

ORIBEL

CULTURA & INFORMAÇÃO

JANEIRO

20
25

Folia de Reis : Tradição, História e Celebração no Brasil

Estalar os Dedos
ou o Pescoço :
Pode Ser
Prejudicial à
Saúde?

Ganhei uma ação
judicial e não recebi
o meu direito, o que
fazer?

Direito ao Absorvente
Gratuito: Um Passo
Importante para a
Saúde e Dignidade das
Mulheres

Neuroplasticidade e Música :
Como Sons Transformam
Nosso Cérebro

Distribuição Gratuita



oribel.org.br/revista

CARTA AO *Leitor*



Suellen Cicotti
Históriadora, Jornalista
e Filantropa. Fundadora
da Oribel ONG.

Caro leitor,

É com grande satisfação que lhe apresentamos a nossa revista gratuita **ORIBEL Cultura e Informação**, um espaço dedicado à cultura, arte, curiosidades, informação e atualidades. Nosso objetivo é estimular a leitura tornando o conhecimento acessível a todos. Acreditamos ser um direito de todos, e é com essa visão que trazemos conteúdos variados e interessantes para você.

Queremos inspirar você a explorar novos horizontes culturais e a apreciar as diferentes manifestações artísticas que enriquecem nossa vida.

Aqui, você encontrará fatos intrigantes, histórias surpreendentes e informações úteis para o seu dia a dia. Queremos despertar a sua curiosidade e incentivá-lo a aprender sempre mais.

Acompanhar as notícias nem sempre é fácil, especialmente quando os termos técnicos e políticos parecem complicados.

Por isso, nossa revista traduz as notícias da atualidade para uma linguagem mais simples, para que todos possam entender e se manter informados.

Nossa equipe trabalha com dedicação para trazer conteúdo relevante e confiável.

Gostaríamos de ser uma fonte de informação que você possa consultar com tranquilidade, sabendo que estamos comprometidos com a qualidade e a veracidade dos fatos.

Queremos que você se apaixone pelas palavras e descubra o prazer de ler.

Agradecemos por nos acompanhar e esperamos que nossa revista seja uma companhia agradável em seus momentos de leitura. Se tiver sugestões, críticas ou histórias para compartilhar, não hesite em nos escrever. Estamos aqui para você!

Com carinho,

Suellen Cicotti

EDITORIAL



Associação Oribel
Fundada em 2023
Editora : Suellen Cicotti
CNPJ :52.153.951/0001-02



Diretora de Redação :
Suellen Cicotti **Editores**
Diego Anástacio e Camila
Guerrera. **Designers:** Otto
Carvalho.

Colaboração: Suellen
Cicotti (texto), Rafael
Amadeu (texto) Diego
Anastacio (texto)

Redação e correspondência:
Rua Prof Ciridiao Buarque
75,Bloco 1 sl 73A
Vila Anglo Brasileira
São Paulo-SP
05028-000

Contato e informações :
contato@oribel.org.br
(21) 9 7286-0452
(11) 9 1444-8440

SUMÁRIO



A Revolução no Combate à Dengue	04
Estalar os Dedos ou o Pescoço : Pode Ser Prejudicial à Saúde?	06
Direito ao Absorvente Gratuito: Um Passo Importante para a Saúde e Dignidade das Mulheres	08
Neuroplasticidade e Música : Como Sons Transformam Nosso Cérebro	11
Folia de Reis : Tradição, História e Celebração no Brasil	15
Ganhei uma ação judicial e não recebi o meu direito, o que fazer?	19



A REVOLUÇÃO NO COMBATE À DENGUE

O Instituto Butantan, uma das mais renomadas instituições de pesquisa biomédica no Brasil, anunciou mais um avanço na luta contra a dengue: o desenvolvimento da primeira vacina no mundo capaz de proteger contra os quatro sorotipos do vírus da doença em apenas uma dose.

Este marco científico coloca o Brasil na vanguarda do combate a uma das doenças tropicais mais prevalentes e desafiadoras do planeta. Atualmente, a vacina encontra-se em fase de registro junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), última etapa antes de sua disponibilização à população.



A dengue, transmitida pelo mosquito *Aedes aegypti*, é uma doença infecciosa que atinge milhões de pessoas anualmente em várias partes do mundo, especialmente em regiões tropicais. Seus sintomas variam de leves a graves, podendo incluir febre alta, dores intensas no corpo, vômitos, e, nos casos mais graves, hemorragias que podem levar à morte.

A criação de uma vacina eficaz contra os quatro sorotipos do vírus sempre foi um desafio, dado que infecções repetidas por diferentes sorotipos podem aumentar o risco de formas graves da doença.

A vacina desenvolvida pelo Butantan, batizada de "ButanVac Dengue", é inovadora por oferecer proteção integral em dose única. Esse diferencial é especialmente importante em campanhas de imunização em larga escala, como nas regiões mais vulneráveis, onde a logística para múltiplas doses pode ser complicada.

O Butantan realizou amplos estudos clínicos para garantir a eficácia e a segurança da vacina. Mais de 17 mil voluntários, espalhados por diferentes regiões do Brasil, participaram das fases de teste.

Os resultados demonstraram que a vacina é segura e eficaz contra os quatro sorotipos da dengue, oferecendo proteção robusta contra a doença.

Além disso, a aplicação em dose única é um ponto de destaque, facilitando a adesão à vacinação e aumentando as chances de atingir uma ampla cobertura populacional, especialmente em áreas de difícil acesso.

O Processo de Registro na Anvisa

Com os resultados clínicos em mãos, o Instituto Butantan submeteu a vacina à Anvisa para o processo de registro.

Esta etapa envolve uma análise rigorosa dos dados coletados durante os estudos, incluindo segurança, eficácia, qualidade da fabricação e logística de distribuição. A aprovação pela Anvisa é essencial para que a vacina possa ser incorporada ao Programa Nacional de Imunizações (PNI) e disponibilizada à população brasileira.



Se aprovada, a vacina do Butantan será um divisor de águas no enfrentamento da dengue no Brasil e no mundo. Ela não só poderá reduzir significativamente o número de casos e internações, mas também aliviará a pressão sobre o sistema de saúde, especialmente durante surtos da doença. Além disso, representa um avanço na soberania científica e tecnológica do Brasil, demonstrando a capacidade do país de desenvolver soluções para problemas globais de saúde pública.

O Instituto Butantan reforçou seu compromisso em continuar investindo em pesquisas relacionadas a doenças tropicais negligenciadas. Com a vacina da dengue, o Brasil não apenas protege sua própria população, mas também oferece uma solução viável para outros países que enfrentam a mesma ameaça, principalmente em regiões da América Latina, Ásia e África.

Essa conquista histórica do Butantan é um exemplo inspirador de como ciência, dedicação e investimento podem salvar vidas, colocando o Brasil em posição de liderança global no combate às doenças tropicais. Agora, a expectativa recai sobre a aprovação pela Anvisa e a rápida distribuição da vacina para começar a mudar o curso da batalha contra a dengue.





Estalar os Dedos ou o Pescoço

EDIÇÃO JANEIRO 2025

PODE SER PREJUDICIAL À SAÚDE?

Muitas pessoas têm o hábito de estalar os dedos ou o pescoço, seja como uma forma de aliviar a tensão, reduzir a sensação de rigidez ou até mesmo por hábito inconsciente. Esse ato, embora pareça inofensivo, gera dúvidas sobre possíveis consequências para a saúde. Afinal, estalar os dedos ou o pescoço faz mal?

A resposta não é tão simples e depende de diversos fatores.

O som de estalo ocorre devido à liberação de gás dentro das articulações. Nossas articulações são envoltas por um líquido chamado líquido sinovial, que serve para lubrificar e proteger as estruturas ósseas.

Quando estalamos, há um rápido aumento no espaço dentro da articulação, o que reduz a pressão e permite que gases dissolvidos no líquido (principalmente dióxido de carbono) se agrupem e formem bolhas. O estalo é o som dessas bolhas colapsando.

Esse fenômeno, conhecido como cavitação, é geralmente inofensivo quando ocorre de forma esporádica e sem dor.

Estalar os Dedos Faz Mal?

De forma geral, estalar os dedos não causa danos significativos às articulações para a maioria das pessoas. Estudos realizados ao longo dos anos não encontraram evidências concretas de que o hábito leve ao desenvolvimento de artrite, uma das preocupações mais comuns associadas a essa prática.

No entanto, há algumas considerações importantes:

- **Hábito Excessivo:** Estalar os dedos com frequência pode causar uma sensação de frouxidão nas articulações ou enfraquecimento das estruturas ao redor, como tendões e ligamentos.
- **Inflamação:** Em casos raros, o movimento repetitivo pode causar irritação dos tecidos ao redor da articulação, resultando em desconforto ou inflamação leve.

E Quanto ao Pescoço?

Estalar o pescoço é um hábito mais delicado e pode ter maiores riscos dependendo da forma como é feito.

Riscos Potenciais

Lesões Musculares ou Articulares: Movimentos bruscos podem causar tensão muscular ou sobrecarregar as articulações, levando a dores ou inflamações.

Compressão Nervosa: Se o pescoço for estalado de forma inadequada, pode haver o risco de compressão de nervos, o que pode causar dor irradiada ou outros sintomas neurológicos, como dormência ou formigamento.

Lesão de Artérias: Em casos muito raros, estalar o pescoço pode resultar em uma lesão arterial (como a dissecação de uma artéria vertebral ou carótida), que pode levar a complicações graves, como um acidente vascular cerebral (AVC).

Sinais de Alerta

Se você estalar o pescoço e sentir dores persistentes, tontura, perda de equilíbrio ou visão turva, procure um médico imediatamente.



É Seguro Estalar as Articulações?

- Se não houver dor: Estalar dedos ou o pescoço ocasionalmente e sem sentir desconforto geralmente não é prejudicial.
- Se há dor ou desconforto frequente: Pode ser um sinal de algo mais sério, como desgaste articular ou desalinhamento. Nesse caso, é importante consultar um médico ou fisioterapeuta.

Dicas para Aliviar a Tensão sem Estalos

Alongamento: Alongar os dedos, pescoço e outras partes do corpo pode aliviar a sensação de rigidez sem a necessidade de estalar.

Postura: Manter uma postura correta reduz a tensão nas articulações, especialmente no pescoço.

Fortalecimento Muscular: Exercícios para fortalecer a musculatura ao redor das articulações ajudam a melhorar a estabilidade.

Estalar os dedos ocasionalmente não oferece grandes riscos à saúde para a maioria das pessoas.

Já no caso do pescoço, é importante ter mais cuidado, pois o movimento pode ser mais suscetível a problemas sérios, especialmente se realizado de forma brusca e frequente. Sempre que houver dor, desconforto ou dúvidas, procure a orientação de um profissional de saúde para garantir a segurança e o bem-estar.



Direito ao Absorvente Gratuito:

UM PASSO IMPORTANTE PARA A
SAÚDE E DIGNIDADE DAS
MULHERES



A distribuição gratuita de absorventes para mulheres em situação de vulnerabilidade social é uma medida que está ganhando força em várias partes do mundo, incluindo o Brasil.

Essa iniciativa reconhece que a pobreza menstrual – a falta de acesso a produtos de higiene menstrual – é uma realidade que afeta milhões de mulheres e meninas, comprometendo sua saúde, educação e dignidade.

A possibilidade de retirar absorventes de forma gratuita em farmácias é um avanço nessa luta, garantindo que todas as mulheres tenham acesso a um item básico de higiene pessoal, independente de sua condição financeira. Entenda mais sobre esse direito e por que ele é tão importante.

O Que É Pobreza Menstrual?

A pobreza menstrual é a dificuldade ou impossibilidade de acessar produtos básicos de higiene menstrual, como absorventes, calcinhas absorventes ou coletores menstruais. Esse problema afeta principalmente mulheres em situação de vulnerabilidade social, incluindo:

- Quem vive em extrema pobreza.
- Moradoras de rua.
- Estudantes de escolas públicas em regiões desfavorecidas.
- Mulheres encarceradas ou em abrigos.

A falta de acesso a esses produtos não é apenas um problema de higiene, mas também de saúde pública e direitos humanos. Sem absorventes adequados, muitas mulheres recorrem a alternativas perigosas, como panos velhos, papel, jornal ou até mesmo areia, aumentando o risco de infecções graves.

Por Que Distribuir Absorventes Gratuitamente?

Promoção da Saúde Feminina: O uso inadequado de materiais alternativos durante o período menstrual pode causar infecções urinárias, vaginais e até doenças mais graves. A distribuição gratuita de absorventes é uma medida preventiva para evitar esses problemas de saúde.

Combate à Desigualdade: A menstruação não é uma escolha, mas uma condição biológica natural. Mulheres que não têm condições financeiras de comprar absorventes enfrentam limitações que perpetuam a desigualdade de gênero.

Garantia de Dignidade: A menstruação ainda é um tabu em muitas sociedades. Ao fornecer absorventes gratuitamente, a sociedade reconhece e respeita as necessidades básicas das mulheres.

Redução da Evasão Escolar: Meninas que não têm acesso a absorventes frequentemente faltam às aulas durante o período menstrual, o que prejudica seu desempenho acadêmico e aumenta a evasão escolar.

Como Funciona o Direito ao Absorvente Gratuito?

Em algumas cidades e estados do Brasil, leis e programas governamentais já permitem que mulheres em situação de vulnerabilidade social retirem absorventes gratuitos em unidades de saúde, escolas públicas e, mais recentemente, em farmácias cadastradas. A medida busca ampliar o alcance do benefício, permitindo que as mulheres acessem os produtos de forma rápida e prática.

Quem Tem Direito?

- Mulheres e meninas em situação de vulnerabilidade social.
- Estudantes de escolas públicas.
- Pessoas em situação de rua ou atendidas por programas sociais.

Como Retirar?

- Apresente um documento de identificação (como RG ou CPF).
- Em algumas localidades, é necessário comprovar a situação de vulnerabilidade, como inscrição no Cadastro Único (CadÚnico).
- Procure farmácias ou unidades de saúde participantes do programa na sua cidade.



Por Que Farmácias?

As farmácias são estabelecimentos amplamente distribuídos, com fácil acesso em áreas urbanas e rurais. Oferecer absorventes gratuitos nesses locais aumenta a acessibilidade, especialmente para mulheres que podem enfrentar dificuldades para ir a uma unidade de saúde.

Impacto Social da Distribuição Gratuita

A distribuição gratuita de absorventes é uma política pública que vai além da higiene. Ela simboliza o compromisso com a equidade de gênero, o respeito às mulheres e a garantia de direitos básicos. Com essa medida:

- Meninas podem frequentar a escola sem interrupções.
- Mulheres podem manter sua rotina diária com dignidade.
- A sociedade dá um passo importante na luta contra o preconceito e o tabu relacionado à menstruação.

Como Divulgar e Ampliar o Acesso?

Para que mais pessoas tenham acesso a essa informação, é essencial:

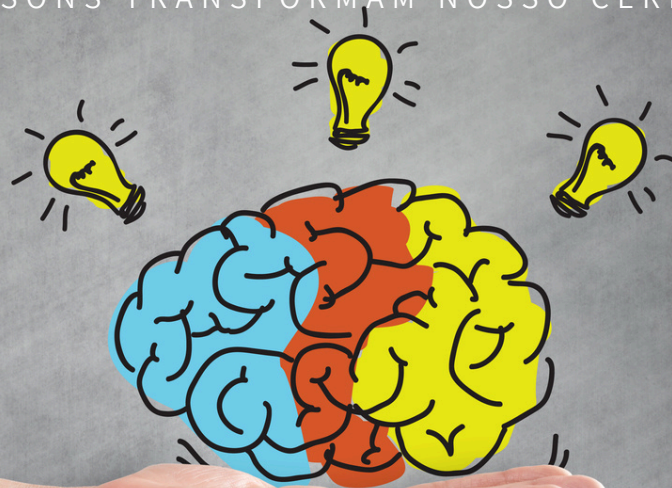
- Realizar campanhas educativas em escolas, comunidades e redes sociais.
- Divulgar a lista de farmácias e unidades de saúde participantes do programa.
- Incentivar o debate aberto sobre saúde menstrual para combater o tabu.

O direito ao absorvente gratuito é uma vitória para as mulheres e uma ação fundamental para a promoção da saúde, dignidade e igualdade. Ao implementar políticas que garantam esse acesso, a sociedade demonstra que está comprometida em combater desigualdades e proporcionar condições de vida mais justas para todas. Se você conhece alguém que pode se beneficiar desse programa, compartilhe essa informação e ajude a construir um futuro mais igualitário!



Neuroplasticidade e Música

COMO SONS TRANSFORMAM NOSSO CÉREBRO



EDIÇÃO JANEIRO 2024



Anastacius
Maestro e Músico
@anastacius.official

Imagine um maestro invisível regendo o cérebro enquanto você ouve uma melodia ou toca um instrumento. Esse fenômeno, chamado neuroplasticidade, é a incrível capacidade do cérebro de se reorganizar e criar novas conexões ao longo da vida, especialmente quando somos expostos a estímulos como a música.

Mas o que exatamente isso significa e por que a música tem um papel tão transformador?

Vamos explorar!

O Que É Neuroplasticidade?

A neuroplasticidade é a capacidade do cérebro de modificar sua estrutura e função em resposta a experiências, aprendizado ou lesões. Durante muito tempo, acreditou-se que o cérebro humano era "fixo" após a infância, mas hoje sabemos que ele continua se adaptando e mudando ao longo de toda a vida.

Por exemplo:

- Quando aprendemos uma nova habilidade, como tocar piano, o cérebro cria novos caminhos neurais.
-
- Se uma área do cérebro é danificada, outra pode assumir parte de suas funções, como em casos de reabilitação após um acidente vascular cerebral (AVC).

A música, como estímulo complexo e emocional, é um dos fatores mais poderosos para ativar essa plasticidade cerebral.



Música e Neuroplasticidade: Um Casamento Perfeito

A música envolve múltiplas áreas do cérebro, desde aquelas responsáveis pela audição até as que controlam movimentos, emoções e memória. Ao tocar um instrumento ou simplesmente ouvir uma canção, o cérebro está em um "treinamento" constante, criando e fortalecendo conexões.

Benefícios da Música para o Cérebro

Fortalecimento da Memória:

- Estudar música ou aprender a tocar um instrumento melhora a memória, especialmente a memória de trabalho, essencial para atividades cotidianas como resolver problemas e lembrar informações.
- Pessoas com Alzheimer frequentemente conseguem lembrar músicas do passado, pois as áreas do cérebro associadas à música são menos afetadas pela doença.

Desenvolvimento Cognitivo em Crianças:

- Crianças que aprendem música apresentam melhor desempenho em matemática, leitura e habilidades linguísticas. Isso acontece porque tocar um instrumento exige coordenação, foco e interpretação simbólica.

Redução do Estresse e Ansiedade:

- Ouvir música ativa o sistema límbico, a área do cérebro responsável pelas emoções. Isso libera dopamina, o "hormônio do prazer", ajudando a aliviar o estresse.

Reabilitação Neurológica:

- A terapia musical é usada para ajudar pessoas que sofreram AVCs ou traumas cerebrais a recuperar habilidades motoras e de fala. Ritmos musicais podem ser usados para reensinar o cérebro a controlar movimentos.



EDIÇÃO JANEIRO 2025



Música e Aprendizado em Crianças

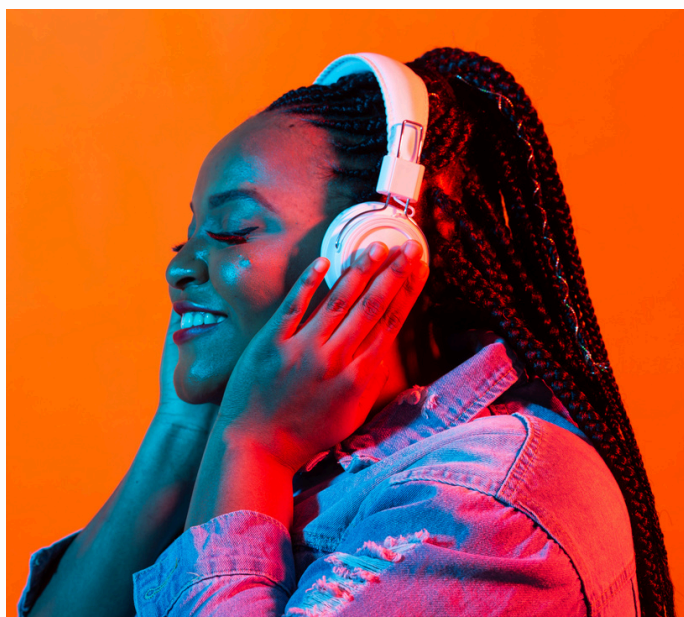
Um estudo publicado na revista Nature Reviews Neuroscience mostrou que crianças que praticam música têm maior densidade de substância cinzenta em áreas do cérebro ligadas ao controle motor e à audição.

Recuperação de Lesões Cerebrais

Pesquisas no campo da musicoterapia revelaram que pacientes que ouviram ou praticaram música durante a reabilitação após um AVC apresentaram melhor recuperação motora e emocional.

Impacto no Envelhecimento

Estudos apontam que idosos que tocam instrumentos regularmente têm menor risco de desenvolver doenças neurodegenerativas como o Alzheimer. A música age como um "exercício para o cérebro", mantendo-o ativo e saudável.



EDIÇÃO JANEIRO 2025

Exemplos da Vida Real

Músicos Profissionais:

- O cérebro de músicos profissionais tem áreas do córtex motor e auditivo mais desenvolvidas, evidenciando o impacto da prática contínua.

Pacientes com Parkinson:

- Sessões de terapia musical com ritmos regulares ajudam pacientes a melhorar a coordenação e a caminhar com mais confiança.

Crianças com Autismo:

- A música facilita a comunicação e a expressão emocional, ajudando crianças com autismo a interagir de maneira mais eficaz.



Como Incorporar a Música no Dia a Dia para Beneficiar o Cérebro?

Aprenda um Instrumento:

- Não importa a idade; o aprendizado de um instrumento, como violão ou piano, estimula o cérebro de maneira única.

Escute Música com Intenção:

- Dedique alguns minutos do dia para ouvir músicas que você ama, prestando atenção aos ritmos, melodias e letras.

Participe de Atividades Musicais:

- Cante em um coral, participe de rodas de samba ou dance. Esses momentos não apenas estimulam o cérebro, mas também fortalecem conexões sociais.

Use a Música em Terapias:

- Se você ou alguém próximo enfrenta desafios de saúde mental ou física, considere a musicoterapia como parte do tratamento.

A música é mais do que entretenimento; é uma ferramenta poderosa para o desenvolvimento e a cura.

Por meio da neuroplasticidade, ela molda o cérebro, melhora habilidades, recupera funções perdidas e traz alegria. Seja ouvindo sua banda favorita, aprendendo a tocar um novo instrumento ou dançando, você estará exercitando seu cérebro e, de quebra, alimentando sua alma.

Então, coloque sua música favorita para tocar e deixe seu cérebro dançar!

Folia de Reis

TRADIÇÃO, HISTÓRIA E CELEBRAÇÃO NO BRASIL



EDIÇÃO JANEIRO 2025

Folia de Reis Família Sagrada de Nazaré @jornada_familia_sagrada

A Folia de Reis é uma das manifestações culturais mais ricas e encantadoras do Brasil, marcada por música, dança, devoção e uma herança secular que atravessa gerações. Em janeiro, é comum encontrar grupos de foliões percorrendo ruas de cidades e comunidades, mantendo viva uma tradição que remonta aos tempos coloniais. Mas o que é exatamente a Folia de Reis, de onde ela veio e quais curiosidades envolvem essa celebração?

A Folia de Reis, também conhecida como Reisado em algumas regiões, é uma celebração religiosa e cultural que homenageia os Três Reis Magos – Melquior, Gaspar e Baltazar – e sua jornada para visitar o menino Jesus em Belém, conforme descrito na tradição cristã.

O evento simboliza o momento em que os reis, guiados por uma estrela, levam presentes ao recém-nascido Salvador.

No Brasil, a Folia de Reis é realizada entre o Natal e o Dia de Reis (6 de janeiro). Grupos de foliões percorrem ruas, vilarejos e casas, cantando, tocando instrumentos e levando mensagens de fé e alegria. O objetivo é celebrar a data e também arrecadar doações para comunidades, festivais ou atividades religiosas.



Folia de Reis Família Sagrada de Nazaré @jornada_familia_sagrada

Origem da Folia de Reis

A tradição da Folia de Reis tem raízes na Europa, especialmente em Portugal e Espanha, onde celebrações semelhantes acontecem desde a Idade Média. No Brasil, ela chegou com os colonizadores portugueses e foi adaptada às características culturais e sociais de diferentes regiões.

Com o passar dos séculos, a Folia de Reis incorporou elementos das culturas indígena e africana, refletindo a diversidade cultural brasileira. Por isso, ela varia bastante de uma região para outra, com diferenças na música, nos trajes e nos rituais.

Como É Celebrada no Brasil?

Os grupos de Folia de Reis são compostos por músicos e cantores, chamados de foliões, que vestem roupas coloridas e utilizam máscaras e adereços elaborados. Esses trajes simbolizam personagens bíblicos e alegóricos, como os próprios Reis Magos, pastores, anjos e o palhaço, figura que representa Herodes e traz um toque de humor à celebração.

Os instrumentos mais usados incluem:

- Violões e cavaquinhos, que dão o tom melódico.
- Pandeiros e tambores, que marcam o ritmo.
- Acordeões e sanfonas, que enriquecem o som com sua sonoridade única.

Além das visitas às casas, muitos grupos realizam apresentações em igrejas e praças públicas, encerrando a celebração com uma grande festa, chamada de "arremate".



Folia de Reis Família Sagrada de Nazaré @jornada_familia_sagrada



Folia de Reis Família Sagrada de Nazaré @jornada_familia_sagrada



Folia de Reis Família Sagrada de Nazaré @jornada_familia_sagrada



Folia de Reis Família Sagrada de Nazaré @jornada_familia_sagrada

A Importância de Manter a Tradição Viva

A Folia de Reis não é apenas uma celebração religiosa, mas também uma forma de preservar a memória e a identidade cultural das comunidades. Em um mundo cada vez mais globalizado, manter viva essa tradição é essencial para fortalecer os laços comunitários e transmitir valores como fé, respeito e solidariedade.

Nos dias de hoje, muitos grupos enfrentam desafios para continuar suas atividades, como a falta de apoio financeiro e a necessidade de atrair jovens para participarem da tradição. Apesar disso, a paixão e a dedicação dos foliões garantem que, a cada janeiro, a magia da Folia de Reis continue encantando gerações.

Curiosidades Sobre a Folia de Reis

Reconhecimento Cultural: Em diversas cidades brasileiras, a Folia de Reis é reconhecida como patrimônio cultural imaterial, devido à sua importância histórica e social.

O Papel do Palhaço: Embora seja uma figura cômica, o palhaço tem um papel importante: ele representa o rei Herodes, que tentou impedir a visita dos Reis Magos ao menino Jesus. Sua performance mistura humor com simbolismo religioso.

Folia Mirim: Em muitos lugares, existem grupos infantis de Folia de Reis, chamados de Folia Mirim, que têm o objetivo de perpetuar a tradição entre as novas gerações.

Significado das Estrelas: As estrelas presentes nos estandartes e nas canções simbolizam a Estrela de Belém, que guiou os Reis Magos até Jesus.

Influência Regional: No Nordeste, a Folia de Reis muitas vezes se mistura ao Reisado, incorporando danças típicas como o coco. Já no Sudeste, os grupos tendem a ter uma abordagem mais musical, com grande destaque para os instrumentos de corda.



Por Que Celebrar a Folia de Reis?

A Folia de Reis é um lembrete de que a cultura popular é um dos maiores tesouros de um povo. Quando vemos os grupos de foliões pelas ruas, percebemos que essa tradição é muito mais do que um evento — é um ato de resistência cultural e uma forma de espalhar alegria e união.

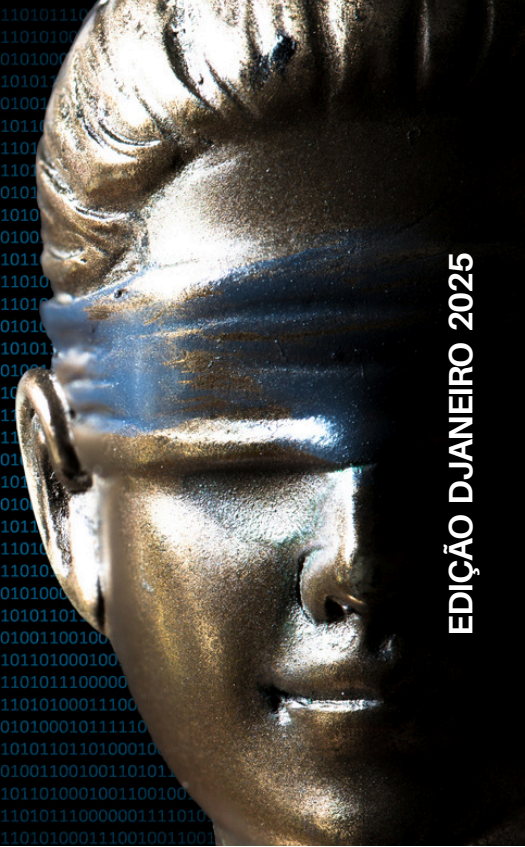
Se você tiver a oportunidade de assistir ou participar de uma Folia de Reis, aproveite. Além de conhecer uma parte rica da nossa história, você estará contribuindo para que essa tradição continue a iluminar os caminhos das próximas gerações.

A Folia de Reis Jornada Família Sagrada de Nazaré, liderada pelo mestre Fábio Noé, é um exemplo vivo da força e resistência da tradição cultural brasileira. Criada em 1970 pelo pai de Fábio, a folia começou como um ato de fé e devoção, mas ao longo dos anos se transformou em um símbolo de inclusão e diversidade.

Após assumir a liderança, Fábio inovou ao abrir espaço para mulheres e membros da comunidade LGBTQIA+, ressignificando o significado da folia e tornando-a um local de acolhimento e combate ao preconceito. Durante a pandemia, a folia também desempenhou um papel social importante, arrecadando e distribuindo alimentos e produtos de higiene para a comunidade, enquanto mantinha viva a tradição com apresentações adaptadas.

Com sua folia mirim, que oferece oficinas de música, dança e artesanato, Fábio dedica-se a transmitir essa herança cultural às novas gerações, criando oportunidades educativas e artísticas em bairros de baixo IDH. A Jornada Família Sagrada de Nazaré é mais do que uma folia; é um movimento de transformação, união e orgulho pela cultura popular.

Ganhei uma ação judicial e não recebi o meu direito, o que fazer?



RAFAEL AMADEU

ADVOGADO
@ADV.RAMADEU

Após ganhar uma ação judicial, muitos acreditam que o processo termina com a sentença.

No entanto, há casos em que o devedor ignora a decisão judicial e não efetua o pagamento devido. O que fazer nessa situação?

Na maioria das vezes, o devedor cumpre espontaneamente a sentença. Porém, quando isso não ocorre, é possível iniciar a fase de execução.

Essa etapa busca obrigar o cumprimento da decisão judicial, utilizando ferramentas modernas e eficazes. A fase de execução e as ferramentas disponíveis Com o advento do Código de Processo Civil de 2015, o processo de execução ganhou maior efetividade, facilitando a cobrança de créditos de forma ágil e assertiva. Para superar os desafios dessa fase, diversas ferramentas têm se destacado.

A seguir, apresentamos as principais tecnologias disponíveis, que estão revolucionando a execução de dívidas.

Bacen-Jud Considerada uma das ferramentas mais utilizadas, o Bacen-Jud permite que o Poder Judiciário solicite o bloqueio e a transferência de valores diretamente nas contas bancárias do devedor.

A ordem de indisponibilidade é emitida até o limite do crédito executado. Caso existam valores disponíveis, eles são automaticamente transferidos para o juízo, garantindo maior celeridade no processo.

InfoJud O InfoJud viabiliza o acesso judicial às declarações de imposto de renda do devedor, por meio de uma solicitação à Receita Federal.

Essas informações auxiliam na identificação de bens e rendimentos passíveis de penhora, ampliando as possibilidades de recuperação do crédito.

Cadastro Nacional de Indisponibilidade de Bens (CNIB) O CNIB integra todas as indisponibilidades de bens decretadas por magistrados e autoridades administrativas. Criado pelo Provimento Nº 39/2014 da Corregedoria Nacional de Justiça, o sistema é amplamente utilizado para localizar bens em diferentes localidades.

Ele facilita o rastreamento de patrimônio do devedor, especialmente em casos de ocultação de bens, e tem sido adotado com frequência nos tribunais estaduais, como o do Rio Grande do Sul, em nome da efetividade processual.

Sistema Nacional de Investigação Patrimonial e Recuperação de Ativos (Sniper) Lançado pelo Conselho Nacional de Justiça (CNJ), o Sniper centraliza a busca por ativos e patrimônios, integrando diversas bases de dados em uma única plataforma.

Com o uso de tecnologia avançada, a ferramenta reduz o tempo de identificação de bens de meses para segundos.

O Sniper permite a consulta de informações sobre vínculos patrimoniais, financeiros e societários, exibindo os dados em gráficos que demonstram de forma visual as relações entre pessoas físicas e jurídicas.

Além disso, já conta com a integração de dados do CPF, CNPJ, bens declarados ao TSE, aeronaves, embarcações e processos judiciais.



A ferramenta será expandida para incluir dados fiscais e bancários, a partir da integração com InfoJud e Sisbajud, com acesso restrito a usuários autorizados mediante decisão judicial.

Desenvolvido no âmbito do Programa Justiça, O Sniper é uma inovação que não apenas agiliza execuções cíveis, mas também contribui para o combate à corrupção e lavagem de dinheiro.

Essas ferramentas, somadas à atuação estratégica de um advogado, tornam a fase de execução mais eficiente, garantindo o cumprimento da sentença.

Execução de alimentos em caso de menores Nos casos de execução de alimentos, especialmente quando o alimentado é menor de idade, além das ferramentas citadas anteriormente, o ordenamento jurídico brasileiro prevê a possibilidade da prisão civil do devedor por falta de pagamento.

Essa medida é considerada extrema e só pode ser aplicada em situações nas quais é indispensável para garantir a subsistência do alimentando.

A Constituição Federal, em seu artigo 5º, inciso LXVII, assegura que a prisão civil por dívida é restrita aos casos de pensão alimentícia.

A justificativa para essa exceção está no direito prioritário à alimentação, essencial para a sobrevivência e o desenvolvimento de crianças e adolescentes.

O legislador ponderou que a liberdade do devedor pode ser restringida para proteger o direito fundamental do alimentando, que, por ser vulnerável, depende diretamente dessa renda para suprir suas necessidades básicas.

Além disso, a execução de alimentos permite que a dívida seja cobrada de forma rápida, com base nos três últimos meses de pensão devida, visando assegurar a continuidade do sustento. Essa medida ressalta a importância de se buscar o cumprimento da obrigação alimentar em sua totalidade, sempre observando o equilíbrio entre os direitos fundamentais envolvidos.

Se você ganhou uma ação judicial e não recebeu o que lhe é devido, não desista. O processo de execução conta com mecanismos modernos para encontrar bens e garantir o pagamento. No entanto, cada caso exige uma análise cuidadosa e estratégica, por isso, procure um advogado para orientá-lo da melhor forma possível.





A ASSOCIAÇÃO ORIBEL

A Associação Oribel é uma Organização da Sociedade Civil (OSC) que atua em âmbito nacional, criada em 2023 com o objetivo de fortalecer e viabilizar iniciativas e organizações sociais, culturais e ambientais que não possuem formalização jurídica, porém contam com ideias e projetos inovadores e que fazem a diferença na vida das pessoas e nas comunidades em que atuam.

Buscamos Promover a ética, a paz, a cidadania, os direitos humanos e democracia. Acreditamos que, por meio de nossas ações, podemos fazer a diferença na vida de muitas pessoas e contribuir para uma sociedade mais justa e igualitária.

Visamos viabilizar projetos que prestam assistência integral à criança e ao adolescente, ao idoso, às pessoas com deficiência, às mulheres, às pessoas negras e à população LGBTQIA+, sem distinção alguma de raça, cor, condição social, credo político ou religioso, visando a integração familiar e social dos assistidos.

Atuar na defesa e promoção da livre orientação sexual e da livre identidade de expressão e gênero das pessoas LGBTQIA+, colaborando com organizações do setor privado, público e do terceiro setor na criação de projetos alinhados às políticas públicas de incentivo a manifestações culturais.

Promovemos a inserção no mercado de trabalho, medidas de atendimentos humanizados, medidas de segurança pública e medidas de saúde pública desta população.

Trabalhamos formando parcerias e alianças com estas organizações, possibilitando a estruturação de seus projetos e ideias com o intuito de viabilizar a captação de recursos financeiros através de programas governamentais e leis de incentivo, bem como conectando pessoas físicas e jurídicas a estas iniciativas através de doações.

Além disso, atuamos provendo apoio, treinamento e orientação administrativa, técnica, legal e contábil aos idealizadores destas organizações, para que tenham uma gestão eficiente dos recursos captados e uma comunicação segura com seu público.

Junte-se a nós nesta missão. Juntos, podemos fazer a diferença.

Ajude

NOSSOS PROJETOS CHAVE PIX



(21) 9 7286-0452 - RJ
(11) 9 1444-8440 - SP



ASSOCIAÇÃO ORIBEL



CONTATO@ORIBEL.ORG.BR



@ORIBEL.ONG



@ORIBEL.ONG

Associação Oribel

