

Informe **FECO MÉR CIOPE**

ANO IX | EDIÇÃO Nº 49 | JAN/FEV 2020

14

Economês

Oportunidade de
Ser Progressivo

52

Gestão Inovadora

União, praticidade e
organização definem o
Sincofarma-PE

Passeando por
diversos ritmos,
Pernambuco se
destaca como um
celeiro de produções
e formação musical

O SOM QUE

PULSA

24

AQUI





**Eu só pago com
a maquininha.
Ninguém mais
sai de casa
com dinheiro.**

O seu cliente
já é digital.
Seja você
também.



O Sebrae tem tudo
o que você precisa para
conectar seu negócio
ao mundo digital.

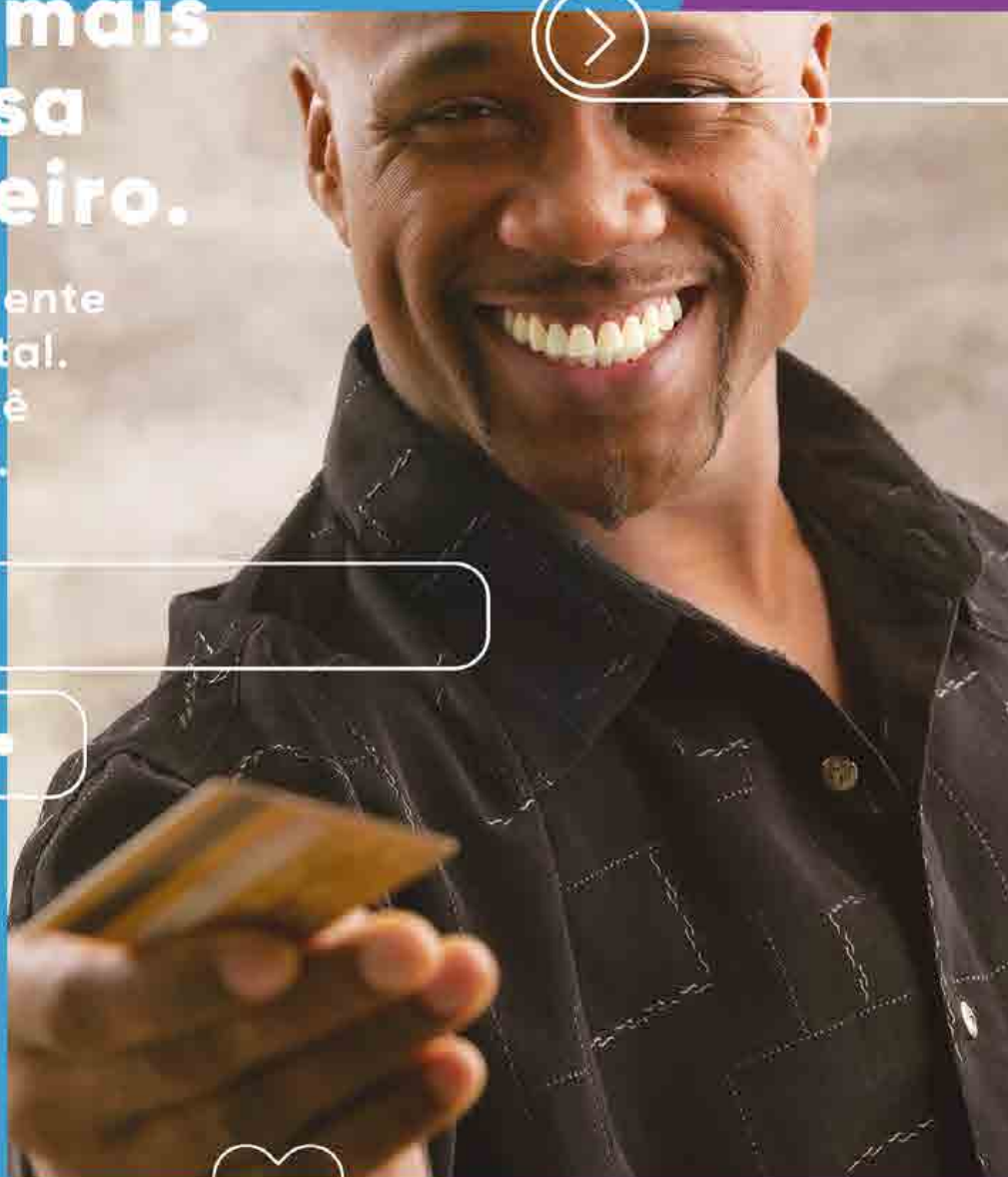


**SEBRAE
APP**

Baixe agora



  **sebraepe**



pe.sebrae.com.br



Bernardo Peixoto

Presidente do Sistema
Fecomércio/Senac/Sesc-PE

UMA NOVA REVISTA

E voluir faz parte de todo processo. Mudanças são comuns na vida e são essenciais para nos tirar da zona de conforto. Normalmente elas representam desafios, mas costumam preceder grandes conquistas. A Informe Fecomércio mudou. A revista ganhou novas seções e ficou mais moderna, visando uma melhor adaptação à sua versão digital disponível em formato de ebook no nosso site e redes sociais.

Já dentro dessa nova abordagem, os acordes da música ganham destaque na capa desta edição. O mercado pernambucano é rico em escolas de educação musical e possui uma atmosfera efervescente para novos profissionais. A Rua da Concórdia é o local certo para compra de instrumentos. A arte transcende a diversão e é essencial até mesmo em tratamentos de saúde e para o bem-estar da mente. Por falar nisso, a saúde mental nunca esteve tão em alta. É cada

vez mais consenso que a saúde da cabeça é fundamental para que o corpo esteja bem, por isso produzimos matéria sobre a meditação e a diferença que ela pode fazer na vida.

A nova seção “De Folga” traz os filmes que tiveram destaque no Oscar. Uma ótima sugestão para aquele fim de semana de tranquilidade e descanso na frente da televisão.

O Sincofarma-PE é o sindicato destacado nesta edição e ressalta a importância da união da categoria. A Faculdade Senac lança o curso de Gestão Comercial, fundamental para quem deseja mais capacitação no segmento.

Também estreando na revista, as colunas “Ao Seu Dispor” e “Com Gosto de Saber” abordam a importância da educação alimentar para controle da obesidade e do ensino da Gastronomia, respectivamente. Esperamos que todos tenham uma boa leitura!



Avenida Visconde de Suassuna, nº265,
Santo Amaro, Recife-PE | CEP 50050-540
Tel.: (81) 3231-5393 / 3231-6175
www.fecomercio-pe.com.br

Bernardo Peixoto
Presidente

Frederico Leal
1º Vice-Presidente

Jorge Alexandre
2º Vice-Presidente

Milton Tavares
3º Vice-Presidente

Rudi Maggioni
Vice-Presidente para o
Comércio Atacadista

Joaquim de Castro
Vice-Presidente para o
Comércio Varejista

**Archimedes Cavalcanti
Júnior**
Vice-Presidente para o
Comércio de Agentes
Autônomos

Manoel Santos
Vice-Presidente para o
Comércio Armazenador

Eduardo Cavalcanti
Vice-Presidente para o
Comércio de Turismo e
Hospitalidade

Ozeas Gomes
Vice-Presidente para o
Comércio de Serviços de
Saúde

José Carlos da Silva
1º Diretor Secretário

**Reinaldo de Barros
e Silva Júnior**
2º Diretor Secretário

João Maciel Lima Neto
3º Diretor Secretário

José Lourenço da Silva
1º Diretor Tesoureiro

Ana Maria Caldas
2º Diretor Tesoureiro

Ademilson de Menezes
3º Diretor Tesoureiro

Francisco Mourato
Diretor para Assuntos de
Sindicais

José Carlos de Santana
Diretor para Assuntos de
Relações do Trabalho

Michel Jean Wanderley
Diretor para Assuntos
Tributários

Eduardo Catão
Diretor para Assuntos de
Desenvolvimento Comercial

Alberes Lopes
Diretor para Assuntos de
Crédito

José Jorge da Silva
Diretor para Assuntos de
Consumo

Carlos Periquito
Diretor para Assuntos de
Turismo

Celso Cavalcanti
Diretor para Assuntos do
Comércio Exterior

Mário Mawad
Diretor para Assuntos do
Setor Público

Edivaldo Guilherme
1º Conselho Fiscal Efetivo

Roberto França
2º Conselho Fiscal Efetivo



Expediente

Jan/Fev 2020 | Edição 49

COORDENAÇÃO GERAL/ EDIÇÃO

Lucila Nastássia

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Nilo Monteiro

FOTOS Agência Maker Mídia

REVISÃO Fabiane Cavalcanti

IMPRESSÃO CCS Gráfica

TIRAGEM 4.000 exemplares

*Obs.: Os artigos desta revista não refletem
necessariamente a opinião da publicação.*

Conteúdo produzido pelo Núcleo de
Branded Content da Dupla Comunicação



f in /FECOMERCIOPE
@FECOMERCIOPE
FECOMERCIO-PE.COM.BR



Sumário

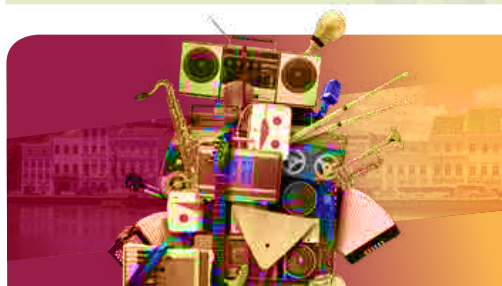


14



Economês

Oportunidade de Ser Progressivo



24



Capa

Pernambuco: Celeiro de produções e formação musical



52



Gestão Inovadora

União, praticidade e organização definem o Sincofarma-PE

Com Gosto de Saber

Você tem fome de quê?

6

Entrevista

Rômulo Menezes, presidente do Galo da Madrugada, é o entrevistado desta edição

10

No Mundo

Sabedoria milenar que cura

34

Comércio em Foco

Faculdade Senac lança curso superior de Gestão Comercial

44

De Folga

Confira os destaques do Oscar 2020

16

Fecomércio e Você

Empreendedorismo com muito talento

40

Ao Seu Dispor

Obesidade na infância

48



Com Gosto de Saber

Por Gisele Martins

VOCÊ TEM FOME DE QUÊ?



Vou contar aqui um pouco da minha experiência como professora do primeiro

módulo do curso superior de Gastronomia. Começo falando de mim. Sou engenheira de formação, fiz pesquisa na área de energia eólica, mestrado em Energia Eólica e não estava satisfeita, queria a área de gastronomia. Na época, eu queria atuar no ramo de doces, pois era o que eu fazia em casa. Descobri que havia um curso de cozinheiro no Senac. Era a minha chance de entrar para esse mundo! Larguei a pesquisa na universidade e fiz o curso. Não foi fácil. Durante o percurso, descobri que não queria mais doces, pois precisava pesar tudo, medir tudo, enquanto as outras áreas eram mais alquimia, mais empíricas, mais do jeito que eu gostava, misturando ingredientes e obtendo sabores diversos.

Quando terminou, fui estagiar em um resort. Só tinha folga nas quartas-feiras, trabalhava nos dias em que todos se divertiam. Um ano assim. Adorava o que eu fazia no hotel! Nesse período, estava sempre estudando, para saber o porquê das coisas dentro da cozinha. Comprava livros, que eram poucos na época, e continuava a estudar. Meus amigos achavam um absurdo eu largar a engenharia para trabalhar na cozinha. Ao completar um ano de hotel, minha surpresa! Fui chamada para trabalhar no Senac, como instrutora do curso de Cozinheiro. Bem, a partir daí, as coisas mudaram, comecei a dar aula em faculdades. Precisei estudar muito e ser autodidata para conseguir entrar nesse mercado. Estudar sempre e muito!



Bem, por que estou contando essa história? Porque essa é a história de muitas pessoas que começam na gastronomia. Pessoas que já têm uma profissão e querem mudar ou empreender, não têm formação e querem entrar nessa área, acabaram de sair do nível médio e desejam ser chefs de cozinha ou que não sabem ainda o que querem! Sempre dei aula para os primeiros períodos, para os alunos que se enquadravam nessas situações. Adorava e adoro! Adoro ser professora das pessoas que entram na faculdade com brilho nos olhos, querendo saber de tudo ou sabendo de tudo e querendo mostrar o que sabe.

Esse primeiro momento é de descobertas, momento em que eles vão comprar suas facas e utensílios de uso pessoal. Preciso dizer o porquê de uma faca ser melhor que outra, porque um material de cozinha, que você usa na sua casa não pode ser

utilizado no ambiente profissional. Muitos alunos que entram para o curso não conhecem quase nada do mundo da cozinha, incluindo vegetais diversos, que nunca fizeram parte da sua alimentação, condimentos que também não entravam nos “temperos” da sua casa. É um mundo de descobertas!

Vejo as carinhas fazendo careta quando falo de algum produto ou preparação. Alguns não comem várias coisas porque não conhecem. Perguntei para uma turma do último período de Gastronomia: “Vocês acham que o paladar de vocês mudou”? A resposta foi unânime: “Muito!” O paladar vai modificando com o tempo, mas é necessário treino. Treino? Como assim? Sim, é necessário que você coma várias vezes para entender aquele sabor, para passar a gostar ou realmente não gostar. Acho que já aconteceu com você de alguém lhe oferecer algo e você dizer: “Eu não gosto”!

Muitos dizem “não gosto”, mas nunca provaram. Não sabem o que estão perdendo. Eu demorei para gostar de comer sushi. Comi várias vezes até me acostumar com o sabor e passar a gostar. Quando vim morar no Recife, eu não gostava de coentro, colorau e cominho. Nessa época, não pensava na gastronomia, só gostava de comer, mas queria encontrar aqui os sabores do Sudeste. Aqui não é o Sudeste! Aqui tem outros sabores e saberes. A cultura daqui é diferente, os colonizadores foram outros, claro que a comida tem que ser diferente. Por muito tempo, eu me recusava a comer as preparações daqui por causa desses temperos. Um dia fui fazer um arroz de polvo para minha família no interior de São Paulo. Procurei coentro no mercado local e não achei. Meu arroz não ficou com o gosto do daqui.



Gisele Martins, chef e professora do curso de Gastronomia da Faculdade Senac

Meu gosto mudou! Os gostos das pessoas mudam, como dizem, evoluem! Meu gosto evoluiu. Esses alunos que eu disse que fazem caretas devem se permitir provar novos sabores, produtos diferentes. Durante o curso de Gastronomia, eles são expostos a novas preparações, a esses novos produtos. Quando viajo, tenho que ir ao mercado local. Quero conhecer o que tem por ali, quero comer a comida daquele local. Sempre falo isso em sala: devemos conhecer os mercados, os hábitos locais. Comidas das praças de alimentação de shoppings são preparações iguais em qualquer lugar do mundo e elas não mostram a cultura de um povo.

Quando eu resolvi mudar de profissão, as coisas eram mais difíceis. Não estou falando de muito tempo atrás e sim do ano de 2002. Alguns ingredientes eram superdifíceis de serem

encontrados ou eram muito caros. Livros de gastronomia praticamente não existiam em português, só encontrávamos em outros idiomas. Tinha internet, mas não na palma da mão, como hoje. Mesmo assim, com todas essas dificuldades, eu meti a cara e pesquisei, estudei, fui nos mercados e supermercados em busca de produtos diferentes. Eu precisava ter o conhecimento para essa minha nova profissão. Hoje tudo está mais fácil, principalmente para quem tem fome de saber e sabores. Na internet, nós conseguimos muito conteúdo em todas as áreas que procurarmos, imagens de produtos, de tudo. E, apesar de todas essas facilidades, ainda encontramos alunos que só leem o que damos para ler, não têm a curiosidade de fazer uma pesquisa ou de ir ao mercado procurar alimentos diferentes. Mas, felizmente, não são todos!

Devemos conhecer os mercados, os hábitos locais. Comidas das praças de alimentação de shoppings são preparações iguais em qualquer lugar do mundo e elas não mostram a cultura de um povo

Gisele Martins

Fico superfeliz quando começo um assunto em sala e um aluno diz que tinha visto o assunto no plano de ensino e foi pesquisar na internet. E faz perguntas e discute! Minha experiência com os primeiros períodos sempre é empolgante, é um momento em que adoro poder passar as coisas que aprendi e que continuo aprendendo. É um semestre no qual os alunos demonstram que têm fome de saber, algo que não deve acabar nunca. ■



Entrevista

Por Eduardo Sena

UM GIGANTE QUE NÃO PARA DE CRESCER



Quando saiu pela primeira vez naquele 4 de fevereiro de 1978 pelas ruas do bairro de São José, no Centro do Recife, o Clube de Máscaras Galo da Madrugada só tinha um desejo: resgatar o

Carnaval de rua popular vivido nos anos de 1940 e 1950 naquela região. Cresceu distraidamente, arrastando uma multidão e ingressou no Guinness Book em 1994 como o Maior Bloco de Carnaval do Planeta. Naquele ano, 1,5 milhão de foliões foram às ruas, escrevendo um ponto glorioso na história da folia pernambucana.

No ano passado, o número estimado pela Prefeitura da Cidade do Recife foi de R\$ 2 milhões de pessoas, sublinhando que o Galo da Madrugada nasceu para o superlativo. Para isso, quer mais que o Sábado de Zé Pereira e vai capilarizando a cultura pernambucana em várias outras épocas do ano e não só no Recife. Após o 43º desfile da agremiação, o seu presidente e um dos fundadores, Rômulo Menezes, falou à Informe Fecomércio sobre as transformações que o Galo passou nos seus 42 anos de vida, revelando quais as suas novas “esporas” daqui em diante.

Nunca isolamos os componentes do Galo com cordas dos demais foliões. Sempre tivemos como lema o Carnaval da participação “

Rômulo Menezes



Quais as mudanças mais significativas que o bloco atravessou desde a sua fundação?

Desde o início, o Galo sempre teve a visão de recuperar a tradição do Carnaval de rua popular, das pessoas fantasiadas nas ruas. Nunca isolamos os componentes do clube com cordas dos demais foliões. Sempre tivemos como lema “o Carnaval da participação”. E o pernambucano tinha essa necessidade, essa carência, de brincar o Carnaval de rua nesses moldes, levando a uma adesão espontânea. Então o Galo foi tendo que se adequar a esse crescimento. A primeira mudança que houve foi em relação ao número de orquestras. Nos dois primeiros anos, era uma orquestra no chão. Mas aí, já tínhamos cerca de 400 pessoas fantasiadas e nem todo mundo conseguia ouvir o som. Isso fez com que absorvêssemos o aumento das adesões, montando a estrutura para atender.

Podemos então dizer que essa vitalidade do Galo é fruto de concessões e somas...

Isso! Mas eu diria que é fruto de uma adequação da estrutura para atender à demanda crescente. Fomos colocando alegorias, que não é uma tradição dos clubes de frevo daqui, é algo que remete às escolas de samba. Incorporamos novos elementos, mas mantendo princípios e tradições.

E o que traz essa vértebra de tradições?

O frevo, a fantasia, a gratuidade, a música pernambucana, que nunca abrimos mão de tocar. Uma espécie de cláusula pétrea do Galo é que ele tinha que promover a cultura carnavalesca pernambucana, como o frevo, e abrindo para a ciranda, maracatu, caboclinho... Acho que em 1983, 1984, quando não estava mais dando para a orquestra ser ouvida por todos sem amplificação de som, disse: “temos que colocar um trio, pois não está dando mais”. Ouvi “Ah, não pode, porque trio é coisa de baiano, da Bahia”. E rebatia com: “não, trio é um amplificador, você não tem radiola em casa? O trio não muda o conteúdo da orquestra”. E para não descaracterizar, contratamos a melhor orquestra de frevo do Recife na época, que era de Guedes Peixoto, e o melhor cantor de frevo, Claudionor Germano. Foi assim que conseguimos evoluir.

O Hino do Galo da Madrugada diz que o Carnaval só começa...

[Interrompe] Mas não só no Carnaval! Fizemos um planejamento estratégico com quatro vetores, e o primeiro é o tempo. O Galo não vai ficar focado no Carnaval, no ciclo carnavalesco. Galo é alegria e frevo o ano inteiro! O Galo é multicultural, e incorporamos a cultura do ciclo junino, natalino... Hoje já fazemos uma festa aberta, o Forrozão do Galo, que reúne 60 mil pessoas por noite. Nos transformamos em uma entidade cultural guardiã das nossas tradições.

E o segundo vetor?

Na realidade, o segundo vetor é o espaço. É a teoria do tempo-espaço. Precisamos não só estar no Recife, mas ocupar todo o espaço possível para levar o frevo e a cultura pernambucana. Hoje temos Galo da Madrugada no Canadá, com o Galo na Neve, no Peru... Os brasileiros que veem o desfile na TV, na internet, vão formando grupos e celebrando o Carnaval utilizando o nosso símbolo. Este ano, desfilamos no Carnaval de São Paulo, já estivemos em Salvador e Maceió.

O Galo foi um dos vetores para o renascimento do Carnaval participativo, da adesão popular. Hoje cidades como Rio e São Paulo seguem o mesmo movimento, dando musculatura potente à festa na rua. Esse movimento parte da mesma essência do Galo?

O Galo da Madrugada hoje já influenciou o surgimento de blocos usando o nome “Galo” em 14 estados do país. Não são filiais, mas espécies de blocos irmãos. Esse modelo de você brincar na rua, de um Carnaval espontâneo, foi tomando conta do Brasil inteiro. O Rio de Janeiro já teve um Carnaval de rua muito ativo nos anos 1950, 1960, com blocos tradicionais de rua. Mas após a década de 1960, foram

encolhendo. Já São Paulo, de dez anos pra cá, mudou radicalmente, não tinha uma alma viva na rua. Essa necessidade não é só do pernambucano, hoje o Carnaval de rua de São Paulo cresce muito.

Isso parte de um sentimento global das pessoas viverem mais as ruas, compreendendo a sua vivência na cidade de uma outra forma?

É possível, mas não sou sociólogo para fazer uma análise mais profunda. Mas não deixa de ser. Quando o povo quer comemorar alguma coisa, aonde vai? Às ruas. As manifestações? Estão nas ruas. O conagração de várias pessoas com o mesmo propósito é na rua. E o Carnaval é um desses eventos, como o Réveillon, uma vitória de campeonato, que se vai à rua para comemorar. Com o Carnaval, não poderia ser diferente.

O que é que conecta de forma tão emocional o Galo ao pernambucano?

Ninguém diz “eu vou ver o Galo”, diz “eu vou sair no Galo”. O folião tem essa liberdade, esse poder. Logo, eles se sentem donos do Galo, com uma grande sensação de pertencimento.

Quantas pessoas são envolvidas para colocar o desfile na rua? Elas atuam em que áreas?

Gira em torno de 5 mil o número de pessoas que trabalham durante o desfile. Temos cerca de 200 diretores de desfile, cada ala, trio, carro de apoio, tem de dois a três diretores acompanhando. São quase 3 mil pessoas de apoio para dar condições ao trio andar. Mais 400 pessoas nas alegorias, mil artistas, músicos, espalhados em 30 trios. Talvez seja a maior quantidade de músicos e artistas se apresentando simultaneamente num evento, em um mesmo contexto. Além de médicos, ambulâncias...



A agremiação vai além do Carnaval, e recentemente apresentou uma agenda ambiental. Como funcionará?

Tinha falado dos dois vetores (tempo e espaço), mas o terceiro vetor é a cultura popular. Trabalhar o samba, o São João, as expressões culturais, nossos ciclos festivos. E o quarto vetor é o social e o ambiental. O Galo tem uma forte atuação social nas comunidades carentes do Coque e Joana Bezerra, levando escola de música e dança, e estamos viabilizando uma escola de informática. Também estamos atuando no ambiental. A Praça Sérgio Loreto é adotada pelo Galo, cuidamos do seu gramado, lago com peixes. É uma célula pequena, mas tá lá o exemplo. Vamos este ano fazer a compensação do gás carbônico no trio, diminuindo a emissão de CO², plantando árvores para compensar a liberação de gás carbônico.



Como é a sua noite da sexta-feira que antecede o desfile?

(Risos) Rapaz, gosto nem de falar pra não começar a chorar! Quando eu penso no sofrimento... Faço um paralelo com Jesus, que teve uma noite que ele não dormiu, suou sangue... Mas ele foi muito feliz porque fez isso uma vez só. E a gente tem que fazer isso todo ano. Quando me lembro que a gente tem que viver essa sexta-feira de novo, e que no próximo ano tem outra vez... é de arrepiar, dá uma angústia. Não é fácil. Preparamos os 30 trios e 14 carros de apoio tudo durante a madrugada. Entramos no Galo na sexta de manhã e só saímos sábado de noite.

E o sábado à noite?

Aí é melhor! Vamos comer dobradinha, que é uma tradição! Quando recolhíamos o bloco, em 1978, na casa da minha mãe que ficava na Padre Floriano, primeira sede do Galo, comíamos essa dobradinha. Mas hoje só fazemos isso lá para as 21h após todos os monitoramentos da dispersão. Até o último diretor chegar aqui na sede. ■



Economês

Por Rafael Ramos

A OPORTUNIDADE DE SER PROGRESSIVO

N

unca antes na história deste país se falou tanto em reforma. Uma das definições da palavra no dicionário é “mudança introduzida em algo para fins de aprimoramento e obtenção de melhores resultados”. Habitualmente no Brasil, a possibilidade de modernização dos setores é debatida quando estes estão próximos de um colapso ou passando por dificuldades significativas. Dessa forma, os anos de crise pelos quais passou a economia nacional trouxeram, a partir de 2016, o debate sobre a necessidade de reformulação de diversas estruturas que já se encontravam obsoletas, assim como a consciência da urgência dessas mudanças para que a conjuntura econômica apresentasse uma recuperação mais veloz.





Os períodos de recessão acentuada deram oportunidade de aprovação de duas grandes reformas, sendo a primeira, a trabalhista, que modernizou parte das leis e vem conseguindo acelerar a geração de empregos formais no país, e a segunda, a previdenciária, que equacionou os gastos previdenciários e adiou o colapso fiscal das contas públicas. Atualmente é a reforma tributária que vem ganhando corpo, trazendo grandes possibilidades de transformar completamente o país, visto que tem poder de impactar os agentes de todas as classes sociais de maneira direta.

Não é segredo que o atual sistema tributário brasileiro é criador de distorções significativas, o que trava a possibilidade de uma queda maior da desigualdade, além de criar barreiras para uma maior produtividade da economia. A carga tributária brasileira representa em torno de 1/3 do PIB, com a maioria da arrecadação vinda dos impostos indiretos que recaem sobre os bens e serviços. A regressividade do sistema está na incapacidade de tratar os desiguais de maneira desigual, dando praticamente a mesma proporção da carga de tributos a ricos e a pobres. Já a burocracia cria uma gama de desperdícios de recursos voltados para dar conta de um complexo de obrigações. É importante lembrar que as pesquisas de sondagem realizadas pelo Instituto Fecomércio, em parceria com o Sebrae, apontam com recorrência que a atual carga tributária ainda é um entrave importante ao desenvolvimento dos negócios.



A reforma tributária pode, por meio das mudanças propostas para o novo sistema, corrigir desvios que atrasam o progresso do país e enfim atingir os objetivos inicialmente propostos”

Rafael Ramos,
economista da Fecomércio-PE

Em 1988, a nossa Constituição trouxe, de maneira clara, que sempre que possível os impostos terão caráter pessoal e serão graduados segundo a capacidade econômica do contribuinte. Assim, a reforma tributária pode, por meio das mudanças propostas para o novo sistema, corrigir desvios que atrasam o progresso do país e enfim atingir os objetivos inicialmente propostos. Uma boa modernização do sistema passa por simplificação, diminuindo a burocracia e os custos, e redução da proporção dos impostos indiretos, que atualmente representam quase que 50% de toda a carga de tributos. Isso irá beneficiar a oferta, que mediante a redução de custos poderá investir mais, e a demanda, que terá um aumento da renda disponível.

Resta saber se a classe política atual está disposta a tornar oportunidade em realidade, criando assim uma reforma que combata a regressividade, a excessiva burocracia e a tributação e desoneração de setores não estratégicos. Por fim, se estão preparados para enfrentar o lóbi dos agentes que temem as mudanças necessárias para que o país apresente uma tributação que contribua e não mais atrapalhe o desenvolvimento econômico do Brasil. ■



De folga

Por Pedro Maximino

MARATONA AUDIOVISUAL

Filmes indicados na
edição deste ano do Oscar
possuem diferentes
perfis e representam
excelente oportunidade de
entretenimento para os
fãs de cinema



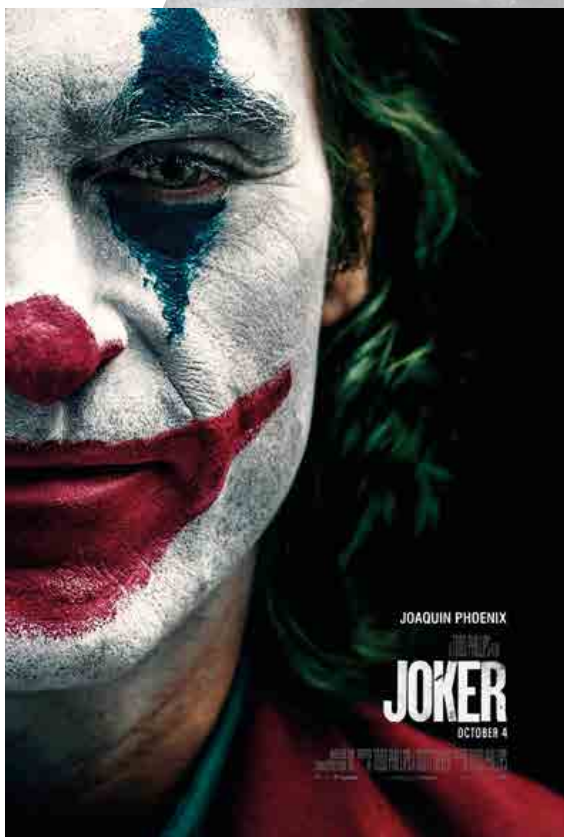


“
Esse esforço da Academia em diversificar mais os seus membros é muito bem-vindo e já encontra reflexos positivos no Oscar deste ano”

Luiz Joaquim

Criado em 1939, o Oscar, em sua 92ª edição, ainda é a premiação mais famosa do seu meio. De acordo com Luiz Joaquim, crítico de cinema e coordenador do curso de Cinema e Audiovisual da Aeso Barros Melo, uma das razões dessa relevância é que, principalmente nos últimos anos, os organizadores têm ficado mais atentos a questões políticas e sociais. “Esse foco ficou mais acentuado em 2015, quando Patricia Arquette recebeu o Oscar de Melhor Atriz Coadjuvante pelo filme *Boyhood* e falou sobre a necessidade de mulheres receberem salários iguais aos dos homens”, explica Joaquim. Mais recentemente, a cerimônia também tem dado espaço ao Me Too, movimento de combate ao assédio sexual.

Os organizadores do Oscar também investem na diversificação de seus membros com o objetivo de criar um corpo votante mais inclusivo. Em 2018, a Academia de Artes e Ciências Cinematográficas, que é a responsável pelo Oscar, convidou 928 profissionais da indústria para serem novos membros, um número recorde para a instituição. “Esse esforço da Academia em diversificar mais os seus membros é muito bem-vindo e já encontra reflexos positivos no Oscar deste ano”, avalia Joaquim. A Informe Fecomércio traz uma lista dos principais destaques deste ano. Que tal fazer uma maratona no fim de semana?



Coringa

11 indicações e 2 Oscars

Foi o filme com mais indicações ao Oscar deste ano. Joaquin Phoenix, que interpreta o Coringa, foi o vencedor na categoria Melhor Ator. O filme fala sobre a origem do clássico vilão do Batman. Aqui, o personagem começa a história como Arthur Fleck, um comediante com problemas mentais e que se sente excluído pela sociedade de Gotham City. Em setembro, o filme ganhou o Leão de Ouro no Festival de Cinema Veneza, o principal prêmio do evento. No Oscar, foi premiado ainda na categoria Melhor Trilha Sonora Original.

1917

10 indicações e 3 Oscars

Este drama baseado numa história verdadeira da Primeira Guerra Mundial acompanha a jornada de dois jovens soldados britânicos que precisam atravessar o território inimigo para entregar uma mensagem que salvará 1.600 vidas. O filme chama atenção dos espectadores por não possuir cortes aparentes, ou seja, a ação se desenrola como se tivesse sido filmada toda de uma vez. Ele foi vencedor nas categorias Melhor Fotografia, Melhores Efeitos Visuais e Melhor Mixagem de Som.





Era Uma Vez em... Hollywood

10 indicações e 2 Oscars

Escrito e dirigido por Quentin Tarantino, o longa-metragem funciona como uma janela para a Hollywood dos anos 1960 pelos olhos de Rick Dalton e Cliff Booth, personagens fictícios que habitam uma recriação bastante realista daquele canto dos Estados Unidos na época. Leonardo DiCaprio e Brad Pitt fazem os personagens principais, sendo a primeira vez que os dois atores aparecem juntos num mesmo filme. Brad Pitt, inclusive, ganhou o Oscar como Melhor Ator Coadjuvante. O filme ainda faturou o prêmio na categoria Direção de arte.

Parasita

6 indicações e 4 Oscars

Parasita foi o filme estrangeiro com mais destaque no Oscar deste ano. Venceu em categorias importantes como Melhor Filme, Melhor Direção e Melhor Roteiro Original, além de Melhor Filme Estrangeiro. O longa-metragem mistura drama, comédia e suspense ao contar a história dos Kim, uma família pobre da Coreia do Sul que começa a se infiltrar na casa de uma família rica em busca de ascensão econômica. Foi apenas o 11º filme em língua não inglesa a concorrer ao prêmio principal do Oscar.





O Irlandês

10 indicações e nenhum Oscar

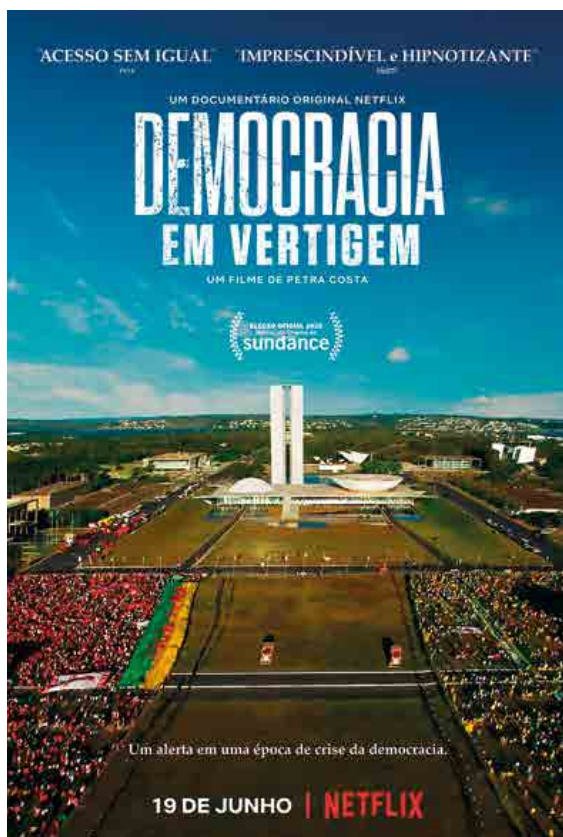
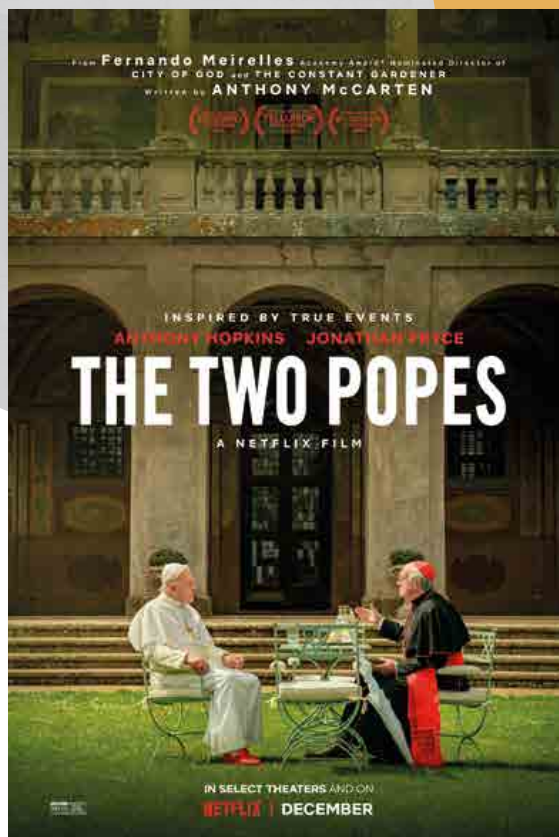
A produção é baseada na história real de Frank Sheeran, um homem que, em seus últimos anos de vida, decide falar a verdade sobre os crimes que cometeu enquanto trabalhava para poderosos dos Estados Unidos. Foram utilizados efeitos especiais de ponta para rejuvenescer os atores e permitir que eles pudessem interpretar seus personagens em diferentes fases da vida. No elenco, estão Robert De Niro, Al Pacino e Joe Pesci. A direção é de Martin Scorsese.

Adoráveis Mulheres

6 indicações e 1 Oscar

O único longa-metragem dirigido por uma mulher a ser indicado a Melhor Filme no Oscar deste ano, *Adoráveis Mulheres* é baseado no livro de mesmo nome e conta a história das irmãs March, que, com personalidades muito diferentes umas das outras, precisam aprender a crescer durante a Guerra Civil Americana. Foi o segundo filme da diretora Greta Gerwig a concorrer na principal categoria do Oscar. Venceu apenas na categoria Melhor Figurino.





Representantes brasileiros

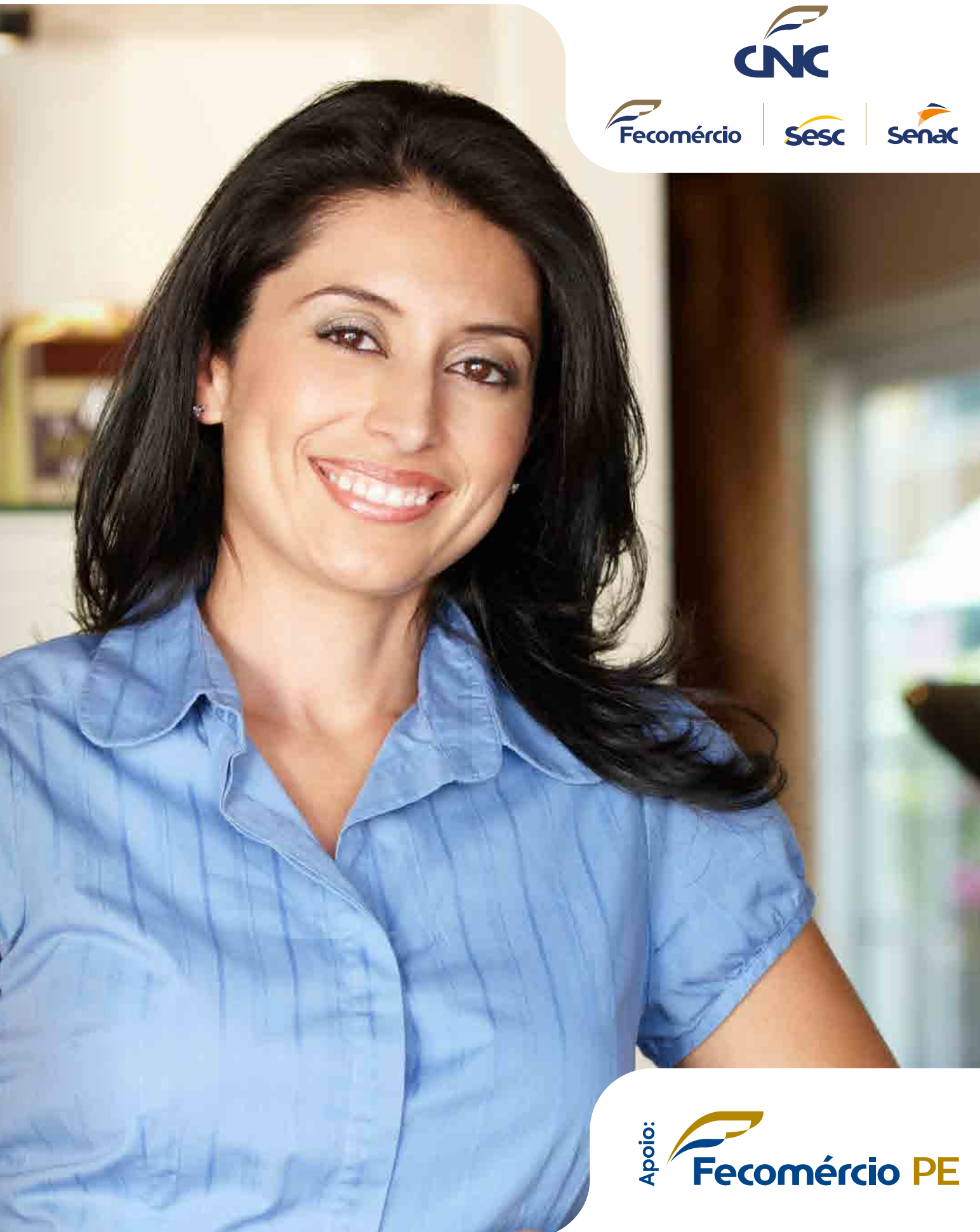
O Brasil esteve presente no Oscar deste ano com duas produções. *Democracia em Vertigem*, da cineasta Petra Costa, conta o impeachment de Dilma Rousseff a partir do ponto de vista da diretora e concorreu na categoria de Melhor Documentário de Longa Metragem. O filme *Dois Papas*, apesar de ser uma produção britânica, tem o brasileiro Fernando Meirelles na direção. A produção concorreu nas categorias de Melhor Ator, Melhor Ator Coadjuvante e Melhor Roteiro Adaptado. Nenhuma das duas produções faturou prêmios. ■

FORTALEGER O SEU SINDICATO É UM BOM INVESTIMENTO PARA A SUA EMPRESA. SABE POR QUÊ?

Sem empresas e colaboradores, não existe sindicato. Ele trabalha para o desenvolvimento do mercado e atua nos Poderes Legislativo, Executivo e Judiciário defendendo os interesses da categoria econômica. E isso tem retorno direto para a sua empresa. Por isso a contribuição assistencial, estabelecida na convenção coletiva, é tão importante.

**Fortaleça quem fortalece a sua empresa.
Contribua para o seu sindicato.**

Acesse
www.fortalecasuaempresa.com.br
e saiba mais.



Fecomércio



Sesc



Senac

Apoio:



Fecomércio PE





Capa

Por Ana Roberta Amorim
e Marina Varela

O SOM QUE

PULSA

AQUI

Passeando por diversos ritmos,
Pernambuco se destaca como
um celeiro de produções e
formação musical



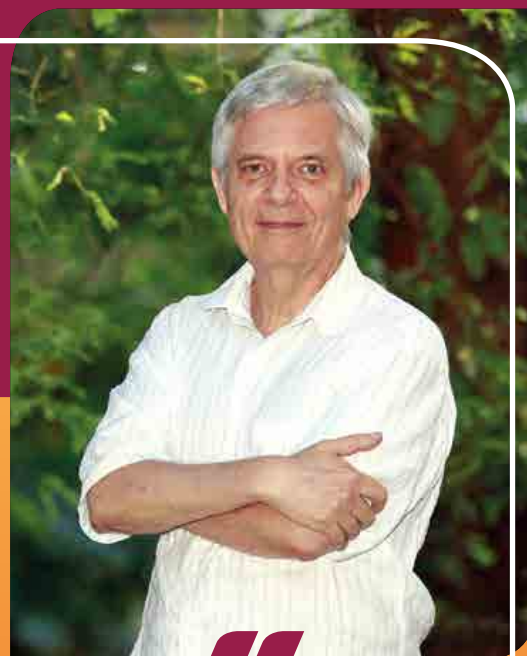
A produção musical em Pernambuco é constante e diária. Berço de várias manifestações culturais, a identidade musical do Estado finca raízes no frevo e no maracatu. Contudo, sua imensidão não se limita a esses ritmos. Várias expressões folclóricas surgiram aqui ao longo dos anos, destacando-se o baião, o coco e a embolada, como ritmos regionais de nicho. “No início do século 20, a música pernambucana começou a tomar corpo, com a definição do frevo como gênero musical. Antes disso, era só o povo pulando na rua, sem uma definição certa do que era o ritmo que embalava a folia”, comenta o professor do Departamento de Música da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) Carlos Sandroni. O frevo foi e ainda é um grande representante da música popular pernambucana. “O ritmo teve origem dentro das bandas militares de metal, difusoras e populares no século 20. Em comparação, as bandas, hoje, seriam representadas pela aparelhagem”, explica Sandroni.

Foto: Brenda Alcântara /
Prefeitura do Recife

Em 1950, o mercado de disco abriu novas possibilidades para a produção musical em Pernambuco, quando chegou aqui a Fábrica Rozenblit, única gravadora de discos do Brasil instalada fora do eixo Rio-São Paulo. A fábrica foi a maior produtora de disco em vinil no país entre a década de 1950 e meados de 1960. “O Frevo-canção foi um dos carros-chefes da gravadora, que fechou as portas em 1980, após crises financeiras e enchentes em seu parque industrial”, observa o professor.

Alguns nomes se destacaram no estado. Entre eles estão Nelson Ferreira, músico com maior número de canções gravadas na discografia brasileira e diretor artístico da Fábrica Rozenblit; Capiba, um dos compositores de frevo mais conhecidos no Brasil e autor de grandes obras como *É de amargar*, e Claudionor Germano, um dos principais intérpretes de Capiba e Nelson.

Nos anos 1990, surge em Pernambuco o Manguebeat, movimento da contracultura que mistura ritmos regionais, como o maracatu, com rock, hip-hop, funk e música eletrônica. Uma sonoridade própria desvinculada das grandes indústrias da música. Com uma riqueza de sons e movimentos, todos característicos e influenciados pela cidade e pelo seu entorno. O Manguebeat abriu os caminhos para os sons de periferia, ampliando a música para além da classe média intelectual.



No início do século 20, a música pernambucana começou a tomar corpo, com a definição do frevo como gênero musical. Antes disso, era só o povo pulando na rua, sem uma definição certa do que era o ritmo que embalava a folia”

Carlos Sandroni

E é no sujeito periférico que um ritmo bastante popular se destaca atualmente no estado. O brega traz o movimento e a melodia, perpassando por sonoridades de Reginaldo Rossi, Banda Metade, Swing do Amor, MC Troinha e os mais atuais Shevchenko e Elloco.

O pesquisador e produtor musical Tomás Brandão avalia 2019 como um ano muito positivo para o brega no estado. “Pela primeira vez, o bregafunk ganhou visibilidade nacional, com três músicos entre os mais tocados do Spotify”, comenta Tomás, que concluiu o seu mestrado com a dissertação “Bregafunk: mediação tecnológica e transculturação social na periferia do Recife”, este ano.

Com a visibilidade nacional, o cenário do ritmo mudou completamente. Produtoras mais organizadas, como a KondZilla (SP), estrearam no mercado gravando e produzindo o bregafunk e, com isso, o mercado local perdeu seu pioneirismo. “A produção saiu do estado. Ainda se produz muito, especialmente na periferia daqui, mas o bregafunk que estourou para o mercado nacional está passando pelo Sudeste, principalmente por São Paulo. E competir com esse mercado é complicado, já que ele é bem estruturado e com uma grande potência midiática”, explica Tomás. A KondZilla, por exemplo, conta com um canal no YouTube com mais de 55 milhões de inscritos.

Para o MC e produtor Shevchenko, do duo Shevchenko e Elloco, o passinho foi a base de todo crescimento do bregafunk, mas a inovação está no compasso da música. “O ritmo cresceu muito quando estourou o passinho, mas a criatividade que os MCs trazem para a batida é sensacional. O ritmo fica envolvente. A dança e a música estão juntas nessa explosão do bregafunk”, reflete. O músico ainda explica que a criação dos hits vem mais do suor e talento do que de uma formação musical tradicional. “O nosso estudo foi o dom que Deus nos deu. Tudo é imprevisível. Às vezes estou na cama ou na rua e pensando em uma batida, sempre focando na inovação para que os corpos se mexam”, comenta Shevchenko.



Tomás Brandão



MC Shevchenko e Elloco

Paixão que movimenta negócios

A Rua da Concórdia é conhecida como o reduto dos músicos no Recife. O local é bastante conhecido pela venda de aparelhos eletrônicos e o comércio de equipamentos musicais. Lá, é possível comprar de uma tarrafa de guitarra ao equipamento completo para uma casa de shows. Iluminação, mixer e todo o material necessário para produzir um show também pode ser encontrado no local.

Convivendo há dois anos com o caldeirão artístico e tecnológico situado no bairro de São José, Luciana Lima é gerente da Veneza Music, onde são vendidos aparelhos e toda a linha de áudios, além de instrumentos musicais. “Atendemos tanto o público de iniciantes como de profissionais especializados”, conta Luciana. Segundo ela, a loja atende cerca de 1.200 clientes mensalmente, público que abrange todas as faixas etárias. “Nossa escolha por montar a loja aqui aconteceu porque sabemos da tradição que existe em Pernambuco. Sempre que uma pessoa pensa em adquirir um instrumento musical ou algum produto do segmento de áudio, sabe que pode encontrar aqui na Rua da Concórdia”, completa.

Além da comercialização, a loja também mantém parcerias com artistas locais, como a Samba Star e a Banda Só Elas. “Queremos trabalhar no desenvolvimento desses grupos, como forma de incentivar a música pernambucana”, explica.

Apesar da retomada da economia ser lenta em boa parte dos setores, a receita mundial do mercado musical cresce no mundo todo. Segundo o Relatório Global de Música da Federação Internacional da Indústria Fonográfica (IFPI, na sigla em inglês), os retornos financeiros com música gravada cresceram 9,7% em 2018, movimentando US\$ 19,1 bilhões. Segundo a pesquisa, o Brasil é um dos grandes destaques, com expansão de 15,4% na receita, sendo o décimo maior mercado do planeta. No país, a soma de downloads e streaming já chega a 72,4% do mercado. E o streaming, sozinho, gera US\$ 207,8 milhões, ou 69,5% do total nacional.





Núcleo de Pesquisa em Viola Nordestina
em Santo Amaro | Foto: Leandro Lima

Aprendendo acordes

Muito mais do que a leitura de partituras, o aprendizado de músico tem ligação com uma explosão de sentimentos. Foi justamente por isso que o professor de música do Sesc Casa Amarela Renato Cruz percebeu que o estudo em grupo é muito mais eficiente e envolvente.

Em vez do que o professor chama de uma prática individualizada, ocorre a integração entre os alunos na sala de aula. “A gente tenta acessar os conteúdos mais teóricos, mas por outro caminho, por meio de uma abordagem mais orgânica, mais natural, utilizando a voz, o corpo, que são recursos que todo mundo já tem. Os alunos se sentem integrados, conseguem entender e veem que o estudo da música não é esse bicho de sete cabeças”, explica.

Tradicional escola de música do estado, o Conservatório Pernambucano completa 90 anos em 2020, sendo instituição referência e uma das primeiras do Brasil dedicadas à disseminação da arte sonora no Nordeste. Em nove décadas, os cursos oferecidos foram atualizados e ampliados, distanciando-se da chamada música clássica e aproximando-se dos ritmos populares e característicos de Pernambuco.



Renato Cruz



Rodrigo Leite

“No início, era uma escola muito mais voltada para piano, depois começou a se inserir cordas, mas sempre instrumentos muito voltados para a música erudita. Desde a década de 70, estão sendo colocados cursos na área da música popular. A gente também está sempre oferecendo cursos de capacitação para professores. São práticas constantes do conservatório essas mudanças de metodologia e de práticas pedagógicas”, explica Rodrigo Leite, gerente de Ensino, Pesquisa e Promoção Musical da instituição.

No âmbito municipal, a Escola de Artes João Pernambuco oferece cursos de nível básico de música, com turmas para crianças e adultos. Com planos de implantar o nível profissional, o diretor da instituição conta que enxerga a escola como uma porta de entrada para o entendimento e a paixão pela música. “É como o primeiro emprego. Lá a gente não tem processo seletivo, nós facilitamos a entrada na escola, que é uma política de governo da Secretaria de Educação da Prefeitura do Recife”, explica Antônio Cabral.



Antônio Cabral



Mesmo trabalhando com diferentes metodologias, os três professores afirmam que seus públicos são diversos. Há alunos que chegam querendo apenas aprender a tocar um instrumento, outros que procuram o ensino de música para uma prática contínua e, ainda, aqueles que usam a arte como terapia. “Existe um público, dentro da escola, que tem o objetivo de tocar nas igrejas, tocam ‘de ouvido’ e querem aprender a escrever, a ler partitura. E tem aqueles que querem ser músicos”, diz Antônio Cabral.

“Eles chegam dizendo: ‘Eu quero aprender o básico, quero aprender a técnica’. Mas entendem que o que a gente oferece é um espaço muito maior do que poderiam imaginar, partindo de uma experiência, diferentemente de um aprendizado em casa, por uma videoaula. O aprendizado de música e de artes é muito mais do que isso”, conta Renato Cruz.



Ilza Silva

Mas, no final, o objetivo das instituições é um: formar um público crítico e atento ao que ouve e produz. “O Conservatório procura proporcionar uma experiência de vivenciar a música de uma maneira sistemática e com profundidade, de modo que a gente consiga formar público, uma plateia que tenha um senso crítico mais elevado”, defende Rodrigo Leite.

Renato Cruz destaca as produções realizadas no estado, que não são recentes e que se perpetuam de geração em geração. “Os grupos de maracatu, as nações, os coletivos afro, a tradição oral. A formação dos músicos muitas vezes ocorre dentro do próprio meio familiar. Isso é algo muito presente, que permeia o cotidiano da formação musical do pernambucano”, opina.

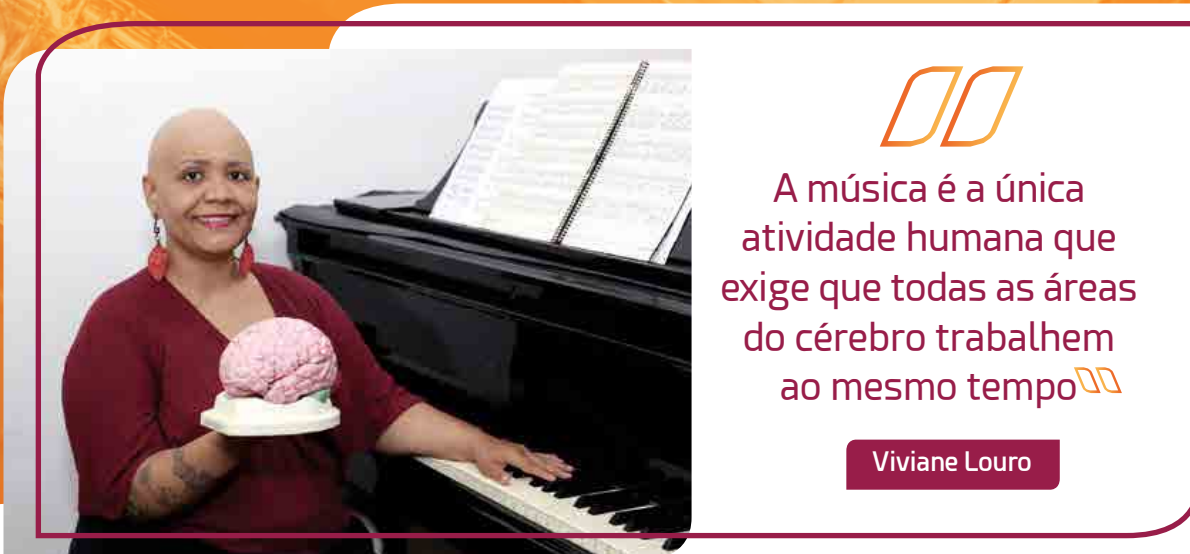
Já para Antônio Cabral, o papel do ensino da música hoje é afirmar cada vez mais a cultura pernambucana e brasileira. “Muita coisa foi ligada à Europa, com música erudita ou clássica. Na escola, não queremos bairrismos, queremos dar prioridade a estudos ligados à realidade brasileira e ao que é produzido aqui”, conclui.



Daniel Lima

Para os alunos, o aprendizado da música também tem muita ligação com satisfação pessoal. A servidora pública Ilza Silva tem 61 anos e estuda música há cerca de nove anos. “Tenho músicos na minha família e tive essa influência. Mas acho que não é por acaso, a gente nasce com alguma coisa vocacional”, diz. Atualmente, Ilza canta, toca violão, flauta doce e está começando a aprender teclado. Ela tem passagens pela Escola de Artes João Pernambuco e pela Escola Técnica de Criatividade Musical. “Quando estou em contato com a música, eu me transporto no tempo, é como se eu rejuvenescesse”, conta.

É no hobby que Daniel Lima se expressa musicalmente. Ele começou o estudo do violino aos 7 anos de idade e durante muito tempo fez dessa sua profissão. Agora mestrando em Direito, Daniel foca nos estudos para a advocacia, mas não deixa de lado seu violino. “Quando você escolhe suas músicas e toca sem uma cobrança profissional é bem prazeroso. Às vezes, pego meu violino em casa só para desestressar e curtir”, devaneia Daniel.



Música não é só o som

A doutora em Neurociências pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) Viviane Louro explica que o impacto da música no corpo não é somente o sentimento que ela provoca. De acordo com ela, a música é a única atividade humana que exige que todas as áreas do cérebro trabalhem ao mesmo tempo e, por isso, o sistema nervoso é tão afetado.

Primeiro, a visão e o tato. Quando se toca um instrumento, é necessário vê-lo e senti-lo e, geralmente, ler a partitura para seguir a música. Depois, a audição e, por último, mas não menos importante, as áreas internas do cérebro, que trazem a parte da emoção. Música é energia. “Também vai estar ativada a área do sistema de recompensas, que é o que lança dopamina e faz você sentir prazer. É a única atividade humana que você tem tudo isso ao mesmo tempo. Por isso que ela provoca tanta mudança de comportamento e cognição nas pessoas”, afirma a doutora, que também é bacharel e mestra em Música pela UFPE.

Mas somente escutar música não afeta o cérebro humano ao ponto de causar mudanças significativas de comportamento. Viviane Louro diz que a arte sonora precisa estar reunida com os conhecimentos e referências de quem a ouve. Como um exemplo mais objetivo, existe o brega, no Recife. Para o público que ouve esse gênero desde pequeno, a música não é somente um som, ela faz parte

da identidade e da cultura das pessoas daquele lugar. Música é socialização.

Concomitantemente, mesmo se uma música não for conhecida por quem a ouve, ela ainda pode causar sentimentos conflitantes. “Nós temos duas questões que são muito fortes: a primeira é o ritmo e a segunda é a letra da música. Ritmos mais marcados com instrumentos de percussão ou que têm frequências mais baixas, mais graves e repetitivas acionam áreas do cérebro que são um pouco mais primitivas. São músicas e ritmos que tendem a induzir à dança, por exemplo”, detalha. Segundo Viviane Louro, o impacto na aprendizagem não difere muito entre uma criança, um adulto e um idoso. A diferença está, de fato, na capacidade de o cérebro fazer plasticidade, que nada mais é que a disposição do órgão de se reorganizar e armazenar novas informações.

Quando a música entra como terapia ou tratamento de alguma dificuldade, essa capacidade da plasticidade fica ainda mais evidente. Em doenças como Parkinson e Alzheimer, o impacto da música pode ser tão significativo que sintomas característicos das enfermidades podem ser atenuados ou mesmo desaparecer. “No Alzheimer, a única memória que não é perdida é a musical. Então, a música pode ser usada para a pessoa com Alzheimer recuperar a memória da vida dela ou atrasar a doença”, pontua Viviane. ■



No Mundo

Por Ananda Cavalcanti

SABEDORIA MILENAR QUE CURA

A meditação,
prática com eficácia
comprovada pela
ciência, é capaz de
modificar a estrutura
e funcionamento
químico e físico
do cérebro,
proporcionando
diversos benefícios
ao indivíduo

Foque o seu pensamento em um copo repleto de água e areia. Imagine o recipiente sendo agitado, misturando o conteúdo. Tudo vai se encontrar turvo e inquieto. Mas, ao pausar essa atividade, a areia se acomoda no fundo e a água fica limpa novamente. Nesse exemplo, os grãos representam os pensamentos, perturbações, hábitos e emoções. O líquido retrata a mente. Com a ausência da meditação, a cabeça se mantém atormentada. Ao praticar a técnica, aos poucos, as ideias vão retornando à condição natural de calma e clareza.





É com essa analogia que o aplicativo de meditação para plataformas digitais Lojong define o método. Não existe um material específico que aborde a origem dessa sabedoria, justamente por se tratar de uma prática milenar. Os primeiros registros históricos encontrados nas antigas civilizações da Índia e China, por exemplo, datam de mais de mil anos antes de Cristo.

O significado da palavra meditação representa voltar-se para o centro. Isso quer dizer estar focado em si mesmo, onde se encontra o aqui, o agora e o que somos naquele exato instante. Entre os variados tipos, estão o vipassana, que manifesta a ideia de ver as coisas como elas realmente são; o yoga, trabalhando o corpo e a mente; a transcendental, que envolve o uso mental de sons específicos chamados mantras; o próprio tai chi chuan, considerado uma meditação em movimento; a zazen, que foca apenas em sentar, com a mente aberta, sem se apegar aos pensamentos,

que fluem livremente; a samadhi, que une lembranças das tradições budistas; entre outras.

“É interessante reconhecer a grandeza dessa sabedoria, pois cada indivíduo possui sua particularidade. Algumas pessoas, por exemplo, não conseguem meditar parado. Então, existem técnicas que podem proporcionar o lugar de concentração, de voltar para si e acalmar a mente”, destaca a psicóloga, neuropsicóloga, especialista em Neurociência Clínica e instrutora de yoga, Nívea Rodrigues.

Outro tópico pontuado pela profissional é o momento em que a prática deixou de ser inteiramente vinculada ao olhar religioso e místico, na década de 60.

“A meditação passou a ser estudada pela ciência devido à sua eficácia comprovada por meio de pesquisas com praticantes, que apresentaram modificações positivas na estrutura e no funcionamento químico e físico do cérebro”, afirma.





A meditação passou a ser estudada pela ciência devido à sua eficácia comprovada em pesquisas com praticantes”

Nívea Rodrigues



Do ponto de vista das alterações físicas, com a prática da meditação, há um aumento nas atividades do hipocampo, parte do cérebro responsável pela memória e aprendizagem. Já a amígdala, encarregada de regular as emoções, sendo bastante importante nos processos de estresse e ansiedade, tem a densidade diminuída à medida que a meditação é praticada. As transformações químicas estão ligadas ao aumento na produção da serotonina, conhecida como o hormônio da felicidade, além da diminuição do cortisol, que é o hormônio do estresse.

Outro benefício proporcionado pela prática é a melhora do sono. “A importância desse processo é ímpar. Passamos o dia inteiro liberando uma série de toxinas no cérebro. Quando dormimos, existe um sistema que faz uma

grande limpeza. Ou seja, se não há sono o suficiente, essas toxinas se acumulam”, explica a especialista. Quem pratica meditação tende a se conectar com a energia do agora e com a força da natureza. “Pesquisas científicas indicam que pessoas em quadro de depressão devem procurar maior contato com o meio ambiente”, afirma Nívea.

No Ocidente, a meditação veio à tona com a massificação da neurociência, que consiste no estudo do sistema nervoso e suas funcionalidades. O início das pesquisas era muito voltado para a atenção plena, a chamada *mindfulness*. Um conjunto de técnicas com comprovação científica, que ajuda a focar no momento presente, evitando que o passado e futuro afetem um indivíduo, tornando a mente mais desperta e saudável.





“É essencial entender qual a instância da vida em que é preciso engajar uma transformação”

Fernando Suján

O terapeuta Fernando Suján, que já esteve na Índia em 2010 para estudar a medicina aplicada no país, trabalha com meditação há 30 anos. De acordo com o profissional, a alopatia, método de tratamento que emprega remédios, e as ciências holísticas podem caminhar lado a lado, sem atritos. “No hospital em que estudei na Índia, presenciei vários exemplos de médicos ingleses que foram para o país estudar yoga e de doutores de ayurveda que viajaram para a Inglaterra em busca de conhecer mais sobre o sistema alopático”, relembra.

Fernando destaca, ainda, a importância de praticar meditação em tempos de ritmo frenético e rotinas pesadas. “Posso citar em primeiro lugar a reconexão com o corpo. Dentro do processo de estresse, por exemplo, a gente se desconecta de nós mesmos. Com isso, podemos passar a comer, beber ou fumar mais. É necessário se reconectar com a respiração”, comenta. Outro ponto ressaltado é o reconhecimento da necessidade de mudança. “É essencial entender qual a instância da vida em que é preciso engajar uma transformação. Por último, saber o que não nos pertence, já que, geralmente, carregamos dores e problemas dos outros”, conclui.





“A prática trouxe inúmeros benefícios tanto para a minha vida profissional, quanto para a pessoal. Eu posso destacar o maior controle do estresse e da ansiedade”

Mirella Freire

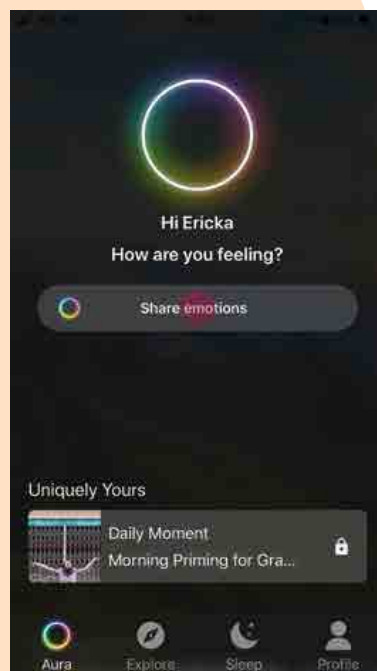
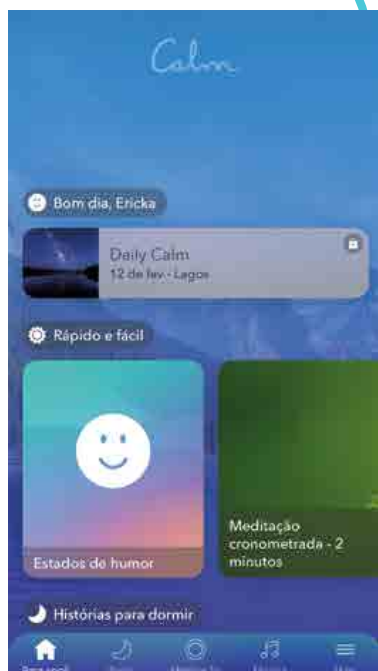


Em 2016, a engenheira ambiental Mirella Freire não estava feliz com o trabalho, apesar de amar o que fazia. Foi aí que surgiu a vontade de buscar mudanças para sua vida. “Eu estava me sentindo muito angustiada. Sabia que não estava bem, mas não estava percebendo, exatamente, o que estava acontecendo”, relembra. Foi assim que a terapia entrou na vida dela. “Eu comecei a frequentar a psicóloga para me compreender melhor.”

Nas sessões, Mirella descobriu uma nova paixão. “Sempre tive interesse em me envolver com a espiritualidade, não da forma religiosa, mas no sentido de

autoconhecimento”, comenta. A meditação chegou na hora certa, contribuindo ainda mais para o tratamento.

“A prática trouxe inúmeros benefícios tanto para a minha vida profissional, quanto para a pessoal. Eu posso destacar o maior controle do estresse e da ansiedade. Eu era uma pessoa que me cobrava muito. Preocupada com o passado e o futuro. Depois de criar o hábito de meditar, passei a valorizar o aqui e o agora”, relata. “Além disso, minha concentração melhorou bastante. Aprendi a me entender como ser humano e respeitar os meus sentimentos”, completa. ■



Aplicativos para meditar

Você quer meditar, mas não sabe como começar a prática? Especialistas recomendam aplicativos de meditação para os iniciantes obterem maior engajamento no processo. Entre eles, estão o Lojong, Aura, Calm, 5 Minutos e Relax Melodies.





Fecomércio e Você

Por Marina Varela

EMPREENDEDORISMO COM MUITO TALENTO

Uma iniciativa social que capacita artesãos de Brasília Teimosa e do Pina e fomenta o empreendedorismo local

Desde os 11 anos de idade que Cristina Lima faz arte com crochê. Mesmo abrindo um pequeno comércio de produtos eletrônicos e trabalhando em outras atividades, ela nunca deixou de lado o artesanato, em especial o trabalho com a linha. Mas foi quando encerrou as atividades do seu negócio que ela se entregou à arte. Na mesma época, Cristina ingressou em um projeto social voltado a artesãos de Brasília Teimosa e do Pina, bairros da Zona Sul de Recife. Ela integra o grupo de 17 artesãos que participam do Projeto Artesanato de Talentos, realizado pelos Institutos Fecomércio-PE e JCPM.





Foi com o desejo de visibilizar os produtores locais, valorizando o trabalho artístico e fomentando práticas empreendedoras entre os moradores da região, que os institutos firmaram a parceria em 2015. A partir das capacitações, surgiu a ideia da exposição sazonal. “O projeto prepara o grupo durante todo o ano. Primeiro capacitamos, com aulas de gestão e aperfeiçoamento técnico, e em seguida os artesãos expõem os produtos no Shopping RioMar”, comenta a coordenadora de Desenvolvimento Social do Instituto JCPM, Fábيا Siqueira. Ela explica ainda que as capacitações focam em três grandes festividades da cidade – Carnaval, São João e Natal. Após a exposição na loja, os alunos já direcionam o foco para a próxima data festiva.

“A diversidade das datas comemorativas nos traz uma adaptação, então vamos renovando nosso repertório e aprendendo coisas novas durante os cursos. Ficamos conhecidas pelo trabalho que desenvolvemos aqui”, enfatiza a artesã Cristina Lima. Além das novas técnicas de produção artística, os alunos recebem cursos de gestão administrativa e financeira, comportamento empresarial, marketing e vendas, aprendendo a precificar as peças, expor em vitrine, vender pela internet, entre outros.



Cristina Lima



Fábيا Siqueira



Convidamos todas as associadas para participar. E nos envolvemos ativamente. Botando a mão na massa nas costuras e artesanatos”

Maria Monteiro

Para o presidente do Sistema Fecomércio/Sesc/Senac de Pernambuco, Bernardo Peixoto, a partir das capacitações, os artesãos passam a valorizar seus produtos, enxergando-os, assim, comercialmente. “O processo de capacitação tem proporcionado a qualificação e o incremento na renda dos artesãos participantes do projeto, além da oportunidade de comercialização dentro de um dos maiores centros de compras do Estado, o Shopping RioMar. A importância do empreendedorismo na comunidade, então, é inegável”, reflete Peixoto.

Uma das associações que participam do projeto é o Clube de Mães Popular de Brasília Teimosa. Há 34 anos, Maria Monteiro é coordenadora geral do clube e relembra o início das atividades. “Começamos no Quiosque Solidário, ganhamos destaque com a qualidade das peças e ampliamos nossa exposição para a loja Artesanato de Talentos”, relata. Mesmo atuando na coordenação do clube, ela não deixa de lado a confecção dos produtos. “Convidamos todas as associadas a participar. E nos envolvemos ativamente. Botando a mão na massa nas costuras e artesanatos”, conta Maria.



CARNAVAL

A primeira edição do ano da Artesanato de Talentos já está no ritmo das festividades de Momo. Durante o curso, os expositores receberam direcionamentos na aplicação de técnicas para criação dos moldes, harmonização de cores e produções das peças. Neste ano, os itens expostos foram máscaras, tiaras, headbands e fantasias para todas as idades, que vão do tradicional às tendências de 2020, com muito neon, flores e peças multicoloridas.

“As edições de Carnaval apresentam os maiores faturamentos, historicamente. Incentivando, inclusive, abertura de novas lojas desse segmento, com foco em adereços carnavalescos, dentro do próprio shopping”, explica Rafael Ramos, economista da Fecomércio-PE. ■



Comércio em Foco

Por Ícaro Ferreira

GRADUAÇÃO EM GESTÃO COMERCIAL É LANÇADA NA FACULDADE SENAC



Cerimônia de lançamento reforçou o novo momento da instituição e do Sistema Fecomércio/Sesc/Senac Pernambuco



A Faculdade Senac lançou a nova graduação de Tecnologia em Gestão Comercial, num evento que teve como mote a “Transformação Comercial 4.0” e aconteceu no dia 21 de janeiro, no salão de eventos da instituição, no Recife. A ocasião reuniu empresários, presidentes de sindicatos e dirigentes do Sistema Fecomércio/Sesc/Senac Pernambuco numa discussão sobre as novas tecnologias e o futuro do varejo.

O encontro começou com o presidente do Sistema Fecomércio/Sesc/Senac Pernambuco, Bernardo Peixoto, destacando o novo momento da entidade em Pernambuco. “O novo pensamento do Sistema Fecomércio é apoiar ainda mais o setor empresarial. Uma das formas é com graduações voltadas para a área comercial e para as tecnologias, atendendo às necessidades dos empresários. Tudo o que puder ser feito em parceria com o setor será feito”, enfatizou.

A perspectiva de parceria também foi enfatizada por Carlos Calado, diretor da Faculdade Senac Pernambuco. A ideia é que a instituição se insira numa proposta de integração com o Sistema, dando respaldo, a partir da formação superior, ao comércio local. “Entendemos que somos solução para as necessidades dos setores produtivos. Essas necessidades são maiores quando as mudanças tecnológicas levam a uma nova forma de fazer o comércio. Com base nisso, estamos buscando ofertar soluções que qualifiquem melhor os profissionais para o futuro”, pontuou.

Entre os representantes do setor empresarial e dos sindicatos federados presentes no evento, a união entre academia e empresariado foi celebrada. “A Faculdade Senac, que é um nome forte, pode ser um ponto de ligação entre o que há de mais tecnológico no mercado e o empresário local. Tem muitas

tecnologias que o empresário, sozinho, não consegue buscar lá fora. Com uma Faculdade Senac, tudo fica mais fácil. É um ponto de ligação muito positivo”, comentou Ronaldo Xavier, diretor da Agir Assessoria Empresarial e do Sescap Pernambuco.

O evento ainda contou com apresentação do professor Carlos Polônio, coordenador do curso de Gestão Comercial da Faculdade Senac. Em sua exposição, Polônio apresentou a estrutura curricular da formação e mostrou diversos cases de como a tecnologia está cada vez mais presente nas práticas comerciais no Brasil e no mundo. “A transformação comercial 4.0, que vivemos hoje, é pensar na loja física não mais como simples local de trocas, e sim de valorização das experiências de consumo do cliente, com produtos e serviços. Os gestores precisam estar capacitados a entenderem esse momento de transformação”, explicou.



Em sintonia com o futuro

É justamente com a ideia de transformar gestores em agentes capazes de conduzir e lidar com a transformação comercial 4.0 que o curso superior em Gestão Comercial foi concebido. Multidisciplinar, a formação contempla disciplinas sobre gestão de pessoas, economia, gestão de vendas e políticas comerciais, direito comercial, gestão estratégica e financeira, contabilidade, custos e precificação, comportamento do consumidor e noções sobre marketing e novas tecnologias. Todos os componentes curriculares foram pensados tendo como fio condutor a transformação digital.

Entre os destaques da formação, estão as certificações intermediárias, que propiciam ao aluno a possibilidade de atuar como profissional antes do final do curso. Ao fim do segundo módulo, o estudante recebe

um certificado de qualificação profissional de Assistente Comercial. Já após o terceiro módulo, a qualificação é de Analista Comercial. A ferramenta melhora a empregabilidade e permite a união entre teoria e prática no mercado de trabalho.

Outro diferencial é a Loja-Escola do Comércio, na qual os discentes poderão vivenciar as práticas comerciais e colocar a mão na massa, alinhando a teoria e a práxis do comércio do futuro. A graduação tem duração de quatro semestres e está disponível na unidade da instituição no Recife. O investimento mensal é de R\$ 450. Comerciantes ativos, funcionários e associados dos sindicatos filiados à Federação do Comércio de Bens, Serviços e Turismo de Pernambuco, encaminhados pelos sindicatos, têm desconto de 20% nas mensalidades, o que permite parcelas no valor de R\$ 360.



Alexandre Silva



Crescimento e consolidação

O lançamento do curso de Gestão Comercial marca um novo momento da Faculdade Senac Pernambuco. Com a inauguração da nova sede, localizada em Santo Amaro, no Centro do Recife, e a expansão da faculdade para Caruaru e Petrolina, que teve início em 2018, a instituição consolida sua excelência educacional, sempre atenta às crescentes demandas do mercado.

Na capital, a nova sede, inaugurada em 2019, conta com 22 pavimentos e mais de 22 mil metros quadrados de área construída, dos quais 11 mil metros quadrados são destinados a laboratórios e ambientes de aprendizagem. O equipamento contou com investimento de R\$ 73 milhões, que possibilitou o recebimento de uma estrutura dotada de 15 laboratórios, 53 salas de aula, sala de inovação Google, salas multifuncionais, auditório, espaços de convivência e estacionamento para 375 carros.

Outro destaque de 2019, fruto da interiorização da oferta de cursos superiores da instituição, foi a nota de classificação do curso de Gestão de Recursos Humanos da unidade vinculada

de Caruaru. Com apenas dois anos de implantação na Capital do Agreste, a formação recebeu conceito 4, numa escala que vai até 5, após visita de reconhecimento do Ministério da Educação (MEC). O reconhecimento de curso é indispensável para a validação dos diplomas. A avaliação é feita por uma comissão definida pelo MEC, que verifica a organização didático-pedagógica, infraestrutura e corpo docente do curso. “Essa nota proporciona aos nossos alunos a certeza de que eles estão estudando dentro de uma instituição de excelência no mercado”, comentou o coordenador do curso em Caruaru, Alexandre Silva.

Em 2020, a Faculdade Senac traz novidades como a inclusão de novos cursos no portfólio. As unidades localizadas no interior do estado recebem as graduações tecnológicas em Análise e Desenvolvimento de Sistemas, com aulas iniciando no segundo semestre. A Capital do Agreste também receberá a formação superior em Gastronomia. No Vale do São Francisco, outra novidade é a chegada do curso de Gestão de Recursos Humanos. ■



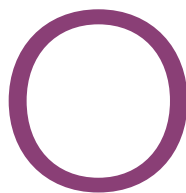


Ao Seu Dispor

Por Ana Maria Freire e Celeste Tenório

OBESIDADE NÃO É BRINCADEIRA





título deste artigo consegue expressar a preocupação do Sesc acerca do problema da

obesidade e sobrepeso infantil que vem apresentando resultados assustadores no Brasil e no mundo. Conforme mostram os dados da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (Abeso - www.abeso.org.br), em 2025 o número de crianças com o distúrbio, em todo o mundo, poderá alcançar o patamar de 75 milhões. Alguns estudiosos apontam para uma verdadeira “epidemia mundial”. Vários fatores contribuem para essa realidade: o excesso de alimentos ricos em gorduras e industrializados, a ansiedade, fatores genéticos e hormonais, além do sedentarismo, ocasionado, principalmente, pelo excesso de horas dedicadas ao uso de televisão, celulares, videogames, dentre outros equipamentos. Apesar dos constantes alertas de estudiosos e profissionais de saúde orientando para a importância dos familiares dispensarem maior controle diário, na prática, as crianças passam muito mais tempo conectadas.



Conforme mostram os dados da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica – Abeso, em 2025 o número de crianças com o distúrbio, em todo o mundo, poderá alcançar o patamar de 75 milhões //

Atento a esse panorama, o Sesc Nacional implantou em 2011 a Avaliação Nutricional dos Alunos das Escolas Sesc (AvanSesc), a fim de traçar o perfil nutricional dos estudantes das escolas, em todo o Brasil, baseado na coleta de dados antropométricos de peso, estatura e idade para base de cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). Dessa forma, é possível identificar e verificar em qual classificação esses estudantes se enquadram, permitindo ainda detectar o perfil nutricional por região. Esse trabalho contribuiu com os estudos realizados nessa área, os quais indicam a redução de crianças desnutridas e o crescente número de obesidade, aumentando a prevalência de doenças crônicas não transmissíveis e suas consequências, revelando-se cada vez mais cedo nas pessoas. Com a realização desse projeto, observa-se que, a partir de 2018, os dados demonstraram uma discreta diminuição do número de crianças com sobrepeso e obesidade.

O Sesc Pernambuco também desenvolve o Projeto AvanSesc nas suas 13 escolas, contemplando os estudantes desde a educação infantil até o ensino fundamental. A coleta de dados é realizada nos meses de março e outubro, mediante autorização dos familiares, a fim de diagnosticar o perfil nutricional dos estudantes. Os resultados obtidos confirmam que as crianças e adolescentes também estão fazendo parte das estatísticas, ou seja, apresentando sobrepeso e obesidade, a partir da primeira infância.

Em parceria com o Sesc Nacional, em 2017, o Centro Educacional Sesc Ler Goiana foi o primeiro a ser contemplado com o Projeto Obesidade Infantil, que tem como objetivo “reduzir os índices de excesso de peso, por meio da adoção de hábitos alimentares adequados e da inserção da educação alimentar na prática escolar, contribuindo para a formação de uma postura crítica e ações propositivas de melhoria da qualidade da alimentação”. Com a implantação desse projeto, foi contratada uma nutricionista, exclusivamente para desenvolver ações de orientação nutricional voltadas para a construção de estratégias visando à melhoria da qualidade de vida das crianças. No ano seguinte, o Sesc Ler Surubim, localizado no interior

do estado, também passou a fazer parte do projeto. Os resultados apontaram para a melhoria nos hábitos alimentares não só das crianças, mas também de seus familiares e, o mais importante, foi verificada a redução no peso de algumas crianças que estavam acima do desejável. A partir de 2020, o Sesc Nacional incrementou o Projeto incluindo o Programa Esporte/Lazer, pela importância de estimular a prática de atividades físicas orientadas por profissionais capacitados, nas escolas Sesc.

A fim de qualificar ainda mais esse projeto, o Sesc Nacional lançou no final do ano de 2019, o Guia da Alimentação Escolar do Sesc, disponibilizando novos conhecimentos teórico e prático para as equipes que trabalham na produção de alimentos plenamente saudáveis servidos nas escolas Sesc. O guia tem três volumes: o primeiro contém embasamento teórico e prático para os cantineiros que produzirão e servirão alimentos saudáveis; o segundo apresenta as condições necessárias para implantar e operacionalizar uma cantina saudável nas escolas e o terceiro aponta situações especiais de alimentação e aspectos regionais.





Ana Freire e Celeste Tenorio

O Sesc Pernambuco tem uma rede de 13 escolas com mais de 4.100 estudantes matriculados na educação infantil e no ensino fundamental, do litoral ao sertão pernambucano. Desse total, 11 escolas contam com nutricionistas responsáveis pela supervisão da produção de lanches e refeições servidas nos restaurantes e lanchonetes. Nossa meta para 2020 é ampliar a concepção da educação nutricional, utilizando esse corpo técnico já existente nas unidades operacionais para se integrar, ainda mais, na orientação e acompanhamento nutricional dos estudantes e do público em geral.

Nosso pontapé inicial, para fortalecer essa parceria, será em maio no III Encontro Técnico Integrado que contará com a participação de profissionais das áreas de educação, nutrição e esportes, além dos gerentes das escolas. A metodologia utilizada contará com palestra, oficinas, socialização de experiências e debates.

Além das ações programadas para serem desenvolvidas com a área de nutrição, vale ressaltar que o sedentarismo contribui para o aumento de peso, conforme citado anteriormente. Com isso, envolver todos os professores que trabalham na educação infantil, com as ações voltadas para a área de conhecimento denominada “Corpo e Movimento”, e aqueles que ministram aulas de Educação Física escolar, do ensino fundamental, representa uma ação complementar para a garantia do sucesso desse projeto.

Concluimos com a certeza de que família e escola têm papéis fundamentais na adoção de novos hábitos alimentares pelas crianças. Assim, o Sesc levanta a bandeira para a construção de novos olhares ampliando e fortalecendo o trabalho multiprofissional, em busca de uma educação por inteiro.

Ana Maria Freire, gerente regional de educação do Sesc Pernambuco, e Celeste Tenório, coordenadora regional de nutrição do Sesc Pernambuco. ■





Gestão
Inovadora

Por Isabela Caldas

SINCOFARMA-PE: A UNIÃO FAZ A FORÇA





Ozeas Gomes, presidente do sindicato, garante que mesmo aos 79 anos, a entidade continua moderna

União, praticidade e organização são boas palavras para definir o atual momento do Sindicato do Comércio Varejista de Produtos Farmacêuticos do Estado de Pernambuco (Sincofarma-PE).

Criada em 1941, a entidade nasceu para atender as demandas dos farmacistas do Estado e, desde sua fundação, o Sincofarma-PE acredita que, juntos, os pequenos empresários do ramo podem obter muito mais conquistas. Tanto que, em 2019, os propósitos e valores da entidade foram reconhecidos. O sindicato foi considerado o mais atuante do ano passado e levou os prêmios de Sindicato Destaque e Avaliador Destaque, do Sistema de Excelência em Gestão Sindical (Segs).

Com quase 79 anos de história, o Sincofarma-PE é uma entidade que está idosa mas não está velha, como explica o presidente do sindicato, Ozeas Gomes. “Existe uma diferença entre as duas palavras. Velho é aquele que nasceu, viveu e tá perto de morrer e nós não estamos”, aponta. Ozeas, que é dono de farmácia há quase 50 anos e está há seis anos à frente do Sincofarma-PE, conta que, durante todo esse período, ele sempre procurou o caminho da conciliação e do diálogo. “Queremos sempre consenso, tanto da parte dos associados quanto dos órgãos fiscalizadores. Nós sempre defendemos que a conciliação é o melhor meio de dialogar”, destaca o presidente, que sempre faz questão de usar o pronome “nós”, reconhecendo a importância do trabalho em equipe na gestão.

Segundo dados do Conselho Federal de Farmácias (CFF), Pernambuco possui mais de 3.200 farmácias. Mesmo que a maior parte delas seja de micro e pequenas empresas, a dificuldade de competir com as grandes redes existe. Por esse motivo, o Sincofarma-PE busca conscientizar os farmacistas da importância de se unir. “Nós tentamos fazer com que os farmacistas entendam que sozinhos não somos nada, mas, na hora que nos juntamos, nós somos muito mais fortes”, comenta Ozeas.



Nós tentamos fazer com que os farmacistas entendam que sozinhos não somos nada, mas, na hora que nos juntamos, nós somos muito mais fortes”

Ozeas Gomes



Bernardo Peixoto entrega a Ozeas Gomes o Troféu Sindicato Destaque 2019



Ana Carolina recebe de Cleide Pimentel e de Jacqueline Oliveira o Troféu Avaliador Destaque 2019

O sindicato é associado à Federação do Comércio de Bens, Serviços e Turismo do Estado de Pernambuco (Fecomércio-PE) e à Associação Brasileira do Comércio Farmacêutico (ABC Farma) e, segundo ele, com isso, a entidade fica mais bem representada para o mercado e atrai associados. “Nós queremos um segmento cada vez mais respeitado porque percebemos que, entre muitos proprietários de farmácia, ele não é visto como sério e nosso trabalho hoje é querer reverter essa situação”, diz o presidente.

A instituição está sempre em busca de inovação, sugerindo mudanças e melhorias na filosofia de trabalho dos farmacistas. “É uma entidade voltada a um segmento de produtos muito taxados e cheios de leis. E é importante ter cada dia mais cuidado, já que também envolve saúde, que é uma coisa séria e não pode ser tratada de qualquer maneira”, aponta Ozeas. As orientações vão desde a higiene do ambiente, treinamentos de qualificação para os funcionários, organização dos produtos, incorporação de tecnologias dentro das farmácias, entre outros. Essas práticas da gestão causam um grande impacto na vida dos associados e Ozeas explica que alguns farmacistas têm mais dificuldades do que outros e que muitos se queixam das despesas que essas alterações podem

acarretar. “Mas o Sincofarma está sempre explicando a eles que não é um custo, é um investimento para que não se caia na mesmice, já que o mercado exige sempre inovações”, atenta Ozeas.

Com a forte presença da gestão, o sindicato tem ficado ainda mais organizado, além de ganhar a confiança de cada vez mais farmacistas. O presidente garante que essas mudanças fazem com que o Sincofarma esteja tendo uma boa aceitação, com membros participativos e que reconhecem a importância da entidade para a categoria. “Aqui nada se faz sem planejamento. Tentamos fazer com que o sindicato funcione como uma empresa, que tem planejamento, objetivos e metas a alcançar”, explica.

Para o futuro, o presidente pretende entregar um sindicato bem organizado, pronto para atender cada vez mais as demandas e os direitos dos farmacistas e cumprindo os valores e as missões. Mais inovador, moderno e atrativo para categoria. “Para ser inovador, você precisa acordar todos os dias e criar alguma coisa dentro do seu ambiente de trabalho”, enfatiza Ozeas. ■



O OdontoSesc agora está no RioMar Recife

Agende seu atendimento odontológico
e garanta sua saúde bucal por um
preço que você pode pagar*.

Local: Estacionamento ao lado do Instituto JCPM.
Atendimentos: de segunda a sexta-feira, das 8h às 20h.

Marcação e informações: (81) 99632.8382 

**Exclusivo para os trabalhadores do comércio de bens,
serviços e turismo e seus dependentes.*

Siga-nos!
sescpe.org.br
  [sescpe](#)
 [/sescpernambuco](#)


Fecomércio PE
Sesc | Senac
Instituto Fecomércio


Sesc

 /SenacEADoficial

 @senaceadoficial

SABE POR QUE
O **SENAC EAD** É
O MAIS COMPLETO
DO BRASIL?

Porque é a única instituição de ensino com cursos livres, técnicos, de graduação, pós-graduação e extensão universitária a distância com polos próprios em todo o Brasil. **#SouSenacEAD**

Quer ficar completo para o mercado de trabalho?

Inscreva-se já.

ead.senac.br/graduacao

SOU
GRADUAÇÃO
SENAC EAD




Senac

O MELHOR ENSINO A DISTÂNCIA DO PAÍS.