

# Marcas & Negócios

JÚLIO AQUINO NUTRIÇÃO E TERAPIAS

# Integração entre corpo e mente

Em um tempo em que a alimentação deixou de ser apenas combustível e passou a refletir escolhas de vida, saúde e identidade, alguns profissionais se destacam por enxergar as dietas como uma forma de desenvolvimento do corpo e da mente. É nesse olhar ampliado que se constrói a trajetória de Júlio Aquino, que há quase três décadas defende a nutrição como ferramenta de equilíbrio integral.

"Minha motivação surgiu da vontade de enxergar o ser humano além da dieta. Sempre acreditei que a nutrição tem o poder de transformar, não apenas o corpo, mas também a energia e o estado emocional das pessoas. A abordagem funcional e integrativa me permite tratar o indivíduo como um todo, respeitando sua individualidade bioquímica, seu estilo de vida e suas emoções", conta o profissional.

Fundador da clínica Júlio Aquino Nutrição e Terapias, na Asa Sul, a atuação do profissional vai além da ciência ocidental. Ao unir a nutrição esportiva funcional aos princípios da Medicina Tradicional Chinesa, o profissional passou a integrar alimentação, atividade física e terapias complementares em um mesmo propósito: harmonizar o indivíduo como um todo, respeitando corpo, mente e energia.

"A medicina tradicional chinesa entrou na minha trajetória quando percebi que, muitas vezes, o corpo manifesta desequilíbrios que têm origem emocional ou energética. Esse olhar milenar me ajuda a interpretar sinais sutis do organismo que a ciência ocidental ainda não consegue explicar completamente", contextualiza.

Ao adentrar nesse campo de estudo, Júlio enxergou novas possibilidades dentro da área da nutrição. Trazendo princípios energéticos, onde a energia se trata da força que vem da saúde, ele conseguiu se aprofundar no estudo das plantas e fórmulas utilizadas por grandes mestres chineses para a arte de curar.

Dessa forma, para ele, o diferencial do seu trabalho está relacionado ao fato de conseguir aliar a nutrição às ervas e ao perfil comportamental do indivíduo na busca do bem-estar, adequação corporal e no incentivo à mudança consciential. "Meu trabalho é centrado na escuta ativa e na personalização", ressalta.

Segundo o nutricionista, cada paciente traz consigo uma história única e o seu papel é identificar os desequilíbrios e propor caminhos possíveis para que ele recupere sua autonomia e qualidade de vida. "O plano alimentar é apenas uma das ferramentas", complementa. Unindo esses aspectos, ele apresenta uma abordagem holística para o atendimento em sua clínica.

"O estudo das plantas me ensinou que a natureza oferece respostas sofisticadas para desequilíbrios do corpo e da mente. As fórmulas tradicionais chinesas, por exemplo, me mostraram como modular sistemas complexos com precisão e harmonia, respeitando os ciclos naturais do organismo", acrescenta.

Para integrar todos esses aspectos no dia a dia, Júlio oferece atendimentos tradicionais, como a orientação para perda de peso, atendimento em nutrição esportiva e supervisão de alergia aos alimentos. No entanto, também traz

## Três perguntas para

Divulgação



JÚLIO AQUINO, NUTRICIONISTA

### Quais são os erros mais comuns das pessoas ao buscarem saúde apenas pela dieta?

Achar que restrição é sinônimo de saúde. Muitas vezes, a obsessão por dietas leva a desequilíbrios ainda maiores. Outro erro é ignorar o emocional e o sono, que têm papel fundamental no metabolismo.

### Que conselho você daria para quem quer iniciar uma jornada de saúde integral?

Comece ouvindo o seu corpo e respeitando seu ritmo. Evite fórmulas prontas. Procure profissionais que tenham um olhar humano e integrativo, e esteja disposto a se comprometer com o processo.

### Como você imagina o futuro da nutrição integrativa no Brasil?

Acredito que será cada vez mais necessária e valorizada. Com o aumento das doenças crônicas e dos transtornos emocionais, a abordagem integrativa se torna uma resposta eficaz, humanizada e sustentável para a saúde pública.

para o portfólio da clínica o atendimento em acupuntura, hipnoterapia e coaching, além de balanceamento muscular.

Para essas iniciativas, o profissional apostou em uma formação completa, unindo acupuntura, homeopatia, cinesiologia aplicada e life coaching. "Elas formam a base de um atendimento realmente integrativo. Enquanto a acupuntura e a homeopatia trabalham o terreno energético e emocional, a cinesiologia me permite identificar bloqueios sutis. O coaching, por sua

vez, me ajuda a criar metas práticas junto ao paciente, promovendo engajamento real", comenta.

### Princípio da integralidade

Para Júlio, a abordagem integrativa promove o equilíbrio entre corpo, mente e química. Por meio dessa atuação, é possível avaliar o paciente de uma forma ampliada e holística para promover os cuidados com a saúde. Em termos simples, significa que o tratamento não se limita à alimentação isolada, mas considera três

dimensões que funcionam juntas.

"Faço uma anamnese detalhada que inclui exames laboratoriais, avaliação emocional, sinais e sintomas, rotina de vida, histórico de saúde, além da observação de aspectos como a língua e o pulso — heranças da medicina oriental", informa.

A nutrição, associada ao princípio da integralidade, busca entender que o alimento não é só caloria ou macronutriente, mas informação que conversa com os sistemas do corpo. "Na prática, avalio o estado físico, mental, emocional e energético

do paciente antes de qualquer intervenção dietética", diz.

Contudo, ele pondera: a transformação não acontece em apenas uma consulta. O acompanhamento permite ajustes finos, entendimento de padrões e manutenção de resultados a longo prazo. "As vezes, uma simples mudança no horário de uma refeição muda todo o estado emocional do paciente. Já tive casos em que ajustar o horário do café da manhã melhorou insônia e ansiedade. Isso mostra o poder do detalhe na abordagem integrativa", ressalta.

» Entrevista

**IGOR CAVALCANTE | PRESIDENTE DA ASSOCIAÇÃO DAS CACHAÇAS DE BRASÍLIA**  
**JOÃO CHAVES | PRODUTOR**

Empresários do setor destacam potencial turístico e a importância da regularização do negócio de destilados na capital

# A cachaça do DF como protagonista

» PAULO GONTIJO\*

**A** produção de cachaça no Distrito Federal vem ganhando destaque no mercado, com o impacto direto no turismo e na gastronomia local. Em entrevista ao programa CB.Agro — parceria do Correio Braziliense com a TV Brasília — de ontem, o presidente da Associação das Cachaças de Brasília, Igor Cavalcante, ressaltou aos jornalistas Carlos Alexandre de Souza e Roberto Fonseca que a capital se consolidou como polo de rótulos premiados nacionalmente, fortalecendo bares, restaurantes e outros negócios. O debate também abordou os desafios do setor, como a informalidade. Segundo o produtor João Chaves, mais de 85% dos alambiques no país ainda operam de forma clandestina, o que reforça a importância da regularização.

### Como está esse momento da cachaça em Brasília?

Igor Cavalcante — 2025 foi um ano muito importante e, em 2026, já

temos várias perspectivas. A cachaça tem crescido muito no DF, no Brasil como um todo e internacionalmente. Diversos países já estão importando cachaça, e nós, do Distrito Federal, estamos consumindo mais. Hoje, nós temos cinco produtores associados à associação "Cachaça de Brasília" e estamos crescendo, com outros associados que estão terminando de fazer a regulamentação para se associarem. Juntamente com os órgãos do governo, a associação busca promover a cachaça como um produto de qualidade no Distrito Federal, o que acaba promovendo uma mudança econômica no cenário brasiliense no ramo de bebidas. A gente tem gerado divisas para o DF e, com isso, dinamiza o conceito dos restaurantes, bares, além de formar outro tipo de economia, como o turismo.

### A regularização é um importante passo para a produção de cachaça em Brasília, não?

Igor Cavalcante — Claro! Para quem produz cachaça, é exigido pelo

Ministério da Agricultura que algumas regras sejam seguidas. O que a gente sugere como associação é que todos os produtores de cachaça possam se regularizar, buscar profissionalizar sua produção e ter as melhores práticas de produção para atender questões de higiene, fabricação, controle de qualidade e oferecer um produto adequado para o consumo.

### Como a indústria da cachaça se insere na iniciativa de promover o turismo no Distrito Federal?

Igor Cavalcante — Buscamos valorizar mais o produto local. É importante trazer o consumidor para entender como é feita a bebida. Brasília tem uma facilidade muito grande porque temos um turismo internacional muito forte, seja pelas embaixadas, seja

por missões internacionais, e precisamos aproveitar esse público para apresentar nosso produto.

### Como funciona a produção de cachaça no Distrito Federal? A plantação da cana-de-açúcar é feita aqui mesmo? Como funciona essa dinâmica?

João Chaves — A cachaça em Brasília já é produzida em Brasília há algum tempo. Eu, como produtor, planto a cana-de-açúcar, que faz parte de toda a cadeia produtiva até chegar ao produto final em bares, restaurantes ou nas prateleiras individuais de cada pessoa. O interessante é que não só a cachaça, mas o cultivo de cana-de-açúcar está sendo mais visto e valorizado aqui na capital.

### Por que produtores locais estão investindo nessa questão de ter uma cachaça brasiliense?

João Chaves — Brasília produz maravilhosos produtos. Podemos olhar para esses produtores como uma forma de manter esse

investimento no local. Quando você compra uma bebida internacional, você manda esse valor para uma empresa multinacional, mas quando você compra uma bebida daqui, você investe no produto local.

### Quais são as características do cenário de produção formal e ilegal?

João Chaves — Recentemente, vimos o caso do metanol. O grande problema é que as pessoas consomem bebidas falsificadas sem saber. Quando você compra uma cachaça sem rótulo ou sem identificação, você está escolhendo consumir um produto que traz risco à sua saúde. É importante consumir cachaças regularizadas.

 Aponte a câmera para assistir à entrevista completa

## SAÚDE HUMANIZADA

# Paciente internado há um ano vai ao cinema

» JÉSSICA ANDRADE

» LUIZ FELIPE ALVES

Após quase um ano de internação, o médico pediatra Clóvis Roberto Puttini, 72 anos, deixou por algumas horas a rotina restrita do leito hospitalar para viver uma experiência fora do comum: uma sessão de cinema preparada especialmente para ele. A iniciativa foi organizada pelo Hospital Brasília, da rede Américas, como parte de um conjunto de ações voltadas

à humanização do cuidado.

Clóvis passou por uma cirurgia abdominal e segue em tratamento contínuo. Apesar da complexidade do quadro clínico, o paciente encontra-se estável. Os profissionais da instituição perceberam que Clóvis estava desanimado e não engajava mais nas atividades terapêuticas, efeitos comuns em longos períodos de internação.

Para minimizar o problema, a equipe multiprofissional decidiu ir além dos protocolos clínicos e

organizou uma sessão de cinema fechada, com a presença da família, para resgatar memórias e estimular a reconexão com a vida fora do hospital. Clóvis comentou que a sessão representou uma saída divertida da rotina hospitalar. "Botar o pé para fora (da internação) vai ser um bom programa", disse ele.

O filme escolhido foi *Tom e Jerry*. Para a família de Clóvis, o momento também foi uma visita ao passado. Uma de suas filhas, Mariana,

Divulgação



O pediatra Clóvis Puttini com a família e a equipe multiprofissional