

DEZEMBRO, 2025

V EDIÇÃO

# VNI EM PAUTA

VERÃO





GRUPO CONECTA IFES

Esta revista é um dos produtos do Grupo Conecta Ifes, com apoio do Banco Sicoob e em parceria com o Coffee Design Group. A publicação tem como objetivo valorizar as iniciativas da comunidade acadêmica do Instituto Federal do Espírito Santo, promover a integração entre os campi e divulgar ações de ensino, pesquisa, extensão e cultura. Com periodicidade trimestral, a revista é um espaço colaborativo voltado à informação, ao protagonismo estudantil e à construção de uma comunicação pública mais acessível e envolvente.

#### **EQUIPE:**

##### **COORDENAÇÃO GERAL**

PROFA. MA. ADRIANE BERNARDO

##### **REVISÃO E EDITORAÇÃO**

WALLACE PECINI

PROF. DR. ALEX CALDAS

##### **SUPERVISÃO DE JORNALISMO E ENTREVISTAS**

GABRIELLE TALLON

##### **IMAGENS**

GABRIEL FAÉ

WALLACE PECINI



IMAGEM CRIADA POR IA



# Editorial: Desafios e Conquistas da Revista VNI em Pauta

Por Adriane Bernardo e Gabrielle Tallon

Encerramos este ciclo editorial com a sensação de que 2025 foi, para o Grupo Conecta Ifes, um ano de consolidação, avanços e reconhecimento. A Revista VNI em Pauta, que nasceu com o compromisso de dar visibilidade ao ensino, à pesquisa e à extensão desenvolvidos no Ifes – Campus Venda Nova do Imigrante, alcançou novos patamares e reafirmou sua relevância dentro e fora da comunidade acadêmica.

Neste ano, conquistamos um marco importante: a produção de quatro edições – um feito que exige planejamento, dedicação e um trabalho coletivo comprometido com a qualidade da informação. A partir da terceira edição, vivenciamos um movimento que reforça a credibilidade da revista: recebemos demandas da comunidade externa interessada em contribuir com matérias e conteúdos. Esse diálogo ampliado demonstra que a VNI em Pauta ultrapassou os limites institucionais e se tornou um espaço reconhecido para a circulação de ideias, histórias e vivências de nossa região.

Outra conquista significativa foi a impressão dos exemplares. Depois de um 2024 marcado pelo lançamento exclusivamente on-line, finalmente conseguimos materializar nossas páginas em formato físico, um passo importante para aproximar o leitor, fortalecer a presença da revista nos eventos institucionais e ampliar sua circulação.

Também dedicamos espaço à cultura local, valorizando tradições que fazem parte da identidade de Venda Nova do Imigrante. A Serenata Italiana e a Festa da Polenta ganharam destaque nas nossas páginas, reforçando a missão de registrar, preservar e divulgar manifestações culturais que constroem a memória coletiva do município.

O alcance da revista foi além do que imaginávamos no início do ano. Exemplares chegaram a diversas cidades do Espírito Santo e de Minas Gerais, incluindo a Universidade Federal de Viçosa, onde muitos de nossos egressos seguem sua trajetória acadêmica. Recebemos mensagens de ex-alunos que, ao folhear a revista, sentiram-se novamente conectados ao campus e reconheceram a importância do trabalho desenvolvido pelo Grupo Conecta Ifes para manter viva essa rede de pertencimento.

As páginas que você tem em mãos ou que lê digitalmente são resultado de desafios superados, aprendizados contínuos e, sobretudo, conquistas que reafirmam nosso propósito. Seguimos fortalecendo a comunicação, valorizando nossa comunidade e mostrando que o que se faz no Ifes – Campus Venda Nova do Imigrante merece ser visto, lido e celebrado.

Boa leitura!

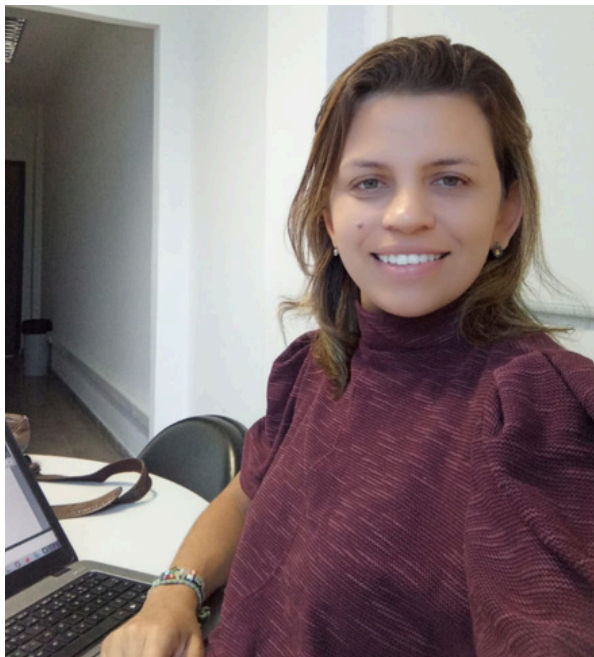


# 10 de dezembro: Dia da Inclusão Social

Por Eloá Ramos

No mundo, após tantos conflitos, as pessoas passaram a excluir os que pensam diferente, e isso foi se tornando algo "comum", mas, na atualidade, temos nos desenvolvido no quesito de incluir pessoas diversas. Pensando nessa causa, a Organização das Nações Unidas (ONU) criou o Dia Nacional da Inclusão Social.

A professora, licenciada em Pedagogia com habilitação em Educação Especial pela Universidade Federal do Espírito Santo, **Kariele Coutinho Melado** comentou sobre o tema. Confira a entrevista:



## O que é inclusão social?

Entendo a inclusão social como um processo que busca assegurar a todos o acesso igualitário aos direitos e à plena participação na vida em sociedade, independentemente de suas condições físicas, intelectuais, econômicas ou étnicas. No contexto educacional, representa o compromisso de oferecer recursos, adaptações e um ambiente acolhedor que possibilite a cada estudante desenvolver-se e aprender de acordo com suas potencialidades, valorizando a diversidade como parte essencial do processo de aprendizagem.

## Quais são os grupos sociais mais excluídos?

Os grupos mais afetados pela exclusão social são, geralmente, pessoas com deficiência, populações em situação de vulnerabilidade socioeconômica, comunidades indígenas e quilombolas, pessoas idosas, imigrantes, e grupos étnico-raciais e de gênero historicamente marginalizados. No cotidiano do

Atendimento Educacional Especializado (AEE), percebemos com mais clareza as barreiras enfrentadas pelos estudantes da Educação Especial, que muitas vezes ainda não têm suas necessidades plenamente atendidas.

## Qual seria a melhor alternativa para diminuir a exclusão social?

Acredito que a melhor alternativa é investir em educação inclusiva de qualidade, com formação continuada para os profissionais, políticas públicas efetivas e um olhar mais humano para as diferenças.

**“É preciso que as instituições se tornem espaços acessíveis não apenas fisicamente, mas também em suas práticas pedagógicas e atitudes.”**

## Acredita que já é possível ver mudanças nas atitudes humanas em relação à inclusão social em contraste com 10 anos atrás?

É possível observar avanços importantes. Nos últimos dez anos, o tema da inclusão social passou a ser mais discutido e valorizado, tanto nas escolas quanto na sociedade em geral. Hoje há maior conscientização sobre direitos, respeito às diferenças e importância da acessibilidade. Entretanto, ainda há muito a ser feito. A mudança de mentalidade é um processo contínuo e o papel de profissionais que atuam no Atendimento Educacional Especializado é essencial para consolidar uma cultura verdadeiramente inclusiva.





# Democratização do acesso à Arte

Por Kenia Ventorim

Democratizar e popularizar a Arte não são a mesma coisa. Popularizar significa apenas tornar algo conhecido, muitas vezes de modo superficial. Já democratizar envolve garantir não apenas o acesso, mas também a possibilidade de compreensão e reflexão crítica sobre o que se vivencia.

É comum reconhecermos algumas obras de arte que atravessam gerações e se repetem nas escolas ano após ano — como Abaporu, de Tarsila do Amaral; A Mona Lisa, de Da Vinci. Mas será que realmente conhecemos essas obras? Compreender a Arte vai muito além de apenas “ver”: é preciso entender o que ela comunica através das formas e do contexto em que foi produzida.

A escola, enquanto espaço cultural e educativo, tem papel fundamental nesse processo. É nela que se transmite às novas gerações o saber historicamente construído pela humanidade — a ciência, a filosofia, a cultura e, claro, a Arte — de forma sistematizada e intencional. No entanto, a maioria de nós não foi educada para fruir Arte, ou seja, para apreciá-la criticamente e com sensibilidade. Por isso a importância da obrigatoriedade dessa disciplina na Educação Básica, ampliando o acesso a essa área de conhecimento.

Além da escola, os outros espaços que aproximam o público da Arte são os museus, galerias, centros culturais, ONGs e a rua. Museus e galerias têm procurado romper com a imagem de lugares elitizados, promovendo ações educativas e exposições mais inclusivas. Diversos projetos sociais utilizam a música, o teatro e as artes visuais como ferramentas de enfrentamento à vulnerabilidade social. E a rua, espaço democrático por excelência, permite que artistas encontrem seu público diretamente, sem a mediação dos circuitos tradicionais.

Outro aspecto importante é o conteúdo temático das obras. Você visitaria uma exposição se não entendesse nada sobre o tema? Provavelmente não. Por isso muitos artistas contemporâneos têm buscado abordar temas próximos à realidade das pessoas, tratando de questões sociais, ambientais, raciais e de gênero — aproximando a Arte do cotidiano e ampliando sua função social.

Democratizar o acesso à Arte também significa valorizar a diversidade das expressões culturais brasileiras. O artesanato e/ou a arte popular capixaba como o congo, a folia de reis e as festas de São Benedito, compõem um patrimônio vivo que revela diferentes modos de ver e sentir o mundo.

Quando essas expressões ganham visibilidade e reconhecimento, fortalecem identidades locais e contribuem para uma cultura mais plural e representativa.



Nos últimos anos, as tecnologias digitais têm sido aliadas nesse processo de democratização. Plataformas virtuais, exposições online e redes sociais permitem que pessoas de diferentes regiões do país conheçam artistas, acervos e manifestações culturais que antes eram restritos aos grandes centros urbanos.

Mas, afinal, por que democratizar a Arte é tão importante?

Porque a Arte fortalece identidades, amplia o sentimento de pertencimento e transforma nossa relação com o mundo. Ela desenvolve a comunicação, a criatividade, a sensibilidade e o pensamento crítico. Diversos estudos apontam que o contato com a Arte melhora o desempenho acadêmico e estimula a concentração. Além disso, pode ser fonte de prazer, inspiração e reflexão sobre temas fundamentais da vida em sociedade.

Vale lembrar que o direito à arte e à cultura é um direito humano universal e, portanto, deve ser garantido e sustentado por políticas públicas de fomento e de acesso. Em um país onde a sobrevivência cotidiana já é, por si só, um desafio, cabe ao Estado assegurar que todos tenham a oportunidade de produzir e usufruir Arte em suas múltiplas formas. O grande desafio que se impõe, nesse sentido, é criar pontes que conectem a Arte aos diversos públicos, respeitando suas histórias, contextos e identidades, integrando educação, prática artística e políticas culturais. Seja nas pinturas expostas nos museus, no teatro, no cinema, na música ou no artesanato, o fato é que nós, brasileiros, ainda precisamos usufruir de maneira mais plena o direito de produzir e vivenciar a arte e a cultura que nos definem como povo.

# Natal Feliz: 14 anos de acolhimento, integração e protagonismo estudantil

Por Fernanda Merisio e Suzana Grimaldi



O Natal Feliz é uma ação de extensão realizada no Instituto Federal do Espírito Santo – Campus Venda Nova do Imigrante desde 2011, criada para aproximar o Ifes da comunidade local por meio das celebrações natalinas. A iniciativa surgiu na Diretoria de Ensino e conta, desde o início, com a participação da disciplina de Educação Física, responsável pelas atividades lúdicas oferecidas ao público.

Nas primeiras edições, o projeto atendia crianças da Educação Infantil e do Ensino Fundamental I das escolas públicas do município. Com a incorporação ao Programa Ifes em Movimento, a ação ampliou seu alcance e passou a incluir também idosos atendidos por instituições de apoio, reforçando o compromisso social do campus e diversificando o público beneficiado.

O evento se destaca pela oferta de momentos de acolhimento e integração, com programação que inclui a presença do Papai Noel, entregas de presentes, brincadeiras, jogos, danças, apresentações artísticas e um lanche especial. Todas as atividades são planejadas para promover a convivência e fortalecer os vínculos comunitários.

A organização é conduzida pelos estudantes, que assumem papel central em todas as etapas, em parceria com monitores da disciplina de Educação Física, bolsistas do Ifes em Movimento e servidores voluntários. A participação ativa permite aos jovens aplicar conteúdos aprendidos, vivenciar práticas de cidadania e desenvolver habilidades sociais.

Com 14 anos de existência, o Natal Feliz tornou-se uma ação consolidada no campus, reconhecida pelo impacto educativo e social. O projeto segue como espaço de troca, aprendizagem e construção de memórias que envolvem estudantes, servidores e comunidade.





# Café: um grão, várias descobertas!

Por Gabriel Faé



Homenagens, menções e cooperação para o desenvolvimento da cafeicultura marcaram a noite magna da I Mostra Científica Coffee Design, realizada pelo grupo de pesquisa Coffee Design do Instituto Federal do Espírito Santo (Ifes) – Campus Venda Nova do Imigrante, nos dias 24 e 25 de novembro de 2025.

A I Mostra Científica Coffee Design representa um importante progresso não só para a comunidade acadêmica, mas também para a população que prestigiou o evento, por meio do qual foram apresentados os resultados das pesquisas científicas sobre o café, comprovando a importância do investimento financeiro e tecnológico de parceiros que apoiam o Ifes e o Coffee Design. O momento foi marcado pela presença de pesquisadores de renomadas universidades, estudantes do grupo Coffee Design, além de autoridades locais e da instituição de ensino.

Na apresentação foram ministradas palestras que contaram com a participação do Reitor da Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes), Dr. Eustáquio Vinícius Ribeiro de Castro, do professor Dr. Lucas Louzada e do atual coordenador do Coffee Design, professor Dr. Aldemar Polonini Moreli.

O coordenador diz que no início do projeto Coffee Design não havia nada, sequer a estrutura, mas havia vontade, além de capital humano.

“A primeira grande entrega que o projeto fez foi preparar jovens para o mercado, para serem empreendedores, além de terem um olhar diferente e isso é o que motiva a capacitar cada vez mais jovens”, destaca Aldemar.

No evento foram feitas menções aos produtores que acreditaram no Coffee Design desde o início cedendo seu sustento – o café – para a ciência e a pesquisa.







Sávio Filete, secretário de agricultura de Venda Nova do Imigrante, afirma que eventos como este são fundamentais para aprimorar a cafeicultura do estado e do país, principalmente para dar apoio aos produtores.

O professor Lucas Louzada, um dos fundadores do Coffee Design e colaborador da Mió Cafés Especiais, explica como está o mercado internacional de café: “estamos vivenciando um momento especial, pois o preço nacional e internacional teve um aumento exponencial. Porém o café vive um período de ciclos, devido a fatores climáticos e escassez de oferta de matéria prima.” O estudioso na área diz esperar que entre 2027 e 2028 o Brasil possa ter safras maiores e, portanto, os preços poderão se acomodar.

Além disso, Lucas cita que é um momento propício para os produtores investirem em qualidade, porque há um grande volume de oferta de café e uma pressão de mercado. Por isso o Coffee Design reforça a importância da cooperação com os produtores, para que a academia possa auxiliar e levar ferramentas para se produzir um café especial de qualidade.

O laboratório do Coffee Design é o único das academias do continente americano que possui certificado pelo Q Venue fornecido pelo Coffee Quality Institute (CQI). Com essa nomeação, é permitido ao laboratório realizar cursos de instrutores, treinamentos de projetos de desenvolvimento e utilizá-los como espaço de avaliação para a qualidade do café.





# Final de ano a caminho... Mais um fim e também um novo começo

Por Juliana Ronchi

## Reflexões Psicológicas

É chegado o tempo que finda mais um ano letivo. E com ele fazer um balanço do ano que termina pode nos ajudar a olhar para as dificuldades vividas e também as conquistas. Como você está terminando este ano? Como deseja começar o ano seguinte?

Sem a ideia de aqui propor metas ou receitas de planejamento para o ano que chega, fazer o balanço do que se viveu e o que se deseja, pode ser interessante para fortalecer aprendizados e reforçar estratégias que fazem bem; e, também melhorar aqueles comportamentos que não caminham para uma afirmação da própria vida.

E o que dizer quando se chega ao final do curso técnico integrado ao ensino médio? São muitas experiências vivenciadas. Um percurso de amadurecimento em 3 anos (para alguns um pouquinho mais) de estudos, e a finalização de um ciclo, de uma rotina, com anseios e expectativas para o novo ciclo que vai se iniciar. Atentos a isso, nas turmas de terceiro ano, em parceria com o professor de Filosofia – Edson Kretle –, abrimos espaços de conversas sobre essas e outras questões, como o processo de escolha de novos caminhos de formação e/ou trabalho após o encerramento dos estudos no campus. Com o projeto intitulado “(Re)Configurações no mundo do trabalho: tensões entre o ser e o ter”, buscamos conversar com os estudantes dos terceiros anos, de modo interdisciplinar, sobre as variáveis que influenciam o mundo do trabalho, refletindo sobre os projetos que aspiram para o futuro. Possibilitando reflexões sobre processos de identidade, relações sociais e familiares e habilidades pessoais, o objetivo é ampliar a compreensão das relações que o estudante já desenvolve ou irá desenvolver no mundo do trabalho, tendo em vista sua saída do Ensino Técnico Integrado ao Ensino Médio rumo a novos caminhos formativos, considerando inclusive suas vivências no Ifes e na formação técnica.

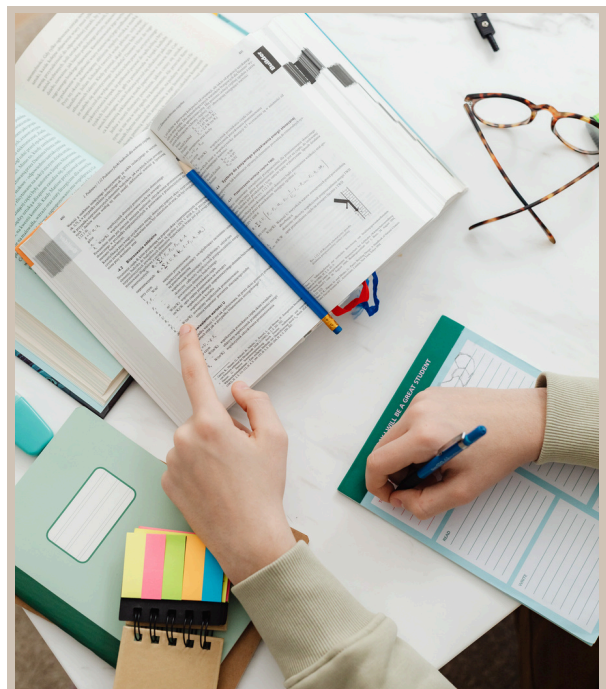
Por exemplo, pensar e conversar sobre: (a) quais trabalhos as pessoas que vivem perto de você desenvolvem? (b) quais habilidades você tem ou quer ter? (c) o que você gosta e não gosta no dia a dia? Essas perguntas nos ajudam a analisar os caminhos que se trilham e os que se deseja trilhar. Um estudante que vive em uma família que trabalha com agricultura pode ver nesse modo de viver uma vantagem e um prazer de produzir com as próprias mãos, continuar o legado da família, implementar melhorias no processo de produção e venda, a

partir dos conhecimentos adquiridos no curso técnico no Ifes e escolher seguir pelos caminhos dos familiares.

Outro estudante, no entanto, justamente por viver em um ambiente em que a família trabalha com agricultura, escolhe buscar caminhos diferentes, com formação universitária que permita trabalhos em instituições mais industriais ou outra forma de construção de carreira, pois observou a imprevisibilidade do trabalho agrícola como um desafio que não quer seguir. Olhar para esses pontos possibilita a tomada de consciência sobre o que influencia as diferentes escolhas na vida.

Longe de determinar caminhos certos ou errados, o importante é poder observar o que faz sentido para cada um em seu contexto de vida, sua realidade, suas possibilidades, seus valores compartilhados em família.

Espero que neste final de ano possamos olhar para o que passou com os olhos de um aprendiz, buscando identificar o que foi bom, o que ajudou a avançar em caminhos afirmativos de vida, o que fortaleceu relações saudáveis, o que possibilitou bons aprendizados. E que isso ajude na entrada de um novo ano, com construção de sabedoria e possibilidades de cultivar afetos, comportamentos e relações mais afirmativas da vida. Bom fim de ano! É um excelente novo ano!



# Natal e Ano Novo: a ética do recomeço

Por Edson Kretle

## Reflexões Proféticas

Estimado leitor, que tal uma conversa sobre o sentido do nascimento do Menino Deus na manjedoura de Belém e uma nova chave de recomeçar em 2026?

Desde criança enxergo o Natal como um momento repleto de simbolismo que nos remete ao renascimento, logo à esperança. É um tempo em que lembramos que, apesar das dificuldades desse ano, continuamos capazes de acolher, perdoar e recomeçar. A mensagem do Menino Deus envolto em palhas sempre é capaz de despertar em nós aquilo que realmente importa em nossa vida: união, família e esperança.

E é justamente essa esperança que nos conduz ao Ano Novo. A virada não apaga nossos erros e acertos desse ano, mas nos motiva a reorganizar sonhos, reavaliar nossas rotas e acreditar que podemos construir dias e relações melhores. Assim, o Natal nos renova por dentro, e o Ano Novo nos lança para frente. É nesse espírito que recordamos João Guimarães Rosa, em Grande Sertão: Veredas: “Um menino nasceu, o mundo tornou a começar”.

Por isso, o Natal e a virada de ano fazem um elo muito profundo: a ideia de que todo fim pode carregar um começo, e que cada começo pode ser vivido com mais fé, mais coragem e mais humanidade (Hannah Arendt).

Vale salientar que a esperança que vos anuncio não pode ser compreendida como uma espera passiva diante da realidade, muito pelo contrário. A verdadeira esperança inquieta o coração porque todo ser humano não aceita a realidade como ela é: deseja a todo instante modificar a si mesmo, as pessoas e o mundo.

A meu ver, estimado leitor, a melhor forma de amar a Deus não é fugindo da realidade, mas sim ser sinal de transformação do mundo pelo amor, justiça e solidariedade. Desse modo, a capacidade de fazer milagres não pertence somente a Deus. Também somos chamados a realizar pequenos milagres cotidianos.

Vale também destacar que essa expectativa com o futuro não significa um desprezo pelo que vivemos no presente. Sabemos que um dos caminhos para a infelicidade é um espírito muito preocupado com o futuro que esquece que o sentido da vida se encontra no tempo chamado agora.

O importante é que a esperança nos faz ter horizontes. Penso, e você irá concordar comigo, que uma vida sem anseios é uma espécie de morte prematura. Sabemos que o futuro ainda não existe, porém o amanhã é uma fonte segura para renovar as expectativas pelos nossos projetos e sermos também mais fortes quando nos depararmos com as frustrações, desistências e adiamento de nossas aspirações.

A tradição judaico-cristã também mostra que a esperança verdadeira não é imediata nem linear. Abraão parte sem saber para onde vai (Gn. 12,1); o povo caminha décadas pelo deserto (Nm. 14,33); Moisés contempla a terra prometida, mas não entra nela (Dt. 34). Em todas essas narrativas, a promessa não se cumpre de forma simples e mesmo assim ninguém abandona o caminho. Elas nos ensinam que a esperança não é garantia de resultados, mas fidelidade ao processo.

Enfim, um pisca-pisca isolado não consegue iluminar nada, assim como o coração humano solitário, mas juntos podemos levar luz onde há as trevas do medo e da indiferença. Sem sombra de dúvidas, essa é a maior e mais urgente revolução que somos capazes de fazer.

Que o nascimento que celebramos no Natal ilumine também nossas escolhas em 2026.





# Projeto Conexão Sicoob estimula inovação e empreendedorismo entre jovens em parceria com o Ifes

Com o objetivo de desenvolver habilidades empreendedoras, promover o trabalho em equipe e fortalecer os valores do cooperativismo, o Projeto Conexão Sicoob mobilizou jovens estudantes em uma jornada de aprendizado e inovação. A iniciativa, sob a gestão do Instituto Sicoob, tendo o Sicoob Sul-Serrano como executor, teve como destaque a etapa presencial do Laboratório de Inovação, no dia 7 de outubro, no laboratório Lagex do Instituto Federal do Espírito Santo (Ifes) – campus Venda Nova do Imigrante. O evento contou com o apoio da professora Adriane Bernardo de Oliveira Moreira e reuniu os 30 alunos melhores classificados na trilha on-line do programa.

O desafio proposto aos participantes foi prático e alinhado à realidade da cooperativa. A missão exigia criatividade, visão estratégica e, acima de tudo, espírito cooperativo. Divididos em grupos, os estudantes precisaram propor soluções inovadoras para aumentar o engajamento dos cooperados e fomentar o uso das ferramentas financeiras oferecidas pela cooperativa.

Como reconhecimento pelo desempenho, os seis integrantes do grupo vencedor receberam uma conta investimento no valor de R\$ 500,00 cada, oferecida pelo Sicoob Sul-Serrano. A premiação simboliza não apenas o incentivo à inovação, mas também o compromisso da instituição com a educação financeira e o investimento consciente, pilares do cooperativismo moderno.

A diretora operacional do Sicoob Sul-Serrano, Mayara Caus, destaca a importância da iniciativa como um elo entre o aprendizado e a vivência prática no mercado cooperativo. “O Conexão Sicoob é um projeto transformador. Ele aproxima os jovens do cooperativismo e mostra que é possível inovar com propósito. Ao propor soluções para desafios reais, os participantes entendem na prática o poder da colaboração e o impacto de pensar de forma coletiva”.



## O programa

Criado em 2022, o programa tem o objetivo de contribuir com a formação de jovens lideranças, os inspirando e os motivando a pensarem de maneira consciente e cooperativa – seja no ambiente profissional, pessoal ou empreendedor.

Em formato digital, o Conexão Sicoob oferece uma trilha de conteúdos voltados para temas como autoconhecimento, inovação, metodologias ágeis, empreendedorismo, entre outros. As aulas são compostas por materiais teóricos e práticos, permitindo aos participantes aprenderem de forma flexível, onde e quando quiserem. Ao final, todos os concluintes recebem certificado de participação.

A parceria entre o Ifes e o Sicoob Sul-Serrano tem se mostrado um modelo de integração entre o setor educacional e o cooperativismo financeiro. A união dessas instituições tem possibilitado a criação de espaços de aprendizado prático, em que os estudantes aplicam conceitos de inovação e empreendedorismo de forma cooperativa. Essa conexão fortalece o compromisso do Sicoob com o desenvolvimento regional e com a formação de cidadãos conscientes e protagonistas do seu próprio futuro.



Eles fizeram

# Mais

que uma escolha

## FINANCEIRA.

Seja um Cooperado Sicoob.



# Visitas técnicas



*"Visitei o Caís do Valongo, por onde chegaram os primeiros negros escravizados na América. No Instituto Pretos Novos, percebi a dimensão da desumanização que sofreram. Conheci ainda o Real Gabinete Português, com obras de Camões e Machado de Assis, e explorei a riqueza cultural da Mangueira".*

Mateus Carias Fraga – Turma D48



*A 13 anos realizamos com os terceiros anos no projeto Desvendando o Espírito Santo! Conhecendo a História, as belezas e potencialidades do Espírito Santo a partir do norte do Estado! Momento de grande importância onde colocamos em prática conteúdos estudados em sala de aula nas disciplinas de História, Geografia, Biologia, Química entre outras mais! Importante destacar que chama a atenção o fato de nossos alunos, em sua maioria, não conhecerem as regiões visitadas e o encantamento com o que encontram tona essa experiência inesquecível!*

Prof. Rodrigo Paste



*Essa visita técnica foi sensacional, nela pudemos viver o que foi falado em sala de aula, assim aumentando ainda mais nosso aprendizado. Além disso, foi perceptível o aumento do companheirismo na D53. As memórias de Minas ficarão marcadas para sempre, obrigado a todos os profissionais que proporcionaram essa experiência.*

Diego Caliman e João Pedro Galvani. D54



*"A visita técnica ao Rio de Janeiro evidencia a conexão entre teoria e prática. Ao percorrer espaços históricos, alunos compreenderam a formação do país, da herança africana no Caís do Valongo à modernização autoritária da ditadura, reforçando memória viva e senso crítico. A experiência reforçou essa relação. Tornou o aprendizado mais vivo. Realmente".*

Sofia Filetti – Turma D47





Entre os dias 23/11 e 29/11, tivemos a oportunidade de vivenciar momentos incríveis e inesquecíveis. Em Foz do Iguaçu, visitamos a Usina Hidrelétrica de Itaipu, um dos lugares mais impressionantes do roteiro, ao lado das Cataratas do Iguaçu, que tivemos a sorte de conhecer em período de cheia, com grande vazão de água. Também realizamos um bate-volta ao Paraguai, o que nos permitiu, mesmo que por pouco tempo, vivenciar uma cultura completamente diferente.

Em São Paulo, conhecemos o Museu do Ipiranga, onde tivemos contato com diversas obras importantes para o país, especialmente o quadro “O Grito do Ipiranga” ou “Independência ou Morte”, de Pedro Américo, uma das representações mais emblemáticas da história brasileira. Visitamos ainda o Museu Catavento, no qual foi possível observar a física e a biologia de forma clara e prática. Além disso, passamos pela Bienal de Artes, evento que acontece a cada dois anos. Para encerrar a visita, fomos ao Museu do Futebol, onde compreendemos a relevância desse esporte para a cultura nacional. A visita, com certeza, ficará para sempre em nossas memórias!

Turma D45



Os alunos das turmas D45 e D47 participaram, no dia 03/12, de uma visita técnica ao Grupo Venturim, em São João de Viçosa. A atividade foi organizada pela professora Adriane Bernardo, com apoio do pedagogo Jonadable Palmeira e do técnico Wallace Pecini. O objetivo foi aproximar os estudantes do universo da gestão, inovação e produção artesanal. O Grupo Venturim, referência regional, atua em diversos setores como agroindústria, hotelaria, restaurante e agroturismo. A programação contou com dois momentos principais: uma palestra do CEO sobre carreira, desafios e inovação, e uma aula prática de produção de macarrão caseiro com Ana Venturim. As turmas se revezaram entre teoria e prática, ampliando a experiência. Os alunos puderam vivenciar a rotina empresarial e compreender a importância da modernização contínua. A atividade destacou o valor de aprender além da sala de aula. A combinação entre gestão e culinária proporcionou um dia dinâmico e inesquecível. A visita reforçou o papel das experiências práticas na formação dos estudantes.



# Entre rimas e realidades: o hip-hop que forma e transforma

Por Isabella Pocidonio

Mais conhecido como Ubira, Ubirajara Salles Rodrigues iniciou sua caminhada no Hip-hop em 2013, quando começou a escrever poesia na escola. Atualmente, o artista reside em Venda Nova do Imigrante, faz parte do Núcleo de Estudos Afro-Brasileiros e Indígenas (Neabi) do Ifes – Campus VNI e promove o estilo musical como meio de expressão.



Seu contato direto com o rap veio das caixas de som que ecoavam pelas vielas de Viana/ES, marcando sua formação artística e política. Ele afirma que suas maiores influências são as pessoas que dividem o cotidiano com ele: integrantes dos movimentos negros e culturais que lutam diariamente para manter o hip-hop vivo. “Vários MCs aí que, mesmo nesse massacre do capitalismo, conseguem colocar o cotidiano e a arte lado a lado, essas são minhas referências máximas”, destaca.

## Hip-hop no Brasil

Nascido nas periferias, o hip-hop segue sendo, no Brasil, a maior plataforma de comunicação direta da quebrada. Hoje, além de denunciar a realidade, tornou-se espaço de autoconsciência e projeto de futuro, permitindo que artistas se imaginem construindo carreiras e abrindo caminhos para as próximas gerações. O movimento gera renda, cria oportunidades e amplia o acesso à cultura, sem perder sua origem: continua falando com quem precisa ouvir e incomodando quem preferia que a periferia permanecesse silenciada. Para Ubirajara essa força permanece intacta: o hip-hop segue firme, com endereço conhecido e propósito claro.

## Cultura como ferramenta de luta racial

Ao refletir sobre o papel do hip-hop na valorização da identidade negra, Ubirajara afirma que o movimento, assim como o rap e o trap, é uma das linguagens mais potentes no combate ao racismo. Isso porque coloca a pessoa negra como protagonista de sua própria

narrativa, permitindo que conte sua história e afirme: “nossa visão existe e importa.” Cada música, poema ou livro confronta padrões que tentam limitar corpos negros. Da estética ao comportamento, tudo reivindica presença e espaço. Quando a juventude negra se vê representada, compreende que tem história, valor e, sobretudo, futuro. Ele também ressalta que ser produtor cultural na periferia é um ato de resistência: é driblar a burocracia, abrir portas historicamente fechadas e manter acessos para quem vem depois, apesar das estruturas que tentam impedir esse movimento.

## Dia Mundial do Hip-hop e Dia da Consciência Negra

O Dia Mundial do Hip-hop (12/11) e o Dia da Consciência Negra (20/11) se conectam por memória, identidade e resistência. O hip-hop celebra mais de 50 anos de um movimento global nascido do povo negro; a Consciência Negra reafirma uma luta que atravessa séculos. Lado a lado, as datas mostram que arte e existência caminham juntas, denunciando desigualdades e reivindicando espaços historicamente negados.



No encerramento da conversa, Ubirajara afirma que os desafios seguem grandes, especialmente no acesso a editais e políticas públicas. Muitos artistas negros ainda precisam provar o dobro para serem reconhecidos. Mesmo assim, a cena se fortalece com batalhas, eventos de rua, oficinas e ações que mantêm vivas as ancestralidades do movimento. Ele defende que o poder público precisa tratar a cultura periférica como política de Estado, com investimento contínuo e participação real de quem produz. E conclui: “eu existo, crio, organizo e faço acontecer. Meu objetivo é manter as portas abertas para quem vem depois”.

Instagram: @manobirx

# Emagrecer com saúde na era das “canetinhas”: o que a ciência realmente diz

Por Dr. Pedro Luiz

Nos últimos anos, os medicamentos para emagrecimento ganharam espaço nas conversas de famílias, escolas, redes sociais e grupos de trabalho. Termos como GLP-1 (peptídeo semelhante ao glucagon tipo 1), semaglutida, liraglutida e tirzepatida – popularmente chamadas de “canetinhas” – passaram a ocupar o imaginário popular como soluções milagrosas.

Mas afinal, o que a ciência realmente diz? Quem deve usar? Esses medicamentos substituem dieta e exercício?

Como nutrólogo acompanho diariamente pacientes em busca de informações claras, atualizadas e seguras. É isso que compartilho aqui: uma visão científica, prática e humana sobre o assunto.

## **Obesidade é uma doença crônica – e merece tratamento sério.**

Antes de falarmos de medicamentos, é fundamental reforçar o que as diretrizes nacionais e internacionais afirmam: obesidade não é falta de vontade. É uma doença crônica, multifatorial, reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), pela Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (ABESO) e pelas principais sociedades científicas globais, como a Associação Americana de Endocrinologia Clínica (AAEC), a Associação Americana de Diabetes (ADA) e a Organização Europeia para o Estudo da Obesidade (EASO).

Ela envolve genética, hormônios, ambiente alimentar, sono, estresse, microbiota intestinal, comportamento e fatores psicossociais. Por isso, seu tratamento precisa ser contínuo e multiprofissional, combinando alimentação estruturada, movimento diário, higiene do sono, saúde emocional e – quando indicado – terapia medicamentosa.

## **Para quem os medicamentos são indicados?**

As diretrizes atuais indicam tratamento medicamentoso quando há Índice de Massa Corporal (IMC) acima de 30 kg/m<sup>2</sup>, ou IMC acima de 27 kg/m<sup>2</sup> com doenças associadas, como diabetes tipo 2, pré-diabetes, hipertensão arterial, dislipidemia, esteatose hepática (gordura no fígado), síndrome dos ovários policísticos (SOP), apneia do sono, entre outras. E o tratamento medicamentoso é indicado sempre após avaliação clínica completa e tentativa organizada de mudanças de estilo de vida. Ou seja: não são tratamentos estéticos, mas terapias destinadas a pessoas com risco metabólico aumentado.

## **Como funcionam os agonistas do GLP-1 e a tirzepatida?**

Esses medicamentos não agem “queimando gordura”. Eles atuam em áreas do metabolismo e do sistema nervoso central, responsáveis por aumentar a saciedade; por reduzir a fome e a ingestão calórica; por melhorar o controle glicêmico e a resistência insulínica; por reduzir inflamação metabólica; e por desacelerar o esvaziamento gástrico.

A tirzepatida, por sua vez, é um agonista duplo que atua tanto no receptor de GLP-1 (peptídeo semelhante ao glucagon tipo 1) quanto no receptor de GIP (polipeptídeo insulinotrópico dependente de glicose), produzindo respostas mais robustas em perda de peso e melhora metabólica.

## **O que mostram os principais estudos?**

Ensaio clínico de grande impacto – como os estudos SURMOUNT e SURPASS, ambos referências internacionais – demonstram perdas médias de 15% a 22% do peso corporal com tirzepatida; perdas entre 10% e 15% com semaglutida em doses específicas para obesidade; redução expressiva da gordura visceral e melhora da inflamação metabólica; redução da pressão arterial; melhora da esteatose hepática, da resistência insulínica e do controle glicêmico; melhora da apneia do sono em estudos de seguimento.

Esses resultados são consistentes e reforçam que essas medicações têm papel terapêutico real no tratamento da obesidade e de suas complicações.





## Eles substituem dieta e exercício?

Não – e nunca irão substituir. As diretrizes da ADA (American Diabetes Association), AHA (American Heart Association), ABESO e EASO (European Association for the Study of Obesity) são categóricas: a base do tratamento da obesidade continua sendo estilo de vida.

Os medicamentos somam-se a um plano bem estruturado de alimentação baseada em comida de verdade; ingestão adequada de proteínas; redução de ultraprocessados; movimento diário; treino de força; sono de qualidade; e manejo adequado do estresse.

Quando combinamos tratamento comportamental e terapia medicamentosa, os resultados são mais fortes, mais rápidos e mais sustentáveis.

## Quais cuidados são necessários?

Apesar de seguros, esses medicamentos exigem: acompanhamento médico regular; titulação lenta das doses; avaliação de sintomas gastrointestinais; monitoramento de glicemia, função hepática e marcadores metabólicos; atenção especial em pessoas com histórico de pancreatite.

Eles não devem ser usados por indivíduos com histórico pessoal ou familiar de carcinoma medular de tireoide ou Síndrome de Neoplasia Endócrina Múltipla tipo 2 (MEN2).

A interrupção inadequada pode levar ao reganho de peso, não por “dependência”, mas porque a obesidade é uma doença crônica – assim como hipertensão ou diabetes.



## E no Brasil

A Comissão Nacional de Incorporação de Tecnologias no SUS (Conitec) reconhece os benefícios da liraglutida e da semaglutida para o tratamento da obesidade, mas ainda não as incorporou ao Sistema Único de Saúde (SUS) devido a critérios de custo-efetividade e impacto orçamentário.

Por isso, seu uso ocorre hoje principalmente na rede privada, sempre sob prescrição médica e acompanhamento adequado.

## Conclusão: ciência, clareza e cuidado transformam o tratamento da obesidade

As “canetinhas” não são solução mágica. São tecnologias biomédicas modernas, que vêm ajudando milhares de pessoas a recuperar saúde, autoestima e qualidade de vida. Mas funcionam melhor quando fazem parte de um projeto de saúde completo, que inclui alimentação, movimento, sono e bem-estar emocional.



Quando bem indicados, esses medicamentos ajudam a controlar uma doença complexa e a prevenir suas complicações – representando um avanço significativo na forma como cuidamos da saúde metabólica.

Em Venda Nova do Imigrante, onde tantas famílias buscam mais vitalidade e qualidade de vida, informação correta faz toda a diferença. E esse é o propósito da nutrologia moderna: educar, acolher e tratar com ciência e humanidade.

## Sobre o autor

Dr. Pedro Luiz Ferreira de Siqueira Júnior é especialista em obesidade, emagrecimento, saúde metabólica e nutrologia clínica. Atua há quase 20 anos em Venda Nova do Imigrante, integrando ciência, humanização e medicina do estilo de vida para transformar a saúde e o bem-estar de seus pacientes.

CRM-ES 8770

Nutrólogo – RQE 15077

Instagram: @drpedroluiz



## Problemas na tradução da palavra Flauta na obra de Álbio Tibulo

Por Alex Caldas

Quando lemos poemas da antiguidade romana, como a produção artística-literária de elegias do poeta Álbio Tibulo, é comum encontrarmos a menção a vários instrumentos musicais. Avena, calamus, fistula e tibia são alguns instrumentos que aparecem na obra do autor. Em geral, em cerca 70,58%, a tradução mais comum para os termos é a palavra flauta, o mesmo ocorre nas traduções das obras de outros poetas romanos, que em 66,1% das vezes também seguem esse caminho.

Em 2021, na publicação à revista Phos da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), o professor do Ifes João Paulo Matedi problematiza essa tradução no artigo científico intitulado Análise da tradução de alguns termos latinos a partir das elegias de Álbio Tibulo: avena, calamus, fistula e tibia. Seria ela a mais adequada para o português?

Do ponto de vista dos estudos musicológicos e da filologia clássica, essa tradução é imprecisa. Matedi afirma que os instrumentos avena, calamus, fistula e tibia não eram flautas no sentido moderno – eram, na verdade, instrumentos de palheta (simples ou duplas), assemelhando-se muito mais a oboés ou aos clarinetes antigos. De forma geral, as flautas modernas se caracterizam pelo som doce e suave, ao passo em que as flautas antigas possuíam o som áspero, agudo ou estridente.

Ao estudar a obra de poetas romanos, como Tibulo e Propércio, percebe-se que eles não tinham uma preocupação técnica ou um compromisso com a descrição dos instrumentos musicais em seus poemas. Para os poetas, o mais importante era a verdade poética e não a verdade científica. É nesse sentido que Matedi questiona a tradução da palavra flauta que pode, em muitos casos, ser anacrônica, fazendo o leitor imaginar um instrumento musical errado.

Como solução para esse problema tradutório da palavra flauta, o autor indica não traduzir os vocábulos, mas repeti-los por meio de seus descendentes etimológicos em português: avena, cálamo, fístula e tibia.



## Afinal, como prolongar a vida da banana prata na prateleira?

Por Alex Caldas

A banana é uma fruta com alto valor nutricional e muito consumida pela população brasileira. Como sabemos, após o seu cultivo, o seu tempo de prateleira é curto. O que deve ser feito, então, para manter a banana disponível para o consumo por mais tempo?



Em 2021, em publicação científica na Revista Brasileira de Agrotecnologia – intitulada Efeito de coberturas comestíveis à base de amido e ácido oxálico no armazenamento de banana – pesquisadores do Instituto Federal do Espírito Santo (Ifes) campus Venda Nova do Imigrante e do Instituto Federal do Mato Grosso do Sul (IFMS) campus Naviraí investigaram essa questão. O estudo foi realizado por Giovana Araújo e Eliza Dalvi, alunas do CTA; César Cardoso, professor do IFMS; e Genilson de Paiva e Luiz Fernando Ferreira, do Ifes.

Coberturas comestíveis aplicadas à superfície da banana têm sido utilizadas para evitar a sua rápida degradação. O estudo investiga a produtividade de coberturas à base de amido e ácido oxálico.

A pesquisa conclui que bananas imersas em uma solução de amido de mandioca a 3% (30 g/L) garantem uma vida útil da banana de mais quatro dias. Do grupo de controle, essa solução foi a que obteve melhores resultados. Os pesquisadores ainda destacam que o amido de mandioca – associado ou não ao ácido oxálico – combate o escurecimento da casca da banana, que, como se sabe, surge do processo natural de degradação celular da fruta e de atividades enzimáticas. A solução também combate a redução de massa da banana, uma vez que a barreira limita a perda de umidade e transferência de massa da superfície da fruta.

Os pesquisadores reforçam, por fim, que a cobertura comestível de amido aplicada à banana é uma solução de baixo custo e ideal para combater o desafio de conservação de frutas tropicais.



*feliz Natal*  
*São nossos mais*  
*sinceros votos*



*Grupo Conecta Ifes*







# Mais que uma escolha FINANCEIRA.



O Sicoob tem **tudo pra ser da sua empresa.**

E quanto mais você usa, mais volta para o seu bolso. Aproveite as melhores taxas, atendimento próximo, participação nos resultados da sua cooperativa e mais:



Crédito



Capital de giro



Maquininha



Cartão empresarial



Cobrança bancária



Seguro empresarial



Consórcios



Abra sua conta.  
[sicoob.com.br](https://sicoob.com.br)



**SICOOB**

Central de Atendimento - Capitais e regiões metropolitanas: 4000 1111\* | Demais localidades: 0800 642 0000 | SAC 24 horas: 0800 724 4420  
Ouvidoria: 0800 725 0996 - de seg. a sex., das 8h às 20h - [ouvidoriasicoob.com.br](https://ouvidoriasicoob.com.br) | Deficientes auditivos ou de fala: 0800 940 0458 - de seg. a sex., das 8h às 20h.  
\*Caso a localidade não tenha o serviço 4000 ou 4007, informe o nº da operadora mais o DDD 61 (0xx61 4000 1111).