Passo, guitarrista da banda ‘Os Inocentes’.

1978

Loja mais antiga



Luiz Calanda em 1989/Arquivo pessoal

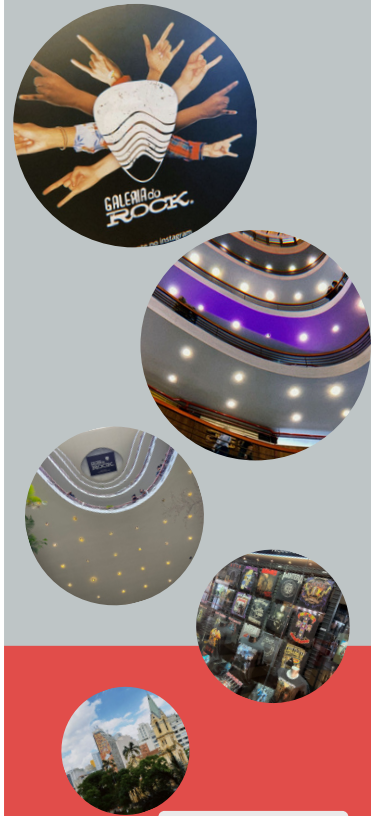
Em 1978, foi fundada a Baratos Afins, a loja mais antiga que ainda abre suas portas na Galeria do Rock. O estabelecimento, que no início atuava como gravadora, foi a principal influenciadora da abertura de novos selos e produtores de música brasileiros. Anos depois, com a chegada do CD, acabou se rendendo ao formato e investiu em novas tecnologias.

“O edifício chegou a abrigar 84 lojas de discos/cds, sendo 21 delas também produtoras, selos e gravadoras independentes de diferentes estilos, tribos e tendências, [...] atualmente as lojas de discos resistentes aqui na “Grandes Galerias” são minorias...” contou Luiz Calanca, proprietário da Barato e Afins.

2020

Isolamento Social

A especulação imobiliária durante a pandemia cresceu muito e, por consequência, acabou afugentando muitos lojistas do segmento do rock, deixando a música em segundo plano e enfraquecendo o que sobrava do Instituto Cultural de outrora. Atualmente, no pós-pandemia, as lojas de discos resistentes tornaram-se minorias, o que, de acordo com o lojista Luiz Calanda, “acaba causando decepção para as pessoas que nunca o visitaram ou quem já o frequentava de antes, deixando apenas um balcão de negócios em nome do Rock N’ Roll e uma grande nostalgia no coração daqueles que a conheciam.”



Fonte: Galeria do Rock/
Emily Alves

2016

O jardim do rock



Reprodução: Facebook/
Jardim do Rock

O jardim do rock foi criado em 2016, o projeto foi iniciado com a ideia de ser uma horta orgânica para oficinas presenciais, onde os frequentadores, durante a semana, poderiam aprender sobre técnicas de plantio de temperos, legumes, floricultura, etc, e aos finais de semana, o jardim abria as portas ao público para passeio. Para 2023, os planos para o jardim terão outra iniciativa e, em parceria com outra instituição, a horta orgânica será um novo centro de exposição, onde as pessoas poderão frequentar e conhecer mais a cara desse novo espaço!

HOJE

“Me levaram para conhecer e eu me apaixonei!”

A Lucia Robertti, de 28 anos, frequenta a galeria desde novinha e compartilhou, com a Revista Paulistana, um pouco sobre seu carinho pelo lugar:

“Vou na Galeria do Rock desde uns 12/13 anos de idade, época em que o movimento emo estava bombando e era meu sonho passear por lá. Minha prima mais velha me levou pra conhecer e eu me apaixonei! O que eu mais gosto na Galeria do Rock é o clima, a gente entra lá parece que é todo um universo diferente, com tribos se encontrando, dando rolê, fazendo compras, acho o clima do ambiente TUDO! E eu amo ir lá pra comprar itens de vestuário, passear e também pra comer um lanchinho com a vibe única. Parece um lugar de clubinhos roqueiros (risos). Ainda me sinto muito à vontade e feliz indo lá, são 16 anos frequentando e acho que não vou parar de ir não. Acho que todo mundo deveria visitar e ver esse universo paralelo que ela tem!”

Endereço: Av. São João, 439 - República, São Paulo - SP, 01035-000

Horário de funcionamento: Segunda a sexta, das 09h às 19h00

Sábados, das 09h às 18h.

Telefone: (11) 3331-1530



Retorno dos eventos culturais pós-pandemia



Após a vacinação e estabilização da pandemia de Covid-19, o setor de eventos volta a todo vapor, gerando empregos e tentando recuperar receita

POR: CAROLINA CORRÊA

Um dos primeiros setores a ser afetado pela pandemia, e um dos últimos a voltar às atividades, o setor de eventos vem se reerguendo com sucesso, principalmente no ano de 2022. Festivais de música, cinemas, bienal, museus e etc. são alguns exemplos de programas que voltaram às nossas agendas.

Segundo a Associação dos Promotores de Eventos do Setor de Entretenimento e Afins (Apresenta), 98% dos eventos foram afetados e 1,3 milhão de pessoas desse ramo ficaram desempregadas na pandemia. Foi contabilizado um prejuízo de cerca R\$ 270 milhões para a área. Para sanar esse déficit, é necessário que os eventos brasileiros movimentem cerca de R\$ 355 bilhões, até o final de 2023.

Grandes eventos foram realizados na cidade de São Paulo, após essa retomada. Alguns exemplos são o Lollapalooza, que conforme sua organização divulgou, contou com um público de 302 mil pessoas, durante os três dias de festival, e a Bienal do Livro de São Paulo, que movimentou R\$ 374,8 milhões na cidade, segundo o Centro de Inteligência

da Economia do Turismo (CIET), da Secretaria de Turismo e Viagens do Estado. Em ambos, a participação do público foi intensa, mostrando o quanto as pessoas estavam com saudade de momentos desse tipo.

Em contrapartida, muitas pessoas acabaram desacelerando ou mudando antigos hábitos, durante a pandemia.

“Antigamente, eu costumava ir ao cinema quase toda semana, hoje em dia prefiro ver filmes em casa, pelos streamings. Só vou ao cinema quando quero muito ver algum filme, que ainda não encontro nas plataformas. Outra coisa que dificulta é o preço do ingresso, está tudo muito caro.” afirma Larissa Oliveira, 24 anos, que trabalha com Comunicação Corporativa.

Conforme o estudo “Hábitos Culturais” do DataFolha, em parceria com o Itaú Cultural, antes da pandemia, ir ao cinema era considerado um hábito regular entre 59% dos entrevistados. Já em 2022, esse número caiu para 26%. Em relação a ver filmes e séries de forma online, esse número fica em 70%. Apesar da queda, as pessoas



mostraram mais interesse no cinema, do que em peças de teatro, exposições, museus e centros culturais.

Segundo estudo do Blog Mind Miners, a classe “C” se mostra menos participativa nessa retomada, por conta da questão financeira, que se agravou com a pandemia. Isso mostra que os eventos acabam sendo muito restritos somente às áreas mais centrais e possuindo um valor muito elevado, o que dificulta o acesso das camadas mais carentes.

Além disso, muitas pessoas ficaram mais receosas após o período de isolamento. “Hoje em dia eu reparo em coisas como a lotação máxima dos lugares, as medidas de segurança do local, coisas que eu não ligava muito antes.” diz Carolina Vaz, 22 anos, estagiária de Arquitetura.

Depois de dois anos isolados, os jovens adquiriram novos costumes e deixaram de lado outros. Muitos eram “festeiros”, frequentavam vários lugares, viravam noites, e com a pandemia, foram forçados a ficar em casa. No cenário de hoje, saem com menos frequência e com horário para voltar. Os programas mudaram, no lugar de noites badaladas, entraram passeios no parque, jantares com os amigos, jogos em família. Em geral, os hábitos caseiros ficaram em alta: ver filmes e séries, ler, ouvir músicas e podcasts, praticar exercícios. A aproximação dos familiares também foi um fenômeno pandêmico, pois muitos se viram voltando a morar com os pais, ou só tinham os membros de casa para interagir.

“Hoje em dia eu reparo em coisas como a lotação máxima dos lugares”

Apesar de toda a mudança provocada pela pandemia, em diversos âmbitos das nossas vidas, o saldo para o setor de eventos vem sendo positivo, com lotações máximas e muitos novos eventos em suas primeiras edições, mostrando que a demanda do público é real, mesmo com os novos hábitos. “Não sei se antes da pandemia, eu não reparava muito nisso, mas parece que, hoje existem mais opções de eventos, de diferentes gostos.” comenta Adrian Silva, 20 anos, técnico de informática.

É importante ressaltar que a pandemia trouxe à tona uma “revolução”, já que foram necessárias muitas mudanças, para que fosse possível manter a máquina girando. Atualmente, nos encontramos numa situação controlada, porém, é essencial manter os cuidados básicos, como o esquema vacinal em dia, e se possível, ainda manter o uso de máscara em locais fechados, com muita aglomeração. Essas atitudes são importantes para que possamos continuar aproveitando a vida, mas sempre com segurança.



BGS 2022/ Fonte: Site techtudo



A Bial do Livro também retorna presencialmente. (Divulgação Bial/Instagram)

Após duas edições canceladas, o Festival Lollapalooza volta a acontecer em São Paulo. (Divulgação)

O difícil acesso cultural da população na cidade brasileira que nunca dorme

O que pode ser feito para que as pessoas possam ter mais acesso à cultura em SP?

POR: VITOR HENRIQUE

A cultura faz parte do dia a dia de qualquer pessoa, afinal quem não gosta de assistir a um filme no cinema? Ou então ir ao jogo do seu time de coração? É fato que todas essas coisas fazem parte da nossa sociedade, mas nem todos que vivem nela conseguem ter acesso a elas. Por isso, o lazer cultural tem se transformado mais em uma “regalia” do que de fato deveria ser: acessível para todos.

A cultura foi uma das áreas mais afetadas da pandemia, principalmente no audiovisual, com cinemas e teatros fechados, foi necessário recorrer a alternativas como os streamings, mas, com a reabertura dos locais, a crise também chegou junto, já que era necessário reparar dois anos de crises e isso veio através dos preços.

Em uma pesquisa realizada pelo Datafolha, em conjunto com o Itaú Cultural, em setembro deste ano (2022), se constatou que as salas de cinema não conseguiram alcançar a audiência que tinham antes da pandemia.

Uma das alternativas encontradas para tentar atrair público novamente foi a semana do cinema, realizada também em setembro, quando redes de cinema se uniram para atrair o público de volta às grandes salas, fazendo isso através de uma promoção, em que os ingressos custaram R\$ 10 durante uma semana, assim como promoções de combos de pipoca por R\$ 29.

O resultado não foi outro senão salas e filas de bilheterias lotadas em todos os lugares da capital paulista. Esse resultado só mostra que as pessoas querem consumir e frequentar esses lugares, mas, infelizmente, o preço se tornou inacessível.

Uma família que ganha, em média, dois salários-mínimos e é composta por um casal e dois filhos, normalmente não consegue se desfrutar desse tipo de lazer, já que os ingressos custam cerca de R\$ 38 a inteira em uma sessão comum 2D, levando uma família a gastar R\$ 114 só nas entradas, isso sem contar a locomoção até o lugar.

Outros lugares como teatros, os ingressos perto do palco podem chegar a R\$ 400. Claro que existem movimentos culturais criados justamente para que pessoas de baixa renda possam também aproveitar de alguma forma.

Um grande exemplo é a Virada Cultural, que é um dos maiores eventos que se tem na capital paulista. Com atrações como danças e manifestações artísticas, o evento chega a contar com a presença de dois milhões de pessoas, onde todos os ingressos são gratuitos. O evento já contou com grandes artistas como

Ludmilla e até o maestro João Carlos Martins.

Infelizmente, a realidade de muitos que vivem em São Paulo é a de não conseguirem aproveitar os espaços culturais por conta do alto valor. Ver seu time do coração jogar e levar sua família hoje é um benefício para os poucos que conseguem pagar cerca de R\$ 100 em cada entrada.

São Paulo é conhecida como “a cidade que nunca dorme” e isso também vale para o aspecto negativo, mostrando que a realidade dos trabalhadores é sempre viver em função do serviço e, no final, não conseguirem aproveitar um espaço de lazer cultural com suas famílias.

Para que essa realidade possa mudar, é necessário que o governo dê a devida atenção a essa área. Uma ideia seria algumas medidas públicas para melhorar isso, como, por exemplo, a criação de eventos, como a semana do cinema, e serem de forma mais regular.

Também a criação de uma política mais rigorosa, um exemplo seria tornar o vale-cultura, um benefício facultativo por parte do funcionário, obrigando as empresas a prestarem o benefício àqueles que quiserem, e que não precise ser requerido somente por trabalhadores através da empresa, podendo ser requerido também por estudantes, principalmente de universidades públicas.

Dessa forma, também seria necessário aumentar o valor desse vale, já que, atualmente, ele é de R\$ 50, e sabemos que com esse preço mal se paga um livro hoje em dia. Também seria interessante trazer mais shows em espaços públicos, como Avenida Paulista e outros lugares da cidade. Por que não aproveitarmos que estamos entrando em transição de governo e não começarmos a cobrar também uma maior acessibilidade cultural?



Espaços culturais

Conheça alguns dos lugares com preços acessíveis em SP

Museu do Ipiranga

Em comemoração a reabertura, o museu está com ingressos grátis até 07/11, mas já afirmou que, após a data, continuarão mantendo um dia gratuito na semana.



Reprodução: Site Gov.br/Crédito: Natália Cesar

Museu do Futebol

Para os amantes de futebol, o museu localizado no estádio do Pacaembu tem um dos preços mais acessíveis da capital, custando R\$ 20 a inteira.



Reprodução: Site ArchDaily



Reprodução: Site nelsonkon

Sesc 24 de Maio

O Sesc 24 de Maio tem algumas programações culturais de forma gratuita, como exposições, salas de jogos entre outras coisas da programação.

Itaú Cultural

Localizado na Avenida Paulista, o Itaú Cultural é um centro de exposições e pesquisas pertencente ao banco Itaú. A programação é gratuita.



Reprodução: Site SPCITY



MC SOFFIA

“São Paulo já tem muita tradição no rap e eu fui em muitos eventos de rap abertos ao público”

POR: MARIANA SIQUEIRA

Soffia Gomes da Rocha Gregório Correia, mais conhecida por MC Soffia, é uma rapper e cantora brasileira, nascida na Zona Oeste de São Paulo. Com apenas 18 anos, a artista já possui uma carreira de sucesso, com hits como “Menina Pretinha” e “Meu Lugar de Fala”

As músicas de Mc Soffia ficaram muito populares, pois trazem em suas letras temas sobre racismo, desigualdade social, machismo e preconceitos, e também sobre a importância do empoderamento feminino e da autoaceitação enquanto mulher preta.

Em entrevista exclusiva para a Revista Paulistana, a cantora contou um pouco mais sobre sua carreira, trajetória e suas influências musicais, além de falar sobre como foi crescer no Rap na cidade de São Paulo.

Paulistana: Como foi pra você crescer no Rap/Hip Hop aqui em São Paulo? Você teve influência do seu bairro no processo musical?

crescer no Rap/Hip Hop aqui em São Paulo? Você teve influência do seu bairro no processo musical?

Mc Soffia: Eu vivi entre o bairro João

XXIII e Cohab Raposo Tavares e tive bastante influência. São Paulo já tem muita tradição no rap e eu fui em muitos eventos de rap abertos ao público, como a Casa do Hip Hop em Diadema, e lá tinha muitas crianças e era bem divertido.



"Trabalho de esforço diário, mas que vale a pena"



Como eu vivia na zona oeste de São Paulo, também frequentava a Casa de Cultura Butantã, que sempre tinha evento de Hip Hop.

Paulistana: Sabemos que você se encantou com a música logo cedo, quais foram as motivações que te levaram para o mundo da música? Alguém próximo que te apresentou o Rap?

MS: A maior motivação foi minha mãe, Kamilah Pimentel, que hoje gerencia minha carreira. Ela me levou na oficina chamada O Futuro do Hip Hop, idealizada pela DJ Vivian Marques, e lá com a aula de rap com o educador MC Cemporcento eu comecei a gostar de cantar.

Foto/Reprodução:
Instagram
@mcsoffia

Paulistana: Quais são suas maiores inspirações?

MS: Acredito que minhas maiores inspirações sejam Beyoncé, Nicki Minaj, Rihanna, Tássia Reis, Drik Barbosa e Karol Conká.

Paulistana: Quais são as maiores dificuldades em ser uma jovem preta no Rap?

MS: As maiores dificuldades com certeza são enfrentar diariamente o racismo e o machismo.

Paulistana: Para você quais foram as motivações que te levaram a trazer, nas letras das suas músicas, temas como desigualdade, preconceito, machismo, racismo, etc?

MS: Minha maior motivação foi ser uma pessoa que desde pequena vive todas essas opressões.

Paulistana: Conte um pouco mais sobre o projeto "PRETEENHA RAINHA". Você pretende voltar ou lançar novas propostas nesta temática?

MS: O projeto tinha como objetivo a troca de ideias e desabafos de meninas negras, onde uma ia fortalecendo a outra. Com a pandemia e o isolamento, isso mudou um pouco e o projeto foi para o Instagram, e lá jovens artistas ocupavam o meu perfil aos domingos. Sim, queremos voltar com o projeto, mas ainda está em estudo.

Paulistana: Além da música, dá para perceber que você gosta muito de moda e beleza. Explique para nós a relação entre esse mundo.

MS: Eu acredito que todas essas áreas se relacionam, então procuro estar sempre atenta às novas tendências.

Paulistana: Esse ano você completou 18 anos, agora com a maioridade tem algum plano ou sonho específico em mente?

MS: Tenho o sonho de fazer mais shows de qualidade e que enche os estádios.

Paulistana: Qual conselho você daria para os jovens que desejam entrar no mundo do Rap hoje?

MS: Eu diria para os jovens que desejam entrar nesse espaço, que é um trabalho de esforço diário, mas que vale a pena seguir em frente.

ARTE DE RUA EM SÃO PAULO

SÃO PAULO

Como a arte impacta no dia a dia da São Paulo cinza

POR: AGATHA MENES E BÁRBARA NAKASHIMA

Artes, pinturas, formas, figuras, desenhos e cores. Esses são, atualmente, considerados sinônimos de alegria e vida em uma cidade tão corrida e cinza como São Paulo.

A arte urbana, arte de rua ou grafitti, como é atualmente conhecido, surgiu em New York, em 1970, como hobby ou trabalho.

Seu aparecimento no Brasil aconteceu também na década de 70, na cidade de São Paulo. É um movimento que expressa opressão social, realidade das ruas, manifestações políticas, emoções ou apenas um desenho que surge na mente de um grafiteiro.

A maioria dos grafiteiros pintam muros e painéis, geralmente com a permissão do proprietário. Porém, o grafitti é repleto de polêmicas, já que, muitas vezes, a população não o enxerga como forma de arte, mas sim de poluição visual ou vandalismo, sendo constantemente confundido com a pichação.

Apesar disso, ele está crescendo e

evoluindo cada vez mais na nossa cidade, passando mensagens e trazendo cores para o dia a dia. O grafiteiro Kayque Barbosa, de 23 anos, fala um pouco sobre como gosta de manifestar sua arte. “Os lugares que mais me sinto bem em poder compartilhar meus trabalhos são nas escolas. É onde sinto que posso realmente trazer mensagens importantes para as futuras gerações.”

Apá dos Santos, de 33 anos, também é grafiteiro e fala um pouco de como sente a visão das pessoas em relação à arte de rua, atualmente. “Muitas pessoas se identificam com alguns grafittis espalhados pela cidade, muitos deles contam histórias, relatam assuntos polêmicos, expõem injustiças que a sociedade sofreu ou vem sofrendo.”

Além disso, ambos os entrevistados falam sobre como as cores podem mudar o dia de uma pessoa.

“Acredito que arte de rua é capaz de mudar o dia de pessoas, onde elas têm a possibilidade de enxergar e apreciar obras



Graffiti no Beco do Batman, SP/Foto: Agatha Menes

de arte, com cores e formas que trazem diferentes sensações, sentimentos e emoções.”, diz Kayque.

Já segundo Apá dos Santos: “o grafitti é muito importante para o dia a dia. Estamos sempre correndo para chegar no horário na empresa, ou correndo para voltar para casa porque tem mais um monte de coisas para resolver. O grafitti, na maioria das vezes, distrai e colore esse trajeto de casa pro trabalho e vice-versa.

Para cidade sua importância é ainda maior porque vem sendo “tomada” pelo cinza. Já não basta o céu ser cinzento por conta da poluição, do tempo e tudo mais, as paredes e muros também têm que ser cinza? Cor é vida e pode mudar o dia de uma pessoa, mesmo que indiretamente.”

IMPORTÂNCIA E PRECONCEITOS

Existem diversos locais em que essa arte é manifestada de forma grandiosa: Av. Paulista, Centro da Cidade, Praça da Sé e o Beco do Batman, que é recheado delas. Ele está localizado na Vila Madalena e é uma das principais atrações turísticas da capital paulista. O Beco do Batman leva esse nome, pois, na década de 80, começaram a aparecer diversos desenhos nas vielas cinzas e um deles era do icônico personagem da DC Comics.

Hoje, o beco é considerado uma galeria de arte a céu aberto e um complexo cultural, afinal, além dos grafittis, que estão em constante mudança por lá, há bares, restaurantes e barraquinhas com decorações, velas, acessórios e roupas.

Para os estudantes cariocas, Antônio Sampaio e Marcos Carreiro de Souza, o Beco do Batman é importante por possibilitar que vários artistas se expressem e mostrem seu talento. “Isso é muito importante para a cultura. Pessoas do Brasil inteiro e do mundo vêm até aqui para ver essas artes”, comenta Marcos.

Apesar do Beco ser considerado um espaço cultural, ainda vemos que os grafittis que estão localizados em avenidas, prédios e muros da capital, muitas vezes, ainda são motivos de preconceito na população. Afinal, quantas vezes você já viu o Beco do Batman passar na TV e quantas vezes você viu os grafittis que estão localizados no Centro da cidade passarem na TV?

Durante o mandato do ex-prefeito João Doria, em 2017, ocorreu a remoção dos grafittis na Avenida 23 de Maio. Isso aconteceu porque, segundo o político, a população não queria pichações espalhadas pela cidade. A ação foi condenada pela Justiça de São Paulo e revoltou artistas e apoiadores da arte em

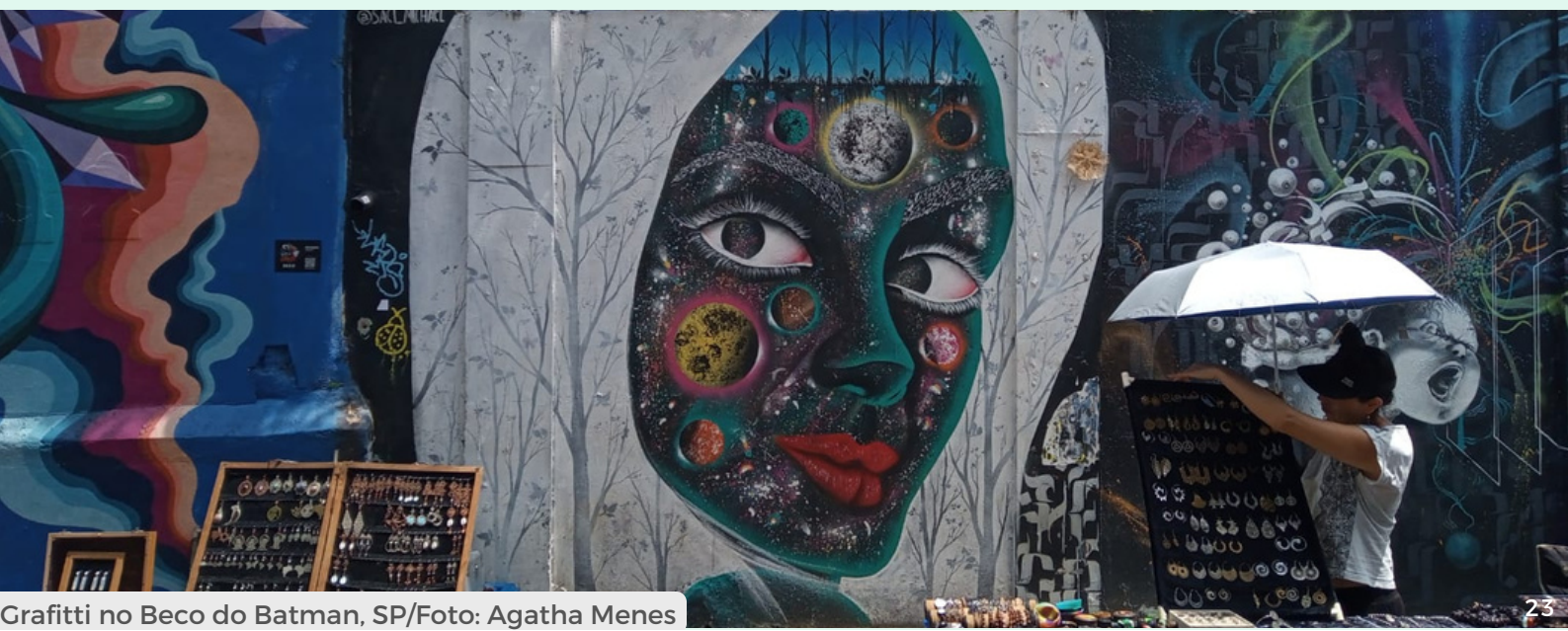




Foto: Rafael Nascimento

em vários locais.

Kayque considera hipocrisia dizer que uma arte em empena* seja mais bonita do que um graffiti, já que as duas são formas de arte.

“A concepção de bonito é relativa ao contexto cultura, social e político de cada lugar”, complementa o grafiteiro.

O graffiti trouxe a arte para a rua,, possibilitando que as pessoas que não tenham condições de pagar o ingresso de um museu, possam conhecer, vivenciar e aprender com esse estilo de arte.

“O que mais chama atenção é o fato do graffiti ser extremamente original e ter a personalidade dos seus artistas”, diz a estudante carioca de 20 anos, Paula Flanzer. Já para a sua amiga, Maria.

Victor de 19 anos, também carioca, “os grafittis são uma forma de arte mais democrática”.

MAR

Apesar da remoção das obras na Av. 23 de Maio, em 2017, a Prefeitura de São Paulo criou, dois anos depois, junto com a Secretaria Municipal de Cultura e outras subprefeituras, o Museu de Arte de Rua (MAR).

O projeto expõe murais, grafittis, colagens, estêncil, lambe-lambe e outras formas de arte em mais de 100 km.

Na última edição foram mais de 100 obras espalhadas por toda a cidade.

*As empenas são conhecidas como as paredes laterais, sem janelas, de um edifício, normalmente previstas para ladear uma construção vizinha.



Foto: Apá dos Santos/@_apaone

@INDIANO
ARTE



O AUMENTO DA COMPRA EM BRECHÓS

E dicas de brechó na cidade de São Paulo

POR: MIRELLA DIAS E LAURA MARTINS



Brechó Rua da Saudade/ Foto: Larissa de Lima

Tudo começou no Rio de Janeiro, século XIX, quando um comerciante português fundou uma loja com objetos e roupas usadas, com o tempo essa loja se transformou no “brechó” que conhecemos atualmente.

A procura por brechós aumentou consideravelmente nos últimos anos, principalmente por conta das redes sociais, muitos perfis produzem conteúdo com dicas de moda e de estabelecimentos que atendem aos requisitos de seus seguidores. E também, os donos de brechós podem ter esse contato com o público em suas redes sociais, postando conteúdo sobre suas peças.

Tudo isso ocasionou um crescimento muito grande nos brechós da cidade de São Paulo, além de ser uma nova forma de empreender e trazer retorno financeiro para os paulistas, também era uma maneira sustentável de vender roupas. Essa nova maneira de empreender cresceu com o aumento da inflação, abrindo oportunidade para pessoas que perderam emprego ou que precisavam de um complemento de renda para conquistarem seus objetivos.

Com esse aumento da inflação, a busca por roupas de segunda mão cresceram 572%, segundo dados de pesquisa da ferramenta Google. Segundo Paula, criadora e dona do Brechó Capricho à Toa em SP, isso ocorreu principalmente porque, com a crise, as pessoas começaram a sentir que precisavam de uma renda extra.

A internet facilitou as vendas de itens de casa e seminovos, o que resultou em mais abertura de brechós e pessoas querendo vender suas coisas para esses comerciantes.





Reprodução: Instagram @ruadasaudadebrecho

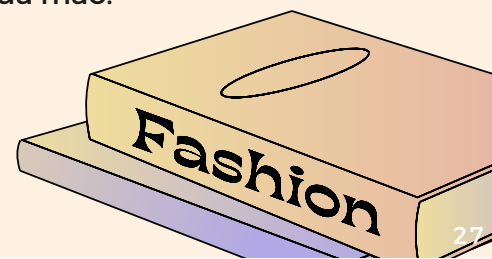


As roupas e os outros artigos que usamos na moda têm um ciclo de vida útil. Houve muito trabalho e cuidado pra que elas chegassem até aqui.

Compreender isso nos dá a oportunidade de ter um segundo olhar sobre peças de segunda mão. Toda peça merece um novo ciclo, para escrever novas histórias em novos corpos e espaços.", comentou Jéssica, dona do Brechó Rua da Saúde.

A questão do consumo consciente está em evidência nas redes sociais, principalmente em relação aos brechós.

A busca pela hashtag "brechó no Instagram gerou cerca de 5,9 milhões de resultados, sendo a maioria deles anúncios para compra de peças e objetos de segunda mão.



OS Brechós

Dois brechós da cidade de São Paulo contaram sua história para a Revista Paulistana, desde as dificuldades até as conquistas, as opiniões particulares a respeito da moda sustentável e as coisas que mais gostaram até hoje em relação a ter um brechó em São Paulo.

Paula, uma das fundadoras do maior brechó de SP, conta que o estabelecimento surgiu depois de uma crise com sua loja de roupas. Com isso, acabou a fechando e começou um bazar de roupas seminovas de grifes famosas em consignação.

Logo depois o Brechó foi crescendo e tomando forma dentro e fora das redes sociais, o que foi trazendo até mais esperança para as proprietárias. Hoje o Brechó Capricho à Toa se encontra com mais de 172 mil seguidores e muito engajamento nas plataformas de conteúdo.

Já Priscilla, do Brechó Rua da Saudade, comentou um pouco sobre moda sustentável e que “vestir o que já existe é revolucionário”. Ela explica o motivo dessa frase e disse que os brechós vão na contramão da produção em massa e do consumo de artigos feitos para durar pouco, para que sejam descartados logo e substituídos por outros num ciclo infinito.

“

Então, o mercado de peças que já consumiram recursos para sua produção e estão em plenas condições de uso, é de uma beleza quase poética a meu ver.

Os brechós são fundamentais nesse sentido”.

”



DICAS e PECAS DE BRECHOS

Caprocho à toa

@caprichoatoa



Rua da Saudade

@ruadasaudadebrecho



Brechic

@brechic.sp



Uma mão vai na bolsinha, a outra na consciência

POR: BEATRIZ GONÇALVES E GABRIELY COELHO

Gabriely Coelho



Nos dias de hoje a cidade de São Paulo desempenha um papel super importante para a economia do país, e uma de suas marcas registradas mais interessantes de se observar, com certeza, é a vestimenta. Por ser uma cidade grande, São Paulo é a representação da diversidade no Brasil quando se trata de moda e estilo.

Por onde passamos, vemos peças de roupas, tecidos, cores e modelos diferentes, mas é claro que tudo está atrelado à posição econômica e social (a Bea vai falar um pouco sobre isso mais para frente) e é cada vez mais notável que aquele que tem maior poder aquisitivo, acaba por vestir a última tendência ou a peça da coleção mais recente. Falando em recente, tem sido meio difícil acompanhar as tendências. As peças de roupas vêm e vão cada vez mais rápido, e já existem boatos até de que a calça de cintura baixa voltou! Isso te apavora ou te alivia?

A verdade é que tem quem ame e quem odeie determinada peça, baseado na personalidade, estilo de vida e o mais importante de tudo: o gosto.

E convenhamos, né Gabi, o nosso gosto faz parte de uma enorme construção. Ele é elaborado a partir das coisas que nos

chamam atenção, da nossa definição de belo, da nossa história e muito também das coisas que não admiramos, afinal, a aversão define muitas das nossas escolhas. E tem uma aversão que tenho certeza que todos nós aqui temos em comum: o desconforto!

Imagina só, curtir um domingo na Paulista com um cropped cheio de arame, ou então, fazer um tour pelo Beco da Batman com um sapato de solado similar à pedra... seria um horror!

Por isso, tenho dito: o estilo que define nós, jovens paulistanos, com certeza é aquele que oferece conforto. Pra mim, por exemplo, se São Paulo fosse uma peça, seria um chinelo!!! Meus pés clamam pelo ar fresco.

E pra você, se São Paulo fosse um look, qual seria? Te convido a de fato fazer essa reflexão.

Enquanto analisamos os principais pontos da cidade, nos deparamos com uma realidade desconfortável e que não dá match com o nosso ideal de moda e conforto. Há mais de 80 mil pessoas em situação de rua em São Paulo.

População essa que não obtém poder aquisitivo, guarda-roupa e sofre de tantas outras faltas.



Beatriz Gonçalves

E, se você está se perguntando o porquê dessa história pulado de calça cintura baixa e cropped para este âmbito social, te explico: como consumidoras e amantes da moda, entendemos que o consumo consciente é importante para que não caiamos nessa pira de "roupa descartável", até porque o reuso não está fora de moda e nem de questão!

Por aqui, quando quero renovar o guarda-roupa aproveito para substituir as peças que não me cabem mais (de gosto e tamanho) e coloco para doação. E se tiver dúvidas de onde doar, nossa cidade tem muitos Centros de Acolhida (espaço para acolhimento provisório de pessoas em situação de rua) que aceitam doações.

Então, bora vestir o lookinho confortável e apoiar uma moda consciente.

**Itaquera - CA Dom Fernando
Atendimento**

Endereço: Rua Chuvas de Verão, 20

Santana - CTA Santana

Endereço: Av. Zaki Narchi, 153

Pinheiros - CA Cor Esperança

Endereço: Rua Cardeal Arco Verde, 1968

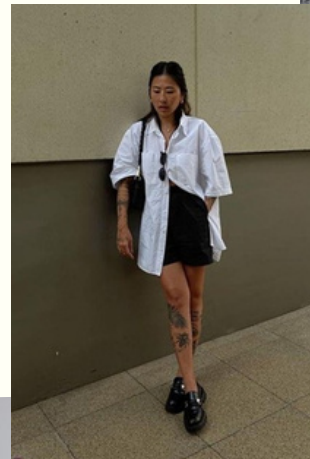
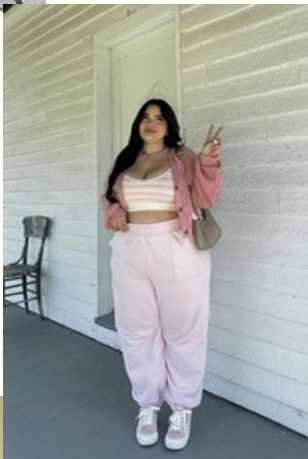
Jabaquara - CA Solidariedade ABECAL

Endereço: Rua das Casuarinas, 109

Sé - CTA Temporário de

Endereço: Rua da Abolição, 145

**CENTROS DE ACOLHIDAS PELA
CIDADE DE SÃO PAULO**



Mobilidade urbana ativa cresce na capital paulistana

O uso da bicicleta como principal meio de transporte aumenta, especialmente entre os jovens da cidade de São Paulo preocupados com o meio ambiente.

POR: MAÍRA FERNANDES E BEATRIZ MACEDO



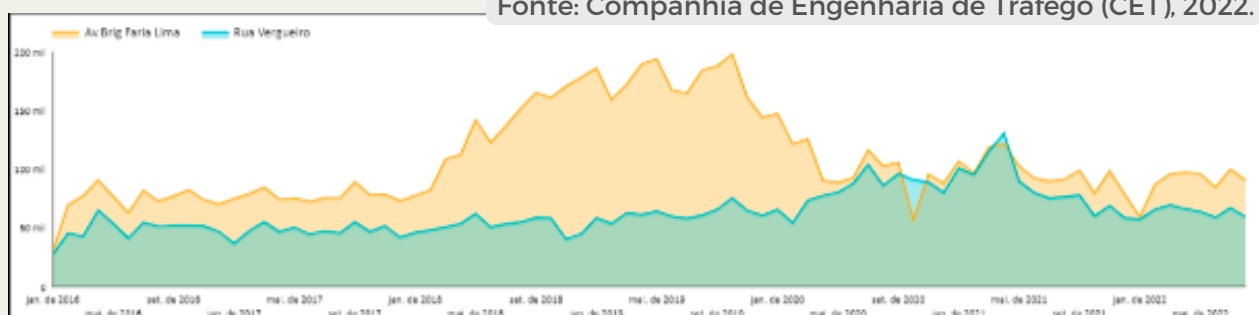
Fonte/Reprodução: Fábio Arantes Secom/Prefeitura de S.Paulo

De acordo com os dados levantados pelo projeto “Contadores de Bicicletas”, desenvolvido pela Companhia de Engenharia de Tráfego (CET), o fluxo de ciclistas vem aumentando nos últimos anos nas principais vias da cidade, mesmo com as restrições causadas pela pandemia da Covid-19. A circulação de bicicletas se mantém elevada nos lugares mais movimentados de São Paulo, cujos números atuais são similares aos obtidos nos anos de 2016 e 2017.

Se você reside na capital de São Paulo há algum tempo, provavelmente já tenha visto uma fila extensa para alugar bicicletas no Parque Ibirapuera. Essa, entre muitas tradições paulistanas, é repetida constantemente por muitos moradores da cidade, como uma forma de lazer ou de prática esportiva. No entanto, a bicicleta tem sido cada vez mais utilizada pelos paulistanos para estas finalidades, mas também como principal meio de transporte, especialmente entre os mais jovens.

Segundo os dados da CET, mesmo durante o período de restrições pandêmicas (entre março de 2020 e outubro de 2021), cerca de três milhões de ciclistas passaram pela Rua Vergueiro e a Avenida Brigadeiro Faria Lima, situadas na região central de São Paulo.

Fonte: Companhia de Engenharia de Tráfego (CET), 2022.



Fluxo de bicicleta na Rua Vergueiro e na Avenida Brigadeiro Faria Lima entre 2016 e 2022..

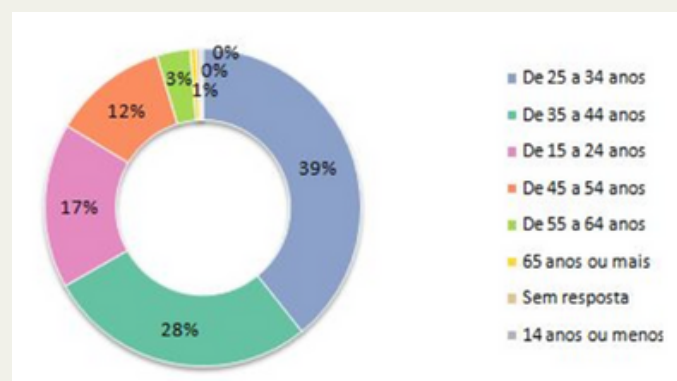
O aumento dos fluxos de ciclistas apresentado no gráfico está relacionado à implantação de uma série de ciclovias nas principais ruas da cidade, como resultado da elaboração do Plano de Mobilidade Urbana do município de São Paulo (PlanMob/SP) em 2015. A partir daquele ano, a CET passou a construir diversas vias destinadas à circulação de bicicletas, com o objetivo de atender a uma demanda popular por mobilidade ativa que vinha crescendo desde as décadas anteriores.

Mobilidade ativa é toda forma de deslocamento sem a propulsão do motor. As formas mais comuns de mobilidade ativa nas cidades são a circulação a pé ou por meio da bicicleta, do skate ou do patinete sem motor.



De acordo com a Pesquisa Nacional sobre o Perfil do Ciclista Brasileiro, a maior parte das pessoas que usa a bicicleta como principal meio de transporte na cidade de São Paulo, isto é, 39%, é formada por jovens de 25 a 34 anos.

Faixa etária predominante entre os ciclistas da cidade de São Paulo.



Fonte: Ciclocidade, 2022.

Fonte: Ciclocidade, 2022.

Estes dados ajudam a revelar que o uso da bicicleta como principal meio de transporte vem aumentando na capital, especialmente entre os habitantes mais jovens. Os motivos são diversos: além de proporcionar uma sensação de maior liberdade ao circular pelas ruas, de não ter de enfrentar engarrafamentos e não arcar com os custos elevados de transporte, muitos jovens vêm optando pelo uso das bicicletas por uma preocupação com o meio ambiente.

Cicloativismo e a luta pela mobilidade urbana ativa e sustentável

A luta por uma mobilidade urbana ativa e sustentável se tornou uma filosofia de vida adotada por grupos de cicloativistas em todo o país. A Associação dos Ciclistas Urbanos de São Paulo (Ciclocidade), por exemplo, foi fundada em 2009, com o intuito de defender os direitos e a segurança de quem possui a bike como um modal de transporte individual na capital paulista e difundir a necessidade de diminuir a emissão dos gases que provocam a poluição atmosférica.

Ciclovia localizada na Avenida Paulista, cartão-postal da cidade de São Paulo.

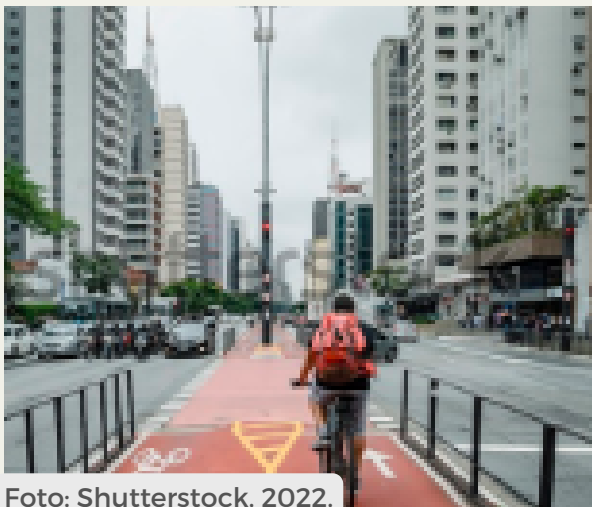


Foto: Shutterstock, 2022.

A mobilidade urbana ativa e sustentável ganhou força em 2020, após o atropelamento que provocou a morte da pesquisadora e cicloativista Marina Harkot na Avenida Sumaré, zona oeste da capital. Ela defendia o olhar sensível às desigualdades socioespaciais na cidade e a necessidade de promover formas de mobilidade urbana mais democráticas, humanas e ambientalmente corretas, o que inclui a ampliação do uso da bicicleta e outros meios de transportes ativos.



Foto: Reprodução/Instagram @pedalecomomarina

Movimento “Pedale como Marina” reúne cicloativistas, que lutam pela ampliação das ciclovias e por mais segurança para os ciclistas no trânsito.



Foto: Shutterstock, 2022.

Cicloativistas se manifestam em frente ao Fórum Criminal da Barra Funda durante o julgamento do motorista que atropelou Marina Harkot e fugiu sem prestar socorro.

Fernanda Bardelli, 35 anos, conta que são inúmeros os desafios de circular pela cidade por meio das duas rodas. Ciclista há mais de 10 anos, Bardelli utiliza a bicicleta como principal meio de transporte, pois, além de se deslocar pela cidade para acessar os locais de trabalho, cultura e lazer, ela também realiza cicloturagens:

“EU TENHO UMA RELAÇÃO BEM APAIXONADA COM BICICLETA”,

comenta Fernanda.

O uso da bicicleta e a pegada de carbono

A cicloativista acredita que a bicicleta pode ser um dos pilares da mobilidade e da transformação do espaço urbano, porque esse meio de transporte fornece, para ela, muita autonomia, agilidade e segurança, além da satisfação no deslocamento que faz olhar a cidade e ver as coisas por meio de uma outra dinâmica e uma outra velocidade.



Acidentes envolvendo ciclistas infelizmente são traumáticos, mas dão visibilidade para um problema que, na verdade, já é bem conhecido na cidade e que às vezes não tinha atenção da mídia. “Com a morte da Marina, eu espero que se conquiste avanços na política pública na cidade de São Paulo, é tudo o que esperamos diante dessa tragédia da perda dela”, conta Fernanda.

Segundo a CET, durante os anos de 2010 a 2019, foram registrados cerca de seis mil

acidentes envolvendo ciclistas, com vítimas fatais e não fatais na cidade de São Paulo.

Esses dados revelam que ainda há muitos desafios a serem vencidos para criar uma rede cicloviária segura e capaz de atender a demanda por mobilidade ativa de forma adequada, incluindo não apenas os jovens, mas outras parcelas da população paulistana.

Além da capacidade de revitalização do espaço urbano, o uso de bicicletas como principal modo de locomoção tem impacto direto na redução das emissões de gases do efeito estufa (GEEs). Segundo o estudo *The climate change mitigation effects of daily active travel in cities*, desenvolvido por pesquisadores no Reino Unido, o uso de viagens ativas - ou seja, deslocamentos que não emitem gases como o dióxido de carbono (CO₂) - são o único caminho viável até o zero carbono.

“Zero carbono corresponde à restrição total de carbono até eliminar todas as emissões evitáveis.”

De acordo com os pesquisadores, o uso médio da bicicleta, durante apenas um dia da semana, pode reduzir a sua pegada de carbono em 3,2 kg de CO₂. Isso significa que, no universo paulistano, todas as 1.219.545 pessoas que passaram pela Rua Vergueiro e a Avenida Brigadeiro Faria Lima entre janeiro e outubro deste ano deixaram de emitir, cerca de 3.9 milhões de kg de CO₂. Além de um estilo de vida, pedalar acabou se tornando um posicionamento ecológico que é capaz de enfrentar a emergência climática gerada pela emissão excessiva dos GEEs.

A pegada de carbono é uma metodologia criada para medir as emissões de GEEs - todas elas, independente do tipo de gás emitido, são convertidas em carbono equivalente. Esses gases são emitidos na atmosfera durante o ciclo de vida de um produto, de processos ou de serviços. São exemplos de atividades que geram emissões a queima de combustíveis fósseis, o cultivo de arroz, a criação de pastagem para gado, o desmatamento, as queimadas, a produção de cimento, entre outras.

As políticas públicas relacionadas aos animais domésticos em SP

Observando a ausência de políticas públicas e com o intuito de ampliar o olhar sobre a causa animal, o empresário Raphael Yamamoto, 32, viu no projeto Doação de Cachorro uma forma de trabalhar a sua vocação social

POR: GABRIEL ALEXANDRE

Com início em uma simples página no Facebook, o projeto ganhou força e chegou a crescer 500 seguidores por semana. Com alta demanda, a página anunciava de 20 a 30 cachorros e recebia de 30 a 40 pedidos todos os dias.

Porém, com o início da pandemia, o projeto que era 100% social passou a ficar financeiramente insustentável. Agora, o Raphael nos conta um pouco sobre como é trabalhar com tão pouco em uma causa tão nobre.

Paulistana: Como surgiu a vontade de criar o projeto e quais foram os primeiros passos?

Raphael Yamamoto: Eu sempre tive o lado social muito forte. Sempre que via pessoas e cachorros na rua, eu me sentia comovido. Depois que fiquei mais velho, pensei em fazer um projeto que resolvesse um problema de forma direta e que também fosse fácil por ser popular. Foi aí que eu escolhi a Doação de Cachorros. E então, nós criamos uma página no Facebook e entramos em vários grupos de doações para poder divulgar. Em pouco tempo, crescíamos organicamente 500 seguidores por semana.

Paulistana: Como vocês suportaram uma demanda tão grande, já que o projeto realizou diversas doações em tão pouco tempo?

RY: O projeto se sustentava com o meu trabalho particular. Eu tenho uma empresa e com ela a gente reserva uma parte para tocar o projeto. No começo, nós fazíamos duas sextas-feiras sociais por mês. Então, todo o time atuava no projeto. Como a coisa pegou bastante tração, a gente contratou uma pessoa para ficar nessa de alimentar a página no Facebook. Todo dia a gente anunciava de 20 a 30 cachorros e recebia pedido de doação de 30 a 40 pessoas. E não tinha retorno financeiro, era 100% social.



Foto/Reprodução:
Raphael Yamamoto





Paulistana: Qual era a principal dificuldade para o trabalho da Doação de Cachorro?

RY: A principal dificuldade era gerir os pedidos.

Vinha bastante solicitação, mas o principal ponto era com cachorros idosos, de grande porte ou com algum tipo de doença, que dificilmente a gente encontrava pessoas interessadas em adotar.

Paulistana: Você acha que precisa de mais políticas públicas para ajudar esses projetos em um momento delicado?

RY: Com certeza se os governos ajudassem seria muito bom. Eles poderiam criar políticas públicas para auxiliar esse tipo de projeto. Tem muita gente bem visada no Brasil, mas como seguir a vida pessoal, profissional e ainda tocar um projeto desse? Demanda tempo e é trabalhoso. Se cada projeto tivesse um tipo de apoio, por mínimo que seja, seria muito mais fácil.



Paulistana: Além da pandemia, você acha que falta mais interesse dos governos em relação a causa animal?

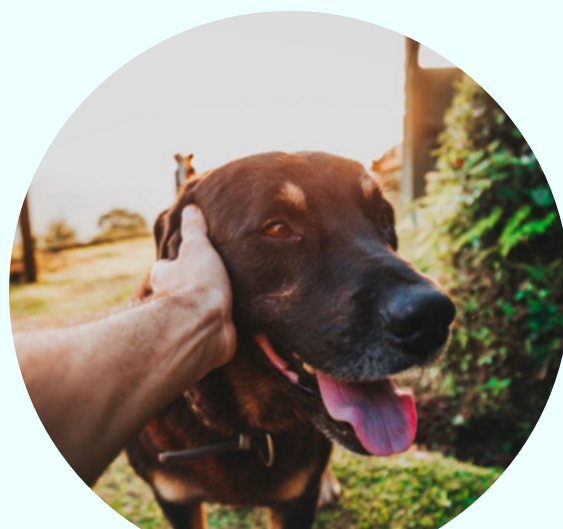
RY: Com certeza. O governo não entende que é um problema social.

Se eles entendessem que é um trabalho a longo prazo e que se a gente conseguisse conscientizar e castrar todos os cachorros, resolveria tudo.

Paulistana: Qual foi o principal empecilho que a pandemia trouxe?

RY: Afetou o nosso trabalho particular e não tivemos mais verba para manter o projeto.

O segmento de adoção até aumentou em alguns países durante a pandemia, mas aqui teve muito caso de abandono por acharem que cachorros poderiam transmitir Covid-19.



Foto/Reprodução:
Site Tromé

Paulistana: Como uma pessoa ou empresa pode ajudar uma ONG?

RY: A pessoa pode ser uma voluntária presencial ou online divulgando. Já ajuda bastante.

E as empresas poderiam fazer doações em dinheiro para projetos sociais. Se cada uma fizesse isso, resolveria boa parte dos problemas do mundo.

Paulistana: O que você pode dizer para quem tem interesse em adotar?

RY: Os pets transformam a sua vida. Dá trabalho, mas o amor que você tem todos os dias é inexplicável. Isso deixa a vida das pessoas mais amorosa. Para quem precisa de companhia, vai ter sempre um fiel amigo.



São Paulo: A importância de uma metrópole com sistema de saúde gratuito

POR: GABRIELA FRANCIA E LUCAS CRUZ

Em 1936, o escritor alemão Ernst Jünger (1895-1998) percorreu o litoral brasileiro a bordo do navio Monte Rosa, desembarcando em diversos portos e visitando algumas cidades. De sua aventura, nasceu em 1947 o livro *Viagem Atlântica*, registro das anotações que fez ao longo da viagem. No livro, além de relatar suas impressões acerca da cultura, comida e comportamento dos brasileiros, Jünger elogiou o atendimento médico gratuito no país.

Criado em 1988 com a última Constituição Brasileira, o SUS é um dos maiores e melhores sistemas de saúde públicos do mundo. Seu objetivo é garantir que todo cidadão brasileiro tenha acesso universal e gratuito a serviços de saúde. Sua importância fica ainda mais evidente ao analisarmos a situação socioeconômica da maioria dos brasileiros, como ocorre na cidade de São Paulo, onde mais de 600 mil famílias vivem em situação de extrema pobreza.

A pesquisa *O Melhor de São Paulo*, divulgada em abril deste ano pela Folha, aponta que o SUS foi eleito pelo segundo ano consecutivo como melhor serviço público da cidade, ao lado do Metrô e do Poupatempo. Com 470 UBBs e 1028 equipamentos no município, o



Arte: Gabriela Francia

sistema já acumula mais de 101 mil moradores vinculados. Só no ano de 2020, foram realizados 34.646.839 atendimentos, uma média de 125.740 atendimentos por dia.

Vale salientar que o Sudeste é uma das regiões que mais concentra pessoas com acesso à plano de saúde - 34,9% do total de beneficiários do país, ficando atrás apenas da região Sul, conforme dados do IBGE (2019). Porém, na cidade de São Paulo, o maior centro financeiro do país, a maior cidade da América do Sul e uma das mais populosas do mundo, até 2021, sete a cada dez pessoas não possuíam plano de saúde.

Mesmo com diversos problemas de espera para conseguir consultas, cirurgias e tratamentos, bem como a precariedade de muitos hospitais públicos e a falta de alguns profissionais, a existência do SUS oferece dignidade aos que não podem pagar por atendimento médico. Sem o SUS, grande parte da população de baixa ou nenhuma renda sucumbiria a doenças graves ou até mesmo às mais fáceis de tratar.

Além das inúmeras vidas salvas através de cirurgias, tratamentos, remédios oferecidos gratuitamente e acompanhamento médico, o SUS

também é referência internacional na aplicação de vacinas, oferecendo gratuitamente todas as vacinas recomendadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Só este ano no município de São Paulo, até o momento, já foram aplicadas 2.417.856 de doses de imunizações.

Ainda que o SUS tenha cobertura a nível nacional, ao analisar sua importância e atuação na cidade de São Paulo, podemos evidenciar o quão importante é para uma metrópole ter um sistema de saúde gratuito e o quão crítica pode ser a situação de uma que não tenha. É o caso de Nova York, uma das cidades mais importantes e um grande polo socioeconômico dos Estados Unidos.

Apesar de Nova York ser uma das cidades que mais investem dinheiro na área da saúde, muitos habitantes não conseguem acesso total a tudo que os hospitais podem oferecer, até mesmo os que pagam pelo seguro. Em média 25% dos nova-iorquinos que possuem seguro saúde têm dificuldade de pagar suas contas médicas. Dentre eles, 63% precisam usar todas as suas economias para não se endividar e 42% decidem arrumar um segundo emprego para conseguir pagar as parcelas de dívidas adquiridas.

Além do atendimento, remédios que são essenciais para certos tipos de doença custam dez vezes mais do que custam em outros países. Em São Paulo, por exemplo, um vidro de insulina custa em média de 16 a 36 reais, dependendo da farmácia onde o paciente opta por comprar. Já em Nova York, a mesma insulina, vinda da mesma fábrica, custa \$ 300.

Nos Estados Unidos, todos os anos, mais de 500,000 declaram falência por conta de despesas médicas. Em metrópoles como Nova York, o sistema de saúde não é feito para ajudar e sim gerar lucro. As pessoas pagam por tudo, desde a chamada de uma ambulância até uma sala de parto para uma gestante.

Segundo uma reportagem exibida pelo jornal CNBC, a conta médica de um trabalho de parto pode variar de 10 mil a 30 mil dólares, dependendo dos serviços usados, como ambulâncias ou serviços especiais em casos de gravidez de risco. Em 2018, a autora do livro "An American Sickness" (Uma doença americana), Elisabeth Rosenthal, deu uma entrevista à CNBC explicando como os hospitais americanos precificam seus serviços. É algo que os médicos chamam de "unbundling" (desagregação). Funciona desta forma: os hospitais criam códigos para o tipo serviço oferecido ao paciente, por exemplo, em caso de visita rotineira, código 99201 - 05, para sala de emergência (UTI) 99281 - 85, ou seja, códigos diferentes, preços diferentes.

Se o paciente tiver cortes em alguma parte do corpo, os hospitais cobram por cada tipo de corte, variando de acordo ao tamanho, existência de fratura exposta, necessidade de pontos ou não. Isso tudo resulta em um sistema de saúde pelo qual a maioria dos nova-iorquinos não pode pagar, o que colabora para o crescimento das desigualdades e do número de pessoas que declaram falência, chegando a perder tudo, inclusive sua moradia.

Em suma, enquanto em Nova York os moradores endividam-se por anos com gastos de tratamentos, cirurgias e medicamentos, na capital paulista tudo isso é gratuito: graças ao SUS. É indiscutível a importância da cidade americana, que, como todos sabem, é a cidade mais populosa dos Estados Unidos e uma das mais populosas do mundo. Sede da maior bolsa de valores do planeta e da Organização das Nações Unidas (ONU), Nova York tem um PIB maior do que o de São Paulo e exerce influência econômica e cultural sobre o mundo todo. A ideia da reflexão, porém, é adotar um olhar empático à realidade paulistana, na tentativa de valorizar e defender nossas políticas públicas conquistadas, que tentam garantir à população o acesso aos seus direitos básicos evidenciados na Constituição.

Saúde e bem-estar

Como se sentir bem trabalhando

POR: MARIA EDUARDA CARVALHO E GABRIEL DELGADO

São Paulo é uma cidade agitada, há pessoas indo e vindo a todo momento, e nunca se sabe de onde vem e para onde vão. Quem vive aqui sabe, o quanto essa terra é trabalhadora e dinâmica, e não é a toa, que é conhecida como a terra do trabalho, onde pessoas do país inteiro e de até outros continentes vêm em busca de emprego.

Apesar de o trabalho ser uma necessidade de todos que querem manter suas contas pagas e ter o sustento na mesa, é necessário que haja cautela ao se candidatar numa vaga, e avaliar de que forma isso afetará a própria saúde física e bem estar.

Muitos empregadores acabam aproveitando-se disso e negligenciando esse fator por acharem que investir em seus colaboradores será um desperdício quando se poderia investir em produção. Nessa matéria, vamos mostrar como você pode melhorar sua rotina de trabalho através de dicas simples que podem ser praticadas no dia a dia, e como identificar um ambiente de trabalho ideal.

É muito comum vermos pessoas reclamando do próprio emprego por vários motivos, seja por baixo salário, alta demanda de tarefas, pressão psicológica por resultados, superiores que pegam no pé, entre outros. Mas, uns dos problemas que mais impactam de forma degradante o desempenho do colaborador são o estresse e as dores físicas que acabam desencadeando outras doenças.

Uma pesquisa realizada pelo IBOPE, em 2019, em parceria com a marca Advil, mostrou que 63% dos brasileiros sofrem com dores musculares - também conhecida por mialgia - pelo menos uma vez a cada três meses.

E o mais preocupante: a maioria possui dor nos músculos semanalmente. Entre os participantes, 58% afirmaram como causa do problema a má postura.

Além disso, com a vinda da pandemia, o trabalho remoto se tornou muito mais comum, e sem estrutura adequada para trabalhar em casa, o aumento de pessoas com dores na coluna aumentou consideravelmente. Um estudo conduzido por pesquisadores italianos e publicado no International Journal of Environmental Research and Public Health verificou que 23,5% das pessoas que estavam em trabalho remoto se queixavam de dores cervicais e 41%, de dores lombares



Outro artigo publicado na Revista Brasileira de Medicina do Trabalho mostra que muitos trabalhadores desenvolvem os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT), ou mais conhecida por Tendinite, que representam as principais causas de morbidade nos trabalhadores. Estas disfunções são devidas a fatores biomecânicos, sociais, psicológicos e físicos no ambiente de trabalho.

no ambiente de trabalho

Os principais fatores associados a essas lesões são: movimentos repetitivos, força excessiva, postura inadequada, compressão e vibração mecânica das articulações.

Além disso, a Organização Mundial da Saúde alerta que 80% da população já teve ou terá dor na coluna. A dor lombar é a segunda maior causa de ida dos pacientes aos consultórios médicos; só perde para a dor de cabeça.

Não há como citar saúde e não falar de saúde mental. Segundo levantamento feito pela International Stress Management Association (ISMA) em 2010, o Brasil é o segundo país com maior prevalência de alto estresse no ambiente de trabalho, chegando a 69% dos profissionais impactados, perdendo apenas para o Japão.

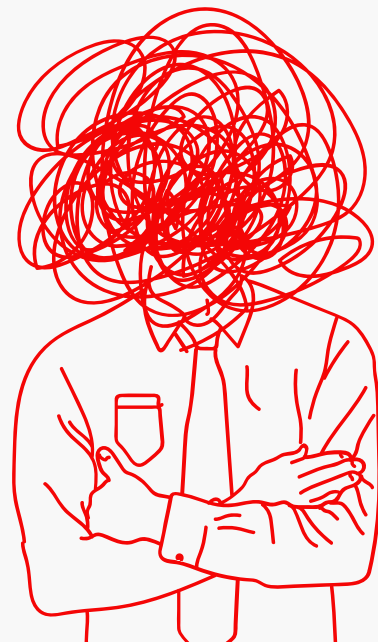
Nisso, vemos que o excesso de trabalho sem precauções gera além de problemas físicos, mas muito mais frequentes, problemas emocionais. Um assunto que tem sido muito comentado e procurado desde o início do ano é a Síndrome de Burnout, que, segundo o Ministério da Saúde, é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico, resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade.

No site do Ministério, é explicado que a principal causa da doença é justamente o excesso de trabalho. Esta síndrome é comum em profissionais que atuam diariamente sob pressão e com responsabilidades constantes.

A Síndrome de Burnout também pode acontecer quando o profissional planeja ou é pautado para objetivos de trabalho muito difíceis, situações em que a pessoa possa achar, por algum motivo, não ter capacidades suficientes para os cumprir. Essa síndrome pode resultar em estado de depressão profunda e, por isso, é essencial procurar apoio profissional no surgimento dos primeiros sintomas.

Como já diz a história, “um problema leva a outro”, e quando se trata do corpo humano, tudo está relacionado. Um problema de coluna pode veemente causar um problema de estresse, já que as limitações tendem a aumentar e a produtividade diminuir.

Além dos funcionários, empregadores também sofrem as consequências de um ambiente de trabalho inadequado. O fato é que estratégias que afetam positivamente a motivação dos funcionários e colaboradores é fundamental para que esses produzam mais, e a empresa cresça de maneira constante e duradoura. Mas, o contrário disso, são gastos com empregados doentes e prejuízo no desenvolvimento da empresa.





Um ambiente de trabalho adequado, com boas instalações, boa ventilação e luminosidade e equipamentos apropriados para a execução das tarefas, acaba sendo um fator determinante para a geração de mais qualidade de vida aos seus funcionários.

O dever das empresas é se preocupar com o bem-estar de seus colaboradores e dar a eles condições para trabalharem com conforto e desenvolverem suas capacidades humanas e profissionais.

Assegurar a qualidade de vida do trabalhador é uma atitude extremamente positiva, pois também reflete em sua produtividade. Afinal, quando estamos satisfeitos e felizes com nosso trabalho, nossa vida pessoal também se torna mais equilibrada, e, conseqüentemente, produzimos mais.

Rodrigo Gonçalves, 38, é analista de custos em uma empresa administrativa de São Paulo, e seu modo de trabalho é presencial, em que fica a maior parte do tempo sentado em frente ao computador. Ele diz que esse modo de trabalho, apesar de ser confortável, também se torna cansativo por durar longas horas do dia.

Para contornar essa situação, ele procura sempre levar consigo uma garrafa de água, a qual ele enche várias vezes no dia, o que faz com que ele precise se levantar e movimentar o corpo.

Outra alternativa adotada é de não fazer uso de ônibus ou carro ao ir trabalhar, o que ajuda na boa circulação do corpo.

...uma das alternativas que eu uso também é na hora de ir chegar ao meu local de trabalho com também de ir embora, ao invés de pegar o ônibus e descer na estação e pegar o trem e vice e versa, vou até estação na caminhada que dura em média de 15 minutos, totalizando 30 minutos de caminhada diária, esta é uma das formas de compensar o fato de trabalhar sentado”.

A fisioterapeuta Milena Assola conversou com a revista Paulistana e deu algumas dicas e alertas para prevenir problemas e dores musculares para trabalhadores que fazem movimentos repetitivos todos os dias, seja sentado ou em pé.

“Fazer movimentos repetitivos pode causar o LER, que denomina-se Lesão do Esforço Repetitivo, ou simplesmente LER, como chamamos. “Essa lesão é causada pelo desempenho de muitas atividades repetitivas por um longo período. “A LER instala-se lentamente no corpo da pessoa, não é algo que ela vai perceber logo de cara. Vai passar despercebido ao longo da vida e, em um determinado momento que a pessoa perceber que está com algum problema, pode ser que esteja em um caso severo, comprometendo bastante a área.”

O marmorista Lucas Silva, 27, trabalha em uma empresa de mármore no bairro Tatuapé, na cidade de São Paulo, e diferente do Rodrigo, seu modo de trabalho é em pé, pegando bastante peso todos os dias.

Ele diz que em seu trabalho faz uso de equipamentos de segurança, como cintos ergonômicos e protetores de ouvido, o que ajuda bastante na prevenção de problemas musculares e auditivos, já que onde ele trabalha se faz uso de máquinas bastante barulhentas.



Foto/Reprodução:Lucas Silva

Lucas também é assíduo em uma academia de musculação, e diz que isso contribui bastante para que ele não tenha nenhum tipo de dor ou problemas musculares, já que tem bastante condicionamento físico e resistência.

Sobre isso, a fisioterapeuta também explica que uma das principais formas de prevenção é o fortalecimento do músculo.

“Dependendo da função que a pessoa executa é de extrema importância fortalecer a musculatura, manter-se forte, o músculo saudável, sempre estar fazendo exercícios físicos, o que também é a melhor forma de prevenção é o fortalecimento.”

Caso o trabalhador esteja numa situação agravante, onde não consiga mais completar suas funções com êxito, ele deve imediatamente procurar um especialista, de preferência um fisioterapeuta, que vai passar o tratamento adequado para o paciente, ou encaminhá-lo para outro profissional se necessário.

“Se o trabalhador já estiver comprometido, com muitas dores, com desconforto, ele tem que imediatamente procurar um fisioterapeuta. Para poder ser diagnosticado e tratado adequadamente. E também orientado em relação ao seu trabalho para que não se agrave mais e para que ele possa sim voltar a ter um bom desempenho físico e voltar às suas tarefas”, diz Milena.

A doutora ainda deu algumas dicas para melhorar a rotina de trabalho e evitar que o trabalhador sofra com sequelas desnecessárias.

“Movimente-se, se atente a sua postura, a postura que você fica com os ombros, deixe os ombros relaxados, os pulsos retos. Sempre procure usar aqueles materiais ergométricos, por exemplo, se você digita muito, fica muito tempo com o mouse na mão, aquela almofadinha embaixo do punho. Deixar o monitor reto com a sua cabeça, na altura dos olhos. Todas essas coisas ajudam a aliviar problemas futuros, né. Uma cadeira bem ajustada com o computador, apoio para os braços. Sempre se atentando a postura correta e se atentando a não ficar muitas horas ficar no mesmo movimento, na mesma posição. Sempre se movimentando, fazendo alongamentos durante o dia. Levanta um pouquinho, anda pelo escritório, vai beber uma água, vai se espreguiçar um pouco, enfim. Para não se manter muitas horas na mesma posição, sempre se atentando a fazer uma pausa nesses movimentos.”

Como diz um provérbio bíblico, "o trabalhador é digno do seu salário"

e por isso ele deve estar em boas condições para poder entregar da melhor maneira aquilo que lhe foi confiado

Os impactos da maior crise de saúde pública do século



vírus invisível capaz de abalar "sólidas" economias mundiais e deteriorar seus montantes,



Lucas Gonçalves - Estudante de Jornalismo

"A dependência afetuosa, de contato repleta de sentidos, se tornou o maior inimigo"

reduzindo-as ao caos, venceu embates contra aqueles que duvidaram da letalidade de suas armas - mísseis que atingiram mais que os arredores do sistema respiratório humano, que levou populações a se abrigarem no verdadeiro campo de guerra pela vida. O significado por trás desta metáfora é para resumir o dia a dia de hospitais sobrecarregados, acentuando entidades públicas e privadas a níveis transcendentais de internações, ao ponto da tomada de decisão da criação de hospitais de campanha em estados brasileiros.

O fato era novo e a descoberta precisava ser decifrada. Não faltaram incentivos de farmacêuticas obstinadas pelo antídoto que paralisaria o desenfreado número de mortes diante de incumbentes e inimagináveis resultados financeiros simbolizados por frascos de vacinas, estímulo e tanto.

A Covid-19 deixou sua vítima longe daqueles que ela mais amava. Sozinha, isolada, refém do fantasma de dúvidas e medos, que assombrou o isolamento social, protagonizado por doenças mentais. A primeira reação para mudar esta situação se deu na procura incansável, e com expectativas de uma maior agilidade, por atendimentos rápidos com profissionais habilitados para se tratar o aumento na taxa de estresse, depressão, ansiedade e outros transtornos mentais.

Tratamento que se iniciou hierarquicamente a partir do atendimento de operadores de call center, que passaram a viver um pesadelo pelo telefone, retratado por brigas constantes, discussões inexecutáveis em decorrência da incompatibilidade das agendas do médico e

paciente, que, em números percentuais, chegaram a 85% do todo das ocorrências, segundo Associação Brasileira de Psicologia da Saúde (ABPS).

Como se não bastasse a perda de familiares, em sua maioria velados sem rostos expostos, isso não deixou de corroborar para transtornos mentais que prejudicaram e continuam vitimizando a população em torno do globo, principalmente em países mais pobres. E isso está longe de acabar.

A dependência afetuosa, de contato repleta de sentidos, se tornou o maior inimigo de quem por toda a vida esteve ao lado do seu próximo, mas que não evidencia uma vantagem sob os solitários, que mesmo sozinhos, não deixavam de partilhar de coisas e lugares interditados durante o período pandêmico, o check-in do habitual da vida social.

A falta de espontaneidade, o calor humano em rodas de conversa e as sensibilizações impossíveis de serem sentidas preocuparam nações pelos possíveis aumentos dessas

condições que já levaram 90% dos países pesquisados a incluir a saúde mental e o apoio psicossocial em seus planos de resposta à Covi-19, mas permanecem grandes lacunas e preocupações.

Não foi fácil conciliar anos de rotina corrida, agora feita de casa, às restrições a pessoas de trabalhar, busca de apoio de entes queridos e envolvimento em suas comunidades, estressores que levam à ansiedade e à depressão, com gatilho de pensamentos suicidas.

O desafio da nova realidade pelejou a procura de “aliviadores” do que era capturado através do sistema sensorial. A abertura para complementos das infinitas possibilidades foi ultrapassada pelo sentimento da consciência diante do perigo que era travado invisível aos olhos, e silenciosamente.

As pessoas costumam nutrir mais os poréns do que prós em suas mentes que, por sua vez, refletem não apenas em seu corpo e emocional, mas em todo contexto do sentido de sua vida.



AS APOSTAS PARA

Possíveis candidatos a prefeito

POR: LARISSA DE LIMA E MALU RESTINO



Partido: PSOL
Nome: Guilherme Boulos
Idade: 40 anos
Histórico: 2018 Presidente - não eleito
2020 Prefeito - não eleito
2022 Deputado Federal - eleito

Número de propostas aprovadas: 0
Bio: Nasceu em São Paulo, filho de pais médicos e professores e é formado em filosofia pela USP. Na juventude participou de movimentos estudantis, fazendo parte do UJC e depois ingressando no MST e MTST, movimento do qual é coordenador. Boulos já foi professor na rede pública de ensino de São Paulo. Guilherme é casado e tem duas filhas. Em 2018 se candidatou pela primeira vez, filiado ao PSOL, ao cargo de presidente. Como seus pais, Boulos já foi professor na rede pública de ensino de São Paulo e esse ano foi eleito Deputado Federal.

Partido: PSB
Nome: Tabata Amaral
Idade: 29 anos
Histórico: 2018 Deputada Federal - eleita
2022 Deputada Federal - eleita

Número de propostas aprovadas: 1116
Bio: Nascida em São Paulo, Tabata é filha de mãe diarista e pai cobrador de ônibus. Estudou em escola pública, mas, após vencer as Olimpíadas de Matemática, ganhou bolsa de estudos para uma escola particular. Formou-se em Ciência Política e Astrofísica pela Universidade de Harvard. Tabata voltou ao Brasil em 2014 e fundou o Movimento “Mapa Educação”. Em 2018, foi eleita Deputada Federal e esse ano foi reeleita.



Partido: MDB
Nome: Ricardo Luis Reis Nunes
Idade: 55 anos
Histórico: 2012 Vereador - eleito
2014 Deputado Federal - não eleito
2016 Vereador - eleito
2018 Deputado Federal - suplente
2020 Vice-prefeito - eleito

Número de propostas aprovadas: 273
Bio: Ricardo Nunes é empresário, político, dono de uma empresa de dedetização e foi vereador da cidade de São Paulo por duas vezes. Formado em Direito pela FMU, o ex-vice-prefeito é casado e tem três filhos. Ganhou destaque após se posicionar contra as políticas de gênero na cidade de São Paulo e por sua postura conservadora. Apesar de ser o atual prefeito da cidade de São Paulo, ainda é pouco conhecido pela população, tendo assumido o cargo após o prefeito eleito, Bruno Covas, falecer.



Adão Tomine para New York

PREFEITURA 2024

da cidade de São Paulo em 2024

Partido: PL

Nome: Marcos Pontes

Idade: 59 anos

Histórico: 2014 Deputado Federal - não eleito
2018 Deputado Federal - suplente
2019 Ministro da Ciência e da Tecnologia
2022 Senador - eleito

Número de propostas/projetos de sua autoria ou coautoria: 0

Bio: Nascido em Bauru, Marcos é filho de pai auxiliar geral e mãe escriturária. Seu primeiro emprego foi como aprendiz de eletricitista e, em seguida, ingressou na Força Aérea Brasileira.

Graduou-se em Tecnologia Aeronáutica pela AFA e em Engenharia Aeronáutica pelo ITA. Pontes possui mestrado em Engenharia de Sistemas pela Naval Postgraduate School, em Monterrey (CA). Em 1998, foi aceito em um programa da NASA e, em 2006, se tornou o primeiro astronauta sul-americano a ir ao espaço. Marcos é casado e tem dois filhos. Em 2019 foi nomeado Ministro da Ciência e da Tecnologia e esse ano foi eleito Senador.



Partido: NOVO

Nome: Vinicius Lazzer Poit

Idade: 36 anos

Histórico: 2018 Deputado Federal - eleito
2022 Governador - não eleito

Número de propostas/projetos de sua autoria ou coautoria: 367

Bio: Nascido em São Bernardo do Campo, Vinicius é filho de mãe médica e pai empresário, Wilson Poit, que atuou como secretário na prefeitura de São Paulo por duas vezes e detém a empresa "Poit Energia", na qual seu filho trabalhou ainda no ensino médio. O aliado do Novo formou-se em Administração de Empresas pela Fundação Getúlio Vargas, foi consultor de investimentos da Citibank e é cofundador do "Recruta Simples", site de vagas. Em 2018, foi eleito Deputado Federal e esse ano foi reeleito.

Partido: Republicanos

Nome: Celso Ubirajara Russomano

Idade: 66 anos

Histórico: 1994 Deputado Federal - eleito
1998 Deputado Federal - eleito
2000 Prefeito - não eleito
2002 Deputado Federal - eleito
2006 Deputado Federal - eleito
2010 Governador - não eleito
2012 Prefeito - não eleito
2014 Deputado Federal - eleito
2016 Prefeito - não eleito
2018 Deputado Federal - eleito
2020 Prefeito - não eleito
2022 Deputado Federal - eleito

Número de propostas/projetos de sua autoria ou coautoria: 2406

Bio: Nascido em São Paulo, jornalista e formado em Direito, Celso Russomano se especializou em direito do consumidor, apresentando diversos programas (como o "Aqui e Agora") ligados ao tema, o que o fez ser reconhecido pelo grande público e garantiu grande número de votos no decorrer de suas candidaturas. Ele é casado e tem três filhos. Eleito pela primeira vez, em 1994, como Deputado Federal, fez carreira na política e foi reeleito esse ano como Deputado Federal.





A polarização política entre jovens eleitores

Questões ligadas à polarização política têm sido cada vez mais discutidas no país e estado: entenda

POR: ANDREZZA SOUZA E YASMIN BESSA



Imagem:Canva

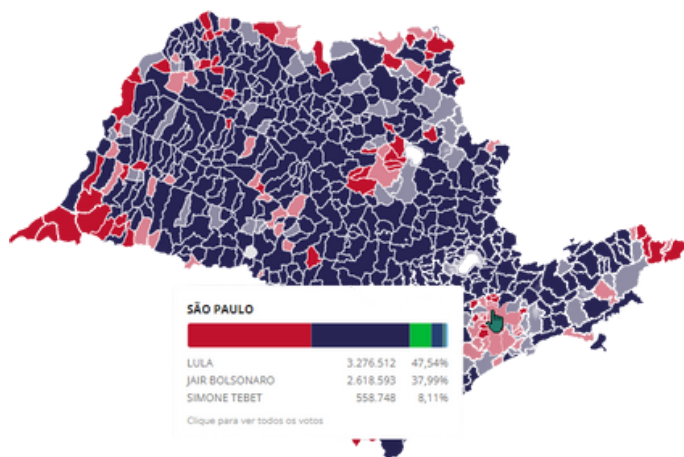
O primeiro turno das eleições, que ocorreu no dia dois de outubro deste ano, se relaciona muito bem com a polarização existente não apenas em São Paulo, mas também em todo o Brasil.

No mapa de apuração desenvolvido pelo portal G1, por exemplo, o território brasileiro é praticamente dividido em dois pelas cores vermelho e azul, o que remete respectivamente ao candidato Luiz Inácio Lula da Silva (PT) e ao atual Presidente da República, Jair Messias Bolsonaro (PL).

O petista conquistou 48,43% dos votos válidos e o atual chefe do


Executivo, 43,20%, fazendo com que os dois disputem o segundo turno.

Em contrapartida, no estado de São Paulo, Bolsonaro conquistou 47,71% dos votos, enquanto Lula 40,89%.



Mapa de apuração do primeiro turno das eleições de 2022 - Foto: Portal G1





Além disso, a apuração realizada pelo portal Uol mostrou que dos 78.37% dos votantes presentes no estado paulista, 42.32% votaram em Tarcísio de Freitas (PL) e 35.70% em Fernando Haddad (PT). Os dois também disputaram o segundo turno para o cargo de governador.

Esses resultados, apesar de saírem um pouco do esperado por muitos indivíduos, seguiram a mesma linha prevista por institutos de pesquisa, como é o caso do Datafolha e Ipec (Inteligência em Pesquisa e Consultoria Estratégica), que, em muitas situações, relataram uma semelhança de votos entre os candidatos à presidência e governador em algumas regiões.

Um fato de muita relevância é que, segundo os dados publicados pelo Tribunal Superior Eleitoral (TSE), o estado de São Paulo é o maior colégio eleitoral do país, com mais de 32 milhões de eleitores, sendo que a capital paulista concentra 26.8% desse número e, conseqüentemente, se destaca entre os 5.570 municípios que compõem o Brasil. Outrossim, de acordo com a Rádio Senado, 42% do eleitorado nacional está presente na Região Sudeste (São Paulo, Minas Gerais, Rio de Janeiro e Espírito Santo), compondo cerca de 67 milhões de brasileiros.

Exatamente por isso, o município paulista consegue representar muito bem a polarização que, segundo o mestre, doutor e graduado em ciências sociais, Rodrigo Prado, “é algo que existe

no Brasil há praticamente duas décadas entre o PT e o PSDB, sendo novo a presença de Jair Bolsonaro, que implantou o presidencialismo de confrontação.”

violência e medo

Em conjunto com as discussões relacionadas à polarização política, é evidenciado também o medo e a violência, que acompanham grande parte dos cidadãos.

Segundo Prado, “quando a polarização extravasa para a construção do outro como um inimigo, acabamos muitas vezes saindo do campo da política, que é a resolução dos conflitos dentro dos critérios racionais, da lei e das instituições, para um ataque deliberado e assim, ela acaba atingindo as pessoas no seu âmbito cotidiano, dentro da família, entre colegas de trabalho e universidade ou conjugados.”

Um exemplo disso, é que uma pesquisa, realizada pelas organizações não governamentais de direitos humanos, Justiça Global





e Terra de Direito, mostrou que nos dois meses que antecederam o primeiro turno das eleições, houve cerca de 121 ataques ligados à temática em questão.

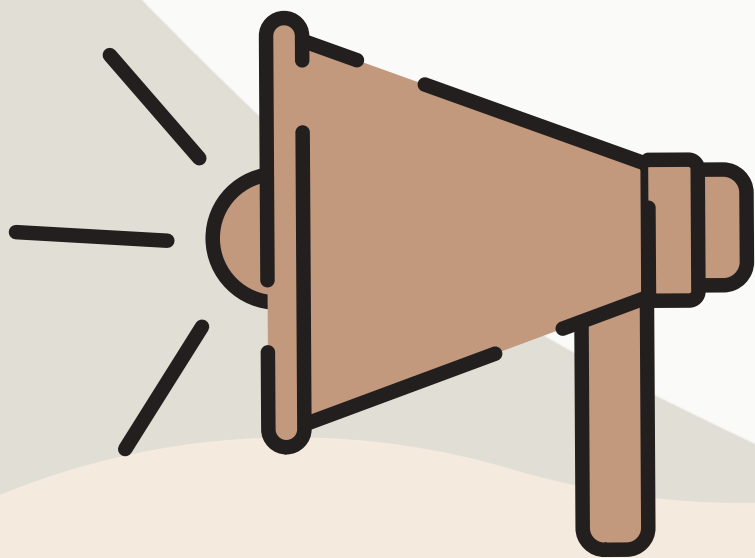
Ou seja, a cada dois dias, ocorreu uma violência política no território brasileiro. Além disso, o mesmo estudo mostrou que a cada cinco dias aconteceu um assassinato ou atentado ao bem-estar humano direcionado a esse tipo de desentendimento.

É importante ressaltar que São Paulo totaliza até o momento 24 casos, o que tem impactado a vida de muitos paulistas de forma negativa.

Além do mais, não apenas os cidadãos, mas também profissionais têm sofrido com esse mal.

Pois, enquanto trabalhava, um pesquisador do Datafolha foi agredido no interior de São Paulo, no dia 20 de setembro deste ano.

O caso em questão é considerado uma das consequências dos ataques realizados pelo próprio Presidente da República, Jair Bolsonaro, e de sua Base aos institutos de pesquisa, que até mesmo posteriormente ao primeiro turno exigiu a punição dessas organizações em situações onde “os dados publicados ultrapassem a margem de erro, 15 dias antes da data das eleições”, conforme o texto divulgado pela Câmara dos Deputados.



Assédio eleitoral

Conforme uma matéria publicada pelo portal G1, o assédio eleitoral contra os trabalhadores aumentou em 80%, o que tem causado preocupação entre os procuradores do Ministério Público do Trabalho (MPE).

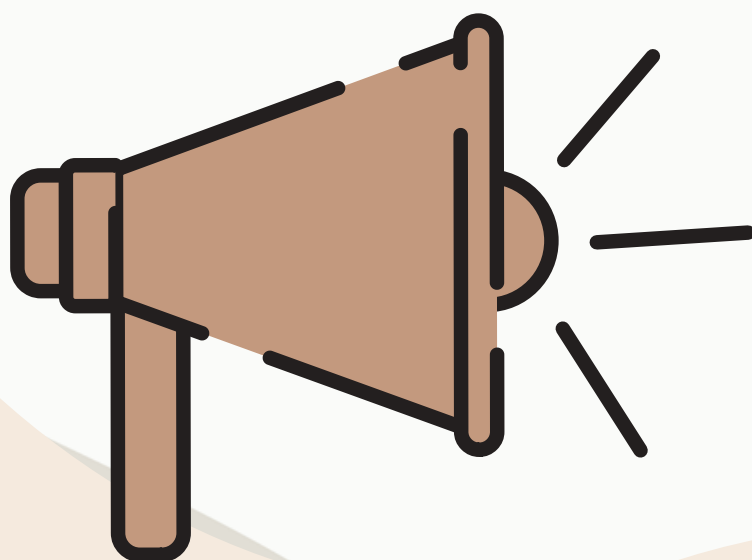
A sede do ministério, situada em Campinas (SP), por exemplo, recebeu cerca de 18 denúncias relacionadas a esse crime até o dia 11 de outubro. Além do mais, até o momento já existem pelo menos 197 casos registrados em todo o país. Isso fez com que o presidente do Tribunal Superior Eleitoral (TSE), ministro Alexandre de Moraes, se juntasse ao MPE para buscar formas de combate.

Para o professor e pesquisador Rodrigo Prado, o Presidente da República Jair Bolsonaro, que dispõe de uma imagem baseada em ataques, pode sim inflamar sua base e o clima político, apesar dele não ser responsável pelos assédios e violências de forma direta.

“Um dos polos tem que tentar criar uma comunicação política no debate público mais racional, menos emocional e fazer uma autocrítica. Se continuarmos com lideranças carismáticas, messiânicas e com perfil populista, é bem provável que essa polarização não diminua”, explica Prado.

De acordo com Rodrigo, o lulismo e o bolsonarismo são maiores do que os candidatos em questão e, por isso, a sociedade tem que resolver esses problemas, pensando de que forma quer se colocar nos próximos anos dentro da política brasileira.

TSE





Stefany de Jesus Santos: Promovendo a inclusão de cadeirante nas redes sociais

A acessibilidade e a inclusão de pessoas com deficiência física são assuntos fundamentais em nosso cotidiano pautas socialmente indispensáveis

POR: GUILHERME SOUZA

Tomar medidas conhecidas perante a legislação brasileira gera novas formas de produzir ambientes mais acessíveis aos cadeirantes, não só no sentido de converter em locais mais acessíveis como também no quesito de recursos.

Contudo, não é isso que ocorre na cidade de São Paulo. Ainda que o local seja referência nacional em relação a sua infraestrutura, muitos prédios da capital não viabilizam o acesso de PCD, as portas não possuem um espaço propício para a circulação de um cadeirante. Ademais, ruas e calçadas esburacadas acabam sendo o maior empecilho. Nos principais meios de transporte público, não são todas as estações de metrô que oferecem elevadores para embarque e desembarque nos ônibus pouco é utilizado o piso baixo, seja por natividade do equipamento ou falta de empatia dos motoristas.

A falta do direito de ir e vir acabou afetando profundamente o convívio desse grupo de pessoas. Posturas como a falta de interação ou de oportunidades no mercado de trabalho limitaram o acolhimento de PCD na sociedade, ocasionando numa postura mais contraída. Diante disso, Stefany de Jesus (conhecida como Stelianata) através de suas redes sociais vem trabalhando e promovendo a cultura de inclusão nas redes sociais a fim de quebrar o preconceito já instaurado. A criadora de conteúdos digitais é responsável pela página do Instagram @tikcadeirantestops que possui mais de

mil seguidores, tendo o seu principal objetivo criar identidade para relações sociais aos cadeirantes. Stelianata contou a Revista Paulistana como foi o seu processo de desenvolvimento de encarar as dificuldades por falta de inclusão até se tornar uma referência dentro da internet.

Paulistana: Conte um pouco sobre a sua história de vida.

Stefany de Jesus: Minha infância para a adolescência foi difícil aceitar a deficiência. Ser cadeirante é depender dos outros, ser totalmente dependente, é uma coisa que eu não gosto de ser. Você não conseguir fazer algo sozinha é diferente de depender de uma outra para fazer. Então isso foi sempre muito difícil. Eu não me aceitava porque me olhava como a sociedade me via: uma cadeirante triste, não podia sorrir ou conquistar seus objetivos. Acabei tirando a capacidade de me enxergar, reconhecer o potencial e o real valor que eu tinha, até que comecei a me sentir diferente. As minhas conversas com outras pessoas eram sobre sonho, motivação, foi revolucionário. Eu sempre mudei a perspectiva de muitas pessoas e esse foi o meu objetivo depois que vi que eu tinha isso dentro de mim. Até o ponto de conseguir entender que vi que eu tinha isso dentro de mim. Até o ponto de conseguir entender que eu poderia mudar essa visão sobre as pessoas tinham do cadeirante, que é mais fácil você mudar a si mesmo do cadeirante, que é mais fácil você mudar a si mesmo do que uma cidade ou milhões de pessoas.



Paulistana: Qual dificuldade por falta de inclusão na vida profissional você enfrentou?

SJ: Entrei na internet sabendo que eu não ia ter a estrutura necessária para me posicionar como deficiente nas redes sociais porque eu não via muito isso, não ouvia falar sobre isso. A primeira dificuldade que encontrei foi de como ter ideias, de como ter pessoas para se inspirar. Até hoje continuo não tendo, muitos começam bem e desistem depois de não verem oportunidades. A segunda foram as oportunidades. A gente não tem muito espaço na internet (os cadeirantes), não temos um lugar onde se sentimos bem onde conseguimos nos posicionar.

Paulistana: Como surgiu a ideia de criar a página tikcadeirantestops?

SJ: Com o intuito de criar uma comunidade pra gente conseguir compartilhar mais conteúdo para aquelas pessoas que são cadeirantes. Era uma coisa que me incomodava, também outros cadeirantes e os destaques (do Instagram) não faziam sentido. Tem uma identidade nos destaques, tem uma diferença em destaques de uma empresária, para uma blogueira, para uma cabeleireira, para uma manicure. Por que não tem essa identidade para uma pessoa que é cadeirante? Não tinha, agora tem.

Paulistana: De que modo você enxerga a acessibilidade?

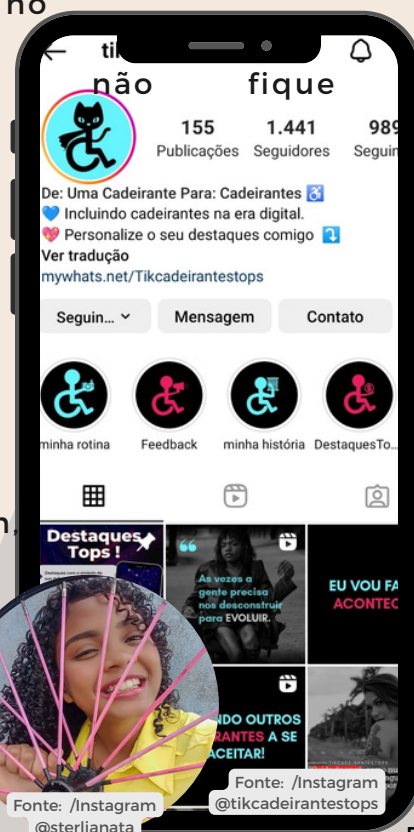
SJ: A acessibilidade vai muito além do que uma rampa em um estabelecimento, muito além do que uma rampa na calçada. Aceitabilidade estabelecimento, muito além do que uma rampa na calçada. Acessibilidade é empatia, pensar no estabelecimento muito além do que uma rampa na calçada. Acessibilidade é empatia, amor ao próximo. Se você não tiver empatia, você não tem acessibilidade, não consegue pensar na dor de uma pessoa.

Paulistana: Observamos frases no tikcadeirantestops como: (1) “Estamos fora do Padrão?”, (2) “Motivação - Você tem 2 opções”, (3) “Pense menos e faz mais”, (4) “É só um pouco de dor, você aguenta!”. Qual a real provocação dessas frases?

SJ: (1) Eu não ligo de estar dentro ou fora do padrão porque adoro ser diferente, chamar atenção, amo ser revolucionária. Sempre gostei desde que aceitei a minha deficiência. Sabia que ao chegar em um lugar chamaria atenção por estar na cadeira de rodas, então fazia questão de estar bem arrumada, linda, maravilhosa para as pessoas olharem e colocarem adjetivos “ah, cadeirante linda!”.

Você vai ficar ouvindo as críticas e entrar em depressão ao colocar essas críticas como verdade na sua vida ou você vai sair contradizendo tudo aquilo que foi um dia adjetivo pra você e transformar em antônimos e seguir em frente? Então é isso que eu digo para eles. Se não quer ouvir alguma coisa que os destrói eles precisam fazer diferente para não ouvir aquilo. Foi para a sociedade. Dizem o que pensam quando está criando alguma coisa, mas a questão não é pensar, é fazer! “A eu deveria colocar uma rampa no meu estabelecimento...”,

pensando, faça! Foi motivação que nada é fácil, que nada vai ser fácil, ainda mais a gente que fica contradizendo tudo que a sociedade fala para gente, mas a vitória é daqueles que lutam e vencem porque existe uma grande diferença daquele que luta e no final desiste para aquele que luta e vence.



Fonte: /Instagram @sterlianata

Fonte: /Instagram @tikcadeirantestops

OS AVANÇOS TECNOLÓGICOS NA CIDADE DE SÃO PAULO

POR: JULIA GIL



Foto/Reprodução: G1

1899 - 1902: Investidores canadenses negociaram um contrato para administrar os serviços de viação pública de transporte e de energia elétrica, dando origem à empresa Light (The São Paulo Tramway, Light and Power Company).



2. 1899 - 1902 - Inauguração da Light - Museu SPTrans dos Transportes

1938 - 1939: No ano de 1938 Francisco Preste Maia é eleito o prefeito e põe em prática seu projeto de urbanização, que consistia em realizar a construção de avenidas radiais e perimetrais. Em 1939 foi criada uma comissão com a função de administrar o transporte público.



Foto/Acervo: Waldemar de Freitas Jr/Site: Diário do transporte

1872 - 1887: Em 1872 surgiu a primeira rede de transporte coletivo de São Paulo, bondes conduzidos por meio de animais. Durante esse período não havia a preocupação de planejar um sistema viário baseado no transporte coletivo. No ano de 1887, os bondes já transportavam cerca de 1,5 milhões de pessoas por ano.

1920-1933: Em 1920 o meio de transporte mais utilizado era os coletivos sobre trilhos. Em 1925, São Paulo sofreu um período de racionamento, ocasionando a diminuição das linhas de bondes, acarretando o surgimento de outro transporte coletivo, os ônibus clandestinos. Em 1933 os bondes representavam 84% das viagens de transporte coletivo, realizando cerca de 1,2 milhões de viagens por dia e 258 km de extensão.



Av. Nove de Julho foi asfaltada 30 anos depois da avenida Paulista. Acervo/Estadão

1946 - 1947: Em 1946 o então prefeito Abraão Ribeiro determinou a prestação de serviço de transporte coletivo à Companhia Municipal de Transportes Coletivos (CMTC) durante um período de 30 anos, por meio do Decreto nº 365. No ano de 1947, os bondes eram responsáveis por 65% do transporte da população, enquanto os ônibus transportavam 35% da população.

1950 - 1967: CMTC (Companhia Municipal de Transportes Coletivos) realizou reformas e encarroçamento de bondes e ônibus, utilizando peças nacionais na fabricação em 1950. No ano de 1967, através da Lei nº 7.065, foi criada a Secretaria de Transporte, responsável pelo estudo do planejamento, supervisão, integração, controle e fiscalização dos transportes.



Foto: Divulgação Companhia do Metropolitano de São Paulo

2010: SPTrans passou a realizar testes com ônibus híbrido (dois motores, um diesel e um elétrico). 2011 foi realizado o primeiro teste com um ônibus movido por 20% de biodiesel (B20), a fim de diminuir a emissão de poluentes. No ano de 2013 ocorreu a delimitação dos corredores de ônibus, como um incentivo para o uso de transportes coletivos, nesse mesmo ano o sistema de trilhos integrado era composto por 75,3 quilômetros de Metrô e 260 quilômetros de linhas da CPTM.



A estação Liberdade, da linha 1-azul do Metrô de São Paulo
Foto/Reprodução: Marcelo Justo - Folhapress

2014 - 2015: Em 2014, o Metrô ganhou Créditos de Emissão Reduzida - CER previstos no Decreto Estadual nº 52.469, por reduzir as emissões atmosféricas. No ano de 2015, 11 novos trens foram entregues, todos fabricados no Brasil, em Hortolândia, interior de São Paulo.



Site/Reprodução: História Mundi Avenida São João em São Paulo, no ano de 1965

1974: No ano de 1974 foi o surgimento da primeira linha de metrô do país, conhecida inicialmente como Linha Norte Sul, que possuía cerca de 6,4 km de extensão, interligando o Jabaquara ao Santana.

1991 - 1995: O transporte coletivo de São Paulo passou a atingir municípios em 1991. Em 1992 a CPTM (Companhia Paulista de Trens Metropolitanos) foi criada pelo Governo do Estado de São Paulo (Lei no 7.861). 1993 a CMTC foi privatizada por conta de gastos excessivos, problemas operacionais e falta de investimentos em tecnologias. No ano de 1995 foi criada a SPTrans, que teve a função de substituir a CMTC, se tornando responsável pelo planejamento e qualidade da operação do sistema de transporte paulista.

2016 - 2018: Em 2016 o sistema de transporte metropolitano composto pelo metrô, trem metropolitano, ônibus municipal, ônibus intermunicipal e ônibus interestadual foi responsável pelo transporte de 6,5 bilhões de passageiros. No ano de 2017 foi entregue para a operação comercial três novas estações da Linha 5-Lilás: Alto da Boa Vista, Borba Gato e Brooklin, que fazem parte do plano de expansão das linhas do Metrô. Em 2018, a Companhia aumentou sua atuação no planejamento de transporte, tanto no âmbito interno como no externo, subsidiando diversos órgãos da administração pública e empresas relacionadas à mobilidade urbana na Região Metropolitana de São Paulo.

Atualmente a o metrô de São Paulo deu início ao Estudo e Relatório de Impacto Ambiental (EIA-RIMA) da Linha 20-Rosa, que deverá ser concluído em 2023.

Como a abordagem de livros clássicos faz diferença no vestibular

Muitos vestibulares apresentam listas de leituras obrigatórias e a sala de aula pode fazer a diferença na hora das provas.

POR: VITOR HENRIQUE

Todo mundo que já passou pelo ensino médio com certeza se lembra das aulas de literatura, quando os professores traziam aqueles livros antigos e diziam que eram importantes, afinal, eles costumam cair nas provas de vestibulares. Muitas vezes essas aulas se apresentam como massivas e cansativas, já que, no Brasil, o hábito da leitura já não é muito incentivado, e fazer isso através de livros que contêm mais de 50 anos de publicação é ainda mais difícil.

Esses livros não são chamados de clássicos à toa, afinal de contas, eles foram importantes para a literatura da época e se mostram ainda nos dias de hoje, mas isso não quer dizer que a leitura é agradável, pelo contrário, muitos consideram a pior leitura que já fizeram na vida e essa fama se deve justamente pela época em que eles foram escritos. Como qualquer outra no mundo, a língua portuguesa sofreu alterações ao longo da história e justamente essa mudança pode ser a maior inimiga dos vestibulandos.

Por conta da época em que foram escritos, essas obras apresentam termos e expressões que já não são mais usadas e sequer conhecidas. Um belo exemplo são os chamados "dragões", que era como se denominava a tropa de segurança

interna do rei. Sem um conhecimento prévio desse termo, quem está lendo pode acabar ficando confuso e, no final, acabar abandonando a leitura.

Claramente, hoje, já existem versões revisadas da maioria desses livros, mas muitos professores acabam não sendo fãs dessas versões por acharem que os alunos não conseguiriam sentir o contexto em que a trama se passa, o que é fundamental para essas leituras. Existe também o ponto de que muitas vezes isso acaba sendo apresentado de maneira superficial em sala de aula, deixando o resto nas mãos dos alunos que, sobrecarregados de tantas tarefas e provas, acabam não conseguindo tirar o proveito necessário para conseguirem ir bem nas provas de vestibulares.

Claramente, o trabalho conjunto entre professor e aluno faz toda a diferença, não podemos culpar só os professores também, já que os alunos precisam demonstrar igual interesse na hora da leitura e tentar tirar dúvidas, é necessário que haja uma comunicação dos dois lados. Uma ideia interessante a se fazer é tentar proporcionar uma leitura coletiva em sala, trazendo todos a participarem, lerem as vozes dos personagens e, assim, criar um momento mais leve e descontraído. Por conta do

cronograma apertado junto de outros conteúdos, se torna impossível fazer isso com todos os livros, ainda mais nas escolas públicas, em que as aulas de literatura são em conjunto com a disciplina de português, fazendo o tempo ficar ainda mais curto para se abordar as obras. Uma ideia que poderia resolver uma parte do problema é dividir as aulas por capítulos, dando aos alunos uma tarefa menor e, depois, fazer um debate em sala para discutir o que leram.

Sabemos que adaptações literárias são famosas em Hollywood, principalmente de best-sellers como Harry Potter e Jogos Vorazes, mas, aqui no Brasil, alguns de nossos livros clássicos também já foram adaptados de alguma forma. Podemos citar o exemplo da minissérie Capitu, que foi exibida na Rede Globo em 2008, e traz a vida aos personagens da obra de Machado de Assis, Dom Casmurro. Além disso, tem o que se tornou um clássico do audiovisual brasileiro, se trata do famoso “O auto da compadecida”, que muitos não sabem, mas a princípio foi escrita e apresentada como peça teatral e, mais tarde, foi transformada em minissérie pela Globo em 1999, sendo, no ano seguinte, editada para ir aos cinemas.

Para entender melhor os pontos de vista, a Paulistana conversou com a professora Leise Diene sobre como os professores podem fazer a diferença nessas aulas. Quando perguntada se as adaptações ajudam a despertar a

atenção dos alunos, ela respondeu: “Com certeza! Inclusive eu utilizo esses recursos audiovisuais em minhas aulas. Quando leio, por exemplo, Auto da Compadecida de Ariano Suassuna com os estudantes, passo também trechos do filme. Quando leio Vidas Secas de Graciliano Ramos, passo o clipe “Segue o seco” da Marisa Monte. Esses recursos colaboram para que os estudantes contextualizar a época em que a obra foi escrita, o cenário, as condições sociais das personagens, a vestimenta da época, os costumes, entre outros elementos que podem ser trabalhados.”

Ela diz que se a escola não trazer esses livros para sala de aula, dificilmente vão ser livros que os alunos irão ler sozinhos e que, apesar de não ser fácil engajar entre o público jovem uma leitura tão complexa, é necessário aproximá-los dessa literatura. Quando o professor se encanta com as palavras do autor, faz um convite para que seus alunos também vivam essa experiência.

De acordo com Leise, a tecnologia é uma grande ajuda, já que hoje não se torna mais necessário se deslocar até uma biblioteca para procurar os livros, sendo possível tê-los em celulares e computadores, além de existirem vídeos de análise, poder pesquisar sobre os autores e o contexto em que as histórias acontecem para poder entender melhor.

A professora também comentou um pouco sobre as diferenças de abordagem entre os ensinos públicos





e particulares. “Eu não tenho propriedade para falar da educação nas escolas particulares, pois sempre fui professora de escola pública. Mas eu tenho a impressão, mas não a certeza, de que a escola particular vincula muito a leitura literária ao “ler para”: ler para fazer um resumo, ler para fazer uma apresentação, ler para fazer prova, ler para passar no vestibular. Ao contrário disso, na escola onde leciono, temos o objetivo de desenvolver o gosto pela leitura. Ler por prazer, com um único intuito de apreciar a leitura, de ser capaz de dizer se gostou ou não da construção do autor, se achou bonito ou feio aquilo que está escrito.”

Em contraponto, para Clara, aluna do terceiro ano do ensino médio, a tecnologia, quando se faz presente sem o auxílio da sala de aula, acaba se tornando um aspecto negativo, já que pesquisar de forma independente pode acabar sendo superficial e, com isso, acabar criando uma deficiência e gerando mais dúvidas do que entendimento. Mas ela também diz que tem seus pontos positivos, facilitando na hora de tirar algumas dúvidas, mas que nada se compara ao auxílio de um professor.

Clara também destaca as principais dificuldades da literatura clássica. “Alguns livros não são tão difíceis,

mas alguns como Dom Casmurro eu achei confuso, e como não temos incentivo da escola, procuramos menos ainda sobre livros, principalmente os de escritores nacionais.”

Por último, ela imagina que as coisas poderiam ser diferentes, falando que gostaria que a abordagem fosse mais didática e mais comum. “Introduzindo a leitura desses materiais no cotidiano nas escolas, acabaria se tornando uma leitura mais fácil porque os olhos e a mente já estariam treinados.”

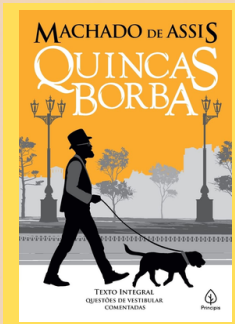
Com isso, torna-se necessário que as escolas olhem mais para esses livros além do fato de serem obrigatórios para ingressar nas universidades, criando aulas e oficinas de literatura desde o começo do ensino médio. Claro que isso fica a cargo de políticas maiores, como o Ministério da Educação, mas, antes disso, as escolas também podem fazer sua parte, trazendo versões mais recentes dessas obras para suas bibliotecas, criando metas de incentivo para os alunos, fazendo com que eles busquem essas obras e também que os professores não os deixem sozinhos nessa jornada, implementando as diversas coisas já citadas aqui.

A FUVEST é um dos principais vestibulares não só de SP, mas do Brasil todo, a fama da USP vai ainda mais além, sendo uma faculdade reconhecida internacionalmente, e todos os anos essa prova vem com uma lista de leituras obrigatórias de autores brasileiros renomados. Como muitos alunos têm o sonho de conseguirem entrar nessa faculdade, seria interessante a mesma criar políticas que ajudem os alunos a terem acessos a essas leituras.

Como é possível ver no infográfico, alguns livros se repetem por vários anos, isso também acaba por facilitar para aqueles que não passaram anteriormente, ou querem começar a se preparar com antecedência, além de que as listas são divulgadas com bastante antecedência (Hoje é possível consultar as listas dos próximos até 2026), criando, assim, a possibilidade de uma preparação ao longo dos 3 anos do ensino médio, além de facilitar aos professores que consigam trabalhar as obras ao longo desse período.

Um exemplo disso seria através de doações de versões dessas leituras que já estão a muito tempo paradas nas bibliotecas da universidade e que já receberam versões mais novas e atualizadas das histórias. Uma outra maneira seria criar cursos, palestras e debates ao longo do ano para justamente poder ajudar o aluno que não tem esse incentivo em casa ou nas escolas. Isso, além de ajudar a faculdade a ganhar mais alunos, aumentaria seu status perante o mundo externo, além de fazer com que obras que marcaram a história do Brasil tenham ainda mais reconhecimento na sociedade, quebrando, assim, o padrão de serem vistas como leituras chatas e cansativas que serão abandonadas pela grande maioria após as provas.

5 livros que mais caem na fuvest de 2020 a 2025



Quincas Borba

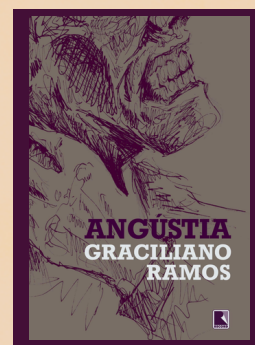
Machado de Assis

O livro de Machado de Assis é o que mais aparece nas listas, estando presente em todos os vestibulares de 2020 a 2025. A trama gira em torno das relações sociais quando o professor Rubião se muda para a corte, descobrindo a maldade humana.

Angústia

Graciliano Ramos

Narrado pelo funcionário Luís da Silva, o livro acompanha uma análise do interior protagonista sobre sua vida e suas angústias, até que se apaixona por Marina que a princípio corresponde, mas depois o troca por outra pessoa. O livro traz o contexto do golpe dado por Getúlio Vargas em 1930, ele aparece nas listas dos vestibulares de 2020 a 2024.



Romanceiro da Inconfidência

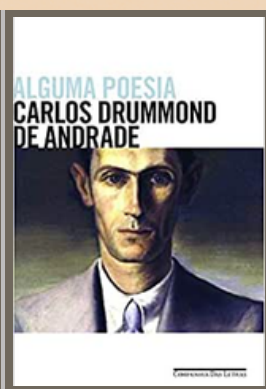
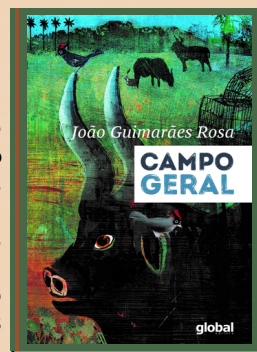
Cecília Meireles

O livro de Cecília Meireles traz uma série de poemas que irão formar um único e longo poema retratando histórias e relatos sobre a inconfidência mineira, e trazendo personagens como Tiradentes para ficção. O livro está presente nos vestibulares de 2021 a 2025.

Campo Geral

João Guimarães Rosa

O livro traz a vida de Miguilim que vive no interior do sertão mineiro enquanto experimenta diversas situações típicas de uma criança, no entanto a morte de seu irmão mais novo Dito se torna extremamente importante para o amadurecimento dele. A obra está presente nas listas de 2021 a 2024.



Alguma Poesia

Carlos Drummond de Andrade

O livro é uma coletânea de mais de 40 poemas sobre a vida de Carlos Drummond de Andrade passando por temas como amizade, família, romance e vários outros. A obra se encontra nas listas de 2022 a 2025.





Qual o impacto da digitalização nas escolas?



A forma de educar está em transformação e a tecnologia vem sendo utilizada em muitas salas de aulas como método de ensino

POR: GABRIELA DA SILVA CONCEIÇÃO

A educação digital nos traz diferentes e novos desafios, sim, mas também novas oportunidades, por meio da utilização de recursos tecnológicos nos métodos de ensino, com processos mais dinâmicos no momento da aprendizagem. É significativo mostrar que é um processo que está num caminho junto com a comunicação e a informação. São diversas possibilidades que estão incluídas nesse universo que está em prática no nosso cotidiano.

A digitalização vem crescendo cada vez mais nas escolas e na educação no geral, como na entrega de provas, trabalhos, reuniões, entre outros. Com a pandemia isso nos mostrou o quanto essa nova tecnologia está no nosso meio, mas escolas e instituições de ensino devem explorar os benefícios e as dificuldades que essas inovações podem favorecer para uma sociedade por completo.

Muitos dos professores aderiram e estão usando a tecnologia como método de ensino em suas salas de aulas, os alunos estão trocando os cadernos e canetas por celulares, tablets e computadores.

O Brasil é um dos países que mais utiliza as redes sociais, sendo um dos mais populares, mas há muitos desafios para que haja uma boa metodologia de ensino veraz no ambiente digital. Um desses desafios é a inclusão, usar um método que busque o interesse dos alunos, formando jovens mais capacitados.

De acordo com a reportagem “Por que a digitalização é essencial na educação, segundo gigantes da tecnologia”, produzida pela CNN, muitos alunos desistem da escola por vários motivos, como trabalho infantil ou falta de acesso à tecnologia. A cada dez crianças que entram na primeira série do ensino fundamental, apenas seis chegam ao fim do ensino médio. Podemos perceber o quanto esse assunto aborda opiniões diferentes por cada olhar e vivência como sociedade.

A transformação digital vem se modificando a cada ano, e a digitalização é reflexo disso, esse novo estilo de vida está entre muitos grupos institucionais hoje em dia. Muitas escolas deixam de explorar os benefícios e inovações que isso pode proporcionar ou não no geral.



Por isso, devemos ter em vista que esse novo modo se atualiza regularmente, não é habitualmente fácil fazer as melhores táticas para que todos possam usufruir disso e ser o melhor caminho que possa garantir um melhor efeito no futuro.

Uma das maiores dificuldades que muitos sofreram com essa mudança foi aprender a mexer com aplicativos novos. “Aprender a mexer em aplicativos que não conhecia e a me concentrar nas aulas”, responde Sara da Silva, estudante do ensino médio de escola pública. Ela também explica que colegas de classe tiveram que ir atrás de aparelhos eletrônicos de familiares para poder estudar. “Conheço amigos que tiveram que comprar seja um notebook ou computador, ir atrás de aparelhos com conhecidos/familiares para acompanhar melhor a aula e acompanhar os estudos”, completa ela.

A avaliação dos alunos sobre esse tema é muito importante, pois aborda opiniões e olhares diferentes, trabalhos e provas que podem ser entregues, passando por módulos e indo para outras fases de ensinamentos.

“Com a digitalização é possível ficar mais próximo da realidade do aluno, faz com que as aulas despertem mais curiosidade e interesse, pois temos inúmeras ferramentas”, cita Sheila Hadermeck, professora do ensino fundamental, da Prefeitura de São Paulo. Ela também menciona os desafios que ocorreram. “Eu particularmente não tive porque além de eu ter meu próprio notebook, meu celular, a prefeitura também disponibilizou um notebook para cada professor e disponibilizou também o tablet para os alunos, mas infelizmente 90% dos alunos quebraram ou perderam e assim por mau uso eles não estão utilizando.” conclui ela.

O governo de São Paulo estabeleceu em 2008 o programa “Acesso Escola”, que tem como objetivo promover a inclusão digital e social, aprimorando o interesse pela formação cultural e estimulando o uso da internet. Segundo o site oficial, com seus oito anos de funcionamento, ele atende mais de quatro mil escolas por todo o Estado, e já concedeu mais de 71 mil computadores para todas essas unidades de ensino.

Muito se comenta sobre a caminhada para a evolução, pois esse é um novo utensílio, uma inovação que desenvolve e agrega um novo rendimento para o país. Uma das formas que está sendo utilizada é o EaD (ensino a distância), nela existe a transmissão e conversas entre professor e aluno pelo ambiente digital, sem estar no mesmo local físico, podendo entrar por links interagindo entre si nos canais.

Suzana Farias, estudante do último ano do ensino médio da Etec, nos conta que por uma parte se sentiu mais motivada com esse novo acesso a informações de uma forma fácil e rápida, fazendo com que ela produzisse mais. “As maiores mudanças que eu tive foi ter saído da minha zona de conforto e tentar me adaptar ao novo método de ensino, praticamente tive que mudar a minha rotina do que era normalmente. O maior desafio foi lidar com as falhas dos aplicativos, da internet que caía bastante e fazendo com que eu perdesse um bom conteúdo.” diz ela.

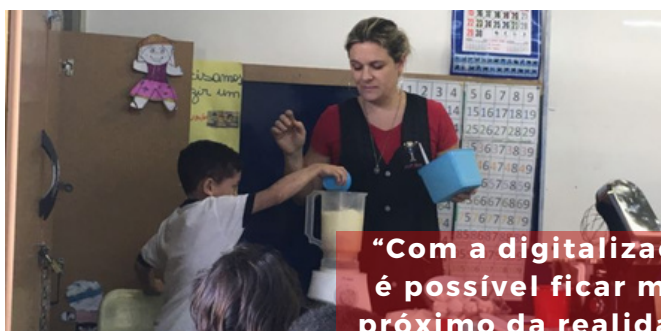


Foto: Professora Sheila Hadermeck

“Com a digitalização é possível ficar mais próximo da realidade do aluno”

Um dos grandes benefícios que ela proporciona aos professores é o mundo imenso que eles podem usar como forma de ensinar seus estudantes, sendo que a maioria dos jovens nos dias de hoje são ligados nas redes digitais. A distância deixa de ser um impasse para eles, deixando eles mais atentos às atividades, deixando uma participação mais recíproca.

A escola é o lugar onde forma o cidadão, a primeira parte da vida do ser humano para se socializar com outras pessoas, seja em qualquer nível, fundamental ou médio, mesmo assim, pode promover a educação por método digital, não sendo somente a prática pelo ensino a distância.

Muitos familiares também viram mudanças nos hábitos de seus familiares, como Beatriz Scheffer, estudante, que observou na sua irmã grandes diferenças no seu cotidiano. "Mais ou menos durante a pandemia, o ensino a distância acabou tornando mais leve para minha irmã todos os cenários, ela acabou usando o estudo como uma válvula de escape e esse contato virtual com amigos acabou por ser um respiro da loucura que estava acontecendo". Ela também cita a mudança de escola que sua irmã teve durante



Arte: Canva

esse período. "Durante essa volta do virtual - presencial, minha irmã mudou do ensino particular para o público (estadual) e o acesso dos alunos para conteúdos e até realização de tarefas pelo aplicativo varia muito, nem todos possuem acesso à internet e conseguem cumprir com a vida acadêmica virtual", conclui ela.

Oferecer aulas elaboradas para a sala de aula pode rodar atos como: blog ou vlogs, quadros interativos, podcasts, videoconferências entre outras ações que podem estimular os alunos a ter mais ligação com os conteúdos, além de leituras, professores podem fazer provas baseadas em discussões criadas pelos podcasts.

Rosa Mara Baptista, de Santo André - São Paulo, professora de educação infantil em escola pública, nos conta como foi para ela e os alunos essa mudança antes e após a pandemia. "As tecnologias digitais se adentraram nos espaços escolares muito lentamente antes da pandemia e com poucos recursos e muitas vezes ultrapassados, como laboratórios pequenos e inadequados, o que não era nada estimulante para os educandos e professores realizarem seus trabalhos. Com a pandemia, todos tiveram que buscar uma forma de ensinar e aprender a distância. Durante esse período professores, famílias e educandos tiveram que se reinventar e executar o papel fundamental da educação em modo on-line. As crianças receberam um chip com internet para que tivessem acesso às aulas pelo WhatsApp".



Foto: Canva

A professora também cita o quanto a tecnologia auxilia na sala de aula. “As tecnologias digitais têm contribuído muito com o desenvolvimento global. Com a chegada da tecnologia digital na sala de aula pode-se dizer que há mais oportunidades de aprendizagens porque aumenta o elo do ensino-aprendizagem com o mercado de trabalho. Além disso, as aulas passaram a ser mais atrativas, permitindo que o educando aprendesse com mais significado.”

Assim é difícil mostrar uma definição que não seja ampla demais para a educação, é um processo que ainda está num longo caminho e que sempre andou com a comunicação. É importante criar reflexões sobre esse tema, especificamente num momento em que temos tantas opiniões e fake news em relação à

tecnologia e educação, segurança e privacidade dos usuários nas redes digitais tem ocorrido com frequência.

Muitas escolas ainda usam papéis de arquivamento em alguns lugares de organização, além disso, esse aprendizado mudou as expectativas, os alunos esperam que a tecnologia atende em todos os sentidos da vida no campus escolar.

Existe muito a se discutir sobre esse tópico, com isso, é importante ver como a tecnologia pode ajudar para que só traga benefícios à sociedade e para o futuro, ver o impacto que ainda pode causar, utilizando métodos gratuitos, como o Telegram, onde o professor consegue criar grupos, deixando assim mais organizado e tirando as dúvidas dos alunos.



DIRETO DA PERIFERIA: O MUNDO DO FUTSAL

PANORAMA DO ESPORTE QUE É UM CELEIRO DE CRAQUES NA CIDADE DE SÃO PAULO

POR: VICKY PINHEIRO

O futsal é um esporte muito conhecido em nosso país. Ele está presente desde a nossa infância, afinal, quem não se lembra das aulas de educação física, em que esta modalidade era uma das principais práticas nas quadras do colégio. Pouco se sabe com exatidão como este esporte chegou no Brasil. Porém, uma das versões é que o futsal começou a ser praticado na cidade de São Paulo na década de 1940, devido a dificuldade de encontrar campos disponíveis para praticar futebol, assim, a solução foi fazer uso das quadras de basquete.

Mesmo sendo uma modalidade de grande conhecimento entre os amantes do esporte, o Futsal ainda segue com pouca atenção da mídia. Sem divulgação na TV aberta, o futebol de salão é uma das modalidades ainda ausentes nas Olimpíadas (maior evento esportivo do mundo). Entretanto, nas periferias de São Paulo, o futsal é uma prática muito presente. As técnicas desenvolvidas durante esta prática auxiliam para o desenvolvimento de atletas, sendo ele berço para revelação de grandes jogadores como Neymar, Ronaldinho Gaúcho, Pelé entre outros craques.



Arte: Canva

A fim de entender melhor a presença do Futsal na cidade de São Paulo, A Paulistana conversou com Nélío Rosa, jornalista e amante de Futsal que dedica seu tempo para a divulgação e crescimento desta modalidade.

Residente há 30 anos do bairro de Perus - Zona norte de São Paulo. Sua história no Futsal começou em 2012, onde

"O que falta é investimento"

atendeu o pedido dos seus filhos e aceitou o convite para ser técnico do time Unidos do Beco, time que surgiu após a implantação de um projeto social no bairro de Perus. No início, o projeto tinha apenas 12 atletas e hoje já conta com 64 integrantes. Este crescimento permitiu ao time disputar campeonatos em outros bairros e a conquista de alguns títulos, o que despertou em Nélio o desejo de se aprofundar no mundo do futsal.

Responsável pela criação de campeonatos como Copa Perus (incluindo futebol amador e categoria de base),

ele conta que tudo isso surgiu a partir da motivação em fortalecer o Futsal na periferia.

Ele também comandou o programa Mundo da Várzea Futsal. Transmitido via live através do Facebook, o programa abordava a rotina dos Campeonatos de Futsal pelo estado de São Paulo e abria espaço para entrevistas de diversos times que praticam o futebol de Salão. Com base em todo esse histórico, ele trouxe, em nossa entrevista, um pouco de sua visão sobre o futsal.

Paulistana: Como você enxerga a importância do futsal para a formação de atletas?

Nélio Rosa: Acho que todo bom atleta precisa passar pelo futsal. É o esporte mais praticado do mundo, todo bom atleta começa sua categoria de base dentro do futsal e depois se expande para o futebol de campo. A maioria dos jogadores que praticaram o futsal, em seu início de carreira, se tornaram jogadores fenomenais. Possui um drible curto, boa visão de jogo. Então, o futsal é onde se inicia tudo, os primeiros treinos são praticados no futebol de salão e isso contribui para que possa alcançar patamares gigantescos. Temos como exemplo Ronaldinho Gaúcho, Ronaldo Fenômeno, Robinho, Neymar.

Todos têm vídeos ainda pequenos jogando futsal. Portanto, a importância do futsal na formação do atleta eu considero nível 100.

Paulistana: Acha justa a ausência do futsal nas Olimpíadas?

NR: Na minha visão, o futsal não estar presente nas Olimpíadas é um absurdo. Como o esporte mais praticado no mundo (isso é comprovado através de pesquisas), como que esta modalidade pode estar fora das Olimpíadas? Não tem lógica. Acho que, no Brasil, o investimento no Futsal ainda é muito pouco. Os times mais tradicionais, São Paulo, Palmeiras, Corinthians, Santos, sem exceção, eles deveriam agregar mais o futsal dentro do clube. Devia existir essa exigência, tanto no masculino como no feminino. Talvez assim o crescimento seria maior e alcançaríamos o espaço em uma Olimpíada.

Paulistana: O que falta para o futebol de salão alcançar um crescimento semelhante ao futebol de campo?

NR: O que falta é investimento. Ser levado mais a sério, a FIFA tomar conta e ter um olhar mais carinhoso no Futsal. Só assim é possível alcançar altos patamares. Todas instituições, incluindo a CBF, deveriam abordar essa exigência do futsal aos clubes.



Paulistana: Qual foi o intuito em criar programas focados na cobertura do Futsal?

NR: Meu intuito foi sentir a necessidade de crescimento do futsal. Existem muitos bons campeonatos que não são divulgados, são conhecidos apenas entre o futebol amador. Eu só vi divulgado algumas vezes naquele jornalzinho do Extra. Eram informações bem limitadas. Então minha intenção é trazer o futsal para o seu devido lugar, que é o crescimento. Isso, atribuído com bons jogadores que têm na periferia e simplesmente não são vistos. É trazer isso para a realidade e quem sabe mostrar até para olheiros que têm jogadores bons na periferia, que não são bem aproveitados e que podem render muito no futuro. E contar também a história dos times, tem time dentro do futsal que existe há 50 anos e pouca gente conhece.

Paulistana: Você realizou grandes coberturas midiáticas do futsal, qual foi o retorno do público referente essa divulgação?

NR: Realizei grandes coberturas como Copa Zona Livre, CDM, Futquello, Bazilica. Acredito que sou bem realizado nesta parte e o retorno do público é sempre ótimo. Quando você leva novidades, você ganha uma certa evidência. E abre também espaço para outras pessoas, diversificando os meios de divulgação. Portanto, o Nélio Rosa era bem conceituado justamente pela divulgação de fotos, de vídeos, com as narrações e as transmissões ao vivo. E o retorno do público é sempre muito bom.

Paulistana: Você acredita que o futsal poderia ter um maior espaço midiático?

NR: Acredito sim, se tivéssemos esse espaço poderíamos atrair mais



Foto/Reprodução: Nélio Rosa

patrocinadores, investidores e pessoas que levariam o futsal muito a sério. Ficamos muito felizes quando o SBT colaborou com a divulgação do futsal, faltou apenas um pouco mais de seriedade. Fizeram a cobertura do futsal, mas faltou um pouco mais de eficiência. O que prejudica quando acontece isso.

Paulistana: É possível a revelação de grandes jogadores apenas com base no Futsal?

NR: É muito possível. Jogador com habilidades de formação apenas no futsal se torna diferenciado, principalmente em um drible curto. O Ronaldinho Gaúcho saiu direto do futsal. São dribles bonitos que encantam o mundo, assim como foi feito com Robinho que veio do Futsal. Por isso, acredito que com bom investimento, formaríamos grandes jogadores com base apenas no futsal.

Paulistana: Através do futsal, vimos habilidades específicas que nem sempre estão presentes no futebol de campo, até que ponto isso pode

contribuir para a revelação de atletas?

NR: Vou citar um caso de um menino de Perus que se chama Cristian. Ele passou pela Portuguesa e pelo Corinthians e atualmente está no Palmeiras. Ele é muito diferenciado, o pai dele é muito grato porque eu intermediei a ida para esses clubes.

O garoto já se tornou atleta do Palmeiras com apenas dez anos de idade. Ele vai trazer frutos, e isso é apenas uma prova do que o futsal pode revelar.

Paulistana: Quais os principais campeonatos de Futsal em São Paulo e através de quais canais que podemos acompanhá-los?

NR: Vou falar sobre os que estão mais na ativa. Temos a Champions League do futebol amador, que é a Zona Livre, a copa que todo time deseja participar, porém é composta apenas de times convidados, organizado pela federação, é um campeonato de alto nível.

Temos a CDM Congonhas, conhecida como a Copa CDM, organizada pelo

Fabiano Ceni, que tem seus atrativos e fazem ser uma copa gigantesca. E temos também a Copa Pedreira, a Antrax. Tivemos esse ano a estreia da Copa Consagrados, Copa da Liga Ouro, Copa Impercenter Andorinha.

Essas copas podem ser acompanhadas através dos canais Futsal Amador que é um grande pioneiro, Play Futsal também faz algumas transmissões, o Várzea ao vivo, e tinha o Nélio Rosa que estava na ativa, mas estou um pouco mais afastado.

Paulistana: Para encerrar, defina a importância do futsal para o nosso cenário esportivo?

NR: Para definir a importância do futsal é bem fácil, coloco como o início de tudo. Onde tudo começa. Você percorre os principais bairros de São Paulo, sempre vai encontrar uma quadra, meninos e meninas jogando dentro das escolas. São as primeiras aulas de Educação Física. O futsal é mágico e, na minha concepção, o melhor esporte do mundo.

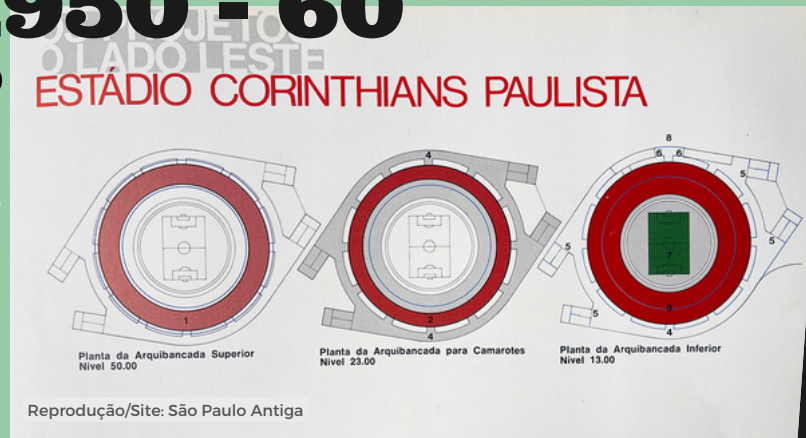


Linha do Tempo:

POR: LUCAS FERREIRA

A história da Arena começa muito antes da Copa do Mundo de 2014. Entre as décadas de 1950 e 1960, Vicente Matheus, que era o presidente do Corinthians na época, tinha a ideia de construir um estádio para 200 mil pessoas. Por exigir uma grande área, Matheus solicitou um terreno localizado em Itaquera para a Prefeitura de São Paulo, e a ideia era construir o estádio entre três ou cinco anos.

1950 - 60



1978

Em 1978, o pedido foi aceito pelo prefeito Olavo Setúbal, que aprovou a concessão do terreno de 197 mil metros quadrados por 90 anos. Com a concessão feita agora só faltava iniciar a construção, mas por falta de investimento o projeto não saiu do papel.

1980 - 90

Aos longos dos anos o projeto de um estádio em Itaquera ficou ameaçado de não acontecer. Na década de 1980, quando aconteceu a Democracia Corinthiana, o presidente Waldemar Pires tinha a ideia de cobrir e elevar a capacidade do estádio Parque São Jorge. Nos meados de 1990, em parceria com o Banco Excel o Corinthians tinha um plano para construir um estádio nas margens da Rodovia dos Bandeirantes ou da Ayrton Senna. Um pouco depois, com uma parceria com a Hicks, Muse, Tate & Furst a ideia era ser construído na Raposo Tavares, mas novamente fracassou. Com esses fracassos, as ideias voltaram a ser um estádio em Itaquera ou a reforma do Parque São Jorge.

Após alguns anos no esquecimento, em 13 de agosto de 2010, o presidente Andrés Sanches revelou que havia um novo projeto para um estádio corinthiano. Entre quatro propostas, a proposta de ter um estádio em Itaquera foi a vencedora, o projeto do estádio era com uma capacidade de 48 mil torcedores e um orçamento de R\$ 350 milhões de reais.



Reprodução/Site: NEO Química Arena

2010

2011

Em 10 de outubro de 2011, a FIFA aceitou a ideia da Arena do Corinthians sediar o jogo de abertura, já que o Estádio do Morumbi foi considerado inadequado. Para sediar a abertura foi necessário ter modificações no projeto original, isso elevou o custo de R\$ 335 milhões para R\$ 1,07 bilhão. Com o corte de alguns custos o valor ficou em R\$ 820 milhões.

Arena Corinthians

Em outubro de 2012, a obra ultrapassou a marca de 50% de conclusão. Em junho de 2013, a grama começou a ser plantada no estádio. Faltando poucos meses para a Copa, o estádio foi entregue ao Corinthians no dia 15 de abril de 2014, mas esse foi apenas um gesto simbólico, já que o estádio estava com 98% das obras concluídas.



Reprodução/Site: ND+

2012-14

2014



Reprodução/Site: Central do Timão

A partida inaugural da Arena foi no dia dez de maio de 2014, com a realização de uma partida entre Corinthians x Corinthians, o evento reuniu diversos ídolos históricos da equipe, o jogo contou com um público de 17 mil torcedores. O primeiro teste de fato, ocorreu no dia 18 de maio, na partida entre Corinthians x Figueirense, válido pelo Campeonato Brasileiro, e teve seu primeiro gol da arena anotado pelo Giovanni Augusto, jogador do Figueirense. Após esse primeiro jogo ainda teve uma partida entre Corinthians x Botafogo, e depois disso o estádio ficou totalmente a disposição da FIFA, para a realizações dos jogos da Copa. Ao todo foram seis jogos realizados na arena, com destaque para a abertura entre Brasil x Croácia e a semifinal entre Holanda x Argentina.

Reprodução/Site: NEOQuímica



2020

2016

Em 2016, a Arena do Corinthians recebeu mais um evento internacional, o estádio sediou dez jogos das Olimpíadas. Em 2019, foi a vez da Copa América, dessa vez foram apenas três jogos.

Desde do início do seu projeto o clube procurava uma empresa para assumir os naming rights da arena. Após diversas negociações fracassadas, em setembro de 2020 o clube anunciou a parceria com a Hypera Pharma, dona da Neo Química. O acordo foi de R\$ 300 milhões por 20 anos. Com isso, o estádio começou a se chamar Neo Química Arena.



2022

A parte preocupante da Arena do Corinthians é a grande dívida que o clube tem com a Caixa Econômica Federal. Inicialmente, a Caixa emprestou R\$ 400 milhões de reais para a construção do estádio em 2013. O clube acabou tendo dificuldades para quitar o valor e hoje a dívida chega na casa dos R\$ 600 milhões de reais. Em julho de 2022, o Caixa e o Corinthians chegaram em um acordo para que o empréstimo seja pago até 2041. O clube deve pagar apenas 300 milhões da dívida, pois o valor do contrato dos naming rights vai todo para o pagamento dívida.

Expediente

Redação

Andrezza dos Reis Souza
Agatha Menes do Nascimento
Bárbara R. Nogueira Nakashima
Beatriz Rodrigues Macedo
Beatriz Gonçalves da Silva
Bruna Nunes de Souza
Caio Henrique Parnaíba Fonseca
Caio Oliveira Paggi Alves
Carolina Corrêa
Emily Alves dos Santos
Gabriel Alexandre da Silva
Gabriel Delgado da Silva
Gabriela da Silva Conceição
Gabriela Francia Fernandes
Gabriely Domingues Coelho
Guilherme Souza Silvério
Julia Gil Ferreira
Larissa Lima
Larissa Stephanie de Lima
Laura Martins
Leticia Bregalante
Lucas Ferreira Urban
Lucas Gonçalves Santos
Lucas Henrique da Cruz
Maria Eduarda Carvalho Valentim
Maíra Fernandes
Maria Laura Z. Restino
Mariana Martin Siqueira
Mirella Fernanda Dias do Nascimento
Paulo Ricardo Veros de Sousa
Samuel Edson
Vitor Henrique Alves
Victoria M. N. Pinheiro Coutinho
Yasmin Bessa da Silva

Equipe

Orientador: Prof. Wiliam Pianco
Editor-Chefe: Felipe da Costa Rico
Editoria de Arte:
-Rebeka Gabrielle
-Samara Chrystine
-Samantha Filóchromo

Leia o QR CODE
para conferir as
outras edições
da revista
Paulistana





Centro Universitário FMU-FIAM FAAM
Comunicação Social | Jornalismo 6º Semestre 2022

NOVEMBRO
2022



FMU
CENTRO UNIVERSITÁRIO

FIAMFAAM
Centro Universitário

Foto/Reprodução: Avenida Paulista, por Bianca Neves