

O PERIGO MORA EM CASA: PAIS E MÃES VIOLAM DIRETOS DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Revista

Cidadania & Meio Ambiente

CAMINHANDO JUNTO COM A SOCIEDADE

câmara
cultura

Nº 53 - ANO IX, 2014

PREVENÇÃO

BANCO DE SEMENTES É A SOLUÇÃO
PARA DRIBLAR OS EFEITOS DA SECA

ALERTA

PESQUISA: AOS 13 ANOS, JOVEM
JÁ TOMA O PRIMEIRO GOLE DE ÁLCOOL

CLIMA

EL NIÑO, LA NIÑA E EFEITO ESTUFA
TAMBÉM TÊM SEU LADO POSITIVO

VEÍCULOS DEMAIS!

ENGARRAFAMENTOS, POLUIÇÃO,
TRANSPORTES PÚBLICOS
DEFICIENTES, PESSOAS
ESTRESSADAS NO TRÂNSITO...
ONDE É QUE VAMOS PARAR?



**Se ouvir um aluno dizer
que está em recuperação,
fique tranquilo.
Ele está falando do meio ambiente.**



Traga seu filho para o Qi e mostre que está preocupado não só com o que ele aprende em sala de aula, mas com o mundo que ele irá construir fora dela. É a chance dele participar de iniciativas, como o Qi Ambiental, um conjunto de projetos escolares voltados para o meio ambiente e práticas sustentáveis. Ali, os alunos vivenciam e trocam experiências sobre cuidado e preservação, com resultados que vão muito além dos ganhos pedagógicos. Matricule seu filho. O futuro do planeta agradece.

Qi
Colégio Qi

Para pais
que se
importam.

Ensino Fundamental I e II • Ensino Médio • Pré-Vestibular • Tel.: (21) 3281-3401 • colegioqi.com.br
Rio de Janeiro: Recreio • Tijuca • Botafogo • Ipanema • Méier • Freguesia

EDITORIAL

Negacionismo, comodismo e alienação

Em 'clima' de mais uma COP em direção a lugar algum, aos mais atentos já não é difícil perceber que passamos por momentos difíceis e delicados, não apenas em termos ambientais como também em termos humanitários.

No entanto, não são poucos que se sentem confortáveis e seguros no papel negacionista, ora negando a crise ambiental, ora negando o aquecimento global e, muitas vezes, até fazendo de conta que a grave crise alimentar que assolou o planeta entre 2007 e 2008 não aconteceu e não acontece agora.

É fácil ser negacionista porque basta negar e nada mais. Quem nega nada precisa provar ou demonstrar. A simples negativa se justifica por si mesma. Simples assim.

Ao contrário, os relatórios do IPCC demonstram à exaustão os fatos comprováveis do aquecimento global e os cenários prováveis das mudanças climáticas.

Os estudos do IPCC, com a efetiva participação de mais de 2.500 cientistas e mais de 600 instituições (universidades e centros de pesquisa) utilizam modelos matemáticos com quase mil variáveis e fatores de análise.

Além disto, nos últimos cinco anos, foram publicados mais de 500 trabalhos científicos, efetivamente documentados, com resultados, métodos e instrumental revisados por pares.

Os modelos matemáticos estão em permanente evolução, incorporando novos dados e fatores de análise. É uma excelente demonstração do conhecimento em construção. Assim estamos falando de um enorme e cientificamente consistente resultado demonstrável e comprovável.

Os negacionistas do aquecimento possuem pouquíssimos trabalhos publicados e, em geral, sem revisão por pares (*peer review, refereeing*, em inglês). Além do mais, utilizam fatores isolados ou poucas variáveis, o que permite concentrar os resultados em direção ao foco desejado.

A fome no mundo é um fato, amplamente demonstrado pela FAO e por outros incontáveis pesquisadores e relatórios ao redor do planeta. E a crise alimentar, iniciada em 2007, ainda se faz presente, atingindo quase 1 bilhão de pessoas em todo o mundo ou, para quem gosta de percentuais, 15% da população mundial.

Mas, nem por isso, muitos deixam de negar a crise alimentar ou, quando muito, minimizá-la. Talvez porque a fome do outro não doa em quem não a sente ou porque talvez não esteja faltando comida no supermercado da esquina. Pelo menos não para quem pode pagar.

As fontes de informação são mais do que suficientes para oferecer uma detalhada visão dessas crises, que se agravam a cada dia. Não que faça alguma diferença, porque os negacionistas já acharam o seu 'nicho', na confortável opção pelo comodismo e pela alienação.

Henrique Cortez



A REVISTA CIDADANIA & MEIO AMBIENTE É UMA PUBLICAÇÃO DA CÂMARA DE CULTURA EM PARCERIA COM A CORTEZ CONSULTORIA,

ASSESSORIA E REPRESENTAÇÕES

CNPJ Nº 56.798.390/0001-41
Telefax Rio de Janeiro (21) 2487-4128
Telefax Mangaratiba (21) 2780-2055
Celulares (21) 98197-6313 / 98549-1269
cultura@camaradecultura.org
www.camaradecultura.org

REPRESENTANTE COMERCIAL - BRASILIA

Armazem Eventos e Publicidade
PABX (61) 3034 8677
atendimento@armazemeventos.com.br

Cidadania & Meio Ambiente

DIRETORA EXECUTIVA: Regina Lima

regina@camaradecultura.org

EDITOR: Henrique Cortez

henrique@camaradecultura.org

SUBEDITORA: Ana Lúcia Prôa

anaproa@camaradecultura.org

EDITOR DE ARTE: Sidney Ferreira

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO: Achim Steiner, Amanda Rossi Mascaro, BBC Brasil, Chris Bueno, Cintia Moreira Marciliano da Costa, Clarissa Neher, ComCiência, Damian Carrington Blog, Daniela Chiaretti, Eduardo Mendonça, Grida-Arendal, IHU On-Line, Ivo Lesbaupin, Leandra de Mattos Spezzano, Manuela Carneiro da Cunha, Marcus Eduardo de Oliveira, Moisés de Souza Modesto Júnior, Nádia Pontes



Visite o portal EcoDebate

www.ecodebate.com.br

Uma ferramenta de incentivo ao conhecimento e à reflexão através de notícias, informações, artigos de opinião e artigos técnicos, sempre discutindo cidadania e meio ambiente, de forma transversal e analítica. Cidadania & Meio Ambiente também pode ser lida e/ou baixada em pdf no portal www.ecodebate.com.br

A Revista **Cidadania & Meio Ambiente** não se responsabiliza pelos conceitos e opiniões emitidos em matérias artigos assinados.

Editada e impressa no Brasil.



CAPA:
Stock Images

A Revista **Cidadania & Meio Ambiente** também pode ser lida e/ou baixada em pdf nos portais www.camaradecultura.org e www.ecodebate.com.br

6 *A imobilidade urbana*

A má qualidade dos serviços de transporte, a poluição, as mortes, os acidentes e o desperdício de tempo nos deslocamentos representam um retrocesso na qualidade de vida e comprometem o bem-estar geral das pessoas.

Cidadania & Meio Ambiente

Nº 53_ ANO IX_2014



14 *Banco de sementes*

Produtores rurais do Alagoas guardam, após o plantio, de 30% a 50% das sementes. Assim, toda a comunidade tem acesso a elas no ano seguinte e fica muito mais fácil atravessar os períodos de seca.

16 *Grandes mulheres inspiram alunas*

Conheça a história de uma professora que, percebendo que suas alunas tinham maus exemplos na mídia, decidiu apresentar a elas a história de mulheres que lutaram pelos direitos humanos. E acabou sendo premiada.

20 *Os jovens e as bebidas*

De acordo com uma pesquisa, adolescentes de apenas 13 anos já estão tomando seus primeiros goles de bebida. E, aos 15, experimentam drogas ilícitas. Tudo isso traz problemas para o seu aprendizado escolar.

24 *Estresse precoce*

Uma pesquisa mostrou que cerca de 70% dos pacientes com depressão têm histórico de maus-tratos na infância ou na adolescência. Eles também apresentam mais dificuldade para serem bem-sucedidos no tratamento.

28 *Os fenômenos climáticos*

El Niño, La Niña e efeito estufa são três ocorrências que provocam efeitos muito prejudiciais ao clima do planeta. Porém, eles também escondem lados positivos. Leia este artigo para conhecê-los.

32 *Violência em casa*

Segundo dados dos conselhos tutelares de todo o país, pais e mães são responsáveis por metade dos casos de violações aos direitos de crianças e adolescentes, como maus-tratos, agressões, abandono e negligência.



Carmagedom

O FRUTO DA IMOBILIDADE URBANA

O estresse cotidiano no trânsito seria um sinal do fim dos tempos? Afinal, o excesso de veículos nas ruas está gerando congestionamentos diários, e essa situação caótica poderia provocar uma batalha final contra a mobilidade urbana. Veja, aqui, uma análise dessa situação conturbada. Mas conheça, também, algumas alternativas que estão sendo pensadas, no Rio de Janeiro e em São Paulo, para melhorar o ir e vir da população.

POR **José Eustáquio Diniz Alves**

Armagedon é um termo bíblico para indicar uma batalha final, algo como o fim do mundo. Em termos contemporâneos o Armagedom tem sido associado às possibilidades de catástrofe, como uma guerra nuclear e outros eventos de extrema gravidade. Exatamente porque o termo é carregado de dramaticidade que foi cunhada a expressão "Carmagedom", significando que o excesso de carros conjugado com a falta de infraestrutura viária está provocando uma batalha final contra a mobilidade urbana. A vida nas cidades, com seus congestionamentos crescentes e as dificuldades de deslocamento, está se tornando um inferno.

A revista Estudos Avançados (v. 27, n. 79), da Universidade de São Paulo (USP), publicou vários artigos sobre a questão da mobilidade urbana e o direito à cidade. O artigo do urbanista Jorge Wilhelm (que morreu no dia 14/02/2014, aos 85 anos, devido a complicações após ter sofrido um acidente de carro em dezembro de 2013), mostra que na Grande São Paulo ocorrem 35 milhões de deslocamentos, sendo 23,51 milhões somente na capital. Segundo o autor, "o grave congestionamento de todos os acessos urbanos a rodovias permite antever, em curtíssimo prazo, uma situação caótica de paralisação diária do trânsito à entrada e saída da cidade".



Uma frota numerosa

Segundo o Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea), o Brasil possui 50,2 milhões de automóveis, 19,9 milhões de motos, 7,9 milhões de outros veículos motorizados. Em São Paulo, eram 40 veículos para 100 pessoas, onde a velocidade média dos automóveis e ônibus é de apenas 22 quilômetros por hora, com congestionamentos de 120 quilômetros. As carroças andavam mais rápido na antiga Vila de Piratininga. Dados do Detran de São Paulo mostram que 130 mil novos automóveis foram registrados na cidade em 2013, o maior crescimento da frota em três anos. Com isso, a capital fechou o ano com 5,4 milhões de carros. A cidade tem hoje 11,8 milhões de habitantes – o que significa uma média de um carro a cada duas pessoas.

Muito carro e pouca infraestrutura significa vários tipos de problemas. As taxas de acidentes com veículos no Brasil

(22,5 mortes por 100 mil pessoas) são mais altas que na Índia (18,9) e na China (20,5) e o dobro dos Estados Unidos (11,4). As perdas no trânsito em São Paulo chegam a R\$ 40 bilhões por ano; cada cidadão deixa de ganhar ou aplicar R\$ 3,6 mil enquanto preso em congestionamentos. O setor de transporte é o segundo maior emissor de poluentes (7% a 9%); 68% dessas emissões se devem ao transporte individual, 32% ao coletivo. Mas só 3,8% dos 5.565 municípios têm planejamento para a mobilidade urbana, que a legislação exige – embora recursos federais de R\$ 90 bilhões tenham ido para o setor no ano de 2009.

O jornalista Washington Novaes comenta a situação do caos urbano: “Quem convencerá o poder público a mudar esse quadro? Mas os números e argumentos estão aí. E não há como contestá-los”. O problema é que o poder público é o principal culpado da situação. Os governos petistas (Lula

PESQUISA

“O acesso ao transporte particular deveria ser dificultado”

Alessandro Rodrigues sofre com o trânsito diário para chegar ao trabalho. Morador do Riacho Fundo I, região administrativa do Distrito Federal, o assistente administrativo da Universidade de Brasília (UnB) precisa sair de casa às 6h30 para iniciar a jornada às 8h. A demora no trajeto de 27 km é consequência do tráfego congestionado das grandes cidades. No Brasil, a estimativa é de que um a cada quatro habitantes possua automóvel. A proporção é maior em Brasília, onde existe um carro particular para cada dois habitantes.

O servidor público prefere o automóvel ao ônibus, mesmo já tendo ouvido falar que o coletivo é mais rápido. “É uma questão de comodidade”, diz Alessandro. Para o psicólogo e pesquisador Fábio de Cristo, a opção dos brasileiros pelo carro próprio é uma questão de hábito. “O uso do automóvel pode ser considerado um automatismo que não passa pelo crivo do usuário”, explica ele, que se dedica a estudos sobre comportamento no trânsito.

Mas, se o brasileiro não reflete sobre a iniciativa de usar o automóvel, por que as estradas, ruas e rodovias do Brasil estão cada vez mais cheias? Para Fábio de Cristo, esse é um reflexo do incentivo exagerado ao consumo de carros particulares, com a redução do IPI, por exemplo. “Um dos princípios da política nacional de trânsito é o estímulo ao uso de transporte coletivo. No entanto, o Brasil negligencia essa diretriz em detrimento de estratégias econômicas”, afirma.

O psicólogo defende uma estratégia oposta à tomada pelos governantes. “É preciso tomar medidas de impacto, que dificultem o acesso ao transporte particular, para que as pessoas passem a deliberar sobre a melhor opção para mobilidade urbana”, garante. Nessa expectativa, Fábio aponta a cobrança em estacionamentos públicos como uma das medidas para a contenção do crescimento das frotas de automóveis do país.

“Se o indivíduo constata que andar de carro é mais difícil, ele poderá voltar a deliberar e escolher usar o ônibus”, avalia. Nesse ponto, o especialista afirma que será necessário que o cidadão, ao tomar a decisão de utilizar o transporte coletivo, encontre um sistema público de qualidade. “Senão ele voltará a usar o carro ou poderão acontecer consequências psicológicas, como sentimento de injustiça, sofrimento e revolta”.

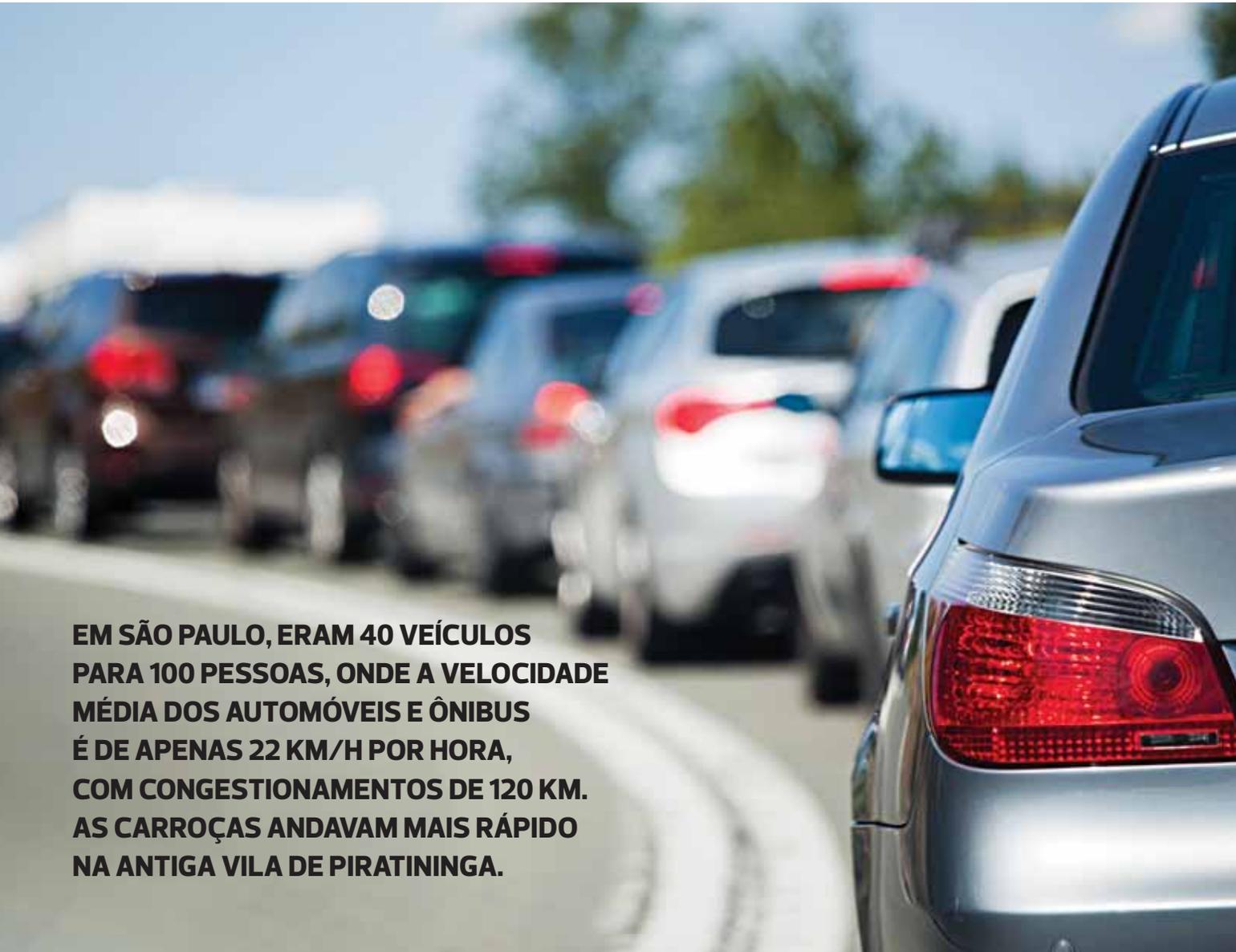
Fábio de Cristo realizou uma tese de doutoramento orientado pelo professor Hartmut Gunther, do Instituto de Psicologia da UnB, e durante quatro anos entrevistou centenas de brasileiros, de diferentes estados do país, sobre comportamento no trânsito. O pesquisador desenvolveu o estudo “O hábito de usar automóvel tem relação com o transporte coletivo ruim?”, em que explica comportamentos e aponta contribuições para a questão da mobilidade urbana no país. (Ádria Tavares, Secretária de Comunicação da UnB/UnB Agência)

e Dilma) adotaram diversas medidas para ampliar o acesso ao veículo particular, com o argumento da democratização da posse do automóvel e a ampliação do consumo da classe média. Mas em vez de investir em infraestrutura viária, o governo fez desonerações fiscais e ficou sem dinheiro para viabilizar a liberação do tráfego. Além disso, o governo tem evitado o reajuste da gasolina, provocando um aumento do consumo, déficits crescentes na balança comercial e sérios problemas no orçamento da Petrobras.

Como disse o economista francês François Chesnais, em entrevista ao IHU (6/3/2014): "A indústria automobilística foi escolhida como o motor do crescimento doméstico e mantida neste papel apesar da visível perda do seu poder e dos problemas sistêmicos urbanos de grande magnitude nas cidades". O governo abriu mão de quase R\$ 12 bi do imposto da gasolina, cujo objetivo era investir em infraes-

trutura de transportes. O país deixou de arrecadar também outros R\$ 11 bilhões com a redução da tributação sobre o automóvel. Somando tudo, foram quase R\$ 23 bi que o país gastou em subsídios para a classe média ficar presa nos congestionamentos.

Também os empresários reclamam da dificuldade de circulação de cargas urbanas que inviabiliza o sistema just-in-time, que poderia proporcionar ganhos no processo produtivo através da redução de estoques e da diminuição no tamanho dos lotes, mas requer uma maior frequência de entregas e, portanto, um maior número de viagens automotivas. Assim, o aumento da participação de veículos de carga cria novos conflitos, além da disputa por vagas em estacionamento e espaço nas vias, entre veículos particulares, ônibus, motos, vans e caminhões de diversas capacidades de carga.



EM SÃO PAULO, ERAM 40 VEÍCULOS PARA 100 PESSOAS, ONDE A VELOCIDADE MÉDIA DOS AUTOMÓVEIS E ÔNIBUS É DE APENAS 22 KM/H POR HORA, COM CONGESTIONAMENTOS DE 120 KM. AS CARROÇAS ANDAVAM MAIS RÁPIDO NA ANTIGA VILA DE PIRATININGA.

A população sofre

Mas a imobilidade urbana prejudica toda a população. Os dados do censo demográfico 2010, do IBGE, mostram que, entre as pessoas com alguma ocupação, 31,03% dos residentes na capital paulista e 25,3% dos fluminenses, demoram mais de uma hora no transporte para o trabalho. Ou seja, são pessoas que gastam mais de duas horas por dia para se locomover da casa para o emprego e do emprego para casa.

Essas mais de duas horas desperdiçadas no trânsito diariamente não são apenas jogadas fora, mas representam um estresse muito grande para as pessoas, com reflexo negativo na dinâmica das empresas, das famílias e dos indivíduos. Duas horas perdidas por dia multiplicado por milhões de pessoas são um montante imenso de tempo que poderia ser usado para aumentar a produção econômica, a educação, a saúde ou mesmo o lazer e o descanso.

O Brasil é apenas um pequeno exemplo da civilização do automóvel e dos combustíveis fósseis que ocupa as ruas e lança CO₂ na atmosfera, acelerando o aquecimento global. O mundo já tem mais de 1 bilhão de veículos e pode chegar a 2 bilhões até 2030, segundo Sperling e Gordon, no livro *Two Billion Cars: Driving Toward Sustainability*, de 2009. Mas uma reportagem da Bloomberg (24/02/2014) mostra que o mundo pode deixar de produzir tantos veículos como previsto, pois está se chegando ao "Pico do Carro" ('Peak Car') na era do Pico do Petróleo.

A perda de mobilidade urbana, o custo excessivo do transporte público e privado, a má qualidade dos serviços de transporte, a poluição, as mortes e acidentes e o desperdício de tempo nos deslocamentos representam um retrocesso na qualidade de vida e podem comprometer o bem-estar geral das pessoas. O direito à cidade está se transformando em um "carmagedon" que engarrafa e mata a mobilidade, inviabilizando o pleno desfrute dos espaços públicos urbanos.



Ônibus elétrico testado no Rio

Em 2014, a cidade do Rio de Janeiro foi uma das primeiras capitais, junto com São Paulo e Salvador, a testar o ônibus 100% elétrico. O E-Bus circulou pelas ruas da cidade nos meses de abril e maio, na linha 249, que faz o trajeto Água Santa-Carioca. O veículo fez três viagens de manhã e duas à tarde. Os testes deste novo modelo do sistema de ônibus contaram com o apoio da Prefeitura do Rio e do Grupo C40 de Grandes Cidades para a Liderança Climática, que é atualmente presidido pelo prefeito Eduardo Paes.

"O Rio, mais uma vez, é pioneiro, trazendo tecnologia de ponta a nível mundial. Um ônibus totalmente elétrico para entrar em testes nas ruas da cidade. Isso espelha dois compromissos: o da prefeitura com a sustentabilidade e a busca de maior conforto, mais tecnologia e mais comodidade para o sistema de ônibus do Rio. Estamos orgulhosos por estreitar no Brasil esse meio de transporte e temos certeza que será aprovado pelos passageiros", destacou o secretário municipal de Transportes, Carlos Roberto Osorio.

Esse modelo, da empresa chinesa BYD, é o primeiro 100% elétrico produzido em massa no mundo e o único que usa bateria de fosfato de ferro, considerada a mais limpa e segura já que são recicláveis e à prova de fogo. As baterias ficam no teto e nos eixos do veículo e serão recarregadas através de um sistema já instalado na Rodoviária A. Matias Consórcio Internorte, responsável pela linha 249. A recarga leva apenas cinco horas e permite autonomia de 250km.

"Nós já testamos ônibus híbridos, a gás, e entendemos que o grande futuro está reservado ao sistema de ônibus elétrico. Vamos testar esse veículo, verificar sua adequação, segurança e autonomia. Se, a partir disso, entendermos que ele possa ser viável comercialmente, nós pretendemos ter outros veículos, de modo a viabilizar com essas novas tecnologias, transporte sustentável, com emissão zero de poluente", disse o presidente da Fetranspor, Lélis Teixeira.

O ônibus comporta 29 passageiros sentados e 50 em pé, além do espaço reservado para cadeirantes. Seu consumo energético, segundo a empresa fabricante, é equivalente a 1,2 kWh/km, com menor custo operacional e de manutenção que um ônibus convencional. Os motores elétricos ficam embutidos nas rodas do eixo traseiro, são silenciosos e não emitem poluentes. A configuração, além de permitir recuperar energia nas frenagens, oferece piso baixo em toda a extensão da carroceria, o que facilita o acesso das pessoas portadoras de deficiência e idosos.

Quem ficou bastante animado com a novidade foi o motorista Cláudio Queiroz, que conduziu o veículo. Ele foi selecionado na empresa pela boa capacidade em lidar com o público idoso e com deficientes. "Adorei a ideia de transportar os passageiros nesse ônibus, que é muito bom, sem ruído, confortável e com pouca absorção de calor. Além de tudo isso, ele não polui o meio ambiente", disse o motorista.

Em 2015, será a vez de o E-bus ser testado nos corredores do BRT do Rio de Janeiro. O problema, ainda, é o preço. Nos testes com a linha 249, os resultados do desempenho foram muito bons. Mas, segundo o gerente de Operações da Mobilidade da Fetranspor, Guilherme Wilson, os ônibus elétricos chineses custam até R\$ 900 mil, enquanto os convencionais que rodam na cidade, sem ar-condicionado, custam R\$ 300 mil. Ainda assim, a ideia não está totalmente descartada: com o avanço tecnológico, a produção em larga escala e desenvolvimento de novas baterias, a tendência é que o preço do e-bus caia.

(ANNA BEATRIZ CUNHA, Informe da Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro).



No Rio de Janeiro, em abril e maio de 2014, a linha 249 (Água Santa-Carioca) foi a primeira a testar o uso do E-bus. Seu interior comporta 29 passageiros sentados e 50 em pé.



SEGUNDO O IBGE, 31% DOS RESIDENTES DA CAPITAL PAULISTA GASTAM MAIS DE DUAS HORAS POR DIA PARA SE LOCOMOVER DA CASA PARA O EMPREGO E DO EMPREGO PARA CASA. É UM ESTRESSE MUITO GRANDE PARA AS PESSOAS, COM REFLEXO NEGATIVO NA DINÂMICA DAS EMPRESAS, DAS FAMÍLIAS E DOS INDIVÍDUOS.

“O Pedágio Urbano Inteligente é uma forma tranquila de mitigar o caos do tráfego”

O veto do prefeito à extinção do rodízio pela Câmara Municipal, em meio ao caos da mobilidade de São Paulo, fez lembrar o esgotamento dessa medida “extrema” de restrição ao uso do carro particular. Seria razoável insistir com esse rodízio primitivo, que não reverte um tostão para a mobilidade e o transporte público? Seguiremos amargando esse rodízio, com fronteiras ampliadas, de dois, três ou mais finais de placa, e este cenário sufocante de horas a fio dentro do carro, ou massacrados nos ônibus, respirando concentrações de poluentes cancerígenos de oito a dez vezes maiores que os já altíssimos níveis de poluição que contaminam os pedestres? Não seria o momento de debater, sem preconceito, e afastados da política, o Pedágio Urbano Inteligente (PUI), como alternativa racional a esse modelo impossível de imobilidade urbana? A cobrança pelo uso da via na cidade sempre gerou certa controvérsia inicial onde implementada, mas nunca depois de sua consolidação. A experiência mostra que o maior aliado do pedágio urbano é a sua própria existência. A opinião pública foi sempre revertida para uma boa aceitação após a constatação de suas muitas virtudes.

O PUI não é o que cerca a área central como o rodízio ou o pedágio urbano de Londres. É uma forma bem mais elaborada de restrição, por meio da detecção e identificação eletrônica do veículo e cobrança proporcional ao tempo de permanência nos trechos congestionados. A arrecadação deve ser integralmente aplicada no desenvolvimento da mobilidade sustentável local (ciclovias, calçadas, parklets, etc.) e do transporte público de qualidade. O PUI tem notáveis vantagens sobre essas alternativas. Vejamos.

É amplamente democrático e socializante: onera com justiça e parcimônia o uso individual e abusivo do limitado espaço viário público, tornando-o mais eficiente, limpo e produtivo. Mas o usuário do automóvel dificilmente enxerga além de “direitos individuais”. Ao arcar com um custo de deslocamento em vias congestionadas menor do que o real – que incluiria necessariamente o custo socioambiental da imobilidade –, ele é indevida e sutilmente incentivado pelo Poder Público a ter um comportamento perdulário, fazendo mais viagens motorizadas e usando mais espaço viário do que poderia numa economia eficiente e socialmente equilibrada.

O PUI é uma espécie de política de Robin Hood: tira do transporte individual, espaçoso e contaminante, e dá mais mobilidade para os cidadãos sustentáveis que usam outros meios alternativos e o transporte público – estes sempre muito mais comedidos, por passageiro transportado, nas emissões de poluentes, no consumo de combustível e no uso do espaço viário comum.

Ele é flexível: de adoção gradativa, tem tarifas básicas progressivas e diferenciadas por tipo de corredor viário e categoria de veículo, ajustadas conforme os níveis típicos de emissão e consumo de cada modelo – e pelo valor do IPVA –, sem causar impacto relevante na população de menor renda, especialmente no início do processo. A progressividade é ajustada ao ritmo da expansão da oferta de transporte público. Assim, levará alguns anos antes de apresentar os melhores resultados, é preciso deixar isso claro.

Em dez anos de PUI, podem ser levantados em São Paulo recursos da ordem de R\$ 30 bilhões, o que dá para construir 70 km de metrô, 500 km de VLT (bondes modernos) ou 1.000 km de BRT (corredores de ônibus com operação avançada). Daí, vem uma outra pergunta: o que o rodízio fez em prol do passageiro do transporte público – maior vítima dos congestionamentos – durante seus quase 20 anos de existência?

Mas as virtudes não param por aí. A operação do PUI, além de flexível, é generosa. Ele é ativado apenas nos trechos e horários onde se observam congestionamentos e permite que em situações de emergência individual, as pessoas usem seus carros, sem serem severamente penalizadas com multas abusivas (mais de R\$ 90) e perda de quatro pontos na carteira, como no caso do truculento rodízio – um programa governamental de “queixo duro” que castiga impiedosamente usuários em emergências ou quando presos em congestionamentos inesperados próximo aos horários-limite.

De natureza evoluída e sem o extremismo do rodízio, o Pedágio Urbano Inteligente é uma forma tranquila de mitigar o caos do tráfego motorizado e a poluição urbana. Mas, para que se torne realidade, autoridades e políticos devem pôr de lado o cego apego às urnas e abrir os olhos para a qualidade da mobilidade na obstruída metrópole.

OLIMPIO ALVARES é engenheiro mecânico da Poli-USP, especialista em emissões e controle de poluição do ar, consultor em Meio Ambiente e Transporte Sustentável e colaborador do Instituto Saúde e Sustentabilidade.



STOCKIMAGE

BANCO DE SEMENTES DRIBLA A SECA

Agricultores estão conseguindo fazer um verdadeiro milagre: continuar com a produção mesmo nos períodos de estiagem do sertão de Alagoas. A iniciativa, na verdade, existe desde a década de 1980. E, a cada ano que passa, se fortalece para garantir alimentação sustentável ao longo do ano todo.

POR **Mariana Branco**

Sementes saudáveis para o plantio em plena estiagem no sertão de Alagoas, que podem ser comercializadas, plantadas ou ainda servir de alimento para os rebanhos. Isso é possível a partir da união de 300 agricultores na Cooperativa de Pequenos Produtores Agrícolas de Bancos Comunitários de Sementes (Coppabacs). Os produtores rurais pegam as sementes emprestadas e, após o plantio, destinam de 30% a 50% do obtido a um banco criado para guardá-las. Assim, toda a comunidade tem acesso a elas e fica mais fácil atravessar os períodos de seca.

O agricultor Sebastião Rodrigues Damasceno, de 58 anos, viu essa iniciativa surgir e hoje é um dos diretores da Coppabacs. A ideia começou a tomar forma nos anos

1980, com o trabalho da Comissão Pastoral da Terra junto aos pequenos produtores, e depois foi criada a cooperativa. De acordo com Sebastião, a armazenagem das sementes é feita em vasos de zinco lacrados com cera de abelha. "É uma garantia de alimentação sustentável e de que haverá plantio no próximo ano", diz o produtor, que vive em uma área rural perto do município alagoano de Santana do Ipanema.

É preciso armazenar água

O plantio das sementes estocadas mesmo durante a estiagem é possível graças ao acesso a sistemas de captação e armazenamento de água. De acordo com Sebastião Damasceno, boa parte dos sócios do Coppabacs foi bene-

ficiada por programas da organização não-governamental Articulação no Semiárido Brasileiro (ASA). A entidade, que trabalha com a ajuda de recursos do governo federal e de outros parceiros, fornece material para a construção de cisternas e mecanismos para captar água da chuva, tanto para consumo humano quanto para as plantações no Semiárido.

Sebastião Damasceno explica que a resistência das sementes armazenadas é de aproximadamente dois anos. Caso a seca se prolongue além desse prazo, a solução é

comprar sementes em regiões não afetadas, usando recursos da cooperativa. "Vimos em Minas Gerais e estamos com o sonho de colocar em Alagoas uma câmara para guardar sementes, com temperatura controlada. Nela, a durabilidade aumenta para cinco anos", destaca o agricultor. Ele ressalta ainda que a estocagem preserva sementes de espécies nativas do Semiárido, garantindo a biodiversidade. 🌱

MARIANA BRANCO é da Agência Brasil.



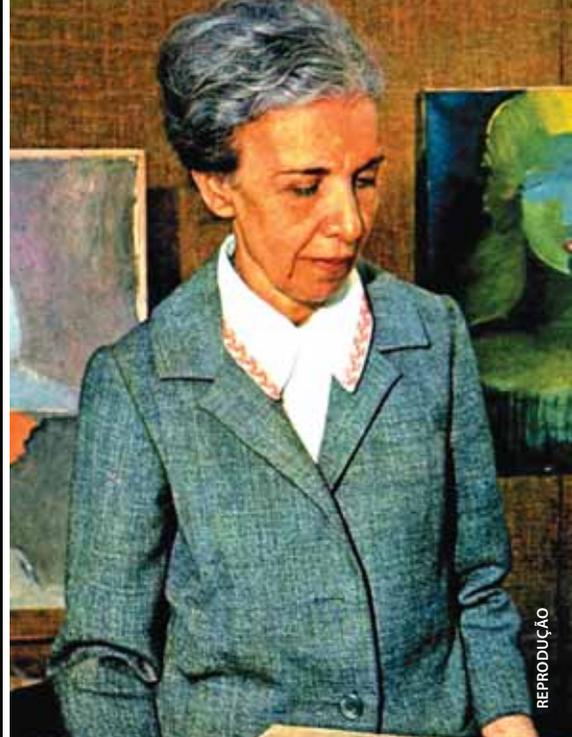
Conheça melhor a Coppabacs

A Coppabacs é uma cooperativa dos bancos comunitários de sementes, que surgiu na década de 1980, no povoado de Tabuleiro, no município de Água Branca. A ideia começou a partir do trabalho das Comunidades Eclesiais de Base (CEBs), onde passaram a trabalhar a problemática da semente, ou seja, a falta dela na época do plantio. Isso porque a Secretaria de Agricultura, quando as mandava, era em pequena quantidade e nem sempre no período do plantio, além de ainda haver o controle dos políticos da região e do município. Nas reuniões, surgiu a ideia da roça comunitária para garantir sementes de forma coletiva. Assim surgiu o primeiro Banco Comunitário de Semente na região, com o objetivo de guardar a semente de forma coletiva para garantir o plantio de cada ano.

As famílias que fizeram a roça se tornaram sócias dos bancos, onde se reuniam e conversavam sobre os problemas do cotidiano. Na época do plantio, tiravam as sementes dos vasos e as distribuíam entre elas. Na época da colheita, cada uma devolvia com um acréscimo, fortalecendo o banco e aumentando o número de sementes. Dessa forma, a experiência se expandiu na região do alto sertão.

Em 1992, foi criado o Banco de Armazenamento e Comercialização de Sementes (Bacs), o qual armazenava a produção dos sócios dos bancos e depois comercializava. O Bacs durou até 1995, quando foi extinto por não estar mais atento às reais necessidades dos sócios. Assim, em novembro de 1996, os ex-sócios do Bacs criaram a Coppabacs, com o objetivo de comercializar a produção, além de prestar outros serviços, como implementos e insumos agrícolas, capacitação em técnicas e formação contínua aos seus associados. A Coppabacs tem hoje 312 sócios ativos em 14 bancos comunitários de sementes, em oito municípios do alto e médio sertão. Porém, de forma indireta, um total aproximado de 1.800 pessoas são beneficiadas.





DARREN STAPLES/REUTERS

REPRODUÇÃO

EDUCAÇÃO

ALUNAS SE INSPIRAM EM GRANDES MULHERES

Uma professora do Distrito Federal, reparando que as meninas de sua turma tinham um comportamento erotizado (fruto da referência da mídia atual), teve uma brilhante ideia: apresentar a elas a história de personalidades femininas que lutaram pelos direitos humanos. A iniciativa acabou sendo premiada.

POR **Yara Aquino**

Apresentar a estudantes do Ensino Médio personalidades femininas que têm trajetória de destaque foi o que motivou a professora Gina Vieira Ponte, da rede pública do Distrito Federal, a criar o Projeto Mulheres Inspiradoras, um dos vencedores do Prêmio Nacional de Educação em Direitos Humanos, entregue em dezembro de 2014. O projeto incentiva a leitura, a escrita e o respeito à igualdade de gêneros.

Em contato com os estudantes por meio das redes sociais, a professora conta ter observado que as adolescentes postavam conteúdos com teor erotizado, como fotos e vídeos com poses e danças sensuais. As postagens, muitas vezes, geravam comentários desrespeitosos por parte dos meninos. Ao pesquisar o motivo desse comportamento, Gina concluiu que os jovens reproduziam o que viam de personalidades que estão na mídia e têm apelo entre os jovens.

"Fui investigar e descobri que se trata de um comporta-

mento que é uma característica do uso da tecnologia para a sexualidade e constatei que, muitas vezes, elas [as meninas] fazem isso celebrando as referências que estão nas grandes mídias, então, seria natural que reproduzissem esse referencial", explicou a professora, que trabalha no Centro de Ensino Fundamental 12 da Ceilândia, uma das regiões administrativas do Distrito Federal.

Hora de mudar

Na tentativa de mudar essa situação e mostrar referências diferentes, Gina decidiu apresentar aos alunos do 9º ano exemplos de mulheres que tiveram a trajetória marcada pela defesa dos direitos humanos ou atuaram pelo bem da coletividade. Começou assim o Projeto Mulheres Inspiradoras e foram selecionadas dez personalidades, como a poetisa goiana Cora Coralina, a escritora judia Anne Frank, a ativista paquistanesa Malala Yousafzai, a médica Nise da Silveira e a biofarmacêutica

Maria da Penha Fernandes, cuja luta inspirou a Lei Maria da Penha, que endurece as punições para os casos de violência doméstica contra a mulher. Os estudantes leram biografias sobre elas e entrevistaram uma mulher inspiradora do seu convívio, como a avó, a mãe ou uma vizinha.

A professora conta que o projeto buscou oferecer também uma referência positiva para as redes sociais, convidando pessoas para fotografar segurando um cartaz com a frase "Nós dizemos não a qualquer violência contra a mulher". A iniciativa, explica ela, foi pautada pelo estudo da biografia de Maria da Penha, vítima de violência do marido. "Criamos uma rede do bem em defesa da mulher e de uma sociedade pautada na defesa da igualdade de gênero."

Lições de valorização

A estudante Júlia Rodrigues de Medeiros, de 14 anos, conta que, com as atividades, percebeu que só conhecia as mulheres famosas que não trabalham em favor da sociedade. "Aprendemos a valorizar as mulheres que estão ao nosso redor e que fazem uma revolução silenciosa e que, às

vezes, não percebemos. Precisamos prestar atenção a elas e dar valor", disse Beatriz.

Júlia destaca que, entre as personalidades que estudou, sua preferida foi Irena Sendler. "Achei muito heroico o que ela fez, ao salvar crianças dos campos nazistas na Segunda Guerra Mundial. Ela foi perseguida e, mesmo assim, não parou", disse a estudante.

Na avaliação da professora Gina, os resultados do projeto são positivos e fizeram aumentar o interesse dos estudantes pela escola. "Buscamos uma educação preocupada com a formação para a cidadania. Uma educação que não é capaz de transformar o comportamento das pessoas, ela não está cumprindo seu papel".

O Projeto Mulheres Inspiradoras foi o vencedor do prêmio entre as escolas públicas da categoria "A Educação em Direitos Humanos na Escola". Esta foi a quarta edição do prêmio, que é uma iniciativa da Secretaria de Direitos Humanos e do Ministério da Educação, com apoio de organizações ligadas às duas áreas. 🌱

YARA AQUINO é repórter da Agência Brasil



Mulheres inspiradoras: a ativista paquistanesa Malala Yousafzai, a médica Nise da Silveira (ambas na página ao lado), a escritora Cora Coralina, a judia Anne Frank e, à direita, Maria da Penha Fernandes, cujo exemplo originou a Lei Maria da Penha.





OPERADOR LOGÍSTICO OFICIAL

TM Rio 2016.

Fale com os Correios: correios.com.br/falecomoscorreios
CAC: 3002.0100 ou 0800.725.7282 (informações) e 0800.725.0100 (sugestões e reclamações)
Ouvidoria: correios.com.br/ouvidoria - SIC: correios.com.br/acessoainformacao



Os Correios têm um compromisso com o maior serviço de entrega do mundo: a natureza.

Atitudes sustentáveis como a Coleta Seletiva Solidária, o EcoPostal, os veículos elétricos, e muitas outras, são atitudes dos Correios para preservar a natureza e permitir que ela continue fazendo o seu trabalho. E, com o Sistema de Gestão Ambiental, o compromisso com o meio ambiente se tornou ainda maior e mais efetivo.

correios.com.br/sustentabilidade

REMETENTE

DESTINATÁRIO

ALERTA

WORDPRESS

**JOVENS
ESTÃO
BEBENDO
CEDO
DEMAIS**

Uma pesquisa descobriu que os adolescentes têm seu primeiro contato com bebidas alcoólicas aos 13 anos. Cerca de dois anos depois, partem para drogas ilícitas. A consequência mínima desse uso é comprometer o aprendizado. Mas pode se tornar um grave problema, levando à dependência e até à morte

POR **Marcela Baggini**

O mel é, na verdade, um subproduto pequeno quando comparado ao valor do serviço de polinização prestado pelas abelhas, que corresponde a quase 10% do valor da produção agrícola mundial", destacou a professora da Universidade de São Paulo (USP) Vera Lúcia Imperatriz Fonseca, durante palestra no segundo encontro do Ciclo de Conferências 2014 do programa Biota-Fapesp Educação, realizado no dia 20 de março de 2014, em São Paulo.

Pesquisa na Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto (EERP), da Universidade de São Paulo (USP), revela o que muitos já desconfiavam: garotos têm 2,2 vezes mais chances de cometer exageros relacionados ao consumo de bebidas alcoólicas se comparados às meninas. Porém, participar de atividades de cunho religioso reduz consideravelmente as chances de consumo.

"A vontade de provar algo novo, sejam drogas lícitas ou ilícitas, é comum no universo dos jovens", afirma a pesquisadora Efigenia Aparecida Maciel de Freitas, lembrando que o consumo de álcool apresenta consequências que vão desde episódios de exposição pessoal a tragédias como a morte.

Para sua tese de doutorado "Consumo de bebidas alcoólicas e outras substâncias psicoativas entre estudantes do Ensino Médio de Uberlândia-MG", a pesquisadora entrevistou, por meio de questionário, 1.995 jovens do Ensino Médio de diversas escolas públicas e de uma escola privada do município de Uberlândia, Minas Gerais. "O estudo traz não só a realidade dos jovens uberlandenses. Corroborar com outros realizados ao redor do mundo", salienta a pesquisadora.

Atualmente, no país, as principais causas de morte de adolescentes estão atreladas ao consumo prévio de álcool ou de outras substâncias psicoativas. A pesquisadora lembra que brigas seguidas de agressões físicas, relações sexuais sem proteção e graves acidentes de trânsito estão relacionadas ao consumo dessas bebidas.

Crack já aos 14 anos

A pesquisa, com 94,3% de estudantes de escolas públicas, revelou que eles têm o primeiro contato com a bebida aos 13 anos. "Álcool e tabaco são com essa idade. Porém, o uso de drogas mais pesadas, como crack, cocaína e maconha, é por volta dos 14, 15 anos".

Entre os 1.613 jovens que declararam já ter consumido álcool, a maioria (35,3%) diz que o primeiro contato com a substância foi na casa de amigos. Segundo a pesquisadora, algumas motivações relatadas para o contato com a bebida foram critérios de aceitação, como a entrada em um grupo ou como facilitador de relações interpessoais.

Boa parte desses jovens (28,7%) relatou ter o primeiro contato em sua casa, com pessoas do seu convívio diário. Para a pesquisadora, o dado é explicado com dois aspectos: Alguns pais acreditam que, se seus filhos bebem perto deles, estão protegidos. Porém, outros fazem isso para estimular a conduta, que pode trazer riscos, mesmo com a consciência dos pais.

Já sobre o Padrão Binge (ferramenta para conceituar um padrão de consumo), adolescentes do sexo masculino (70,2%) bebem mais do que as garotas (28,2%). A comparação não foi feita apenas entre os sexos, mas também nas escolas: a prática de cometer exageros com maior frequência foi maior na escola particular.

Questão de saúde pública

Segundo a pesquisadora, o uso abusivo de bebida alcoólica é uma questão de saúde pública em todos os países, uma vez que, ao ingerir bebidas alcoólicas, o organismo dos jovens tem a capacidade de aprendizado afetada devido a danos em duas partes do cérebro: o hipocampo, responsável pela aprendizagem e memória, e o córtex pré-frontal, que corresponde à nossa consciência, região considerada a "voz da razão".

Segundo a pesquisadora, são necessárias políticas de prevenção com crianças de 8 e 9 anos. "Essa é a idade anterior ao início do consumo. Então, as escolas e unidades de saúde devem começar a prevenção por elas", diz. A lei que proíbe a venda de bebidas alcoólicas para menores de idade também é lembrada na pesquisa, que sugere a maior severidade em sua aplicação.

"O uso abusivo dessas substâncias repercute na qualidade de vida do ser humano, afetando pessoas, famílias, comunidades e sociedade", ressalta Efigenia, lembrando que 3,2% da taxa de mortalidade são atribuídas ao uso de álcool. "Devemos capacitar os profissionais da saúde para que eles ofereçam um atendimento que produza impacto nos indicadores de saúde relacionados a esses jovens." 

MARCELA BAGGINI é do Serviço de Comunicação Social da Prefeitura do Campus de Ribeirão Preto.



ALERTA

Tratamento do jovem deve ser diferenciado

De acordo com o Instituto Persevere, que tem por objetivo principal informar e orientar sobre dependência química, é importante conhecer as características dos modelos de tratamento mais adequados aos grupos populacionais com características especiais. E, entre esses grupos, estão os jovens.

O adolescente é um indivíduo em desenvolvimento, o que implica no reconhecimento de características únicas dessa faixa etária que serão de grande importância no desenvolvimento do tratamento para os jovens. Afinal, eles são forçados a se adaptar a programas preexistentes. E, quando é solicitado que fiquem abstinente de álcool e drogas no início do tratamento, eles encontram dificuldades porque não conseguem, e muitas vezes não sabem, preencher seu tempo com atividades não relacionadas às drogas.

Diferentemente dos adultos, que já haviam desenvolvido seus papéis na sociedade antes da disfunção causada pelo uso indevido de drogas e/ou álcool, o adolescente e o pré-adolescente sabem, instintiva e logicamente, que não pode retornar aos seus 8 ou 10 anos de idade – situação anterior à experimentação dessas substâncias.

É indiscutível a necessidade de programas de tratamento especialmente desenvolvidos para faixas etárias mais jovens, uma vez que as necessidades deles diferem das dos adultos. Os jovens parecem estar mais preocupados com fatos presentes como vida familiar, na escola ou com os amigos do que com

possíveis comprometimentos físicos ou psíquicos que as drogas possam vir acarretar.

No passado, o abuso de drogas e álcool era visto como o principal problema causador de qualquer outra disfunção que o adolescente apresentasse. Atingindo a abstinência, todos os outros problemas estariam resolvidos, ainda que pouca atenção direta e específica tivesse sido dada a essas questões. Progressivamente, os objetivos no tratamento desses adolescentes passaram a incluir a mudança global no estilo de vida, desde a abstinência de qualquer substância psicoativa, desenvolvimento de atitudes, valores e comportamentos sociabilizantes, até o desenvolvimento de aptidões direcionadas a uma melhora das relações interpessoais e do desempenho acadêmico e vocacional.

Uma das principais tarefas no tratamento de adolescentes dependentes de drogas é a de ajudá-los a atingir a abstinência. Porém, a abstinência não é o objetivo final – que é retomada do desenvolvimento normal do adolescente. A obtenção da abstinência pode ser vista como uma porta ou ponte para a recuperação. Isto requer que o adolescente faça uma reformulação em sua identidade, de alguém que precisa de alguma droga para se divertir, aliviar o desânimo ou superar medos e problemas, para uma pessoa que consiga se divertir com a vida e superar suas dificuldades sem precisar de drogas.

Fonte: Instituto Persevere, site www.dependenciaquimica.inf.br.

PORTAL ECODEBATE CIDADANIA & MEIO AMBIENTE

O PARAÍSO NÃO ESTÁ PERDIDO

SE VOCÊ BUSCA ALTERNATIVAS CAPAZES
DE VIABILIZAR UM MUNDO MELHOR,
JUNTE-SE A NÓS NA DISCUSSÃO
DOS PROBLEMAS, DESAFIOS E AMEAÇAS
À SUSTENTABILIDADE DE NOSSO PLANETA

WWW.ECODEBATE.COM.BR

**AQUI VOCÊ ENCONTRA A INFORMAÇÃO FUNDAMENTAL
PARA A COMPREENSÃO CRÍTICA DA REALIDADE**



ESTRESSE PRECOCE DEPRESSÃO MAIS TARDE

Uma pesquisa revelou que crianças e adolescentes que são submetidos a traumas e maus tratos físicos têm mais chances de desenvolver um quadro depressivo quando se tornam adultos. **POR Samuel Antenor**

Uma pesquisa realizada na Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (FMRP-USP) verificou que o chamado estresse precoce – termo que engloba tanto traumas e maus-tratos físicos, como abusos sexuais e emocionais sofridos por crianças e adolescentes – pode agravar quadros de depressão na vida adulta. Coordenada por Mario Juruena, professor no Departamento de Neurociências e Ciências do Comportamento da FMRP, a pesquisa detectou registros permanentes no cérebro de quem passou por esse tipo de estresse e estabeleceu um meio de identificar a relação entre causa e efeito em diferentes tipos de depressão.

Em parceria com o professor Anthony Cleare, do King's College London, instituição britânica que mantém acordo de



STOCKIMAGES

cooperação com a Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (Fapesp), Juruena identificou alterações no eixo hipotálamo-pituitária-adrenal (HPA) – parte do sistema neuroendócrino que percebe as situações causadoras de estresse – como resultado de estresse precoce em pacientes com psicopatologias depressivas na vida adulta.

Desenvolvido em colaboração com a Seção de Neurobiologia dos Transtornos de Humor da Unidade de Doença Afetiva do Instituto de Psiquiatria do King's College, o estudo avaliou a associação entre abusos físico, sexual e emocional e negligências na infância e alterações específicas no eixo HPA e na função de receptores de hormônios responsáveis pelo metabolismo celular. O objetivo foi analisar desequilíbrios provocados pelo estresse precoce em dois subtipos prevalentes de depressão – a atípica e a melancólica.

"Buscamos avaliar quadros de depressão atípica e melancólica em adultos com dificuldade de resposta a tratamentos, o que tende a ocorrer com mais frequência quando há histórico de estresse precoce", disse Juruena à Agência Fapesp. Segundo ele, estudos anteriores e a experiência em atendimento clínico indicam que, em geral, 50% dos casos de depressão não respondem ao tratamento.

Metodologia do estudo

Os pacientes estudados foram divididos em três grupos distintos. Em todos foram medidos os níveis de secreção do hormônio cortisol e suas correlações com os receptores. O primeiro grupo foi formado por pessoas com histórico de estresse precoce e quadros de depressão. O segundo, por pessoas com quadros de depressão, porém sem histórico de estresse precoce. No terceiro (grupo controle), foram reunidos indivíduos saudáveis sem histórico de maus-tratos, nem sintomas de depressão.

Em todos, foi aplicado o Childhood Trauma Questionnaire (CTQ), um tipo de questionário sobre traumas na infância com perguntas sobre abusos sexual, físico e emocional, negligência física e negligência emocional.

Também foi feita uma avaliação das funções dos receptores do hormônio cortisol em cada um dos sujeitos, correlacionando os resultados psicométricos da gravidade da depressão e do estresse com os resultados neurobiológicos do eixo HPA e dos receptores.

Aos pesquisados, também foram ministradas substâncias corticoides, como fludrocortisona, prednisolona, espironolactona e dexametasona. Essas substâncias interagem com os receptores de cortisol de modo diferente e seletivo e indicam em que receptor o paciente apresenta disfunções do eixo HPA, por meio da secreção de cortisol – que foi avaliado em amostras de saliva.

Resultados preocupantes

Oitenta por cento dos pacientes do primeiro grupo receberam o diagnóstico de depressão atípica. Entre os sintomas desse tipo de depressão, estão a hiperfagia – tendência a comer em demasia, sobretudo doces e carboidratos – e a hiper-sonia – propensão para dormir muito. Eles são resultado de uma liberação muito baixa de cortisol pelo eixo HPA.

Por outro lado, a maioria dos pacientes do segundo grupo foi diagnosticada com depressão melancólica. Nesse caso, o desequilíbrio no eixo HPA provoca a liberação de altos índices de cortisol, levando a quadros de insônia e perda de apetite.

De acordo com o professor da FMRP, a pesquisa indicou que o estresse precoce exerce influência sobre as pessoas consideradas suscetíveis a apresentar um dos subtipos de



CERCA DE 70% DOS PACIENTES COM DEPRESSÃO TÊM HISTÓRICO DE MAUS-TRATOS. E APRESENTAM MAIOR RESISTÊNCIA AOS TRATAMENTOS E MAIORES ÍNDICES DE RECAÍDA E DE COMORBIDADE.

BIGSTOCK

depressão na vida adulta. Mesmo passando por eventos traumáticos na infância e adolescência, há pessoas que não desenvolvem quadros depressivos, pois não têm predisposição genética à depressão, “tendo algum tipo de resiliência”, disse Juruena.

“Os quadros de depressão apresentam uma interação entre a vulnerabilidade do indivíduo e o ambiente adverso em que ele viveu ou vive. Se um indivíduo com predisposição genética à depressão sofrer maus-tratos, os riscos de que desenvolva a doença aumentam muito. Isso ocorre por causa de fatores epigenéticos, ou seja, pela influência de fatores externos [ambientais, sociais, econômicos] na constituição física e psíquica dos indivíduos”, disse.

Segundo Juruena, embora a síntese de proteínas esteja relacionada à herança genética de cada pessoa, crianças que passam por estresse precoce têm modificadas suas características de liberação de proteínas. Fatores ambientais exerceriam o dobro de influência nos quadros depressivos, em comparação com fatores genéticos.

“Quando a criança sofre estresse precoce, essa informação impacta o eixo HPA, onde deixa cicatrizes. Na vida adulta, isso torna mais grave os casos de depressão. A pessoa deprimida passa a ter a sua condição físico-emocional determinada por essa alteração, apresentando oscilações nos níveis hormonais, como o de cortisol, para mais ou para menos, dependendo do subtipo de depressão”, disse Juruena.

Trabalhos feitos pelo pesquisador apontam que cerca de 70% dos pacientes com depressão têm histórico de maus-tratos. Além de maior resistência aos tratamentos, também apresentam maiores índices de recaída e de comorbidade.

“A discussão em torno de leis que proibam maus-tratos contra crianças considera abusos físicos, mas trata pouco dos abusos emocionais, que envolvem destratar, humilhar e agredir uma criança verbalmente. A agressão com palavras, no entanto, também deixa cicatrizes, impulsionando o desenvolvimento de patologias na vida adulta, como pudemos verificar na pesquisa”, disse Juruena. “O abuso e as negligências emocionais no desenvolvimento de uma criança são os fatores que mais causam impacto na gravidade da depressão”, disse.

Outras pesquisas

Para Juruena, que realizou doutorado e pós-doutorado no Instituto de Psiquiatria do King's College, o conhecimento desenvolvido sobre depressão na Unidade de Doenças Afetivas da instituição favoreceu o aprimoramento das pesquisas na FMRP.

“A depressão é uma doença muito resistente ao tratamento, com fatores que podem influenciar a gravidade dos sintomas e gerar cronicidade. Esse estudo nos permitiu chegar a dados que ajudam a corroborar tais evidências, já apontadas em pesquisas anteriores realizadas em colaboração com a equipe do professor Anthony Cleare”, disse.

Recentemente, segundo Juruena, outras pesquisas no Brasil também abordaram o tema, incluindo trabalhos feitos no grupo do Programa de Assistência, Ensino e Pesquisa em Estresse, Trauma e Doença Afetiva (EsTraDA), também na FMRP-USP, do qual faz parte. Mas o pesquisador destaca que são necessários novos estudos para elucidar os mecanismos envolvidos na ligação entre o estresse precoce e quadros depressivos na vida adulta. 🌱

SAMUEL ANTENOR é da Agência Fapesp.

O original espírito orgânico

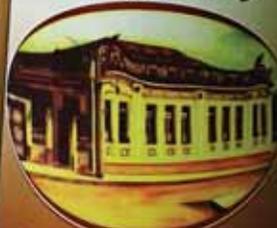


CACHAÇA
PRODUTO ORGÂNICO
JACUHY



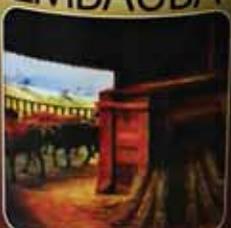
Grad. Alc. 40% Vol.
Ouro
Armazenado em Grãfia
Produzida e Engarrafada na Origem
Jacui / MG - Brasil 700 ml

CACHAÇA
Produto Orgânico
Velha Jacuhy



700ML Grad. Alc. 48% Vol.
Ouro
Armazenado em Grãfia
Produzida e Engarrafada na Origem
Jacui / MG

CACHAÇA
PRODUTO ORGÂNICO
EMBAÚBA



700ML Grad. Alc. 42% Vol.
Ouro
Armazenado em Jequequia
Produzida e Engarrafada na Origem
Jacui / MG



EVITE O CONSUMO EXCESSIVO DE ALCÓOL - PROIBIDA A VENDA PARA MENORES DE 18 ANOS

SAC

Minas Gerais
(35)3593-1106
Rio de Janeiro
(21)9 8199-3000



ORGANIC DO BRASIL
www.organicbrasil.com.br
organicbrasil@yahoo.com.br

OS DOIS LADOS DOS FENÔMENOS CLIMÁTICOS

El Niño, La Niña, efeito estufa... Só de ouvir falar neles ficamos preocupados, devido aos prejuízos que podem causar. Mas, acredite, eles também têm suas vantagens. Conheça-as.

Os efeitos do fenômeno El Niño no Brasil produzem prejuízos em algumas regiões e benefícios em outras, embora os danos para a agricultura sejam maiores. A região Sul é a mais afetada. Em cada episódio, ocorre nessa região um aumento da pluviosidade, principalmente na primavera, no fim do outono e no começo do inverno. O acréscimo de quase 150% de chuvas em relação aos índices normais atrapalha a colheita. As temperaturas também mudam na região Sul e Sudeste, com o inverno sendo amenizado e ocorrendo a elevação das temperaturas.

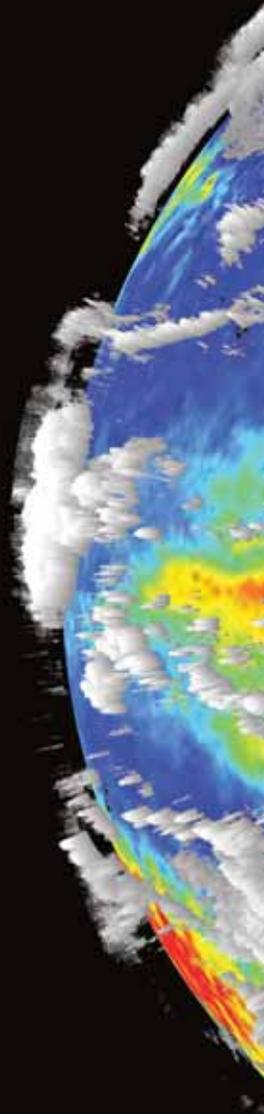
As consequências do fenômeno El Niño sobre as temperaturas são benéficas para evitar a ocorrência de geadas com intensidade suficiente para gerar danos para as culturas. Em compensação, ocorrem diminuições dos índices pluviométricos na Amazônia e no Nordeste, aumentando as dificuldades com as secas que duram até dois anos em períodos de El Niño. As secas não se limitam apenas ao sertão, ocorrendo déficits de chuvas inclusive no litoral.

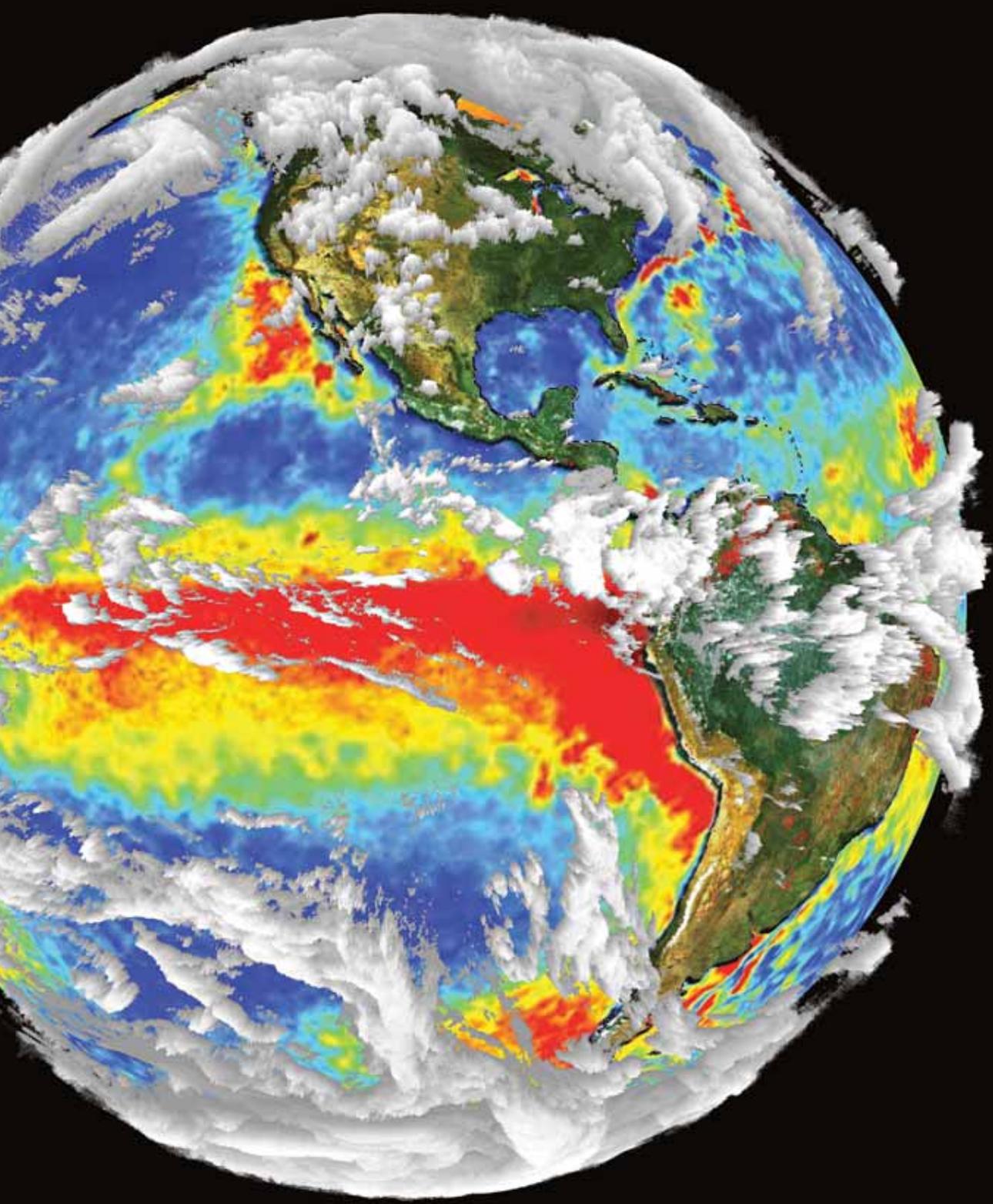
Ventos mais fortes

O fenômeno La Niña é o oposto, caracterizando-se pelo resfriamento anômalo da superfície do mar, na região equatorial do centro e leste do Pacífico. Isso eleva a pressão da região, com a geração de ventos alísios mais intensos. A duração do fenômeno também é de 12 a 18 meses.

Esse fenômeno meteorológico produz menos danos que o El Niño. Como consequência de La Niña, as frentes frias que atingem o sul do Brasil têm sua passagem acelerada e se tornam mais intensas. Como sofrem menor dissipação no Sul e Sudeste, muitas vezes atingem o Nordeste. Quando isso ocorre, o sertão e o litoral baiano e alagoano são afetados pelo aumento das chuvas, com maior pluviosidade também no norte e leste da Amazônia.

Na região Centro-Sul, podem ocorrer estiagens, com queda dos índices pluviométricos entre setembro e fevereiro, com a chegada mais intensa de massas de ar polar, gerando antecipação do inverno e grandes quedas de temperatura já no outono. No último episódio de La Niña, fortes massas de ar polar atingiram a região Sul, causando neves nas áreas serranas e geadas já no mês de abril. Neves geralmente ocorrem após o mês de maio, e as geadas, mais ao norte, costumam ocorrer só a partir de junho.





JON SULLIVAN

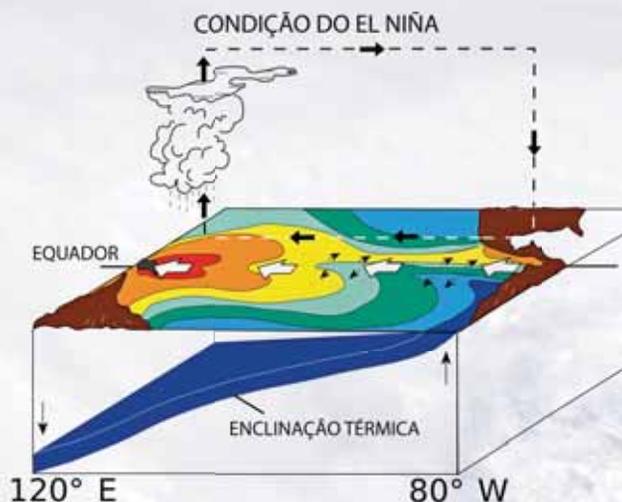
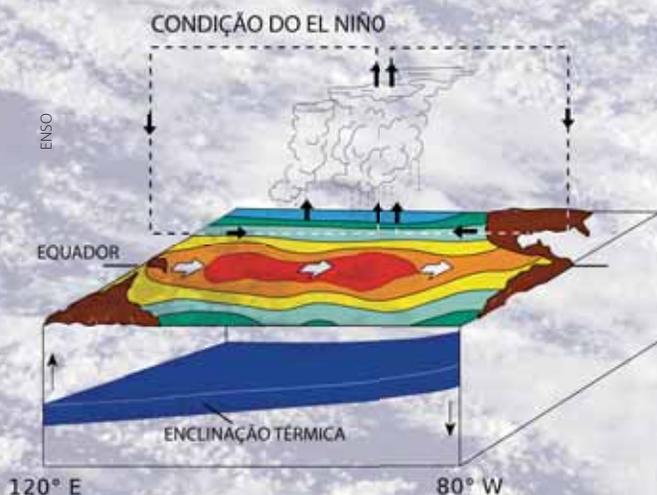


Entenda melhor as diferenças

EL NIÑO

É um fenômeno causado pelo aquecimento das águas do Pacífico além do normal e pela redução dos ventos alísios (ventos que acontecem o ano todo nas zonas tropicais) na região equatorial, afetando o clima mundial por meio da mudança nas correntes atmosféricas. Seu nome foi escolhido porque o aquecimento das águas na costa do Peru acontece em dezembro, próximo ao Natal, e faz referência ao "Menino Jesus" ou, em espanhol "Niño Jesus". O fenômeno vem sendo registrado desde 1877, tendo alcançado seu pico no período de 1997 a 1998, quando houve o maior número de catástrofes. Ocorre periodicamente com variação de um a dez anos entre cada ocorrência. Provoca precipitações (chuvas, chuvas com granizo ou neve) e secas anormais em diversas partes do globo, além de aumento ou queda de temperatura, também anormais. No Brasil, os principais impactos causados pelo fenômeno são:

- ▮ Secas na região Norte, aumentando a incidência de queimadas.
- ▮ Precipitações abundantes na região Sul, principalmente nos períodos de maio a julho, e aumento da temperatura.
- ▮ Aumento da temperatura na região Sudeste, mas sem mudanças características nas precipitações.
- ▮ Secas severas no Nordeste.
- ▮ Tendência de chuvas acima da média e temperaturas mais altas na região Centro-Oeste.



EL NIÑA

Ocorre devido à diminuição da temperatura ocasionada pelo aumento da força dos ventos alísios. Apesar de ser o oposto do El Niño, os efeitos causados nas correntes atmosféricas são praticamente os mesmos. A diferença principal entre os dois, além da variação de temperatura, é que no fenômeno do El Niño a variação média costuma chegar facilmente a 4°C ou 5°C, enquanto que na ocorrência do fenômeno La Niña a variação de temperatura mal chega aos 4°C. O La Niña costuma ocorrer em períodos alternados ao El Niño, em intervalos que variam de três a sete anos, e pode durar de dois a sete anos. Mas, na maioria das vezes, foi registrada uma duração média de nove a doze meses. Outra diferença é que nas últimas décadas o fenômeno do El Niño vem se intensificando enquanto o La Niña vem ocorrendo com menos frequência. O último registro do La Niña foi em 1998 e 1999. Seus efeitos no Brasil são:

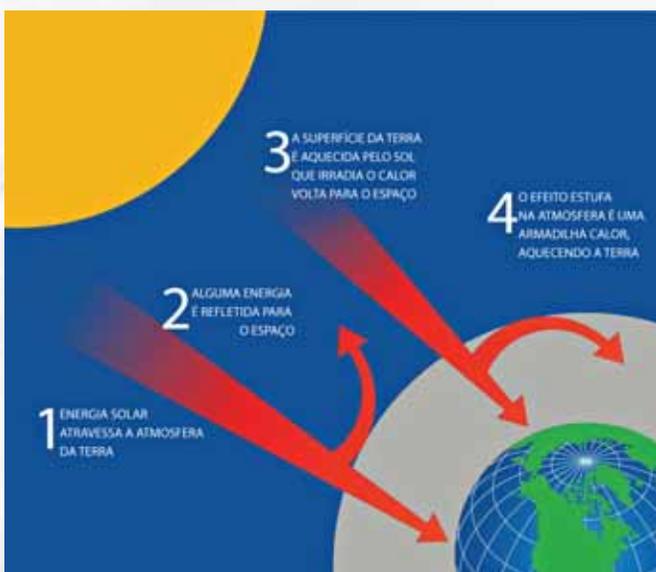
- ▮ Na região Norte e Nordeste, ocorrem chuvas mais abundantes e há o aumento da vazão dos rios.
- ▮ Na região Sul, acontecem secas prolongadas.
- ▮ Nas regiões Centro-Oeste e Sudeste, os efeitos são pouco previsíveis, podendo variar de ocorrência para ocorrência.

EFEITO ESTUFA

Do total de raios solares que atingem o planeta, quase 50% ficam retidos na atmosfera. O restante, que alcança a superfície terrestre, aquece e irradia calor. Esse processo é chamado de efeito estufa. É um acontecimento natural que favorece a vida no planeta Terra, já que tem como finalidade impedir que o planeta esfrie demais. Contudo, recentemente, estudos realizados, principalmente no século XX, têm indicado que as ações do homem vêm agravando esse processo por conta da emissão de gases na atmosfera, especialmente o dióxido de carbono (CO₂) – produzido a partir da queima de combustíveis fósseis usados em veículos automotores movidos à gasolina e a óleo diesel e, também, das queimadas em florestas, pastagens e lavouras após a colheita. Caso não haja um retrocesso na emissão de gases, esse fenômeno ocasionará uma infinidade de modificações, entre elas:

· Mudanças climáticas drásticas (lugares de temperaturas extremamente frias sofrem elevações e áreas úmidas enfrentam períodos de estiagem).

- † Áreas cultiváveis e férteis podem entrar em um processo de desertificação.
- † Aumento significativo na incidência de grandes tempestades, furacões, tufões e tornados.
- † Perda de espécies da fauna e flora.
- † Derretimento das calotas polares e, conseqüentemente, elevação nos níveis dos oceanos.



Aquecimento da Terra

O efeito estufa apresenta uma situação mais complexa. Em longo prazo, o planeta deve irradiar energia para o espaço na mesma proporção em que ocorre a absorção da energia solar na forma de radiações eletromagnéticas (REM). A energia solar chega no intervalo das ondas curtas do espectro de REM. Parte dessa radiação é refletida e repelida pela superfície terrestre e pela atmosfera. Uma parte da radiação passa pela atmosfera, para aquecer a superfície terrestre. O planeta se livra dessa energia, mandando-a de volta para o espaço na forma de irradiação infravermelha de ondas largas.

A maior parte dessa irradiação no intervalo do espectro eletromagnético do infravermelho que a Terra emite é absorvida por vapor de água, dióxido de carbono e outros gases de efeito estufa existentes na atmosfera. Dessa maneira, esses gases impedem que a energia da Terra seja dissipada no espaço. Ao contrário, processos interativos, envolvendo a radiação eletromagnética, as correntes de ar, a evaporação, a formação de nuvens e as chuvas, transportam essa energia para altas esferas do interior da atmosfera, onde a energia se irradia para o espaço. Esse processo lento e indireto permite a manutenção do aquecimento do planeta Terra, que sem esse fenômeno seria um lugar frio e sem vida, desolado e estéril como Marte.

Elevando de forma exagerada a emissão de gases, aumenta-se a capacidade da atmosfera de absorver a radiação no espectro do infravermelho. Essa emissão exagerada de gases produz o chamado efeito estufa, que está perturbando a forma que o clima mantém esse delicado equilíbrio entre a energia que entra e a que sai do planeta.

A duplicação da quantidade de gases de efeito estufa que se projeta para este século reduziria a emissão de irradiações para o espaço em até 2%. Isso exigiria um efeito de tamponamento do clima, que poderia ser muito auxiliado pela redução do consumo de hidrocarbonetos, por exemplo.

Os efeitos das emissões de gases estão alterando o equilíbrio do sistema, e algo necessita ser realizado para atenuar esse impacto. O protocolo de Kyoto é uma medida nessa direção.

Fonte: Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO).

VIOLÊNCIA COMEÇA EM CASA

Dados de conselhos tutelares de todo o Brasil revelam que os pais ou responsáveis legais são os principais autores de violações aos direitos de crianças e adolescentes. É uma triste realidade, que precisa mudar.

POR **Fernanda Cruz**

Um levantamento feito com dados dos conselhos tutelares de todo o país revela que pais e mães são responsáveis por metade dos casos de violações aos direitos de crianças e adolescentes, como maus-tratos, agressões, abandono e negligência. Os números retirados do Sistema de Informações para a Infância e Juventude, do governo federal, apontam 229.508 casos registrados desde 2009, sendo que, em 119.002 deles, os autores foram os próprios pais (45.610) e mães (73.392). O levantamento, baseado em informações de 83% dos conselhos tutelares brasileiros, mostra também que os responsáveis legais foram autores de 4.403 casos: padrastos tiveram autoria em 5.224 casos e madrastas foram responsáveis em 991.

Perda da confiança

Para Ariel de Castro Alves, advogado membro do Conselho Estadual dos Direitos da Criança e do Adolescente (Condeca) e fundador da Comissão Especial da Criança e do Adolescente do Conselho Federal da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB), esses dados são assustadores porque as situações de risco à criança são criadas pelas pessoas em que elas mais confiam e das quais dependem para sobreviver. Ariel de Castro citou como exemplo o caso recente do menino Bernardo Uglione Boldrini, de 11 anos, assassinado em Três Passos (RS). O próprio pai

e a madrasta estão entre os principais suspeitos. Uma das motivações teria sido uma herança, além de uma pensão.

"É um problema que não decorre apenas das situações econômicas e sociais, como o caso do menino Bernardo mostra. Muitas vezes, as situações que envolvem pessoas pobres são mais denunciadas até pela facilidade de os vizinhos terem acesso, pelas formas de moradia, as pessoas são mais comunicativas nas regiões mais periféricas. Agora, a violência também ocorre em famílias mais abastadas, mas muitas vezes [as violações] não são denunciadas, na tentativa de manter um certo status familiar", disse ele.

Deve-se ouvir a criança

O advogado destaca a falta de programas sociais voltados para a orientação e um acompanhamento mais permanente de famílias em conflitos. Ariel de Castro criticou o fato de, muitas vezes, as autoridades não considerarem as reclamações feitas pela própria criança, como no caso do menino Bernardo, que chegou a pedir ajuda ao Ministério Público para não morar mais com o pai e a madrasta. "A palavra da criança tem que ser levada em conta, como prevê o direito ao protagonismo, o desejo de não continuar mais com os pais", defendeu. 🌱

FERNANDA CRUZ é da Agência Brasil.





Fique de olho nos direitos!

A Convenção sobre os Direitos da Criança da ONU, a Constituição Federal e o Estatuto da Criança e do Adolescente listam diversos direitos para garantir uma existência digna e o desenvolvimento pleno da criança e do adolescente. Dessa forma, a criança e adolescente, além dos direitos fundamentais inerentes a qualquer ser humano, têm outros que lhe são especiais pela sua própria condição de pessoa em desenvolvimento.

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), portanto, rompe com a doutrina da situação irregular do Código de Menores que tratava a criança e o adolescente como objetos, passando a tratá-los como sujeitos de direitos. Assim, o entendimento legal contemporâneo determina que é responsabilidade da comunidade, da sociedade em geral e do Poder Público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade, à convivência familiar e comunitária. O Estatuto, visando garantir a efetivação desses direitos, dispõe que qualquer atentado, por omissão ou ação, aos direitos fundamentais das crianças e dos adolescentes deverão ser punidos conforme determina a lei. Entenda com mais detalhes quais são esses direitos:

Direito à vida e direito à saúde – Políticas públicas devem permitir o nascimento e desenvolvimento sadio e harmonioso, em condições dignas de existência. Devem ser assegurados à gestante o acompanhamento pré-natal no Sistema Único de Saúde (e, preferencialmente, que o médico que fez o acompanhamento no pré-natal realize o parto) e a alimentação do recém-nascido. Além disso, há uma determinação para que os empregadores e as instituições propiciem o aleitamento materno, inclusive no caso de mães privadas de liberdade.

Direito à alimentação – Cabe ao Estado fornecer alimentação à criança ou ao adolescente se os pais ou responsáveis não tiverem condições de fazê-lo.

Direito à liberdade, ao respeito e à dignidade – O direito à liberdade da criança e adolescente tem características específicas, já que são pessoas em desenvolvimento e, por serem imaturas, muitas vezes se encontram em situação de vulnerabilidade. Mas abrange o direito de locomoção, de expressão, de crença, de diversão, de participação da vida familiar, comunitária e política (nos termos da lei) e de refúgio. O direito ao respeito consiste na inviolabilidade da integridade física, psíquica e moral da criança e do adolescente. Eles devem estar protegidos de todo e qualquer tratamento desumano, violento, aterrorizante, vexatório e constrangedor, garantindo assim sua dignidade.

Direito à convivência familiar e comunitária – "Toda criança ou adolescente tem direito a ser criado e educado no seio da sua família e, excepcionalmente, em família substituta". Buscando-se impedir arbitrariedades e garantir que a criança e o adolescente se desenvolvam no seio de sua família natural, o ECA dispõe que a falta ou carência de recursos materiais não constitui motivo suficiente para a perda ou suspensão do poder familiar. De fato, seria absurdo que um pai ou uma mãe pudessem perder ou ter suspenso o poder familiar por serem pobres.

Direito à educação, à cultura, ao esporte e ao lazer – O acesso ao ensino obrigatório e gratuito é direito da criança e do adolescente. Cabe aos pais e responsáveis a obrigação de matricular os filhos na escola e controlar a frequência, e cabe ao Estado oferecer o ensino obrigatório, comunicando ao Conselho Tutelar os casos de maus tratos, a reiteração de faltas injustificadas e evasão escolar e os altos níveis de repetências. Assim, é evidente que há obrigação por parte da família, do Estado e também da escola para que a criança e o adolescente não deixem de estudar ou abandonem os estudos. Nesse processo educacional, serão respeitados os valores culturais, artísticos e históricos próprios do contexto social da criança e do adolescente, garantindo a eles liberdade de criação e acesso as fontes da cultura. Além disso, a criança e o adolescente também devem brincar e praticar esportes, para que desenvolvam outras potencialidades e o relacionamento social.

Direito à profissionalização e à proteção ao trabalho – A busca pelo sustento compete aos adultos. Por isso, a Constituição Federal e o ECA proíbem que menores de 16 anos trabalhem, exceto se for para exercer suas potencialidades e os preparar para a vida adulta, o que é permitido a partir de 14 anos na condição de aprendiz. Essa proibição tem um fundamento muito claro: permitir que a criança e o adolescente tenham tempo para estudar.



Wanderley Nunes

Segurança e Proteção nos momentos mais importantes da sua vida.



Crédito Consignado • Consultoria Jurídica • Assistência Funeral

Imobiliária • Corretora de Seguros

Tel.: 21 2210-6175 / 2516-0061

www.wngrupo.com.br

MANCHETE ONLINE



Tudo que você precisa em um só portal.
www.mancheteonline.com.br