

VISÃO DO CORREIO

Atenção ao "segundo cérebro"

Sabemos que o Google Trends, entre outras atribuições, é um norteador de popularidade das informações que estão em alta em determinado momento. É muito comum que os usuários queiram saber quais são os tópicos mais procurados em uma hora específica, na manhã de determinado dia ou na semana passada, por exemplo.

Algumas pesquisas, inclusive, diferem das buscas mais tradicionais. É o caso, por exemplo, de um levantamento recente do Google Trends. O que chama a atenção é que nunca a palavra "intestino" foi tão pesquisada pelos brasileiros como neste ano. Nos últimos 12 meses, o Brasil ocupou a terceira posição entre os países com mais interesse pelo assunto. Ao compararmos os primeiros quatro meses de 2023 — janeiro a abril — com o mesmo período há 10 anos, as investigações pela palavra "intestino" triplicaram.

Buscas pelas principais doenças inflamatórias intestinais, como doença de Crohn e retocolite ulcerativa, cresceram, respectivamente, 210% e 220% no último ano. A pesquisa por síndrome do intestino irritável, outra patologia comum, aumentou 190%. Entre as perguntas mais frequentes, destacamos: "O que é constipação intestinal?" e "Como soltar o intestino?".

Não é à toa que os especialistas consideram o intestino como o "segundo cérebro". Contendo mais de 500 milhões de células nervosas e até nove metros de comprimento, o órgão não tem apenas a função de digerir alimentos, absorver e transportar nutrientes, mas também é parte pensante do corpo humano, como explicam especialistas. Isso porque, conforme estudos, o intestino atua sobre nossas emoções, nosso sono e comportamento.

Cada vez mais, cientistas têm atrelado o bom funcionamento do intestino à saúde mental. Estudos

recentes mostram que ele tem influência sobre o estado emocional e até mesmo sobre o desequilíbrio mental das pessoas.

Em parte, isso se deve ao que comemos. E os excessos têm forte ligação com o mau funcionamento. Açúcar, alimentos ultraprocessados, carboidratos refinados e pouca fibra — aliados ao sedentarismo e a longas jornadas laborais em que as pessoas passam horas sentadas — contribuem em alto grau para a redução de movimentos peristálticos e, portanto, para um intestino "preguiçoso".

Além disso, os quadros emocionais, como estresse e insônia, e sentimentos negativos, como raiva e insegurança, quando somatizados, são mais um ingrediente maléfico para o órgão. As estimativas mostram que 50% da dopamina existente no corpo humano e 90% da serotonina sejam processadas nessa parte do corpo. O mau funcionamento dessa engrenagem acaba servindo de gatilho para quadros de baixa autoestima, compulsão alimentar, ansiedade e alucinações.

Em se tratando do país mais ansioso do mundo — no caso, o Brasil —, não é de se espantar que o trato gastrointestinal do brasileiro esteja pedindo socorro. Fato é que, embora sejam bastante repetitivas as falas dos médicos, alimentação saudável, prática de atividades físicas, redução de álcool, boas horas de sono, consumo de água e redução dos níveis de estresse continuam na receita da longevidade.

A exemplo do Março Azul-marinho, dedicado à prevenção ao câncer colorretal, é importante chamar a atenção para a saúde do intestino. Cabe ao poder público e a entidades médicas a união de esforços para convocar a população a se cuidar. Interesse em relação ao assunto existe — e muito —, como mostram as pesquisas de busca no Google.



» Sr. Redator

» Cartas ao Sr. Redator devem ter, no máximo, 10 linhas e incluir nome e endereço completo, fotocópia de identidade e telefone para contato.
» E-mail: sredat.df@dabr.com.br

Libertem os brasileiros

Irrepreensível e oportuníssima a crônica de Severino Francisco, "Libertem os brasileiros" (CB, 8/11), em que trata da demora do Estado de Israel em liberar brasileiros que se encontram na Faixa de Gaza. De fato, nada justifica a retenção de 34 brasileiros na área conflagrada, e, como bem disse o jornalista Reinaldo Azevedo, em seu programa "É da Coisa", esses brasileiros parecem ser prisioneiros ou reféns, devido à demora em serem liberados por quem de direito. A nossa Força Aérea tem uma aeronave estacionada no Egito aguardando esses nossos conterrâneos e, entre eles, 15 crianças. Por qual razão estão demorando em libertá-los?

» **Paulo Molina Prates**
Asa Norte

Afagos do passado

As atitudes do Bolsonaro só demonstram o quanto ele é vingativo e sem ética. Ainda inconformado com a derrota para o presidente Lula, Bolsonaro, achando-se o líder da oposição, vem destilando o seu veneno contra os projetos que são encaminhados para votação no Congresso, mesmo sendo de interesse da população. Essas atitudes só demonstram o seu egoísmo e a sede de poder. Esperamos que os senadores e os deputados que o apoiaram na gestão passada deixem os afagos a Bolsonaro no passado e passem a trabalhar em prol do povo brasileiro, votando todos os projetos que beneficiam os cidadãos. Lembrem-se que, nas próximas eleições, não esqueceremos daqueles que só pensam em seus interesses políticos e pessoais. Estamos de olho.

» **Evanildo Sales Santos**
Gama

Serventia da ONU

Final, para que serve a Organização das Nações Unidas (ONU)? Ela não foi criada para manter a paz e a segurança internacional? E por que ela não está reagindo contra os horrores mostrados, diariamente, pela mídia? Não é paradoxal que o cotidiano massacre de inocentes esteja ocorrendo exatamente na terra onde Jesus nasceu e onde, segundo a Bíblia, foram revelados os 10 mandamentos?

» **Waldívino Souto**
Asa Sul

Perdemos o seresteiro

Brasília perdeu Josemir Barbosa, chamado de "O Último Seresteiro" pelo famoso cantor Sílvio Caldas e pelo compositor Sérgio Bittencourt, que foram seus amigos, junto com Tito Madi e Waleska. Ele morreu na segunda-feira (6/11) e foi enterrado, no Campo da Esperança. Pernambucano de Garanhuns, aprendeu a tocar violão com a mãe e começou a carreira cantando em programas da rádio local. Ele se tornou conhecido no Rio de Janeiro, morou em Recife e veio para Brasília, em 1984, com sua companheira Nyres Oliveira, ex-prefeita da 116 Sul. Tinha uma voz poderosa e um repertório ao estilo Nelson Gonçalves e Orlando Silva. Quando morava no Rio, um ilustre admirador seu era o ex-presidente Juscelino Kubitschek, que amava uma seresta. Em Brasília, Josemir se apresentou em casas noturnas, restaurantes de hotéis e recepções a autoridades brasileiras e estrangeiras. Tornou-se brasileiro de coração. Passou longa temporada no Glauco's, fez shows em casas como Mouraria, Antigamente, Churrascaria Laçador, Feitiço Mineiro e

Desabafos

» Pode até não mudar a situação, mas altera sua disposição

Racismo, homofobia, xenofobia, feminicídio, violência, pobreza. O Brasil já tem terrorismo suficiente, não precisa importar mais.

Abraão Ferreira do Nascimento — Águas Claras

"Terroristas planejavam ataques no Brasil..." quem poderá acreditar nisso?

Lauro A. C. Pinheiro — Asa Sul

No Congresso, já temos as bancadas da bala e do boi, mas falta o mais importante: a bancada da educação.

Itiro lida — Asa Norte

Se o senador Alcolumbre está agindo como aliado de Lula, pode ter certeza que o apoio custará caro para o bolso dos contribuintes.

Joaquim Honório — Asa Sul

Com tanto dinheiro arrecadado, o Detran não troca os semáforos ultrapassados nem pinta as faixas de rolamento que estão apagadas.

Sebastião Machado Aragão — Asa Sul

no restaurante do Bristol Hotel. Josemir gravou 18 CDs, entre eles: *Uma noite na fossa*; *Simplemente Josemir Barbosa*; *O Cantor da noite*; *Tributo a Nelson Gonçalves e Altamar Dutra*; *Passado e presente*; *Mesa de Bar* e *Enquanto houwer saudades*. Em 2006, Josemir fez-me uma surpresa inesquecível. Durante uma recepção de aniversário, cantou a música *Último Desejo*, de Noel Rosa, acompanhado por mim e pelo dr. Ernesto Silva, que adorávamos a canção. Josemir nasceu em 1º de janeiro de 1938, amava a vida, fez muita gente feliz e vai deixar muita saudade. Fico imaginando a festa que está ocorrendo no céu, com ele reencontrando seus amigos que partiram antes.

» **Ricardo Pires**
Asa Sul

Cerrado

Cerrado, um bioma por demais importante. Isso fica claro com a da criação da instituição de pesquisa agrícola Embrapa Cerrado, que se tornou a porta de entrada de delegações nacionais e internacionais. Fato que acontece desde 1973, marco da virada da pesquisa agrícola no país, no bioma, em que tudo plantando dá. Basta irrigar na época seca e usar tecnologias limpas e apropriadas. Para as propriedades com melhores condições econômicas, aparece o pivô central como solução. O cerrado existe no cenário brasileiro com alguns senões, propiciados pelo mau uso da terra. Agricultores do Sul vieram para o Cerrado e, inadvertidamente, com ambições nocivas ao meio ambiente. Resta agora restituir ao solo a sua fertilidade, o que é feito com muita pesquisa.

» **Enedino Corrêa da Silva**
Asa Sul



ROBERTO FONSECA
robertofonseca.df@dabr.com.br

Questão de soberania

A prisão de dois suspeitos de planejar ataques terroristas no Brasil, possivelmente ligados ao Hezbollah, reacende a discussão sobre a segurança nacional. A operação, deflagrada pela Polícia Federal em cooperação com o Mossad, órgão de inteligência israelense, mostrou-se bem-sucedida, mas, ao mesmo tempo, esbarra na discussão sobre até onde vai o envolvimento de um governo estrangeiro em uma investigação interna.

Após o primeiro-ministro de Israel, Benjamin Netanyahu, atribuir o sucesso da ação ao Mossad, o ministro da Justiça e Segurança Pública, Flávio Dino, rechaçou o uso político da operação pelos israelenses. Ele afirmou que as investigações no Brasil nada têm a ver com a guerra no Oriente Médio, que "nenhuma força estrangeira manda na Polícia Federal" e que líderes estrangeiros não podem antecipar resultados de investigações que ainda estão em andamento.

As preocupações de Dino são legítimas. O Brasil é um país soberano, e a segurança nacional é uma questão de Estado. As autoridades brasileiras devem ser as únicas responsáveis por investigar e combater o terrorismo em território nacional.

Contribuições externas são bem-vindas, como ocorreram em outros casos, quando, por exemplo, o FBI alertou para ataques a escolas de São Paulo, em 2021, e a Polícia Civil realizou a prisão de um suspeito.

Desde os ataques às torres gêmeas em Nova York, a cooperação internacional mostrou-se fundamental para o combate ao terrorismo. As células estão espalhadas por todo o planeta, e a interligação das polícias é imprescindível. Entretanto, esse trabalho cooperativo precisa ser feito de forma respeitosa às regras locais, preservando a soberania dos países envolvidos.

No caso da operação que resultou na prisão dos dois suspeitos de terrorismo, as informações fornecidas pelo Mossad, que tem um longo histórico de cooperação com o Brasil, foram fundamentais. Por sua vez, é importante ressaltar que a PF é um órgão independente e que as investigações devem ser conduzidas de forma técnica e isenta.

Além disso, é preciso evitar que a operação seja usada para fins políticos ou para justificar a interferência de um governo estrangeiro nos assuntos internos do Brasil. Soberania e independência em primeiro lugar.

CORREIO BRAZILIENSE

"Na quarta parte nova os campos ara
E se mais mundo houvera, lá chegara"
Camões, e, VII e 14

GUILHERME AUGUSTO MACHADO
Presidente

Leonardo Guilherme Lourenço Moisés
Vice-Presidente executivo

Ana Dubeux
Diretora de Redação

Valda César
Superintendente de Negócios e Marketing

S.A. CORREIO BRAZILIENSE – Administração, Redação e Oficinas Edifício Edison Varela, Setor de Indústrias Gráficas - Quadra 2, nº 340 - CEP 70610-901. Rede Interna: 3214.1102 - Redação: (61) 3214.1100; Fax: (61) 3214.1155 - Comercial: (61) 3214.1526, 3214.1211 - Fax: (61) 3214.1205 - Sucursal São Paulo: End.: Alameda Joaquim Eugênio de Lima, nº 732, 7º andar - Jardim Paulista - CEP: 01403-000 - São Paulo/ SP Tel: (11) 3372-0022; E-mail: associados@uaigiga.com.br. Sucursal Rio de Janeiro: End.: Rua Fonseca Teles, nº 114 a 120, Bloco 2, 1º andar - São Cristóvão - CEP: 20940-200 - Rio de Janeiro/ RJ, Tel: (21) 2263-1945; E-mail: sucursalf@uaigiga.com.br. REPRESENTANTES EXCLUSIVOS: Minas Gerais e Espírito Santo - Mídia Brasil, Rua Tenente Brito Melo, 1223, sala 602 - Barro Preto - CEP: 30.180-070 - Belo Horizonte/MG; Tel.: (31) 3048-2310; E-mail: comercial@midiabrasil.com.br. Região Sul - HRM Representações Publicitárias, Rua Saldanha Marinho, 33 sala 508 - Menino Deus - CEP: 90.160-240 - Porto Alegre/RS; Tel.: (51) 3231-6287; E-mail: hmr@hrmmtmidia.com.br. Regiões Nordeste e Centro Oeste - Goiânia: Exitó Representações - Rua Leonardo da Vinci, Quadra 24, Lote 1, C-2, Jardim Planalto - CEP: 74333-140, Goiânia-GO - Tel: telefones: 62 3085-4770 e 62 3912-6119. Brasília: SA Publicidade e Representações, SCS Qda 02 Bl. D - 15º andar - Ed. Oscar Niemeyer - salas 1502/3 - CEP: 70.316-900 - Brasília/DF; (61) 3201-0071/0072; E-mail: Thiago@sapublicidade.com.br. Região Norte - Meio e Mídia, SRTVS Qda 701, Bl. K - Ed Embassy Tower, salas 701/2 - CEP: 73.340-000 - Brasília/DF; Tel.: (61) 3964-0963; E-mail: atendimento@meioemidia.com.br.

Endereço na Internet: <http://www.correiowb.com.br>
Os serviços noticiais e fotográficos são fornecidos pela Reuters, AFP, Agência Notícias Intercontinental, Agência Estado, Agência O Globo, Agência A Tarde, Agência Folha, Agência O Dia e DA Press, Tel: (61) 3214-1131.

COMO ENTRAR EM CONTATO COM O CORREIO
Assinante/leitor/ classificados: 3342-1000

VENDA AVULSA		
Localidade	SEG/SÁB	DOM
DF/GO	R\$ 4,00	R\$ 6,00

* Preços válidos para o Distrito Federal e entorno.

Consulte a Central de Relacionamento (3342-1000) para mais informações sobre preços e entregas em outras localidades, assim como outras modalidades e formas de pagamento. Assinaturas com forma de pagamento em empenho terão valores diferenciados. Aquisição de assinaturas para atendimento de demanda de licitação é sob consulta. Preços válidos para até 10 (dez) assinaturas por CPF ou CNPJ.

DA Press Multimídia
Atendimento pessoalmente para pesquisa em jornais e cópias:
SIG/Quadra 2, nº 340, bloco I, Subsolo - CEP: 70610-901 - Brasília - DF, de segunda a sexta, das 9h às 18h.

Atendimento para venda de conteúdo:
Por e-mail, telefone ou pessoalmente: de segunda a sexta, das 9h às 22h/
sábados, das 14h às 21h/ domingos e feriados, das 15h às 22h.
Telefones: (61) 3214.1575 / 1582 / 1568 / 0800-647-7377. Fax: (61) 3214.1595.
E-mail: dapress@dabr.com.br Site: www.dapress.com.br

DIÁRIOS ASSOCIADOS **DA**

DA LOG

Agenciamento de Publicidade