

Ilustre^C Magazine

Número 239 - 10 de Setembro 2026

**Da prevenção à
estética: conheça
a trajetória do
dermatologista
Addson Milani**

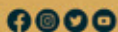
MEIO AMBIENTE e PREVIDÊNCIA SOCIAL estão no **RADAR**

O Radar de Controle Público é uma ferramenta que permite a todo cidadão acompanhar a gestão dos recursos públicos em Mato Grosso. E agora, com os módulos que monitoram o **Meio Ambiente** e a **Previdência Social**, é possível saber de perto se o dinheiro está sendo bem utilizado, em busca de um estado mais sustentável e que cuide bem de sua gente.

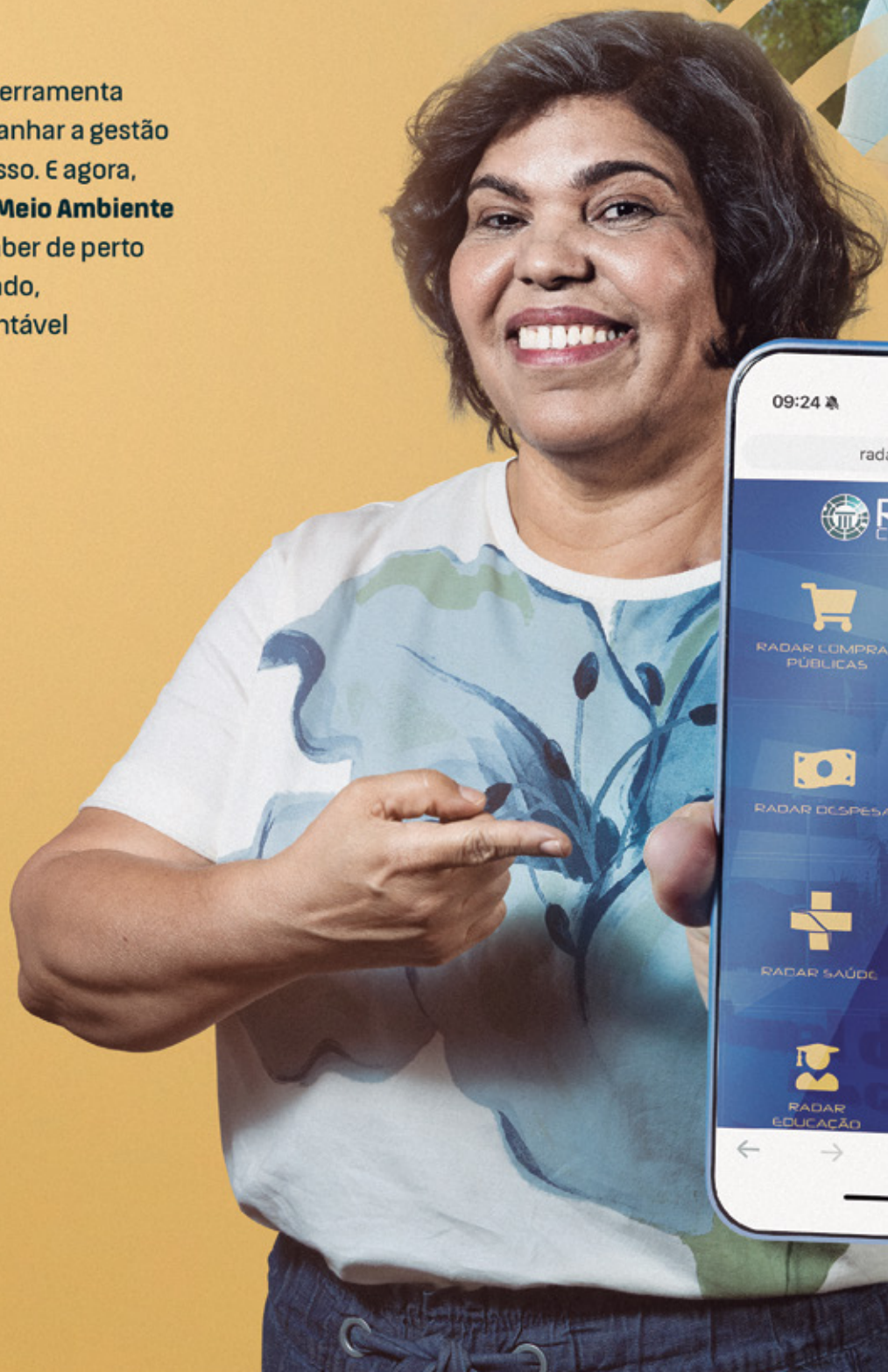
CONFERE LÁ:



**RADAR.Tce.
MT.GOV.BR**



TCEMatoGrosso





Radar^{de}
Controle Público



novos



RADAR
PREVIDÊNCIA



RADAR
MEIO AMBIENTE

tce
 **mt**



Editorial

Cuiabá está fervilhando de calor, mas o tempo não para! E nós aqui, da Magazine Ilustre, não paramos. Nesta edição, vamos apresentar a cobertura completa do 2º Damas de MT, que foi um sucesso nas boas mídias sociais do país todo. E não paramos mesmo! Estamos sempre preparando novidades para você, nosso querido leitor, que nos acompanha todos os meses por meio da revista, nas versões impressa e digital, com a mesma credibilidade de sempre.

Vamos ao roteiro desta edição:

Capa: Da prevenção à estética: conheça a trajetória do dermatologista Addson Milani, que direciona sua atuação aos cuidados com a saúde da pele, ao planejamento individualizado e ao uso criterioso de procedimentos e tecnologias.

Damas de MT: Um encontro refinado e descontraído, reunindo mulheres que valorizam boas conversas, conexões verdadeiras e momentos leves.

Cristiane Nunes: Caminhos Para Reconstruir Relacionamentos e Fortalecer Vínculos.

Psicóloga, Treinadora Mental, Escritora e Palestrante, Cristiane Granoski Nunes atua no acompanhamento de pessoas que enfrentam conflitos afetivos e buscam melhorar a comunicação, fortalecer vínculos e reconstruir relacionamentos. A matéria está imperdível.

Comemoração: O programa Estilo completou 16 anos no ar com muita credibilidade e responsabilidade, conduzido pelo apresentador Hebert Mattos. A Magazine Ilustre fez a cobertura. Confira as fotos!

Culinária: Entenda a diferença entre sorvete e sorbet. Especialista explica como ingredientes e preparo mudam sabor, textura e experiência de consumo.

Comportamento: Quem não já ouviu uma música e ficou lembrando dela o tempo todo? É a tal música chiclete. Vamos conferir a matéria?

China: De Manaus a Pequim: jovem brasileiro de 17 anos conquista vaga em novo college da Tsinghua University.

Automobilismo: Único brasileiro da IndyCar, Caio Collet larga em 11º na primeira corrida da história na capital dos Estados Unidos.

Artigo: Por Manoel Izidoro. A música que tocamos diz muito sobre nós. Imperdível, leiam!

Dalva Costa

Uma boa leitura e até o próximo mês



Mercado_{dos} Aromas

Essências / Embalagens / Artigos para Cosméticos

- ESSÊNCIAS
- EMBALAGENS
- ARTIGOS PARA COSMÉTICOS
- VELAS
- AROMATIZANTES
- ÓLEOS ESSENCIAIS
- FRASCOS, VÁLVULAS, TAMPAS
(PARA VOCÊ MONTAR)

Av. Issac Póvoas, N° 906
Tel.: 65 3054-7012 / Cel.: Whats - 65 9266-9653



Da prevenção à estética: conheça a trajetória do dermatologista Addson Milani

O médico direciona sua atuação aos cuidados com a saúde da pele, ao planejamento individualizado e ao uso criterioso de procedimentos e tecnologias

OBS: O promotor Robson Matos é Relações Públicas do doutor Addson Milani



Fotos: Nadson Ferreira

Doutor Addson Milani com a mãe Leonida Milani



Os pais Leonida e Ronir com o filho Doutor Addson Milani

Fotos: Nadson Ferreira

A combinação entre raciocínio clínico, prevenção, acompanhamento e avanços tecnológicos orienta a trajetória profissional do médico Addson José Milani. Com formação e aperfeiçoamento direcionados à dermatologia, ele concentra sua atuação nos cuidados com a saúde e a qualidade da pele, na dermatologia estética e nas tecnologias aplicadas a esse campo. Atualmente, atende em São Paulo e estrutura sua prática a partir da avaliação individualizada, com atenção às características, à rotina e aos objetivos apresentados por cada paciente.

A escolha pela medicina esteve ligada, desde o início, à possibilidade de cuidar das pessoas de forma concreta e estabelecer uma relação de confiança durante o acompanhamento. Ao longo da formação, Dr. Addson identificou na dermatologia uma área capaz de reunir diferentes dimensões da prática médica. “Escolhi a medicina pela possibilidade de cuidar das pessoas de maneira concreta e de construir uma relação de confiança ao longo desse processo”, afirma.

A amplitude da área foi um dos fatores que consolidaram essa escolha. Na avaliação do médico, a pele não deve ser observada apenas sob o ponto de vista estético, pois pode apresentar sinais de alterações locais e sistêmicas. Ao mesmo tempo, as condições dermatológicas podem interferir na autoestima e na



O saxofonista tocando na confraternização familiar



Momento de descontração familiar com a dupla Jonathan e Adan



Os pais Leonida e Ronir com o filho Doutor Addson Milani

qualidade de vida. Esse conjunto de aspectos aproximou seu interesse pelo diagnóstico e pela prevenção das possibilidades de acompanhamento contínuo dos pacientes.

Na prática, a proposta de atendimento começa

pela compreensão da queixa e do contexto em que ela se apresenta. Em vez de aplicar uma conduta padronizada, Dr. Addson considera as particularidades da pele, os hábitos cotidianos e as expectativas de quem procura o consultório. A partir dessas infor-



Fotos: Nadson Ferreira

Doutor Addson Milani com a família



mações, define estratégias de cuidado que buscam conciliar indicação médica, responsabilidade e objetivos possíveis. A individualização funciona como base para decidir tanto o acompanhamento clínico quanto a realização de eventuais procedimentos estéticos.

Os atendimentos contemplam avaliações relacionadas à acne, oleosidade, manchas, alterações de textura, envelhecimento cutâneo e queixas capilares. Também incluem a elaboração de rotinas de skincare, definidas conforme as necessidades identificadas durante a consulta. A indicação de produtos ou procedimentos, segundo o médico, deve ser feita com critério, porque os resultados e a tolerância podem variar de acordo com as características individuais e com a maneira como o cuidado é incorporado à rotina.

Na dermatologia estética, Milani trabalha com planejamento facial individualizado, toxina botulínica, preenchimentos, bioestimuladores de colágeno e diferentes tecnologias destinadas à qualidade da pele, ao rejuvenescimento e ao estímulo de colágeno. O ponto de partida não é a oferta de um procedimento isolado. A conduta é organizada em um plano que considera a anatomia, as necessidades observadas e os objetivos apresentados pelo paciente.

Essa lógica também define a forma como ele compreende os resultados estéticos. Milani afirma que a dermatologia não deve ser conduzida por excessos

Fotos: Nadson Ferreira

nem pela adesão automática a tendências passageiras. Para ele, a indicação precisa estar associada ao planejamento e à preservação das características individuais. “O melhor resultado é aquele que melhora a aparência e a qualidade da pele sem retirar a identidade do paciente”, explica.

A busca por naturalidade, portanto, não se resume a uma escolha visual. Ela se relaciona ao limite de cada intervenção, à segurança e à coerência entre o que é proposto e o que o paciente efetivamente necessita. Nessa perspectiva, a decisão por realizar ou não um procedimento depende da avaliação médica e de uma conversa clara sobre expectativas. O planejamento permite organizar prioridades e evitar que a estética seja tratada como uma sequência de intervenções desconectadas.

O acompanhamento dermatológico, porém, não se restringe às demandas estéticas. Alterações persistentes ou diferentes do padrão habitual da pele, dos cabelos ou das unhas devem ser avaliadas. Entre os sinais de atenção mencionados por Milani estão mudanças em pintas e sinais, surgimento de lesões que crescem, sangram ou não cicatrizam, coceira persistente, manchas, queda de cabelo, acne recorrente e alterações nas unhas.

Também não é necessário aguardar o aparecimento de um problema para buscar



Fotos: Nadson Ferreira



atendimento. Segundo o médico, a dermatologia tem função preventiva e pode integrar o acompanhamento periódico da saúde da pele. Esse cuidado ganha relevância na prevenção e na detecção precoce do câncer de pele, além de favorecer a observação de mudanças que podem passar despercebidas no cotidiano. A consulta possibilita avaliar cada alteração de acordo com suas características e com o histórico do paciente.

A evolução tecnológica da dermatologia é outro eixo de interesse do médico. Para Milani, os recursos disponíveis precisam estar associados ao conhecimento científico e ao raciocínio clínico. A tecnologia não substitui o diagnóstico nem o planejamento, mas pode integrar uma estratégia definida a partir das condições e dos objetivos de cada paciente. A seleção das técnicas, portanto, deve considerar a necessidade identificada e a segurança do tratamento.

Essa aproximação entre medicina, dermatologia, inovação e beleza também levou à criação da AM BEAUTY. Idealizado por Milani em Mato Grosso, o projeto é voltado ao universo da beleza e dos der-

mocosméticos, com foco em tecnologia e curadoria especializada. A iniciativa se conecta à trajetória profissional que o médico vem construindo e à proposta de reunir conhecimento, produtos e possibilidades de cuidado a partir de critérios definidos.

Ao desenvolver o atendimento médico e o projeto voltado aos dermocosméticos, Milani mantém como referência a necessidade de selecionar informações e recursos de maneira responsável. A variedade de produtos e procedimentos disponíveis amplia as possibilidades de cuidado, mas não elimina a importância da avaliação individual. Essa perspectiva também reforça a diferença entre seguir uma tendência e adotar uma estratégia compatível com as características da pele e com os objetivos apresentados durante a consulta.

Com atendimento atual em São Paulo, Addson Milani pretende dar continuidade a uma trajetória na qual ciência, tecnologia, cuidado e estética sejam trabalhados de forma integrada. O centro dessa proposta, segundo ele, permanece na segurança do paciente e na tomada de decisões baseada em indicação e planejamento. Entre a avaliação clínica, a prevenção e os recursos estéticos, seu trabalho procura preservar a individualidade e tratar a saúde da pele como parte do cuidado com a qualidade de vida.



Fotos: Nadson Ferreira



O NÚMERO
DE CASOS
E MORTES

DOBROU

EM MA
GROSS

DENGUE

OU VOCÊ MATA
O MOSQUITO OU
ELE TE MATA.



SAIBA MAIS SOBRE
O MARCO REGULATÓRIO

Com o trabalho do TCE-MT,
mais de 8 mil Agentes de Saúde
e de Combate às Endemias,
fundamentais na luta contra a dengue,
tiveram sua atividades regulamentadas.
Juntos vamos derrotar a dengue.

Elimine focos de água parada na sua casa:



**Tampe bem
caixas d'água**



**Coloque areia
nos vasos
de plantas**



**Vire garrafas
e pneus**



**Se suspeitar
da doença,
procure um
posto de saúde**

Número de casos e mortes comparado
com o início de março de 2024.
Fonte: Secretaria de Estado de Saúde (SES-MT).

Damas de Mato Grosso

Um encontro refinado e descontraído, reunindo mulheres que valorizam boas conversas, conexões verdadeiras e momentos leves. O ambiente foi cuidadosamente preparado, com uma trilha sonora agradável, música ao vivo suave, assinado pela Splendore Musical, na voz da encantadora Adrya Almeida, e oportunidades para muitas fotos e vídeos. Mais do que um evento, é uma experiência de pertencimento, troca e celebração da elegância feminina em sua melhor forma.

Com a presença da Embaixadora do Turismo de Maceió e ex-presidente dos colonistas sociais do Brasil, Aninha Monteiro, que trouxe para este evento a simpatia e o carisma da terra das Alagoas.

Que venham mais eventos de Damas de Mato Grosso!

Apoio:  **Sicredi**



Aninha Monteiro, recebendo o certificado de Damas: Silvia Carlota, Dalva Costa e a primeira-dama de Cuiabá Samantha Iris



A primeira-dama de Cuiabá Samantha, Dalva Costa, recebendo o certificado de Damas: Zeina Maluf e Aninha Monteiro



Dalva Costa, Silvana Bittencourt e Aninha Monteiro



Dalva Costa, Marcela Nardez e Aninha Monteiro



Dalva Costa, Graciene Correa da Costa e Aninha Monteiro



Dalva Costa, Zilda Zompero e Aninha Monteiro



Dalva Costa, Diovana Mocelin e Aninha Monteiro



Dalva Costa, Josiane Dresch e Aninha Monteiro



Dalva Costa Adel Malouf e Aninha Monteiro



Dalva Costa, Beni Melate e Aninha Monteiro



Adel Malouf, Silvana Bittencourt, Graciene Correa da Costa, Zilda Zompero, Josiane Dresch, Beni Melate, Diovana Mocelin, Zeina Maluf e Marcela Nardez



Dalva Costa e a primeira-dama de Cuiabá Samantha Iris



Adel Malouf, Marcela Nardez, Zeina Maluf e Camila Maluf



Ana Paula Carlota, Dalva Costa, Silvia Carlota e Cristiane Ferreira



Diovana Mocelin e Maria Emilia



Ariane Malouf e Dalva Costa



Beni Melate, Dalva Costa e Marlene Oliveira



Derli Miranda e Idê Guimarães



Célia Melo e Patricia Barros



Damas do ano de 2025: Claudia Aquino, Flaviane Ramalho, Mariene Fagundes, Idê Guimarães, Dalva Costa, Samantha Iris, Aninha Monteiro, Terezinha Zompero, Cleuzete Bernardes e Leila Malouf



A dra. Cristiane Nunes especialista em relacionamentos amorosos e em sono, fez questão de oferecer rosas as damas de 2025



Graciene Correa da Costa e Rafaela Haddad



Colunistas Socias reunidos: Hebert Matos, Luis Fernando, Karina Nogueira, Sávio Pereira, Dalva Costa, Ungareth Paz, Aninha Monteiro, Messias Bruxo, Anamaria Bianchini e Fernando Baracat



Kelly Lara e Mariene Fagundes



Josiane Dresch, Vânia Viana e Rubia Ranzini



Marcela Porto



**Splendore Musical na voz de
Adrya Almeida**



Paola Carline e Ana Karla Costa



Kátia Arruda e Lucy Regenold



Marcia Maria e Neide



Mazi, Carla e Carmem Carvalho



**Nara e Marcela Nardez, Dalva Costa e
Cleuzete Bernardes**



Rosa e Alessandra Nery



Cristina Mangiere e Natália



Cerimonial Agda



Rosangela, Ungareth e Lise Godoy Campos



Lise Godoy Campos, Rafaela Haddad, Beni Malate, Sandra Martelo, Rose Mendes e Samia Falcão



Kelly Lara, Silvia Lino, Idê Guimarães, Aninha Monteiro e Clausia Aquino



A elegância de Fernando Baracat



Paula Manosso e Corolina Matar



Ivete Campos, Mazi e Flávia Catarina



Diovana Mocelin, Beni Melate, Zilda Zompero e Graciene Correa da Costa



Samantha Iris, Joquebed Mourão, Eliane Maria e Rubia Ranzani



Gisa Lauro, Cleuzete Bernardes e Cristiane Nunes



Lourice e Rafaela Haddad



Claudia Malheiros



Mariza Bazo e Coronel Luciana



Mulheres BPW



Ana Claudia Tocantins



Rosemeire Trindade, Josiane Dresch e Zilda Zompero



Hebert Matos, Rosangela Bezerra, Gina Defanti, Roseli Macagnan e Eliane Maria



Elvira Palma, Carmem Carvalho, Lucy Regenold e Mariene Fagundes



Rosana Caldas e Anamaria Bianchini



Leila Malouf, Samantha Iris e Silvana Bittencourt



Thaissa Araujo



Terezinha Zompero e Larissa



Isabella e Carla Gubert



Victória Fares, Marlene Sylveira, Fernanda Castrillon Belone e Livia Russi



**Psicóloga, Treinadora Mental, Escritora e Palestrante,
Cristiane Granoski Nunes**

Psicóloga, Treinadora Mental, Escritora e Palestrante, Cristiane Granoski Nunes atua no acompanhamento de pessoas que enfrentam conflitos afetivos e buscam melhorar a comunicação, fortalecer vínculos e reconstruir relacionamentos. Com atendimentos presenciais em Cuiabá e também na modalidade on-line, a profissional ampliou sua atuação para além de Mato Grosso e atende pacientes de diferentes regiões do Brasil e de outros países, entre eles Canadá, Portugal, Cabo Verde e países do continente africano.

Nesta entrevista à Magazine Ilustre, Cristiane fala sobre os desafios mais frequentes nos relacionamentos, os erros que podem comprometer a convivência e a importância da autorresponsabilidade, do diálogo e do investimento de tempo na relação.

Cristiane Nunes: Caminhos Para Reconstruir Relacionamentos e Fortalecer Vínculos

A profissional também compartilha experiências de acompanhamento terapêutico e aponta caminhos para pessoas que buscam compreender melhor os conflitos e reconstruir a conexão no casamento.

Magazine Ilustre: Você é especialista em relacionamentos amorosos e ajuda mulheres e homens a restaurarem seus relacionamentos e casamentos. Qual é o principal erro que as pessoas cometem ao entrarem em um relacionamento?

O principal erro, talvez o maior deles, é entrar na relação pensando que você receberá algo, como preencher suas carências emocionais, buscar a validação do outro ou mesmo fugir da solidão, em vez de focar no que você contribuirá para o relacionamento e no que levará para essa relação. Assim, a pessoa assume um papel mais ativo, porque é assim que funciona a vida. O segredo da vida não é receber, mas dar e doar. Nos relacionamentos, isso também não é diferente. Acontece a mesma coisa. Se os dois entram na relação com a mentalidade voltada apenas para o que o outro pode fazer por eles, essa relação se torna frágil, porque haverá muita cobrança e reclamação. Um relacionamento saudável cresce quando os dois se concentram em ajudar e acrescentar valor à vida um do outro.

Magazine Ilustre: Atualmente, muitas pessoas enfrentam dificuldades em seus relacionamentos e, às vezes, chegam a pensar em separação. Você pode falar sobre pessoas que atendeu, que ajudou a restaurar o casamento, e sobre as transformações que elas tiveram, como uma forma de ajudar nossos leitores?

Claro. Quando falamos de transformação e de restaurar um relacionamento, estamos falando de coragem, responsabilidade e método. Eu não acredito em permanecer estagnado no sofrimento. Acredito em ação direcionada. Vou apresentar dois exemplos reais do que acontece quando as pessoas decidem mudar o jogo em poucos meses. O primeiro é o caso de Maria Cecília, que tinha 52 anos de casamento. Pense nisso: 52 anos de casamento, décadas de padrões repetitivos, conflitos acumulados e silêncio. Maria Cecília chegou até mim esgotada pelas brigas e pelos desentendi-



mentos constantes. Ela carregava um peso enorme e se sentia retraída socialmente. Tinha extrema dificuldade para se expressar em ambientes com muitas pessoas. Em apenas cinco meses de trabalho focado, a transformação dela foi significativa. Hoje, ela é uma mulher mais leve, com uma comunicação mais clara e assertiva. Como reflexo disso, o marido também mudou. Ele se tornou um homem mais calmo, amigável e carinhoso. Ela me contou, emocionada, sobre um episódio em que ele derrubou cerveja nela. Em vez de ocorrer um conflito, como acontecia anteriormente, ele parou e pediu desculpas. Ela me disse: “Cris, hoje eu vejo o quanto a gente está bem”. Isso não é sorte. É o resultado de reduzir os ruídos de comunicação e os ruídos emocionais e reconstruir a base do relacionamento. O segundo exemplo é o caso de Bráulio.



Ele chegou com um cenário de exaustão extrema, conflitos constantes, sobrecarga de trabalho e a sensação de que o casamento estava ruindo sob o peso da rotina. O que fizemos foi colocar a casa em ordem. Ele aprendeu a delegar tarefas, estabelecer limites claros e dizer não ao que estava prejudicando o relacionamento dele com a família. Como resultado, Bráulio recuperou o tempo de qualidade com a filha, reconectou-se profundamente com a esposa e, hoje, sente-se muito menos ansioso e mais feliz com a família. O que esses dois casos demonstram para quem está lendo e acredita que o próprio relacionamento já acabou? Demonstram que o tempo de dor não determina o tempo de cura. Se Maria Cecília conseguiu transformar 52 anos de atritos e conflitos em poucos meses, e se Bráulio conseguiu resgatar a conexão e a paz em sua rotina, isso significa que o seu casamento também pode ter solução. A mudança exige uma decisão: parar de aceitar o caos e começar a agir em busca da transformação. Caso a pessoa não consiga fazer isso sozinha, indico que procure um profissional para auxiliá-la.

Magazine Ilustre: Quais são as ferramentas nas quais as pessoas deveriam investir

e que deveriam desenvolver para construir um relacionamento mais saudável e bem-sucedido?

A primeira ferramenta é a autorresponsabilidade. Antes de tentar consertar ou mudar o outro, cada pessoa precisa olhar para dentro de si e compreender suas próprias questões emocionais e relacionais. Já atendi muitas mulheres e homens que chegam reclamando que o marido ou a mulher está muito estressado ou depressivo. Durante as sessões, eles também descobrem que estão estressados ou de-





pressivos e que precisam olhar para essas questões e cuidar de si mesmos. Por isso, é necessário se perguntar: você está se sentindo muito preocupado, estressado ou ansioso ultimamente? Quais consequências esse estresse ou essa ansiedade têm trazido para a sua vida? Quais áreas da sua vida estão sendo afetadas? Até quando você consegue viver dessa maneira? Também é importante observar a rotina. Como está sua rotina e seu dia a dia? Você está se alimentando bem? A qualidade do seu sono tem sido boa ou você tem dormido pouco? O que tem tirado a sua paz? É necessário olhar para as questões emocionais e para o estilo de vida. A terapia é uma ferramenta para isso, porque, por meio dela, a pessoa pode começar a criar e viver

a nova vida que tanto deseja.

A segunda ferramenta é a coragem de dizer a verdade e comunicar as próprias necessidades. É preciso falar sobre o que você sente, o que está afetando você e o que acredita que pode melhorar. Relacionamentos fortes exigem habilidade e disposição para manter conversas difíceis. Muitas vezes, as pessoas acreditam que estão mantendo a paz ao evitar determinados assuntos. Entretanto, é preciso reservar um momento para conversar. Essa conversa não deve ocorrer de maneira exaltada ou em forma de briga, mas deve permitir que cada pessoa exponha o que sente, o que precisa ser falado, o que necessita ser alinhado e o que precisa melhorar no relacionamento. Aprender a se comunicar é uma ferramenta indispensável para a construção de um relacionamento saudável. A terceira ferramenta é o investimento de tempo. Estamos falando de relacionamento, e um dos maiores mitos é acreditar que se relacionar é fácil e que não é necessário dedicar tanto tempo à relação. Na verdade, os relacionamentos exigem tempo e esforço consciente. É necessário ir ao encontro do outro, interessar-se por ele e estar disposto a atravessar as dificuldades em conjunto, buscando o crescimento de ambos. É preciso compreender que um relacionamento necessita de tempo e dedicação. O casal deve investir no tempo compartilhado, realizando atividades que os dois gostem, como cozinhar, viajar, praticar algum esporte, aprender um idioma, ouvir música ou desenvolver alguma atividade de lazer. Pode ser qualquer atividade que aprofunde o vínculo e a conexão e leve o relacionamento a outro nível.

Magazine Ilustre: Gostaria de acrescentar algo mais?

Para concluir, reforço que a reconstrução de relacionamentos passa pela autorresponsabilidade, pela comunicação e pelo investimento de tempo na convivência. Nesse processo, o acompanhamento profissional pode ajudar a identificar conflitos, rever padrões e fortalecer vínculos de forma mais consciente.

Festa Personalidades em comemoração aos

O apresentador e anfitrião Hebert Mattos recebeu os cerca de 400 convidados em sua badalada festa, que aconteceu no dia 20 de agosto na AMAM. O local foi transformado, com linda decoração assinada por Marcos Correa, que valorizou cada espaço, o Buffet do Chef Waldemar Untar estava divino e com grande destaque no evento – que inclusive fez um show de apresentação na montagem de um arroz de frutos do mar. O palco estava suntuoso e com megaestrutura da Banda Up, que por sinal deu um show à parte animando todos os convidados e os drinques da Malibu estavam deliciosos.

A grande festa se resume em fartura, muito luxo e animação!

Os convidados estavam radiantes e chiquérrimos,

o cerimonial Renata Ropelato, superatento, e as homenagens, muito bem feitas pelo Hebert Mattos, que recebeu no palco 45 Personalidades, que se destacam nos vários segmentos em que atuam.

Um dos pontos altos foram o discurso do diretor executivo do Sicredi, João Coelho, a apresentação do gerente Fernando Winck, o emocionante depoimento da empresária Denise Gomes e a entrada triunfal do empresário Marco Antônio, da Floricultura América, que entregou lindas orquídeas e rosas para o anfitrião e para a Madrinha Oficial Denise.

Parabéns, Hebert, e a todos os seus parceiros, fornecedores, patrocinadores e equipe. Você realmente arrasou!



Hebert Mattos



Hebert Mattos, Denise Gomes e Waldemar Untar



Hebert Mattos, Denise Gomes e Marco Antonio



Hebert Mattos, Denise Gomes, Célia Melo e Marcos Silva



Hebert Mattos, Ana Fagundes e Denise Gomes



Hebert Mattos, Dizza Sander e Denise Gomes



Hebert Mattos, Denianny Gomes e Denise Gomes



Hebert Mattos, as representantes da BPW Cuiabá e Denise Gomes

16 anos do Programa Estilo é um sucesso!!!



Hebert Mattos, Eliane Maria e Denise Gomes



Hebert Mattos, Ale Artes e Denise Gomes



Hebert Mattos, Antonio Junior e Denise Gomes



Hebert Mattos, BPW Várzea Grande e Denise Gomes



Hebert Mattos, Fernando Perez e Denise Gomes



Hebert Mattos, Dr. Thiago França e Denise Gomes



Hebert Mattos, Pirylla Maria, Denise Gomes e Larissa



Hebert Mattos, Flavia Costa e Denise Gomes



Hebert Mattos, Françoia Gutierrez e Denise Gomes



Hebert Mattos, Diego Souza representando o advogado Ícaro Reveles e Denise Gomes



Hebert Mattos, Isa, Denise Gomes e Keith



Hebert Mattos, Jacqueline Noronha e Denise Gomes

Fotos: Arthur Flessos



Hebert Mattos, Fabio Faria,
Kely Lara e Denise Gomes



Hebert Mattos, Denise
Gomes e Marcos Correa



Hebert Mattos, Maria Lucia
e Denise Gomes



Hebert Mattos, Marilia,
Leandro e Denise Gomes



Hebert Mattos, Jaires,
Marizete França e Denise
Gomes



Hebert Mattos, Denise
Gomes e Mateus Medeiros



Hebert Mattos, Denise Gomes
e Marcus Alves



Luis Maico, Jonathan,
Denise Gomes, Hebert
Mattos e Paula Cristina



Hebert Mattos, Denise Gomes,
Pollyana Rota e Micaela
Carvalho



Hebert Mattos, Rejane Martins
e Denise Gomes



Hebert Mattos, Roberto
Lanches e Pastelaria e
Denise Gomes



Hebert Mattos, Rose Silva e
Denise Gomes



Hebert Mattos, Walkyria Francisquetti, João Coelho e Denise Gomes



Hebert Mattos, Suzana Souza e Denise Gomes



Cris e Rogério Noronha com Hebert Mattos, Thais Gama e sua filha, ao lado de Hebert Mattos e Denise Gomes



Hebert Mattos, Thais Gama e Denise Gomes



Hebert Mattos, equipe Acqua Fit e Denise Gomes



Hebert Mattos, Dra. Rafaela Untar com seus familiares e Denise Gomes



Hebert Mattos, Denise Gomes e Valey Cuiabá



Hebert Mattos, Farmácia Criativa e Denise Gomes



Hebert Mattos, Tiago Cunha, esposa e Denise Gomes



Hebert Mattos, Veralice Valéria e Denise Gomes



Hebert Mattos, Dra Tatiane Barros e advogados do IMAN e Denise Gomes



Hebert Mattos e seus pais, Carlos de Paula e Suely Mattos



A Banda Up, com seu show incrível e super animado!

Variedades com

Miara Zagolin



Entenda a diferença entre sorvete e sorbet

Especialista explica como ingredientes e preparo mudam sabor, textura e experiência de consumo



Sorbet

Em uma vitrine de sobremesas geladas, sorvetes e sorbets costumam dividir a atenção do consumidor. À primeira vista, a diferença parece estar apenas na textura. Na prática, porém, são preparações distintas, com ingredientes,

técnicas e propostas gastronômicas próprias. O sorvete tradicional é elaborado a partir de leite ou derivados, que conferem cremosidade e corpo à receita. Já o sorbet tem como base frutas, água e açúcar, sem a presença de leite ou lactose. O



resultado é uma sobremesa de textura mais leve, sabor mais direto e refrescância que evidencia as características naturais da fruta.

A palavra sorbet tem origem no italiano sorbetto, derivado do árabe sharbat e do persa sharbat, termos que significam literalmente "bebida gelada" ou "aquilo que se sorve". Muito antes de ganhar a textura cremosa das versões atuais, a receita surgiu como uma bebida refrescante preparada com suco de frutas e gelo. Embora tenha origem na culinária europeia, o sorbet voltou a ganhar protagonismo nos últimos anos à medida que cresce o interesse por preparações com listas de ingredientes mais enxutas e alternativas para pessoas com restrições ao consumo de leite.

Na franquia Açaí Formosa, rede com 125 lojas distribuídas entre São Paulo, Minas Gerais e Rio de Janeiro, a receita do sorbet é preparada com frutas e está disponível nos sabores pitaya, manga e açaí puro, preservando a proposta de uma sobremesa sem leite e sem lactose.

"O sorbet entrega um perfil de sabor diferente do sorvete. A ausência de leite na composição transforma completamente a experiência sensorial e o paladar percebe a fruta de maneira muito mais intensa. A sobremesa é leve, refrescante e também uma opção para quem possui intolerância à lactose

ou prefere evitar derivados lácteos", explica Marcos Ferreira, sócio proprietário da Açaí Formosa e responsável pelo desenvolvimento dos cremes, frouzens e do açaí da rede.

O restante do cardápio mostra outro caminho da confeitaria gelada. A marca trabalha com 25 sabores de cremes, que utilizam leite na composição e apresentam uma textura mais densa e aveludada. Entre eles estão pistache, cupuaçu, jabuticaba, maracujá, morango com avelã, amendoim, tapioca com coco, pavê e banana com avelã.

Para Marcos Ferreira, compreender a diferença entre as duas preparações ajuda o consumidor a fazer escolhas mais conscientes, sem estabelecer uma hierarquia entre elas. Não existe uma opção melhor do que a outra. São propostas diferentes. O sorvete oferece cremosidade e riqueza láctea. O sorbet destaca a fruta e proporciona uma sensação mais refrescante. A escolha depende do momento e da experiência que cada pessoa procura", conclui Ferreira.

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Variedades com

Miara Zagolin



**A música não sai
da sua cabeça?
Entenda o que
faz uma música
ser chiclete**



Existem vários fatores que podem ser incluídos em uma música para deixá-la mais “grudenta”, e muitas pessoas nem percebem isso, destaca Janeth Lujo, cofundadora da Lujo Network e especialista em distribuição digital

Você já tentou se concentrar e, de repente, percebeu que está repetindo mentalmente um refrão sem parar? Esse fenômeno, popularmente conhecido como “música chiclete”, é mais comum do que se imagina e envolve uma combinação estratégica de elementos musicais e psicológicos. A construção dessas canções costuma seguir padrões que facilitam a memorização e aumentam a chance de o público continuar ouvindo, mesmo sem intenção.

De acordo com Janeth Lujo, cofundadora da Lujo Network e especialista em distribuição digital, a repetição é um dos principais fatores para tornar

uma música inesquecível.

“Quando o cérebro identifica padrões familiares, ele tende a antecipar o que vem a seguir. É esse processo reforça a memorização e faz com que a música continue sendo reproduzida mentalmente mesmo depois de já escutada”, explica.

Refrões curtos e fáceis de lembrar

Um dos elementos mais presentes nas músicas consideradas chiclete é o refrão simples e repetitivo. Frases curtas, palavras comuns e estruturas previsíveis facilitam a assimilação. Isso permite que o ouvinte memorize rapidamente a parte principal da canção,



mesmo após poucas audições.

Além disso, melodias com intervalos mais simples, que não exigem grandes variações vocais, tornam a música mais acessível. Quanto mais fácil for cantar, maior a chance de o público repetir o trecho, reforçando o ciclo de memorização.

Letras com conexão fazem a diferença

As letras também têm papel muito importante. Usar expressões do cotidiano, temas universais e palavras fáceis de pronunciar ampliam a identificação do público. Quando a mensagem é clara e direta, a assimilação acontece com mais rapidez. Outro ponto muito importante é a emoção que a música transmite. Canções que despertam alegria, nostalgia ou entusiasmo tendem a ser lembradas com maior facilidade, já que o cérebro associa o som a uma experiência emocional significativa.

O efeito das plataformas digitais

Na era das redes sociais, o fenômeno da música chiclete ganhou ainda mais força. Trechos curtos utilizados em vídeos e conteúdos virais ajudam a reforçar partes específicas das canções. Assim, mesmo quem não ouviu a faixa completa passa a reconhecer e repetir o refrão. Para Janeth Lujo, entender essa dinâmica é essencial para artistas e produtores.

“Hoje, pensar na estrutura da música também significa considerar a forma como ela será consumida nas plataformas digitais. Pequenos detalhes podem influenciar diretamente na lembrança do público sobre a canção que ouviu”.

“No fim, quando uma música não sai da cabeça, o motivo geralmente não é coincidência. Repetição, simplicidade, ritmo marcante e conexão emocional formam uma combinação que transforma uma canção comum em um verdadeiro fenômeno de memória coletiva”, destaca.

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Variedades com

Miara Zagolin



De Manaus a Pequim: jovem brasileiro de 17 anos conquista vaga em novo college da Tsinghua University

Henrique Guimarães integra a Class of 2030 do Ziqiang College, iniciativa da universidade chinesa voltada à integração entre energia, engenharia, tecnologias inteligentes e inteligência artificial



O amazonense Luís Henrique Nascimento Guimarães

Aos 17 anos, o amazonense Luís Henrique Nascimento Guimarães acaba de escrever um capítulo singular na educação internacional brasileira. Natural de Manaus, o jovem foi admitido para a Class of 2030 do Ziqiang College, da Tsinghua University, em Pequim, tornando-se, segundo os canais oficiais da ins-

tituição, o primeiro brasileiro admitido no novo college da universidade.

A conquista ganha ainda mais relevância pelo perfil da instituição e pela proposta acadêmica do programa. Criado em maio de 2025, o Ziqiang College tem como eixo central o conceito de "Future and Smart Energy", reunindo áreas como energia, engenharia, tecnologia da informação, tecnologias inteligentes e inteligência artificial. A proposta rompe com a tradicional divisão entre departamentos acadêmicos e aposta em uma formação personalizada, aproximando áreas da



Luís Henrique no Ensino Médio no Brasil, visitando o Presidente do INPA em Manaus



Luís Henrique no discurso de abertura do ano letivo na Tsinghua-2026

engenharia tradicional das novas tecnologias. A iniciativa integra o movimento da Tsinghua para preparar profissionais capazes de atuar diante dos desafios tecnológicos e energéticos das próximas décadas.

De Manaus a Pequim

Um sonho que começou aos sete anos. A relação de Henrique com a Tsinghua, entretanto, começou muito antes da aprovação. Em 2015, quando tinha apenas sete anos e cursava o ensino primário em Shanghai, o jovem passou a enxergar a universidade como um objetivo acadêmico de longo prazo.

Vivendo na China desde a infância, Henrique teve contato precoce com um ambiente educacional marcado por forte exigência acadêmica e por uma cultura de valorização da ciência e da tecnologia. Foi nesse período que nasceu sua

admiração pela Tsinghua, especialmente pela tradição da instituição nas áreas de ciências e engenharia.

Ao longo dos anos, o objetivo foi acompanhado por um desempenho acadêmico consistente. Em carta de recomendação encaminhada à universidade, seu ex-diretor escolar, Mr. Xing Xiang, destaca que Henrique obteve distinções em diferentes disciplinas e alcançou desempenho entre os 2% melhores em diversas matérias. No resultado acadêmico geral, permaneceu de forma consistente entre os 3% melhores estudantes de seu ano.

A avaliação também registra seu desempenho em áreas tão distintas quanto inglês, física, química, biologia, história, artes e educação física, além de sua participação em feiras de ciência, projetos de compreensão internacional, atividades esportivas, liderança estudantil e ações de voluntariado. Em



Luís Henrique com o Embaixador do Brasil em Guangzhou

uma escola com aproximadamente 4.500 alunos, o ex-diretor o descreve como um dos estudantes de maior destaque de sua geração.

Uma formação entre culturas

Nascido em Manaus, Amazonas, em 15 de setembro de 2008, Henrique iniciou sua trajetória escolar em uma escola pública do bairro de São Francisco. Filho de uma professora que se graduou pela Universidade Federal do Amazonas e de um pai que estudou em universidades locais e posteriormente trabalhou no setor industrial do Amazonas, o jovem mudou-se ainda criança para a China, acompanhando a trajetória profissional do pai. A mudança de país representou também o início de uma experiência multicultural que marcaria sua formação.

Ao longo dos anos, Henrique estudou em diferentes cidades chinesas, entre elas Shanghai, Nanchang e Shenzhen, convivendo com sistemas educacionais, idiomas e culturas distintas. A experiência contribuiu para desenvolver sua capacidade de adaptação e ampliou sua visão sobre educação, tecnologia e relações internacionais.

Da sala de aula para o mundo

De volta a Manaus para cursar o Ensino Médio, Henrique buscou ampliar sua formação para além do ambiente escolar. Durante esse período, percorreu diferentes regiões brasileiras e visitou empresas e indústrias de pequeno, médio e grande porte nos estados do Amazonas, Pará, Mato Grosso, Paraná, São Paulo, Minas Gerais e Rio Grande do Sul.

O objetivo era conhecer de perto diferentes setores produtivos e compreender como funcionam os ambientes industriais e empresariais brasileiros. Paralelamente, o jovem também buscou experiências internacionais. Conquistou bolsas de estudo para participar de programas e feiras educacionais nos Estados Unidos, Argentina, Espanha e Dubai, ampliando sua rede de contatos e seu conhecimento sobre diferentes modelos de educação, inovação e empreendedorismo.

A experiência internacional foi acompanhada por atividades de liderança, projetos, iniciativas de empreendedorismo e ações de voluntariado, formando um percurso que combina interesse por engenharia e tecnologia com preocupação social e diálogo entre culturas.

Um novo capítulo em Pequim

Depois de concluir o Ensino Médio em Manaus, Henrique candidatou-se à Tsinghua University e



Luís Henrique visitando a China na infância



conquistou uma vaga no Ziqiang College, integrando a Class of 2030. A chegada a Pequim representa a realização de um projeto que começou ainda na infância. Ou seja, quando o estudante brasileiro conheceu a universidade e passou a enxergá-la como uma meta para o futuro.

Logo no início de sua trajetória acadêmica na instituição, Henrique foi escolhido pelo comitê da Tsinghua como representante dos estudantes estrangeiros, assumindo, assim, uma posição de liderança dentro da comunidade internacional da universidade. Agora, o jovem amazonense inicia uma nova etapa voltada ao estudo de energia, tecnologia e inovação. Então, entre seus objetivos estão a participação em pesquisas e o intercâmbio acadêmico, assim como o desenvolvimento de projetos que possam aproximar diferentes países por meio da engenharia e do

empreendedorismo.

De uma escola pública em Manaus às salas de aula de uma das mais reconhecidas universidades da China. Dessa forma, a trajetória de Henrique Guimarães revela como uma experiência internacional iniciada ainda na infância pode se transformar em um projeto acadêmico de alcance global. Portanto, aos 17 anos, o estudante amazonense começa, em Pequim, um novo capítulo de uma história que há uma década já tinha um destino definido.

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Variedades com

Miara Zagolin



Único brasileiro da IndyCar, Caio Collet larga em 11º na primeira corrida da história na capital dos Estados Unidos



Caio Collet, único brasileiro do grid da NTT IndyCar Series, garantiu neste sábado (22) a 11ª posição de largada para o Freedom 250 Grand Prix de Washington, D.C., a primeira corrida de automobilismo da história disputada nas ruas da capital dos Estados Unidos.

Com o tempo de 57s740, o piloto de 24 anos avançou ao segundo estágio do classificatório, entre os 12 melhores de um grid de 25 carros, e largará à frente de alguns dos maiores nomes da

categoria: Scott Dixon, hexacampeão da IndyCar; Josef Newgarden, bicampeão da categoria e bicampeão das 500 Milhas de Indianápolis; Will Power, bicampeão e vencedor da Indy 500 de 2018; Marcus Ericsson, vencedor da Indy 500 de 2022; e Alexander Rossi, vencedor da Indy 500 de 2016. Somados, os cinco acumulam dez títulos da IndyCar. Collet também largará à frente do alemão Mick Schumacher e do próprio companheiro de equipe, o americano Santino Ferrucci. A pole position ficou



com o espanhol Alex Palou, líder do campeonato, com 56s8UU.

Uma corrida inédita no coração do poder americano

O Freedom 250 é o evento mais aguardado da temporada 2026. Criada por decreto presidencial como parte das celebrações dos 250 anos da assinatura da Declaração de Independência, a prova leva os carros da IndyCar a um circuito urbano temporário de 1,7 milha (2,7 km) e sete curvas, traçado em torno do National Mall, com uma longa reta na Pennsylvania Avenue emoldurada pelo Capitólio e pelo Monumento a Washington, e passagens pela National Gallery of Art, pelos Arquivos Nacionais e pelo Museu Nacional do Ar e Espaço. O acesso do público é gratuito, e a expectativa é de uma das maiores audiências da história da categoria.

Nesse cenário, uma marca brasileira estará em pista: a Combitrans Amazônia, patrocinadora principal do Chevrolet nº 4 da AJ Foyt Racing.

Da Amazônia às Ruas de Washington

Acompanhando a prova em Washington está o empresário Marcelo Ribeiro Bueno de Camargo, presidente da Combitrans Amazônia e responsável

pela decisão que colocou o Brasil de volta ao grid da IndyCar em tempo integral.

A Combitrans opera logística multimodal na Amazônia, um dos ambientes mais complexos do planeta para o transporte de cargas. São barcaças que percorrem milhares de quilômetros de rios, frota rodoviária e operação portuária conectando o interior da floresta ao restante do país, em uma região onde o rio ainda é a principal estrada.

Foi essa operação, nascida no Norte do Brasil, que passou a apoiar Caio Collet em 2025, ainda na Indy NXT, e que viabilizou a subida do piloto à principal categoria de monopostos dos Estados Unidos em 2026. Camargo acompanha a carreira do piloto de perto desde então e está em Washington para ver o pupilo largar entre os doze primeiros na corrida mais simbólica do calendário.

O melhor momento da temporada em pistas de rua

A largada em 11º chega em um momento de crescimento do brasileiro. Foi justamente em um circuito urbano inédito, Arlington, no Texas, na terceira etapa do ano, que Collet somou um de seus melhores resultados da temporada, com o 12º lugar, marca superada depois apenas pelo 11º em Mid-Ohio. Na semana passada, no traçado de rua de Markham, no Canadá, o piloto voltou a apresentar desempenho competitivo.

Paulistano de 24 anos, Collet é o único brasileiro em temporada completa da IndyCar, algo que o país não tinha desde 2024. Foi campeão da Fórmula 4 Francesa em 2018, vice-campeão da Fórmula Renault Eurocup em 2020, venceu três vezes na FIA Fórmula 3 e atuou como piloto reserva e de simulador da Nissan na Fórmula E. Na Indy NXT, foi Rookie of the Year em 2024 e vice-campeão em 2025, com quatro vitórias e quinze pódios. Nas 500 Milhas de Indianápolis deste ano, foi o novato mais bem colocado no classificatório e chegou a liderar a prova.

Washington é a última prova de rua de 2026 e a 15ª das 18 etapas do calendário.

Uiara Zagolin

Editor, Na Mídia

55-11-98586 7022 (whatsapp)

uiarazagolin@gmail.com

www.namidia.com.br

redacao@namidia.com.br

A música que tocamos diz muito sobre nós

*Por Manoel Izidoro

A arte dos sons está presente nos mais diversos momentos da nossa trajetória. Ela surge na lembrança da infância, na celebração de uma conquista, na saudade de alguém ou simplesmente naquele instante em que precisamos de uma canção para traduzir o que sentimos. Por isso, quando escolhemos algo para ouvir ou aprender, revelamos um pouco da nossa essência.

Na sala de aula, essa relação fica ainda mais evidente. Há alunos que chegam querendo aprender uma canção específica porque ela marcou uma fase marcante. Outros escolhem um instrumento inspirados por alguém ou para homenagear uma pessoa querida. E existem os que simplesmente descobrem, no primeiro acorde, uma nova forma de se expressar.

Como professor, aprendi que ensinar não é apenas apresentar notas, ritmos e técnicas. É também entender que cada estudante traz uma história. O instrumento pode até ser o mesmo, mas a maneira como cada um se conecta com ele será única.

Quando alguém aprende a tocar uma melodia que ama, algo se transforma. A pessoa deixa de ser mera espectadora e passa a integrar a obra. Cada nota tocada carrega a sua interpretação, sensibilidade e momento de vida. Nesse processo, o som se converte em expressão pura.

Talvez por isso a mesma canção desperte emoções tão distintas em cada ouvinte. Para uns representa alegria, para outros traz saudade ou superação. O som não chega pronto ao coração, pois nós o preenchemos de sentido a partir das nossas



próprias vivências.

Esse aprendizado não tem idade. Uma criança encontra na prática uma forma de desenvolver criatividade e disciplina. O adolescente descobre a própria identidade. O adulto reencontra uma paixão deixada de lado. A maturidade permite transformar em realidade um sonho guardado por décadas.

Em tempos de consumo acelerado, aprender um instrumento é também uma oportunidade de desacelerar. Exige repetir, errar, escutar novamente, tentar de novo e ter paciência com a jornada. Não há atalhos para transformar uma sequência de notas em arte viva.

No fim, reside aí uma das maiores belezas da música, pois ela nos permite revelar quem somos sem a necessidade de palavras. Algumas canções contam o que fomos, outras traduzem o que vivemos hoje e há aquelas que nos acompanham enquanto descobrimos quem ainda queremos ser.

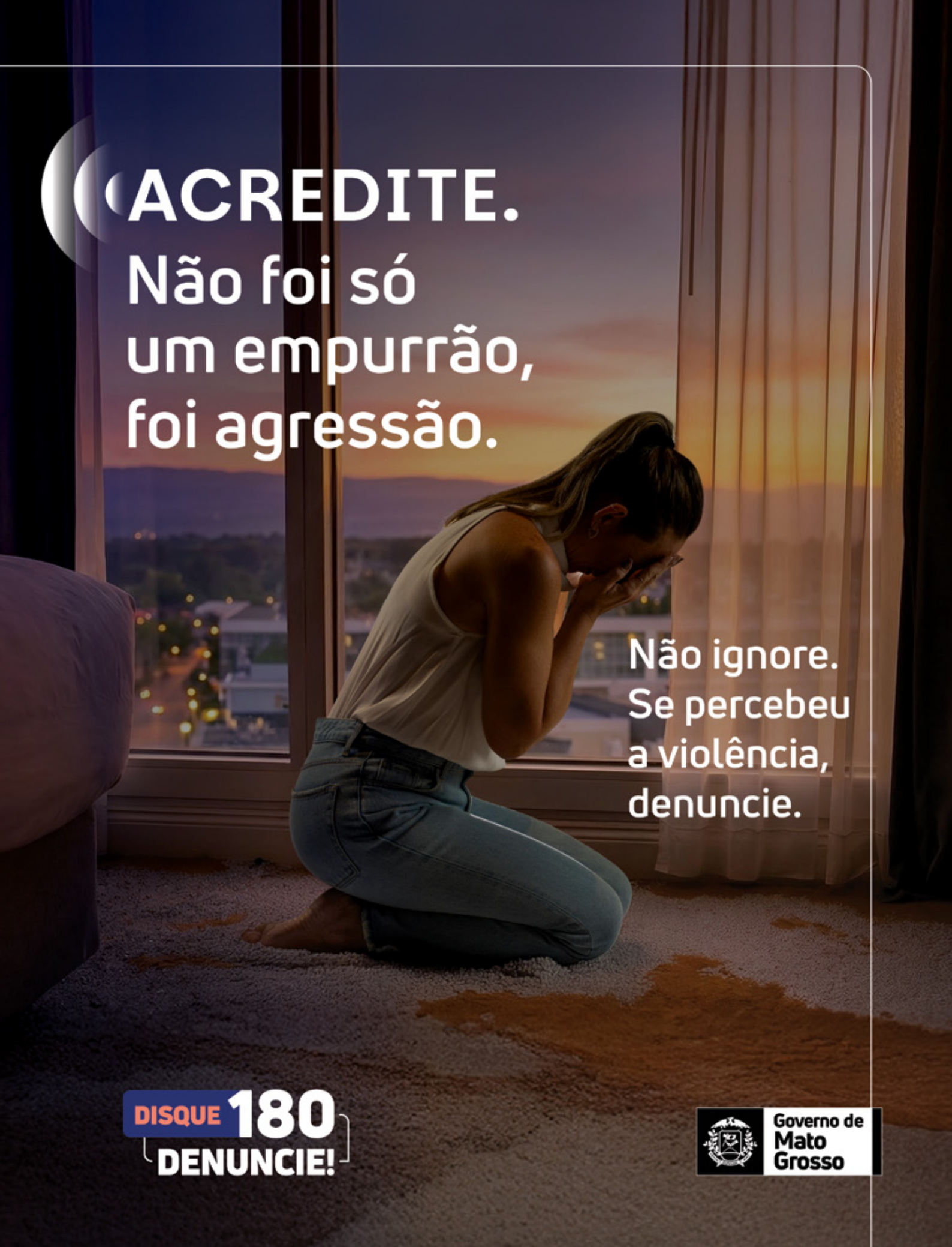
A música que tocamos diz muito sobre quem somos, mas o mais bonito é perceber que, ao dar vida a uma canção, também aprendemos um pouco mais sobre nós mesmos.

Manoel Izidoro é professor e proprietário da Escola de Música IGC de Cuiabá.



**Aos sábados às 18:00h
e aos domingos às
17:00h na
TV Mato Grosso,
Canal 27.**

Também no YouTube 



ACREDITE.
Não foi só
um empurrão,
foi agressão.

Não ignore.
Se percebeu
a violência,
denuncie.

DISQUE 180
DENUNCIE!



Governo de
**Mato
Grosso**