

EDIÇÃO 25 | ANO 13
JANEIRO DE 2026
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



R E V I S T A

Vertentes Cultural



Mulher, “inconfidente”, pradense: a história de Hipólita Jacinta

Paisagem da Janela

Dos inesquecíveis mineiros Fernando Brant e Lô Borges

Da janela lateral
Do quarto de dormir
Vejo uma igreja, um sinal de glória
Vejo um muro branco e um voo pássaro
Vejo uma grade, um velho sinal

Mensageiro natural
De coisas naturais
Quando eu falava dessas cores móbidas
Quando eu falava desses homens sórdidos
Quando eu falava desse temporal
Você não escutou

Você não quer acreditar
Mas isso é tão normal
Você não quer acreditar
E eu apenas era

Cavaleiro marginal
Lavado em ribeirão
Cavaleiro negro que viveu mistérios
Cavaleiro e senhor de casa e árvores
Sem querer descanso nem dominical
(...)



Heroísmo(s)

Mariane Fonseca

No Cemitério do Quicumbi, em São João del-Rei, um túmulo sempre ornado com flores e com velário próprio não tem nome - ao menos não um nome comum. Afinal, sobre ele se lê apenas "Jovem Desconhecida". O corpo da mulher sepultada ali foi encontrado nos arredores em 1970, vítima de assassinato - e é só o que se sabe. Quem era? Quem a matou? Que saudades deixou? Ninguém respondeu.

Num bairro próximo, à mesma época, uma mãe de crianças pequenas desapareceu. Ainda assim, nenhum dos casos foi investigado ou relacionado.

A barreira do silêncio, no entanto, tem ranhuras, abre brechas. E foi por ela que a fé popular ecoou. Quase todos os dias, há quase 60 anos, alguém passa pelo Quicumbi rezando pela Jovem Desconhecida e relatando milagres dela, uma santa popular. *Do povo e pro povo*. Contamos tudo isso, aliás, numa edição da *Vertentes Cultural* de 2024.

Pois bem. Há menos de 30km, quase dois séculos antes, uma história muito diferente teve lá suas coincidências: em Prados, talvez também iluminada por velas e enquanto também fazia suas preces, uma aflita e brava Hipólita Jacinta escreveu sobre a prisão de Tiradentes e bradou, a outros membros da Conjuração Mineira, que iniciassem um levante armado pela liberdade. Não se intimidou nem se escondeu no anonimato. Pelo contrário! Assinou tudo, foi descoberta, julgada pela Coroa Portuguesa, devidamente citada nos *Autos de Devassa* e... esquecida.

Nos anos 1990, no entanto, a voz do povo (sempre ela) fez barulho e diferença nas ladeiras pradenses. Sim, conterrâneos de nascença e por escolha resgataram documentos, revisitaram ruínas, levaram o nome de Hipólita Jacinta para as páginas de um livro. Daí não demorou para chegar às salas de aula e à luz.

A Jovem Desconhecida é lembrada com devoção e Hipólita Jacinta está no *Livro de Aço dos Heróis e Heroínas da Pátria* porque a esperança e o inconformismo - quando não atravessam - também movem pessoas. Todas elas, em tudo, o tempo todo.

Esta edição é sobre isso. Sobre jornadas de quem fez perguntas, buscou respostas, apontou inconsistências, embarcou em tantas missões. Um lembrete da potência do Campo das Vertentes e, nas entrelinhas, do poder de gente como você, como eu, como tantos que, como cantava David Bowie, podem ser heróis mesmo que "por um dia".

Boa leitura.

EXPEDIENTE

Filiada ao Sicoob Central Crediminas; à OCEMG - Organização das Cooperativas do Estado de Minas Gerais; e à OCB - Organização das Cooperativas Brasileiras.

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

João Pinto de Oliveira - Presidente
Fabiana Diéle Barros de Oliveira - Vice-Presidente
Antônio Vicente de Andrade
Cristiano Alexandre de Almeida
Lígia Honorina Moreira
Luís Cláudio dos Reis
Mauro Caporali Vivas
Wagner Ferraz Coelho Presotti
Yuri Carvalho Gomes

DIRETORIA EXECUTIVA

Adriana Martins
(Diretora Executiva Administrativa)
Hélder Resende
(Diretor Executivo de Gestão de Risco)
Sérgio Nascimento
(Diretor Executivo Financeiro)

CONSELHO FISCAL

Conselheiros Efetivos: Bruno Leão, Cristóvão Avelar, Luís Gustavo de Resende
Conselheiro Suplente: Henrique Fernando Godinho Santos

REVISTA VERTENTES CULTURAL

Revista semestral do Sicoob Credivertentes - Cooperativa de Crédito Credivertentes Ltda.
Endereço: Rua Carlos Pereira, 100
Centro - 36350-000 - São Tiago - MG
Telefone: 0800 756 3173
E-mail: credivertentes@sicoobcredivertentes.com.br

CIRCULAÇÃO

São Tiago, Alfredo Vasconcelos, Alto Rio Doce, Bias Fortes, Belo Horizonte, Barbacena, Cipotânea, Conceição da Barra de Minas, Coronel Xavier Chaves, Desterro do Melo, Dolores de Campos, Ibiriti, Itutinga, Madre de Deus de Minas, Mercês de Água Limpa, Morro do Ferro, Nazareno, Piedade do Rio Grande, Prados, Resende Costa, Rio Espera, Ritópolis, Santa Bárbara do Tugúrio, Santa Rita de Ibitipoca, Santana do Garambéu, São João del-Rei e Senhora dos Remédios.

APOIO OPERACIONAL

Elisa Cibele Coelho

JORNALISTA RESPONSÁVEL

Mariane Fonseca - MTB 15.883/MG
Tiragem: 5000 exemplares

FOTOS

Deividson Costa

Eventuais parceiros no desenvolvimento de pautas e na cessão de fotos publicadas na revista o fazem de maneira voluntária, com apresentação dos devidos créditos e sem ônus para a Cooperativa.

DIAGRAMAÇÃO

Mapa de Minas Comunicação Integrada.
As matérias veiculadas na revista *Vertentes Cultural* do Sicoob Credivertentes podem ser reproduzidas, desde que citadas as fontes.

ÍNDICE

06

ENTREVISTA

Sicoob Credivertetes
tem nova formação na
Diretoria Executiva



11

GASTRONOMIA

A Queijaria: Empório,
Bistrô e muita
mineiridade



21

MEMÓRIA

Hipólita Jacinta:
mulher, 'inconfidente',
pradense



32

NOSSA COOPERATIVA

A 'espera' acabou:
inauguramos nossa 28ª
agência na Zona da Mata



36

NEGÓCIOS

Madeira Decor Shop
e o empreendedorismo
colocado à mesa



44

VIDA

Educação e recomeços:
**a história de Cida
Mendes**



49

TRANSFORMAÇÃO

Bons hábitos e seus
impactos no **tratamento
do Câncer de Próstata**



FOTO DO SEMESTRE



A beleza, as nuances e a arte na Igreja Matriz de Nossa Senhora da Conceição, em Prados

Carta do LEITOR

Dê sua opinião sobre a revista e envie sugestões de pauta também! Fale com a gente no email credivertentes@sicoobcredivertentes.com.br

“

Ouvi muitas vezes sobre a história do ‘Sino Assassino’, mas nunca encontrei um conteúdo tão completo e interessante sobre isso quanto o da revista. Confesso que fiquei presa na matéria e mostrei pra todo mundo que conheço. Parabéns!

”

*Kelly Sabino, de
São João del-Rei*

“

Não tenho palavras para externar minha emoção lendo a reportagem produzida por vocês sobre a Matriz de Nossa Senhora do Rosário. Ficou sensacional! Desejo sucesso e que Deus recompense a equipe por tudo.

”

*Renato Bianchetti, de
Alfredo Vasconcelos*

Na direção certa

Sicoob Credivertentes apresenta nova composição da sua Diretoria Executiva. 'Pratas da Casa' falam sobre tradição, Justiça Financeira e futuro da 'primeira Cooperativa de Crédito da Região'



Diretoria. No latim, *directorius*, significando “aquele que dirige, conduz”. No Regimento Interno da Cooperativa, “o órgão de Administração” responsável tanto pela execução “de planos, metas e estratégias” quanto pelo estímulo “de boas práticas de Governança Corporativa”. Tudo isso preservando altos padrões éticos, democracia, objetividade e, claro, a Sustentabilidade do negócio.

De alguma forma, no entanto, pe-

quenas cenas do cotidiano também definem o corpo diretivo – talvez tão bem quanto os próprios conceitos que norteiam seus membros.

São funcionários recebidos com polidez e atenção pela diretora Administrativa Adriana Martins; setores ouvidos pessoalmente – e sempre que preciso – pelo diretor Financeiro Sérgio Nascimento; dúvidas ou impasses repentinos tratados com precisão pelo diretor de Gestão de Risco Hél-

der Resende. Ele, aliás, é veterano no cargo desde 2018. Já Adriana e Sérgio foram empossados em 2025, bem perto de um momento emblemático para o Sicoob Credivertentes: seus 40 anos de fundação.

O trio tem, de fato, perfis e jornadas diferentes. Mas nada que supere ou afete a sintonia fina do conjunto. Uma prova? Esta entrevista que, mesmo realizada individualmente, tem consonâncias significativas.



SICOOB



Vertentes Cultural – *O Cooperativismo é feito por pessoas, para pessoas. Nossa própria revista também é assim, com pautas sobre Cultura, Empreendedorismo e Memória tendo, como guias, gente que protagoniza cada uma dessas histórias. Gostaria, então, de poder contar um pouco da sua trajetória. Como foi sua chegada ao Sicoob Credivertentes?*

Adriana Martins – Nossa... Cheguei aqui na primeira década da Cooperativa, em 1996. Tenho comigo, aliás, o crachá que usava na época (*diz retirando-o da gaveta*). Foi uma aventura, na verdade, porque naqueles tempos a instituição era voltada aos produtores rurais. Então ficava me perguntando: ‘Sou filha de mãe funcionária pública e de pai sapateiro, de gente que não é Cooperada. Será que tenho chances?’. E tive. Cheguei aqui pra ser secretária do Conselho de Administração e achando tudo inusitado porque sequer tinha telefone em casa (*risos*). Da Secretaria parti para um treinamento no *Programa de Desenvolvimento de Executivos* e fui promovida a Gerente Administrativa. Depois cheguei, por fim, à gerência de Recursos Humanos/Departamento Pessoal.

Hélder Resende – Olha... Quando soube dessa entrevista, fiz uma retrospectiva mental e acho até difícil resumir tudo (*risos*). Na verdade, cheguei ao Sicoob Credivertentes vindo da Inspeção de um banco, em 2006. Foi curioso porque tinha 25 anos de experiência no mercado financeiro, mas com o Cooperativismo eu senti um recomeço tanto pelos princípios diferenciados quanto pelo momento que a própria instituição vivia. Era um contexto de informatização e interligação em todos os sentidos porque se estruturava uma conexão entre Cooperativas, com as Centrais e dentro do próprio Sistema Nacional. Talvez ali tenha ficado claro que fazíamos parte de uma rede capaz de atender o país inteiro.



Comecei como Gerente Administrativo e, nos anos 2010, me tornei Agente de Controle Interno e Riscos.

Sérgio Nascimento – Já eu trabalhava com microcrédito numa OSCIP (Organização da Sociedade Civil de Interesse Público) de Juiz de Fora - mas atuante em São João del-Rei e região. Acontece que, em 2007, o projeto do Sicoob Credivertentes era incorporar justamente esse tipo de Crédito à sua carteira. Foi aí que os dois caminhos se cruzaram. A jornada é longa... Porém, olhando pra trás, tudo foi construído etapa a etapa. Quer dizer... A princípio tinha, de fato, um trabalho muito segmentado. Por outro lado, em 2011 me tornei Gerente de Negócios e passei a integrar processos muito mais abrangentes, a ter uma visão mais ampla da instituição como um todo. E cá estamos.

Vertentes Cultural – *O ano de 2025 foi marcado por duas posses na Diretoria Executiva: a de Adriana Sampaio, em Abril; e a de Sérgio Nascimento, em Novembro. Mas um ponto em comum nas duas cerimônias foi o discurso proferido pelo presidente do nosso Conselho de Administração, João Pinto de Oliveira. Em suas falas, ele enfatizava o reconhecimento e o crescimento de “pratas da casa” pela instituição. Qual o impacto disso para vocês?*

Adriana Martins – Sabe aquela expressão de que “passa um filme pela cabeça”? Acho bem representativa nesse caso porque, de fato, memórias muito fortes começaram a ir e vir desde o momento em que fui convidada para a Diretoria. É uma dádiva construir uma carreira profissional e Cooperativista de tantos anos na mesma instituição - aliás, vê-la inclusive crescer e ganhar a força que tem hoje. Lembro que, quando aqui cheguei, trabalhava sentada num banquinho de madeira e com caderno no colo. Não havia mesa, veja só! Eram tempos simples, de muita luta.

Hoje somos uma Cooperativa com mais de 50 mil Cooperados - todos cuidados por uma equipe fantástica de 250 funcionários no Centro Administrativo e em 28 agências. Aquela Adriana de 1996 não imaginava um crescimento tão impactante e tamanha robustez do Sicoob Credivertentes. Mas a de 2026 faz mais - ela sabe, conhece isso. Então nesta cadeira a gente reflete

profundamente, também, sobre a responsabilidade que chega com a oportunidade. São desafios internos enquanto nos desenvolvemos e aprimoramos externamente.

Sérgio Nascimento – Quando você ouve isso percebe que desde o primeiro dia de trabalho uma história foi construída em muitos níveis. Há o desempenho, há o comprometimento, mas há também as relações e até a forma como você comunica suas intenções, seu



Creio que seguiremos mostrando, com impactos positivos e bons exemplos, que estamos aqui para fazer a diferença também em Cidadania, Inclusão, Transformação.



propósito. Acho que agora essa questão fica ainda mais latente porque, enquanto diretor, não me envolvo ‘apenas’ com um grupo de agências específico - a exemplo do que acontecia antes na Gerência de Negócios (mesmo que, claro, eu não pudesse perder de vista um contexto maior). Agora é diferente. Perceber e compreender o ‘todo’ é o começo de tudo. E a partir disso, elaboradas estratégias ou definidas as direções pra caminharmos, preciso me comunicar da maneira certa.

Num posto de liderança, não se trata de impor tratativas, modos de agir. Se trata, na verdade, de informar com clareza; adaptar o que for preciso às nuances de cada situação ou cenário; fazer com que a adesão das pessoas essenciais aos processos e às ações aconteça por acreditarem no que está sendo proposto.

Antes, é preciso respeitar alçadas - até porque uma boa gestão é feita de pessoas apropriadas nos lugares certos e com processos adequados. Também é essencial dialogar com meus pares para tomadas de decisões realmente democráticas.

Hélder Resende – Acredito que o maior impacto para a ‘prata da casa’ é perceber essa relação entre tempo, desenvolvimento e o constante aperfeiçoamento. Por exemplo: quando iniciei no setor de Controle Interno e Riscos, o grande foco era cumprir regulamentos, prevenir falhas e otimizar rotinas. Depois o Banco Central passou a exigir maior formalização dos processos, dos nossos processos. Isso requer conhecer o cenário em que o Sicoob Credivertentes está, analisar o que tem mudado, elaborar estratégias, sistematizá-las, adaptá-las com eficiência sempre que necessário.

E esse é um ponto importante. Hoje, na Diretoria de Controle e Risco, o imprevisível faz parte da nossa rotina de trabalho (*risos*). “Nossa” porque o setor é formado por outros excelentes profissionais realmente preparados pra tudo isso e para desdobramentos das nossas funções na medida em que a Cooperativa avança.

Vertentes Cultural – *Bom, as funções de cada membro da Diretoria Executiva são expressas, previstas no Regimento Interno e até apareceram nas entrelinhas da conversa até aqui. Mas como vocês definiriam seus papéis? Quais os impactos deles, por exemplo, para o Cooperado?*

Adriana Martins – Entendo que o Diretor Executivo Financeiro é a essência estratégica da nossa Cooperativa; enquanto o Diretor Executivo de Controle e Risco foca em normas, leis e processos seguros que vão fortalecer pilares essenciais ao nosso pleno funcionamento. Então... Acho que meu papel, na Diretoria Executiva Administrativa, é o de abrir portas para a comunicação entre esses dois núcleos. É promover elo, vínculo e fluidez em relações, estruturas do nosso organograma e tomadas de decisões... Esta é uma cadeira de escuta ativa e ponte para que a informação seja consolidada, chegue a quem é de direito e se converta tanto em ações sustentáveis da nossa equipe quanto em percepções positivas daqueles que são os donos desta instituição - os Cooperados.



Sérgio Nascimento – É... Diria, de uma forma simples e direta, que a minha função é cuidar dos resultados. E esse é um conceito extremamente abrangente. Porque veja bem: exercer isso requer desenvolver e proporcionar taxas adequadas; formular um portfólio financeiro que seja estratégico no mercado e chegue às pessoas certas; garantir uma despesa administrativa enxuta na Cooperativa. Ou seja, a Diretoria Executiva Financeira atua por uma estrutura interna robusta enquanto trabalha com visibilidade externa, agilidade de Serviços e competitividade dos Produtos.

Hélder Resende – No nosso caso, diria que a Diretoria de Controle e Risco atua para identificar, gerir e corrigir antecipadamente o que pode afetar nossos negócios – e isso é inerente a todo o mercado financeiro. São riscos Operacionais, Estratégicos, de Crédito, de Imagem e, como outro exemplo importante, os de Segurança Cibernética. Então atualmente também cabe a nós atuar nas frentes sobre informação e conscientização do público, visando a proteção do Cooperado contra fraudes, por exemplo. Na verdade, evoluímos de guardiões da conformidade, “do certo e do errado”, para construir Governança e Sustentabilidade. Tudo com a responsabilidade de desenvolver, ainda, uma cultura organizacional em que nossos colaboradores se sintam parte do processo, atuando de forma preventiva e consciente.

Vertentes Cultural – *O Sicoob Creditvertentes celebrará 40 anos de fundação em Agosto de 2026. Como ‘pratas da casa’, aliás, vocês conhecem a jornada da instituição com propriedade; e protagonizaram capítulos importantes dessa história. Mas... E quanto ao Futuro? O que podemos esperar do Sicoob Creditvertentes?*

Adriana Martins – Creio que seguiremos buscando o pertencimento cada vez mais sólido das nossas Comunidades, da nossa gente. E para isso é preciso investir ainda mais em Educação Cooperativista, na transparência e no entendimento do papel exercido por todo aquele que faz parte da instituição. São funcionários, Delegados, Cooperados, parceiros.





Ao mesmo tempo, também acredito que fortaleceremos nossa presença de mercado sem perder nossa sensibilidade humana e filosófica. Afinal, vivemos num mundo que prega disputa, vitórias a todo custo, números acima de tudo. Aqui, ao contrário, queremos continuar exercendo e aprimorando desde o atendimento íntegro e eficiente; até experiências valorosas dentro e fora das nossas agências.

Sérgio Nascimento – Somos a primeira Cooperativa de Crédito da Região e, nesses 40 anos, construímos uma instituição forte, de referência e competitividade. Isto é, muito aconteceu em quatro décadas aqui dentro e lá fora; muito nos desafiou, estimulou, transformou – e devemos celebrar isso. Por outro lado, há mais um século inteiro a ser construído (*risos*). Aí se exige abertura para inovação; cultura de aprendizado constante; equilíbrio entre resiliência com processos e *timing* aprimorado. Tudo sem deixar de cuidar das pessoas que fazem parte da nossa equipe e fortalecendo laços com aqueles que contam conosco tanto no âmbito financeiro em si quanto na esfera social.


Hélder Resende – Também acredito nisso... No rejuvenescimento cultural, de ideias, tecnologias, processos e até do nosso quadro social enquanto alcançamos mais localidades e exploramos diferentes possibilidades no mercado financeiro.

Ao mesmo tempo, creio que seguiremos mostrando, com impactos positivos e bons exemplos, que estamos aqui para fazer a diferença também em Cidadania, Inclusão, Transformação. Tanto o é que implementamos um Setor de Desenvolvimento Social na Cooperativa. Na prática, faz parte do DNA do negócio alcançar a excelência em resultados; mas está na essência do Sicoob Crediverentes convertê-los no Bem Comum – em todos os sentidos – para nossas Comunidades. ▼



Um administrador de empresas, uma engenheira, *A Queijaria*

*Empório-e-Bistrô
oferece experiência
da boa mesa
enquanto celebra
produtos artesanais
de toda região*

 *São João del-Rei*





A Ciência comprova: um bom pedacinho de Queijo tem excelente valor nutricional. Isso porque a iguaria é rica em Aminoácidos Essenciais; excelente fonte de Cálcio; farta em Vitaminas e, em alguns casos, dotada de Probióticos.

Atenção: esse primeiro parágrafo não representa incentivo para que qualquer degustador ignore recomendações médicas ou rompa relações com a dieta, hein? Muita calma nessa hora.

Mas muito além da maravilha que representa à mesa – e para diferentes paladares –, o bom Queijo também tem

rico valor Econômico, Cultural e Afetivo – mais ainda em Minas Gerais.


Também pudera: historicamente, sua receita-base aportou por aqui com colonizadores portugueses ainda no Século XVIII - e não foi necessariamente um movimento de importação, diga-se de passagem. Afinal, quase imediatamente o modo de fazer foi adaptado (e ressignificado) com maestria pela população mineira, ganhando novos sabores e espaço quase obrigatório nas refeições diárias da época.

Dali até ser mencionado com certo louvor histórico em registros de via-

gem de Jean-Baptiste Debret e Saint-Hilaire foi, como dizem em MG, “um pulo”. E está aí uma expressão mais que adequada para definir *A Queijaria*, Empório e Bistrô em São João del-Rei.

O espaço de 104 metros quadrados oferece mais de 50 variedades de Queijo - “e outras mineirices” - ao público. Então ali sabores artesanais de todo Estado enaltecem raízes Agro, se transformam em mimos culinários ou celebram boas experiências gastronômicas quando convertidos em ingredientes de cardápio vasto e exclusivo. São Tábuas de Frios e Geleias, Pães, Pe-





tiscos e Pizzas servidos em pleno, belo e imperdível Centro Histórico.

PILARES

Toda história tem um (bom) começo - algo que vale para *A Queijaria* e para seu produto inspirador: sim, o Queijo, um dos mais antigos e saborosos alimentos da Humanidade acumulando 7 mil anos de “maturação”.

Dizem que surgiu, aliás, por acaso. Ou melhor: quando animais passaram a ser domesticados, leite (de cabras e ovelhas) passou a ser armazenado em bolsas feitas com estômagos desses ma-

míferos e... O líquido acabou talhando.

Milênios depois, a narrativa é outra, com receitas nada aleatórias, modos de fazer sendo historicamente reconhecidos, queijeiros artesanais entregando produtos únicos ao mercado e tudo isso podendo ser saboreado tendo, como vista, os maiores cartões postais da antiga “Rua Direita”, em São João del-Rei.

“É uma experiência mesmo”, conta a *videomaker* Paula Teodoro. Nascida em Cataguases, Minas Gerais, ela mora há 12 anos no que classifica como “a loucura de São Paulo”. E sente saudades das raízes. “Cresci na roça vendo

meus avós fazendo Queijo. Era um alimento simples, pra consumo da família ou pequenas vendas. Hoje me lembrei deles com ainda mais força enquanto degustava o que é oferecido aqui, no Empório. Já quero levar alguns exemplares pra casa, pra continuar sentindo essas memórias”, disse.

Enquanto isso, o aposentado Ilto Soares se encantou com a riqueza do menu disponível no Bistrô. “Visitei muitos restaurantes e posso dizer com todo meu coração: o que comi aqui está entre os melhores pratos da minha vida. Mais ainda com a trilha sonora que





tem aqui”, elogiou em referência aos sinos das igrejas no entorno.

Depoimentos como esse tendem a ter o mesmo efeito de casa cheia n'A *Queijaria*, traduzindo uma consagração que há quatro anos, quando abriu as portas do espaço pela primeira vez, o administrador Felipe Resende Santos apenas idealizava. “Trabalhava numa grande empresa em outra cidade, tinha a tal ‘perspectiva de crescimento’, mas não me via seguindo aquela carreira de escritório-papel-computador-números”, lembra ele que, no início dos anos 2020, já sabia: queria voltar para São João del-Rei e abrir o próprio negócio focado em... Carnes Gourmet.

Acontece que outra pessoa teve a mesmíssima ideia, ao mesmíssimo tempo e antecipou o negócio. Um baque? Nem tanto. Porque tão redondas quanto um robusto Queijo Artesanal foram as voltas que Felipe deu tentando buscar uma proposta surpreendente e um imóvel adequado bem à vista dos turistas que, aos poucos e na trégua da Pandemia, voltavam a percorrer a Cidade Histórica.

Em tese, bastaram três meses para encontrar o que buscava e menor tempo ainda para, em Outubro de 2021, *A Queijaria* ser inaugurada (a princípio como um Empório de delícias artesanais). Mas não é exagero dizer que os ingredientes dessa receita de coragem e sucesso começaram a se misturar muito antes pra ganharem novos temperos depois.

MATURAÇÃO

No final de 2025, às vésperas do Natal, *A Queijaria* chegou a receber 800 pessoas num único dia. Uma quase multidão de visitantes ávidos pelo produto em si que reina no Empório; e por maravilhas do Bistrô, como a famosa Provoleta (Provolone na chapa acompanhado por Tomates Confitados salpicados de Orégano) ou uma inusitada e irresistível Pizza de Gorgonzola com Geleia de Mexerica. Caso alguém tenha esquecido, vale lembrar: os ingredientes protagonistas dessas receitas são, todos, artesanais.

Assim há casamentos perfeitos tanto nas tábuas e pratos servidos aos degustadores; quanto na gestão do es-



tabelecimento. Literalmente.

Aberta ao público em 2021, *A Queijaria* se consolidou como espaço de visitas e compras em meados de 2022. Isso significa que, até então, a proposta era reunir nas prateleiras produções artesanais das Vertentes e de outros pontos do Estado que, podendo harmonizar com Doces, Geleias, Cafés e Cervejas também feitos à mão, se convertiam em jóias culinárias para saciar a gula no conforto do lar ou para presentear alguém querido no melhor estilo “estive em Minas Gerais e lembrei de você, uai!”.

Tudo mudou em 2023 quando Felipe conheceu a engenheira civil Mariana Boueri. Coincidência ou não, naquele momento ela também mantinha uma carreira estável numa grande corporação, também desejava retornar à tranquilidade de São João del-Rei e também se apaixonou por ele.

Não bastasse isso, havia outros pontos de convergência na trajetória dos dois. Ele cresceu acompanhando o pai, Gilberto, na labuta do Laticínio que mantinha em Resende Costa e na lida de uma lanchonete dentro da rodoviária em São João del-Rei. Já ela passou a infância e a adolescência em frente aos fornos e atrás dos balcões na tradicional padaria comandada pelo pai, Alessandro, no Bairro Matosinhos. Tudo isso frequentando, também, a gestão de uma academia mantida pela mãe, Scheila, na região da Colônia.

A bagagem empreendedora, então, foi passaporte para a sociedade n'A *Queijaria*. “Não foi planejado, não houve um convite. Simplesmente aconteceu. A princípio vinha muito ao espaço pra ajudar e, claro, melhorar nosso tempo juntos em meio a tanta correria. Aos poucos foi inevitável: deixei o emprego em BH, voltei pra São João e cá estamos”, conta Mariana. Era dela, aliás, a força que faltava para agregar ao Empório um Bistrô.

MODOS DE SABER E FAZER

Transformar o ambiente de vendas d'A *Queijaria* num espaço com cozinha e pratos de excelência servidos à mesa foi, nas palavras de Felipe e Mariana, “algo natural”.

Mas a verdade é que envolveu uma



mistura de (alta) demanda popular com saborosas pesquisas *in loco*, expertise de mercado - e, sim, coragem.

Em 2021, quando visava um negócio de Carnes Gourmet, Felipe garantiu certificação especializada no setor. Nada que tenha se perdido logo depois, ao decidir mudar de ramo. “Ao contrário... Vi que muitas informações eram amplas, válidas pra qualquer tipo de nicho ou adaptáveis ao mercado do Queijo. Além disso, o aprendizado desde criança no Laticínio da família também veio a calhar. Por isso acredito que a mudança de planos não foi um recomeço. Foi um reencontro”, avalia.

O mesmo aconteceu com Mariana ao migrar da Engenharia Civil para *A Queijaria*. “Acho que tudo o que vivi me guiou pra cá, incluindo a graduação. Quer dizer... Num primeiro momento os caminhos podem parecer quase opostos, mas a verdade é que

análise, planejamento e métodos estão em todos os detalhes aqui também. É interessante e muito satisfatório”, diz - e isso vale para os consumidores-degustadores.

Desde os primeiros dias de *Queijaria* dois comentários eram recorrentes: um sobre o festival surpreendente de maravilhas produzidas à mão, em pequena escala e com rótulos premiados; outro sobre a vontade de, como diz o bom mineiro, “espichar a prosa” - ou a vivência - no estabelecimento.

Pois bem: diz a máxima que “o cliente sempre tem razão”. E o que veio logo depois até nomprova isso. Afinal, as constantes sugestões de “devia ter um Cafézinho”; “eu adoraria me sentar aqui e degustar alguns Queijos”; e “este aqui ficaria perfeito num Fondue” foram quase prontamente atendidas.

“Quase” porque, primeiro, Felipe e Mariana (a maior incentivadora da

proposta) analisaram a viabilidade da expansão. Depois, percorreram bares e restaurantes como clientes para sentir, no paladar e na pele, que cardápios agradariam ao público. Mas sempre focando, como “toque do *chef*”, no primor dos produtos artesanais disponíveis no Empório.

DAS VERTENTES A UM PALÁCIO BRITÂNICO

Quem incursiona pelo menu d’*A Queijaria* pode dizer, “de boca cheia”, que ali “se come e bebe como um rei”.

Primeiro porque a carta de opções da casa, entre Bebidas; Destilados; Cafés; Porções; Petiscos; Lanches; Tábua e Pizzas ultrapassa as 70 opções - é perdoado, inclusive, quem salivar antes de fazer qualquer escolha. Segundo porque, de fato, um dos rótulos comercializados no espaço viajou do Campo das Vertentes para o *buffet* da coroação de



Charles III, no Reino Unido, em Setembro de 2022. Orgulho para a vasta produção artesanal mineira; leite para quem experimenta diferentes “fatias” dela num único lugar.

Porque no Empório d’A Queijaria desfilam pelo menos 50 variedades com sabores intensos ou leves; texturas macias envoltas na crocância de cascas mofadas; temperos com notas herbáceas, adocicados, picantes; ou o mais típico Meia-Cura pedindo a companhia de um golinho de Café.

Todas essas especificidades, aliás, são explicadas com maestria ora pelos seis profissionais que compõem a equipe; ora por Mariana, Felipe ou dona Natália, mãe dele, numa aura de aconchego que dá personalidade ao espaço e transporta o público ao mais típico cenário de uma “cozinha de casa”. Mesmo! Isso porque no Bis-

trô há, por exemplo, receitas tradicionais replicadas dos livros de família e pizzas autorais assinadas por Luciano Boueri, padrinho de Mariana.

DO CURIOSO AO ESPECIALISTA

Dorival Caymmi que perdoe essa quase subversão, mas “quem não gosta” de Queijo, “bom sujeito não é”. Ao mesmo tempo, se tão diversos quanto os tipos da iguaria são os paladares, fica fácil - e democrático - entender que cada degustador tem um sabor favorito pra chamar de seu.

E é dessa compreensão, aliada à variedade imensa de opções d’A Queijaria, que entraram para o cardápio as famosas Tábuas do Curioso, do Descobridor e do Especialista.

A primeira, com 200g, traz uma seleção suave de quatro Queijos para

quem está começando a explorar esse universo. Já a segunda, com 250g, mescla cinco variedades “elaboradas e autorais” do produto; enquanto a última, com 300g, une seis rótulos premiados da casa na mesma experiência de degustação. Todas as opções são acompanhadas de geleia “à escolha do freguês” - incluindo variedades inusitadas como Figo com Nozes, Caipirinha, Jabuticaba e até Goiabada Cremosa.

E-COMMERCE E ASSINATURA

Desde sua chegada ao circuito de experiências e sabores em São João del-Rei, em 2021, A Queijaria parece ter evoluído “em generosas porções” - com o perdão do trocadilho - ano a ano.

Até porque Em 2022 veio a consolidação da marca, em 2023 a abertura do Bistrô e mais recentemente, em



2024, foi lançado o *e-commerce* do negócio. Um sucesso em *bytes* que entrega, a lares de todo país, Queijos e outros manjares artesanais que o Campo das Vertentes produz. Em média, são 320 pedidos todos os meses para diferentes CEPs país afora - a maioria no eixo entre São Paulo e Rio de Janeiro. Mas não é de se espantar quando, em comentários do Instagram, há relatos de compras no Maranhão, por exemplo.

Para os consumidores mais fiéis,

há ainda o *Queij(in) Box*, um clube por assinatura garantindo ao degustador quatro tipos diferentes de Queijo e um acompanhamento em planos que vão do Mensal ao Anual. Informações e plataforma de compras estão em aqueijariasaojoaodelrei.com.br.

Outro espaço digital com visita irrecusável é o Instagram do Empório e Bistrô, [@aqueijaria.sjdr](https://www.instagram.com/aqueijaria.sjdr). O perfil, muito além de uma rede social, é um catálogo multimídia de mineiridade artesanal

e um convite estético para quem “come com os olhos”. Na timeline, Queijos que dispensam apresentações são destaques junto a Doces de Leite deslizando suavemente da colher; ou, como belas balas rústicas, repuxando cremosos dentro de cascas naturais.

Não se espante, também, de esbarrar com Favos de Mel tão puros e 100% artesanais que parecem “pinturas” - e sim, merecem olhares de apreciação antes de consumidos.

QUEIJO (EM) MINAS

Segundo o Sindicato da Indústria de Laticínios de Minas Gerais (Silemg), o Estado entrou na década atual respondendo, sozinho, por nada menos que 40% de toda produção do Queijo nacional.

Já a Emater lembra que MG serve à mesa, entre esses números, uma farta produção *não-industrial* da iguaria, alcançando 85 mil toneladas todos os anos e abocanhando o topo do ranking nacional no setor.

Não à toa, o mapa mineiro é “fatiado” em 16 regiões especializadas nisso. Dez delas, incluindo o Campo das Vertentes, dominam a arte do Queijo Minas Artesanal (QMA), cujo “jeitinho” de fazer é reconhecido como Patrimônio Cultural Imaterial Brasileiro pelo Iphan; e, desde 2024, como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pela Unesco.



O mesmo vale para licores finos de Maracujá, Canela, Banana e Café; Manteigas *premium* com o jeitinho da roça e o requinte de latas com ar clássico; Biscoitos assados ao calor do verdadeiro forno à lenha.

Tudo apresentado com o carisma de Felipe e Mariana. Ou ainda, com a minúcia de quem transita entre a simplicidade

de mineira e a linguagem sofisticada de *sommeliers* citando notas, harmonizações, aromas e, como não poderia de ser, a origem de cada item.

O mesmo se vê, claro, no atendimento ao vivo e em cores na própria *A Queijaria*. Porque numa casa que enaltece ingredientes e Gastronomia feita à mão, um dedo de prosa mineiro não pode faltar. ▼

QUEIJ(IN) QUASE TUDO

Quase impossível falar sobre a equação entre sabores artesanais, Queijo e Minas Gerais sem mencionar Eduardo Girão - ninguém menos que um dos maiores jornalistas e especialistas no assunto. São dele, aliás, observações mais que pertinentes numa entrevista ao portal *Patrimônio Cozinha Mineira*.

Num ponto do bate-papo, por exemplo, ele lembra que o Queijo é “produto direto do complexo e lindo diálogo entre Homem e Natureza”. Mas não é equívoco pontuar que tais conversações se assemelham, ainda, a uma quase diplomacia culinária entre povos e países, por assim dizer.

Afinal, a arte queijeira nacional teve, como embriões, os modos de fazer portugueses - não sem ignorar, como descreve Girão, intercâmbios com franceses, holandeses, dinamarqueses e italianos na Gastronomia Contemporânea. Nada que ameace a identidade própria, única e irrepetível do “país Minas Gerais”.

Sendo assim, *A Queijaria* é uma verdadeira embaixada na “nação” artesanal. E esse é exatamente o seu propósito. “O objetivo principal sempre foi enaltecer os produtores artesanais. Pessoas que transformam tradições e saberes em jóias preciosas especialmente aqui na região”, explica Felipe. “Então não se trata ‘só’ do alimento. A experiência toda tem origem, criatividade, mãos na massa. Algo que muda tudo”, acrescenta Mariana sobre os 15 fornecedores e parceiros representados nas prateleiras.

A maioria vem de vizinhanças premiadas como Coronel Xavier Chaves, São Tiago, Resende Costa, Carrancas e, claro, São João del-Rei. Mas rótulos de São Brás do Suaçuí, Aiuruoca, Alagoa e Araxá também desembarcam ali.

São maravilhas como Queijo Parmesão Zero Lactose - e levemente amanteigado; obras-primas maturadas inclusive em verdadeiras cavernas; iguarias com Leite Cru de vacas holandesas, cabras, búfalas; cascas lisas e rústicas; olhaduras definindo texturas únicas.



Na hora certa - A Queijaria tem portas (e charmosas janelas) abertas todos os dias na Rua Getúlio Vargas, nº 22A. O Empório funciona sempre a partir de 9h; enquanto a cozinha do Bistrô opera de Segunda a Quinta a partir de 14h. Entre Sexta e Domingo, o convite aos prazeres gastronômicos chega mais cedo, às 11h (e o mesmo vale para feriados).



CHOPE
Funil
promoção 300ml
- 9,50
- 6,00



Mulher, 'inconfidente', pradense

 Prados

Apagada da História ou relegada a notas de rodapé por mais de 200 anos, Hipólita Jacinta finalmente chega ao "Livro dos Heróis e Heroínas da Pátria". Esforços e pesquisas pioneiras de seus conterrâneos ajudaram a revisar História



Sete grandes janelas, dessas clássicas na Arquitetura mineira, fazem vizinhança ao adro da Matriz de Nossa Senhora da Conceição, em Prados. E era delas que Hipólita Jacinta Teixeira de Mello, em pleno Século XVIII, assistia religiosamente (com o perdão do trocadilho) aos cortejos e procissões da Comunidade.

Não é difícil imaginar, porém, que a mesma Hipólita tenha se aproximado daqueles beirais repetidas vezes - e com aflição - em Maio de 1789. O motivo? Aguardar o retorno do compadre, Vitoriano Gonçalves Veloso, que dias antes havia partido com cartas suas. Saíra, na verdade, da Fazenda Ponta do Morro, herdada por Hipólita e transformada, havia pouco, em ponto de encontro para polêmicas deliberações. “Polêmicas” porque, para a Coroa Portuguesa, aqueas conversas tinham tom criminoso; já para seus membros, o teor era libertário - ou melhor, Republicano.

Fato é que as mensagens escritas por Hipólita e transportadas por Vitoriano Veloso, naqueles tempos, alertavam sobre a captura e prisão de Joaquim José da Silva Xavier - o Tiradentes, que seria enforcado e esquartejado três anos depois.

Os textos nunca chegaram ao destino - algo que jamais aconteceu, 200 anos mais tarde, nas comunicações entre o então prefeito de Prados, Paulo Vale; e o Secretário de Cultural local, José Aparecido da Conceição, o Zezinho. O primeiro não se intimidava em ligar para o segundo às 3h da madrugada, quase rotineiramente. “O pior é que ele ainda perguntava: ‘Tá acordado?’. Eu respondia que ‘agora tô, poxa’ - pra não dizer um palavrão. Depois ouvia o que tinha a dizer. Fazer o quê?”, recorda Zezinho, rindo.

Vale liderou o Executivo municipal por dois mandatos, entre 1993 e 2000. Mas fora do ofício na Prefeitura ele vasculhava, nas horas vagas, documentos históricos sobre a famigerada “Inconfidência”. As buscas culminaram num livro, *De Prados, da Ponta do Morro, para a Liberdade*, lançado em 2000 pelo prefeito, pesquisador e escritor. Já o jornalista, radialista e estudioso Zezinho foi co-protagonista nas descobertas que mudaram os registros de Hipólita Jacinta na “História com H maiúsculo”.

Conheça a trajetória da única mulher a integrar ativamente a *Conjuração Mineira*. Uma pradenense que financiou o movimento, abriu portas para reuniões da resistência e, no momento mais crítico e arriscado, tentou levar a cabo uma revolta armada.



Sem rosto oficialmente conhecido, Hipólita Jacinta tem traços deduzidos por artistas e educadores que querem fortalecer sua memória. Em Prados, Inteligência Artificial entregou desenho da heroína para crianças colorirem. Nesta página, a arte com prompt da pesquisadora Gabriela Castro foi colorizada por nossa equipe



INCONFIDENTES?

Junho de 2015. Alair Resende recebe a equipe da *Vertentes Cultural* em casa, na cidade de São João del-Rei. Numa conversa franca, faz análises sobre todas as profissões que exerceu na vida enquanto garante ter se aposentado das carreiras de pesquisador e escritor. Ainda assim, aproveitando a oportunidade, quer registrar um incômodo: “Acho um erro absurdo falar em Inconfidência ‘Mineira’. Na verda-

de, em minhas pesquisas descobri que havia membros da conspiração até em Goiás. A Coroa Portuguesa, porém, jamais confessaria que aquela rebelião teve tanta envergadura. Era melhor restringir o caso a apenas um Estado mesmo”, disse.

Um ano antes (na mesma cidade e à mesma publicação), o então presidente do Instituto Histórico e Geográfico (IHG), Arthur Moreira, também fez ressalvas sobre “Tiradentes e companhia” - dessa vez focando “no outro lado” do termo. “No dicionário, ‘inconfidente’ é infiel, desleal, traiçoeiro. Quer dizer, então, que o rótulo de ‘Inconfidência’ foi dado pela Coroa Portuguesa - a única realmente ameaçada e ‘traída’ ali. Ironicamente, porém, esse título injusto acabou propagado pelos livros de História e é pouco questionado”, disse.

Na Prados de 2026, Zezinho também sublinha esse último argumento. Prefere, portanto, falar em *Conjuração Mineira* (que adotaremos a partir deste ponto da matéria). E cabem aqui algumas notas.

Hoje em dia, quem digita que algo muito bom só pode vir “do meu País, Minas Gerais” gera, no máximo, a reprodução de um meme. No final do Século XVIII, no entanto, expressões assim eram coisa séria e repetidas por Tiradentes, um dentista e militar de baixa patente, como

discurso conspiratório.

Sim, ele buscava a independência de Minas Gerais em si, simplesmente a capitania mais rica dentro do “Estado do Brasil” ou da “América Portuguesa” - título que deixa claro seu *status* de colônia, dependente e sob os mandos de Portugal.

Eis que dessa relação surgiu o famigerado Quinto, altíssimo imposto anual equivalente a 20% de todo Ouro extraído por mineradores locais tendo, ainda, uma meta a ser cumprida pra suprir a Monarquia lusitana. Os débitos não pagos se acumulavam e podiam levar à Derrama. Isto é, ao confisco compulsório de jóias, imóveis, escravos e outros bens no momento em que a extração de Ouro havia entrado em crise. Suprir as exigências da corte, portanto, se tornava impossível.

Daí a situação abusiva inflamar a chamada Conjuração Mineira que seria deflagrada, com estratégia armada e militar, justamente num dia de Derrama em Vila Rica (atual Ouro Preto).

Tiradentes, aliás, chegou a encomendar pólvora e sal de diferentes tropeiros para executar o plano. Ele estava no Rio de Janeiro, onde acabou preso. Já Hipólita Jacinta, lembra Zezinho, costumava arcar com essas viagens.

INCOMUM

“Em que lugar encontraríamos a mulher mineira no Século XVIII?”, questiona o historiador Luciano Figueiredo em artigo do livro *História das Mulheres no Brasil*. As respostas são múltiplas e dependem, claro, das próprias camadas sociais que separavam a população feminina. Mas fato é que, mesmo entre as mais abastadas, dificilmente a interrogação se encerraria com um “tomando posse de grandes terras”. Até porque, segundo o pesquisador, na própria concessão de Sesmarias (lotes extensos para cultivo e produção) pela Coroa Portuguesa naquela época, a proporção era de uma mulher beneficiada para 35 homens.

Por outro lado, lembra a renomada Mary del Priore, cair no estereótipo da “senhora branca de elite no interior da casa grande, de onde vigiava preguiçosamente crescer a cana” é um equívoco simplista.



Que o diga Hipólita Jacinta.

Nascida na Fazenda Ponta do Morro, em Prados, Hipólita veio ao mundo num “berço de ouro” da elite colonial. Afinal, era filha dos portugueses Clara Maria de Melo e de Pedro Teixeira de Carvalho - um capitão-mor que, não bastando a alta patente, era ainda um grande minerador e fazendeiro.

Deles herdou bens que a tornaram uma das mulheres mais ricas de toda Capitania de Minas Gerais. Isso sem falar numa formação privilegiada. “Diferente de outras meninas, que cresciam aprendendo a rezar, bordar e cuidar do lar, Hipólita tinha professores em casa todos os dias. Os relatos dão conta, então, de que era uma mulher extremamente culta. Mais até do que o próprio marido - o que já contrariava algumas normas vigentes”, explica Zezinho.

O próprio matrimônio pareceu quebrar tabus, já que Hipólita só se uniu a Francisco Antônio de Oliveira Lopes aos 33 anos, uma “idade avançada” para a sociedade de 1781.

Fato é que Lopes era amigo próximo de Tiradentes, velho conhecido desde o serviço militar de ambos no Regimento dos Dragões de Minas, em Vila Rica. É tentador terminar este tópico com um clichê como “o resto é história” da Conjuração Mineira. Mas a educadora, pesquisadora e mestre em História Gabriela Castro impede esse tipo de simplismo. “Aqui a Hipólita se distingue com ainda mais intensidade. Ela não foi ‘esposa de um conjurado’ que testemunhou reuniões por acaso na residência em que morava com ele. Ao contrário, abriu as portas da fazenda dela como ponto de encontro e participou das articulações ativamente. Algo impensável para a época. Se hoje o espaço político ainda é limitado para mulheres, imagine naquele tempo”.

PRESENÇA FEMININA

“Mas e Bárbara Heliadora?”, vão perguntar com razão. Porque de fato, dar a Hipólita Jacinta o título de “única mulher a participar ativamente da Conjuração Mineira” pode causar alguns nós e a falsa sensação de que, enquanto resgata-se do apagamento uma heroína, subjuga-se outra.

A chave do entendimento, no entanto, está em sutilezas do discurso e do tempo. Bárbara Heliadora nasceu em São João del-Rei e (também) viveu desafiando convenções; a começar por se inserir numa elite cultural até então exclusivamente masculina e ser reconhecida como a “primeira poetisa brasileira”.

É ela, ainda, a musa eternizada em *Bárbara Bela*, poema apaixonado de Alvarenga Peixoto em que aparece como “do Norte estrela que o meu destino sabes guiar”. Os versos, então, prosseguem: “de ti ausente, triste somente, as horas passo a suspirar. Isto é castigo que Amor me dá”. O romance, porém, foi um escândalo na sociedade da época.

No Brasil Setecentista, com normas conservadoras e alta fidelidade religiosa, dividir o mesmo teto e gerar herdeiros sem um casamento oficial era moralmente condenável. Fácil imaginar, portanto, o burburinho causado pelos dois ao marcarem ambas as opções no “bingo social” das Minas Gerais.

Eis que, para a Monarquia Portuguesa que dominava o Brasil, Alvarenga Peixoto e Bárbara Heliadora tinham ainda mais pecados a serem confessados. Afinal, integraram a Conjuração Mineira.

Hoje, o revisionismo histórico chega a certo consenso de que, durante o movimento, o papel de Bárbara Heliadora foi *intelectual e moral*. Isto é, apoiando ideologicamente tanto a conspiração em si quanto a própria participação do esposo. Ao mesmo tempo, Hipólita Jacinta teria atuação mais *direta e prática* tanto no âmbito financeiro quanto estratégico (*confira ao longo da matéria*).

As diferenças entre Hipólita e Bárbara, porém, se encerram com o desmonte da Conjuração, como explicou o historiador e escritor José Cláudio Henriques ao portal *G1*: “Elas perderam os maridos que foram deportados para a África, tiveram os bens confiscados por Portugal e mesmo assim conseguiram recuperar as posses, administrar diversas fazendas e minas de ouro”.

Também fora do Campo das Vertentes há mais nomes femininos carentes de citações e aprofundamentos. Um deles é o de Maria Doroteia de Seixas Brandão, outra apoiadora da insurreição e noiva de Tomás Antônio Gonzaga (que a imortalizou na obra *Marília de Dirceu*). Além dela, são igualmente esquecidas Inácia Gertrudes de Almeida, aliada que se arriscou ao tentar esconder Tiradentes no Rio de Janeiro; e, ainda, a companheira dele, Antônia Maria do Espírito Santo. Do relacionamento nasceu uma menina, Joaquina, que inspirou romance escrito por Maria José de Queiroz e publicado em 1987.



CARTAS

“Mais vale morrer com honra que viver com desonra”. A citação estampa um monumento triangular e imponente na Praça Doutor Viviano Caldas, em Prados, seguida por uma assinatura em alto relevo, logo abaixo, que não deixa dúvidas: os dizeres entre aspas são de Hipólita Jacinta. Mais do que isso, eles refletem traços importantes tanto de sua personalidade quanto do prestígio que tinha entre os conjura-

dos mineiros a quem dirigia, percebe-se, palavras duras.

O trecho acima, por exemplo, é acompanhado da citação mais célebre associada a Hipólita Jacinta: “quem não é capaz para as coisas, não se meta nelas”. Tudo escrito com letras bem desenhadas, quase clássicas (que podem ser conferidas em materiais online disponibilizados pela na Biblioteca Brasileira Luso-Digital), mas sem criar qualquer contraste estético com o objetivo daquele comunicado. Sim, antecipar a rebelião armada contra a Monarquia.

Seu destinatário, aliás, era ninguém menos que o padre Carlos Correia de Toledo e Melo, vigário da Comarca do Rio das Mortes e uma das lideranças da Conjuração. O professor e pesquisador tiradentino Luiz Cruz lembra, aliás, que as ideias do religioso costumavam ser classificadas como “radicais” - para não dizer “violentas”, já que não corava ao falar sobre execuções nas Minas Gerais tão logo o levante fosse efetivado. Daí não criar qualquer espanto o fato de que Toledo pretendia mesmo seguir os comandos de Hipólita Jacinta. Foi preso antes, porém.

Teor semelhante foi remetido pela mesma pradense ao tenente-coronel Francisco de Paula Andrade, orientado a acionar tropas e “montar uma reação, lá a partir do

Serro”, perto de Diamantina. “Além do poder nas palavras dela havia um senso estratégico interessantíssimo. A gente percebe que a Hipólita sabia como, quando e com quem se comunicar com objetivos muito definidos. E era ouvida - talvez com alguns protestos ou reclamações? Não é de se duvidar”, diz Gabriela Castro, emendando: “Ainda assim é inegável o impacto e o protagonismo dessa mulher na Conjuração Mineira, a ponto de ter sido condenada por esse ‘crime’ e ser deliberadamente apagada da História depois”.

TRAIÇÃO, NÃO!

Joaquim Silvério dos Reis não beijou o rosto de Tiradentes para entregá-lo às autoridades. Mas não foram poucas as vezes em que seu nome e “Judás” surgiram juntos em livros de História ou em xingamentos populares.

Afinal, foi protagonista de uma verdadeira “delação premiada” que por um lado culminou no desmanche trágico da Conjuração Mineira; e, por outro, lhe garantiu uma gorda pensão. Não bastasse isso, Silvério dos Reis ainda recebeu perdão de dívidas fiscais e imunidade na Devassa - processo inquisitório que julgou e condenou os conspiradores de Minas Gerais.

Zezinho faz ressalvas a esses “compêndios da História”, como gosta de chamar narrativas que, na concepção dele, mereceriam olhares mais atentos. Acontece que, antes de receber benesses pelas denúncias feitas, Silvério dos Reis também teria sido preso no Rio de Janeiro. A ironia da situação, segundo texto do *Arquivo Nacional e a História Luso-Brasileira*, é que o desertor estava lá justamente para entregar a autoridades sua denúncia por escrito da Conjuração. “Analisando a História e as práticas da época é possível que tenha sido torturado na prisão e entregue mais do que havia planejado. Sob tortura são poucos os que mantêm sigilo sobre qualquer coisa. Além do mais, o famoso Coronel Inácio Correia Pamplona também entrou para a lista de denunciadores da Conjuração Mineira - mas é quase esquecido nesse sentido”, diz o estudioso sobre o controverso sertanista, militar e político português que faleceu em Prados em 1810.



Cabe exatamente aqui uma observação importante: Francisco de Oliveira Lopes, marido de Hipólita Jacinta, foi outro homem quase entregar os companheiros tão logo soube das sucessivas prisões - talvez numa tentativa de reduzir a própria pena assim que fosse pego. Segundo o mestre em História Social André Figueiredo, foi Hipólita quem o impediu a traição, queimando uma carta já pronta para esse fim.

OURO NO AÇÚCAR

A prisão passou a ser questão de tempo para todos os conjurados. Semanas depois de Tiradentes, o próprio Francisco de Oliveira Lopes também foi detido, enviado para a prisão em Vila Rica e, mais tarde, à Ilha das Cobras, Rio de Janeiro. Depois, chegou a (também) ser condenado à morte, mas teve punição comutada para o degredo perpétuo na África. Lopes morreu em 1794 em Moçambique.

Hipólita Jacinta, por sua vez, não foi presa. Benevolência da Coroa Portuguesa? Não, conveniência. O que se acredita é que, para a Monarquia, assumir que uma mulher tentava derrubar o regime seria degradante. Assim, a pradense não foi tratada como réu no mesmo patamar que os colegas. Ao mesmo tempo, como uma maneira velada de reconhecer seu impacto na Conjuração Mineira, Hipólita teve as posses confiscadas e travou, a partir dali, uma pesada batalha jurídica para reavê-las - não sem recorrer a artimanhas às margens da lei, claro. “É contado no livro *De Prados, da Ponta do Morro, para a Liberdade*, que ela mantinha algum ouro escondido e o transformou em pó. Feito isso, um de seus cunhados o misturou a açúcar preto e levou para o Rio de Janeiro. Quando retornaram, esses recursos

PROPÓSITO

Juscelino Kubitschek instituiu, em 1952, a *Medalha da Inconfidência*. Desde então, todos os anos, personalidades significativas para Minas Gerais e o Brasil são agraciadas com a comenda. A cerimônia acontece em 21 de Abril em Ouro Preto, que se transforma simbolicamente na capital mineira.

E foi exatamente ali que, em 1999, Hipólita Jacinta foi agraciada de maneira póstuma. A medalha foi entregue pelo então governador de Minas, Itamar Franco, a Paulo Vale - que além de prefeito pradense à época já pesquisava sobre a Conjuração Mineira e escrevia *De Prados, da Ponta do Morro, para a Liberdade*. O livro só seria lançado no ano seguinte, mas já era pauta de conversas entre Vale e Franco, há muito tempo, sempre que se esbarravam em compromissos políticos. Ou melhor: Hipólita Jacinta o era.

Àquela altura, o nome e a história dela pareciam um caso de hiperfoco para o prefeito pradense. Mas de uma forma saudável. “Havia um interesse genuíno e uma proteção quase afetiva ali. Paulo queria dar o devido valor a ela - coisa que a História ensinada nas escolas não faz. E essa bandeira ele começava a levantar na própria Prefeitura. Ele fazia questão de que toda sua equipe conhecesse a fundo a História de Prados. Modéstia à parte, essa missão não foi difícil pra mim”, explica.

Na verdade, o hoje coordenador-chefe da Vigilância Sanitária em Prados nasceu a 800 km dali. Mais especificamente em Santos, no litoral paulista. Acontece que em 1986 a aprovação em um concurso público trouxe Zezinho para Minas Gerais, um Estado com quem “flertava” desde a época de escola. Aqui ele inaugurou a própria estação de rádio, enveredou na vida pública e se descobriu como estudioso. “Amava ler e ouvir sobre a Conjuração Mineira. Então mudar pra cá me fez pisar num solo histórico, respirar o ar de pessoas revolucionárias. E acho que sempre tive comigo uma vontade forte de compartilhar essa sensação, esse orgulho, com mais gente”, conta.

Talvez isso explique, aliás, sua afinidade com Paulo Vale e a cumplicidade direta nas pesquisas que realizou. Na verdade uma empreitada quase arqueológica que fundamentou longos textos datilografados pela secretária Maria Melo. “Fácil não foi inclusive pra ela. Era muito texto! Por outro lado, era admirável como Paulo mergulhava de cabeça nesse projeto. Então acabava cativando quem estava ao redor. Não era um propósito pessoal ou comercial, sabe? Ele queria, na verdade, que todo mundo tivesse acesso àquelas descobertas, conhecesse a força das próprias raízes. Daí pagar pela impressão dos exemplares ‘do próprio’ bolso. Depois, distribuiu livro a livro para todos os estudantes do município”, acrescenta Zezinho.



foram usados por Hipólita para comprar de volta, em leilões, parte dos bens que havia perdido. Mas fez isso às escondidas, recorrendo aos famosos ‘laranjas’”, conta Zezinho.

O episódio não foi isolado. Na verdade, não faltam relatos que equilibram tanto cartas e requerimentos oficiais a autoridades; quanto diferentes formas de desobediência civil (como sonegação patrimonial ou suborno de agentes a serviço da própria Coroa). Mas fato é que Hipólita Jacinta recuperou o que lhe foi tomado.

Uma prova disso é o testamento dela que aparece em *Autos de Devassa* na versão publicada pela Assembleia Legislativa de Minas Gerais em 1976. A obra, na verdade, corresponde à “reprodução de manuscrito original do século XVIII com as fases do processo judicial” movido contra os conjurados. Além disso, há documentos extrajudiciais no pacote - dentre eles o testamento de Hipólita Jacinta, também revelador.

Ela e o marido não tiveram filhos biológicos e adotaram duas crianças, Antônio Francisco Teixeira Coelho e Francisco da Anunciação Teixeira Coelho. O primeiro era filho ilegítimo do capitão Antônio José Dias Coelho e de Maria da Silveira Bueno. Acabou, ainda, sendo o único citado por Hipólita no documento. Do segundo não se sabe as origens exatas, mas sua ausência no espólio tem explicações longe de qualquer renegação ou problema familiar. “Na verdade, Francisco se tornou padre - era vigário em Formiga (MG) e muito possivelmente abdicou da herança”, pontua novamente Zezinho.

Na partilha de bens, Hipólita também beneficiou escravos (a quem agradeceu pelos serviços prestados), afilhados - dentre eles diferentes mulheres que também receberam o nome “Hipólita” - e a própria Igreja Católica em Prados.


APAGAMENTO

Em Prados Hipólita Jacinta lutou. Em Prados viveu. E em Prados descansa - mais especificamente sob o altar-mor da Igreja Matriz de Nossa Senhora da Conceição, onde dizem haver outras 22 ossadas. Parece estranho, mas no Brasil Colônia sepultar falecidos com importância pública, financeira ou histórica nesses espaços era comum.

Mesmo assim, Hipólita Jacinta foi ilustre (quase) desconhecida inclusive para muitos conterrâneos até o início dos anos 2000, quando o livro assinado por Paulo Vale foi lançado. O próprio casarão que pertenceu à conjurada bem ao lado da Matriz mostra isso. Herdado pela Igreja local, o imóvel chegou a abrigar o Legislativo pradenense e, por muito tempo, foi identificado popularmente como “Casa da Câmara”, costume que persistiu mesmo com a mudança da instituição para outra sede.

Hoje o espaço é residência do pároco local mas, com alguma frequência, há turistas sendo fotografados em frente à porta principal. Todos já sabendo que, ali, viveu uma heroína.

Entre o protagonismo na Conjuração Mineira e a ascensão de Hipólita Jacinta das notas de



rodapé para capítulos de livros houve um deliberado apagamento que começou ainda no Século XVIII.

A historiadora e cientista social Heloísa Starling explica essa questão em (excelente) reportagem de 2022 na *BBC News Brasil*. Na época, Heloísa lançava o livro *Independência do Brasil - As Mulheres que Estavam Lá*, ao lado de Antonia Pellegrino. Uma das biografadas na obra era, claro, Hipólita Jacinta. “As mulheres reunidas neste livro têm um traço em comum: elas assumiram protagonismo e decidiram agir em público - um espaço por excelência da política e rigorosamente proibido para uma mulher”, disse. E continuou: “Seja no Brasil, seja na Europa, as mulheres atuavam confinadas em casa. Podiam ganhar a vida com o próprio trabalho ou, então, sustentar maridos. Mas de jeito nenhum podiam reivindicar voz, visibilidade e participação política”.

Hipólita Jacinta pagou o preço por

isso nos tribunais, nas finanças, no esquecimento de seu nome em livros (especialmente) de História e até nas páginas de jornais. Em 1953, por exemplo, Cecília Meireles lançou com rigor histórico e lirismo seu célebre *Romanço de Inconfidência*. Com justiça, Bárbara Eliodora e “Marília de Dirceu” ganharam poemas próprios. Já Hipólita Jacinta não teve citação direta ou evidente - ao contrário do marido.

Por falar em Francisco Antônio de Oliveira Lopes, uma matéria do *Estado de Minas* atribuiu a ele, em 2015, a posse da Ponta do Morro. Curiosamente, o texto informava sobre recomendação do Ministério Público para, em prol da memória, tombar fazendas ou ruínas que pertenceram aos “inconfidentes”. Crimes literários e informacionais? Não necessariamente. Talvez, nesse caso, sejam reflexos. “No Século XVIII, tratar Hipólita Jacinta como se ela não existisse foi, sim, uma escolha

INVESTIGAÇÃO

De Prados, da Ponta do Morro, para a Liberdade tem 240 páginas. Na obra, com exemplares esgotados, documentos oficiais reforçam a importância de Prados no mapa da Conjuração Mineira, além de especialmente jogar luz sobre a atuação de Hipólita Jacinta na revolução. “Quanto mais vasculhávamos, mais encontrávamos evidências sobre o impacto da Hipólita. O curioso é que isso se revelava até em registros de ‘Contabilidade’, por assim dizer, que encontramos arquivados em igrejas da região (até porque elas eram, naquele tempo, equivalentes aos artórios mesmo)”, esclarece Zezinho. “Ali estavam transações minuciosas dela tanto para o Vitoriano Velloso, que era seu compadre e mensageiro, quanto para outros nomes da Conjuração. Então foi só juntar as peças”, acrescenta o estudioso.

“Só”, aqui, é mero modo de dizer. Porque entre investigações, composições, telefonemas às 3h da manhã e a efetiva publicação da obra foram dedicados 8 anos.



de quem detinha o poder de contar a História. Já o que vimos mais tarde foi diferente. Vejo como herança daqueles tempos e da crueldade de punir, com o esquecimento, uma mulher que desafiou ativamente as normas”, pontua a pradense Gabriela Castro.

NA ACADEMIA

Os *Autos de Devassa* foram publicados pela primeira vez em 1894, mais de cem anos após a condenação dos conspiradores mineiros; passadas mais de seis décadas desde a morte de Hipólita Jacinta; e meia década antes da Proclamação da República num momento no mínimo caótico para a Monarquia. “Pressionado por todos os lados, o governo de D. Pedro II estava muito enfraquecido; e um dos pilares da monarquia brasileira, a Igreja Católica estava insatisfeita com as interferências do Imperador nos assuntos religiosos. Além disso, boa parte da sociedade demandava o estabelecimento do laicismo na política do país, isto é, a transformação do Brasil em um Estado laico. Por fim, havia também uma insatisfação a respeito da sucessão do trono. A princesa Isabel (que assinou a Lei Áurea e garantiu o fim da escravidão) não era considerada a pessoa ideal para assumi-lo; e a possibilidade de que seu marido (o francês Conde d’Eu) se tornasse imperador também não bem aceita”, narra artigo da *National Geographic Brasil* acrescentando um entrave importante: “O movimento final não contou com a participação dos mais interessados pelo fim da Monarquia no Brasil: o povo”.

Em outras palavras, de novo era melhor registrar na História que heróis improváveis venceram a luta pela República do que assumir a decadência do

antigo sistema de governo. Nesse momento Tiradentes foi simbolicamente ressuscitado e passou a ser representado, na arte, com aparência semelhante à de Jesus Cristo.

Assim, se enquanto acontecia a Conjuração Mineira era criminoso; um século mais tarde ela passaria a ser conveniente. O silêncio em torno de Hipólita Jacinta, porém, foi mantido e até facilitado pelo fato de que, agora, havia uma representatividade máxima (além de masculina) para propagar e em quem focar.

Ironicamente ou não, o “fator povo” exigido pela narrativa da República foi o mesmo a causar um ponto de inflexão no margameamento de Hipólita Jacinta. Repetindo: foi entre a população, mais especificamente na mobilização de gente que nasceu ou adotou Prados, que pistas importantes e sua própria história ressurgiram. Além disso, não demorou para que pesquisas e registros acadêmicos contribuíssem de maneira potente para recolocá-la nos espaços de protagonismo que sempre mereceu.

Um desses esforços aconteceu ainda em meados dos anos 1970, quando os historiadores Tarquínio José Barbosa de Oliveira e Herculano Gomes Mathias participaram de edição dos *Autos de Devassa* através da Assembleia Legislativa de Minas Gerais e da *Imprensa Oficial*. À época, notas de rodapé elaboradas por ambos já chamavam Hipólita Jacinta de “heroína”. O impresso, no entanto, foi destrinchado em volu-

mes com exemplares limitados e não atingiu o grande público - algo remediado mais tarde, em 2015, com a distribuição online do conteúdo.

Outro nome importante é o do professor e especialista em Conjuração Mineira André Figueiredo, que levanta a pauta da presença feminina ali (incluindo, claro, Hipólita) desde sua tese de Doutorado no início dos anos 2000.

Mas é uma mulher mineira a grande expoente acadêmica quando o assunto é a conjurada pradense agora reconhecida, por lei, como heroína nacional (*confira box na página seguinte*). Cientista política, historiadora e professora da UFMG, Heloísa Starling é presença onipresente na internet, no rádio, na TV e em podcasts envolvendo Hipólita. Algo que se deve, primeiro, às suas pesquisas aprofundadas e à autoria de livros como *Ser Republicano no Brasil Colônia: A história de uma tradição esquecida e Independência do Brasil - As Mulheres que Estavam Lá*. Além disso, Heloísa exerceu papel fundamental para a inclusão recente da conjurada no Panteão da Inconfidência e no *Livro dos Heróis e Heroínas da Pátria*.

EM CASA

No final dos anos 1990, outra pessoa pública além de Paulo Vale abordava o então governador de Minas Gerais, Itamar Franco, para falar sobre Hipólita



ta Jacinta. Era a Procuradora Geral do Estado Cármen Lúcia Antunes Rocha, hoje Ministra do Supremo Tribunal Federal. Na época, seu pedido era justamente pela concessão de uma Medalha da Inconfidência à pradense.

Já em 2022 Carmem Lúcia passou pela terra natal da heroína acompanhando a exposição *Itinerários da Independência*, realizada pelo Senado Federal e pela UFMG. Na ocasião, Hipólita foi lembrada por ela como “um exemplo emudecido por uma História que não quer contar exatamente o que se deu”.

A educadora, pesquisadora e mestre em Artes, Urbanidades e Sustentabilidade pela UFSJ, Gabriela Castro, quer evitar que justamente isso se repita. Filha de Zezinho, ela passou a infância vendo o pai se reunir com Paulo Vale em casa. O propósito de corrigir uma injustiça histórica, a constância das pesquisas numa época em que conteúdo livre na internet parecia ficção científica e as pilhas de papel formaram mais do que uma memória - a inspiraram.

Daí Gabriela assinar dissertação que joga luz sobre outra figura ainda sub-representada na História e na Conjuração Mineira: Vitoriano Gonçalves Veloso, o único homem negro a integrar a causa. Mais do que isso, foi mensageiro oficial do movimento e chegou a cruzar 240km, a cavalo, em apenas 60 horas.

Depois de preso, chegou a ser acorrentado e açoitado em praça pública antes de ser deportado para Moçam-

bique, na África, onde morreu. Eis que, a 12km de Prados, o distrito popularmente conhecido como Bichinho recebeu oficialmente seu nome. “Cresci ali e, vendo o trabalho do Paulo Vale com meu pai, não demorei a fazer as minhas próprias perguntas. Queria saber sobre o Vitoriano, sobre a vida que teve na minha Comunidade. Lembro do quanto me impressionei ao descobrir que um ‘inconfidente’ tinha a mesma cor que eu”, relata. Agora, Gabriela quer levar essa sensação de representatividade e pertencimento a mais crianças.

NA ESCOLA

Em Setembro de 2025, o desenho de uma menina com cabelos compridos, lenço na cabeça e semblante sério, incisivo, foi visto sobre mais de 300 cartazes numa creche pradense. A arte, nos moldes “para colorir”, foi criada usando Inteligência Artificial para representar Hipólita Jacinta entre a infância e a adolescência.

Na verdade, nada se sabe oficialmente sobre o rosto ou a aparência da mulher revolucionária da Ponta do Morro - algo que, segundo Zezinho, se explica pelo fato de que Hipólita não gostava de ser retratada. Descrita ela também não foi - ou testemunhos em torno de seus traços podem ter sido mais detalhes apagados na História.

Desistente, porém, a arte não é. Daí haver atualmente ilustrações e estandartes tentando representar a praden-

DE PRADOS PARA A HISTÓRIA DO BRASIL

Dez anos se passaram entre o começo dos estudos de Paulo Vale e Zezinho em Prados; e a condecoração póstuma de Hipólita Jacinta com a Medalha da Inconfidência.

Outro quase quarto de século foi necessário para que a mesma pradense alcançasse o Panteão dos Inconfidentes. Inaugurado em 1942, o espaço criado dentro do Museu da Inconfidência Mineira, em Ouro Preto, guarda ossadas de degredados do movimento que morreram na África e foram tanto exumados quanto repatriados para o Brasil na década de 1930, durante o governo de Getúlio Vargas. Hipólita Jacinta, cujos restos mortais estão em Prados, recebeu uma lápide simbólica ali em 2023 (com terra retirada da propriedade onde hoje estão ruínas da Fazenda da Ponta do Morro) e se tornou, na verdade, a primeira mulher do Panteão.

Já em Janeiro de 2025 o nome dela foi inscrito no *Livro dos Heróis e Heroínas da Pátria* através da Lei 15.086. Guardado na Praça dos Três Poderes, em Brasília, o monumento tem páginas de aço e traz nomes como o do próprio Tiradentes, de Anita Garibaldi, Santos Dumont, Santa Dulce dos Pobres, Machado de Assis, Sórora Joana Angélica de Jesus.



se. Para chegar a esses resultados, os artistas partem de sua descendência portuguesa, intuindo então pele branca e cabelos castanhos ou pretos para Hipólita. Gabriela Castro fez o mesmo na incursão digital que culminou no desenho levado para as salas de aula. A abordagem, feita com crianças dos anos iniciais, focou em raízes. “Explicamos pra todas elas que, no mesmo lugar em que elas nasceram ou vivem, houve uma grande heróina. Tudo isso acontece durante o processo de alfabetização, introduzindo a letra ‘H de Hipólita’”, conta sorrindo.

A cena se repete, com didática adequada a cada faixa etária, nas demais etapas escolares de Prados, novamente “à frente do tempo”. No final de 2024, a Lei 14.986 instituiu no calendário escolar de todo Brasil a “Semana de Valorização de Mulheres que Fizeram História”, um período a ser celebrado em meados de Março na Educação Básica. Na terra onde nasceu Hipólita Jacinta, algo assim acontece desde o final dos anos 1990.

NA MÚSICA

“Insólita a tua coragem, na margem da história de ontem que hoje se ajeita nos fatos”, canta Zélia Duncan em *Dona Hipólita Jacinta*. Lançada em 2023, a música integra o projeto *Sete Mulheres pela Independência do Brasil* e foi enviada a Zezinho pela própria cantora antes de vir a público. Desde então, o estudioso a veicula recorrentemente no rádio.

Já em 2025 a pradense voltou a inspirar o cancionista nacional com *Hipólita*, música incluída em *Vertentes de Lá e Cá*. O álbum foi lançado em Julho pelo Braia - projeto paralelo do mul-

tinstrumentista Bruno Maia, líder da banda de folk metal Tuatha de Danann. “Há alguns anos, minha avó materna pediu que investigasse sobre a família porque queria ir mais fundo nas próprias origens. Nessa pesquisa fui parar na família Mello, em Prados”, conta ele que também é graduado em Letras e historiador aficionado pela *Conjuração Mineira* - conhece, aliás, os *Autos de Devassa* ponta a ponta.

Coincidência ou não, Bruno acabou descobrindo que Hipólita Jacinta era prima do hexavô dele, o capitão Joaquim José de Mello. “É, temos um parentesco bem distante”, assume rindo.

Acontece que numa noite chuvosa em Prados, olhando fixamente para a Serra São José, Bruno talvez tenha sido transportado para a Fazenda Ponta do Morro. “Do nada comecei a pensar na Hipólita e, enquanto tocava uma viola de 10 cordas, fiquei viajando, refletindo sobre tudo o que ela passou. Ali surgiu a canção”, conta.

Com pouco mais de 4 minutos, *Hipólita* é trabalho instrumental que começa em ritmo bucólico, triste. De maneira surpreendente, porém, há uma virada rítmica que acelera o tom e traz sonoridade épica à produção. “Foi instintivo. Mas precisava, sim, colocar algo que remetesse à força e à coragem daquela mulher”, pontua Bruno.

Além de *Hipólita*, a canção autoral *Ponta do Morro*, também faz referência a esse capítulo da *Conjuração Mineira*.

‘VIVA O POVO!’

Quando a “Inconfidência” foi denunciada e brutalmente desmontada, Hipólita Jacinta não se escondeu - e tampouco se rendeu. Em pleno ápice das prisões que mais tarde termina-

riam em açoites, deportações e morte, fez questão de escrever e assinar provas contra si. Falava mais alto, naquela hora, a urgência de colocar a tropa na rua e eclodir um revolução que deveria começar, como disse em um trecho, com gritos de ‘Viva o Povo!’.

Por esses e outros motivos, o nome de Hipólita é acompanhado de predicados como “forte” “destemida” e “fora da curva” em todas as publicações oferecidas em segundos por dispositivos de buscas na web.

Nada disso quer dizer, porém, que não tenha sofrido e sangrado durante a luta. No fim do Século XVIII, uma carta remetida por um missivista de São João del-Rei a Porto, em Portugal, fala sobre “os sentimentos e as mágoas de Dona Hipólita”, que padecia há dois anos de feridas na garganta e no céu da boca dado o sofrimento pelo sequestro de seus bens. E isso destaca ainda mais sua bravura.

Afinal, ao contrário da rainha mitológica (filha do deus Ares e da amazona Otrera) de mesmo nome, a Hipólita das Vertentes era totalmente humana, mortal, punível. A demora em reconhecê-la nos panteões da História, por outro lado, encontra resiliência nas ruas de Prados.

De frente para o monumento erguido a ela na cidade, o conterrâneo José Marques de Costa Neto fez questão de comentar: “É bonito saber que a Hipólita não fez silêncio, que foi ‘inconfidente’ de verdade e com bravura. Da mesma forma, a gente sente orgulho em lembrar que pessoas daqui começaram a lutar pra reconhecê-la como heroína”, diz em menção a Paulo Vale (que faleceu em 2007) e a Zezinho. “Prados é histórica em todos os sentidos”, encerra. E ninguém ousa discordar. ▼



A espera acabou

Sicoob Credivertentes dá novo passo em projeto de expansão e inaugura 28ª agência

 Rio Espera

 Stage Comunicação



Se, como diz Philip Kotler, a “melhor propaganda é feita por clientes satisfeitos”; imagine o poder daquela feita por... gente apaixonada. Disso, aliás, os moradores de Rio Espera, na Zona da Mata, entendem como poucos.

Afinal a cidade de 5,5 mil habitantes tem, no próprio povo, uma rede de “Publicidade viva” com conhecimento de causa (ou seria “de casa”?) e muito carisma. Quer um exemplo? É impossível passar pela Praça da Piedade e não receber um simpático “bom dia” acompanhado de explicações detalhadas sobre a imponente Igreja Matriz logo em frente.

Também pudera: lá dentro, no altar-mor, está uma imagem de Pietá assinalada por ninguém menos que o Mestre Aleijadinho – ilustre morador da Comunidade no final do Século XVIII. Não é, porém, o único marco local.

Com Economia fortificada pelo Agronegócio, Rio Espera desponta no *Anuário Brasileiro da Cachaça* com louvor. Isso porque ostenta a segunda maior densidade de Cachaçarias do país (são 15 no total, significando um estabelecimento para cada 365 habitantes; e produção que supera 200 mil litros por ano).

Faltava naquele canto do mapa, no entanto, uma *instituição financeira*.

PORTAS ABERTAS

Cerca de 170km separam São Tiago, no Campo das Vertentes; de Rio Espera, na Zona da Mata. O Cooperativismo, no entanto, uniu os dois pontos do mapa mineiro (mais uma vez).

Isso porque em 18 de Dezembro o Sicoob Credivertentes inaugurou sua 28ª agência por lá. Com isso, encerrou com chave de ouro o ano de 2025 - o mesmo em que alcançou a marca de 50 mil Cooperados - e abriu uma trilha de possibilidades para a população rio-esperense. “Estamos a uma semana do Natal e é impossível não dizer que este momento é, de fato, um presente para toda a Comunidade”, comentou o prefeito local, Márcio Miranda.

Visitante encantada pelo espaço com 90 metros quadrados, uma mora-



Stiagem Comunicação



dora brincou que “um lugar tão bonito tem tudo pra virar ponto turístico na Cidade”; outra perguntou se “todo mundo pode abrir uma conta” e, recebendo uma resposta positiva, comemorou a possibilidade de “ter Cartão de Crédito pela primeira vez na vida”. Um ineditismo pessoal que se refletiu, também, coletivamente.

Afinal, o Ponto de Atendimento do Sicoob Credivertentes é o único da Comunidade, tirando Rio Espera do mapa com mais de 2,4 mil municípios sem cobertura bancária no Brasil.

Com isso, agora o Município pode fazer parte de outras estatísticas bem melhores. De acordo com a Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas (Fipe), onde chega uma Cooperativa o PIB *per capita* fica 10% mais alto; as taxas de empregos crescem 15% e o total de estabelecimentos comerciais abertos aumenta na mesma proporção.

QUARENTA ANOS

Na década de 1980, uma comitiva de ruralistas deixou São Tiago, no interior mineiro, rumo à grande Belo Horizonte. Tinham poeira nas botinas e uma proposta ousada: pedir permissão para abrir na cidade - então com 8 mil habitantes, sem as indústrias de hoje e longe de ser conhecida como a Terra do Café com Biscoito - uma Cooperativa de Crédito.

A resposta de alguém do alto escalão financeiro foi jocosa: “Naquele ovinho?”. “Sim, porque sempre acreditamos que a democratização do Crédito pode impulsionar os potenciais humanos, econômicos e de Futuro em todos os lugares - inclusive os menores”, responde ainda hoje, convicto, o membro-fundador e presidente do Conselho de Administração do Sicoob Credivertentes,

João Pinto de Oliveira.

A jornada de lá até aqui, aliás, materializou esse discurso. Em 1986, contrariando o mercado bancário tradicional, a então Cooperativa de Crédito Rural Campos das Vertentes Ltda foi fundada no território são-tiaguense. Tudo isso antecipando a própria chegada ao distrito de Mercês de Água Limpa, em 1991, fazendo história. Isso porque o Ponto de Atendimento (PA) na Comunidade vizinha foi a primeira “filial” do Cooperativismo Mineiro.

Pois bem: de lá até aqui, outros 26 foram inaugurados pela instituição no Campo das Vertentes, na Zona da Mata e na própria capital do Estado, Belo Horizonte..

Além disso, o Sicoob Credivertentes também soma mais de R\$1,5 Bilhão em Ativos e fechou 2025 impactando mais de 100 mil pessoas com Programas de Investimento Social.



EM RIO ESPERA

O 28º Ponto de Atendimento (PA) da Cooperativa foi inaugurado sob aplausos e ansiedade. “Passava em frente às obras todos os dias, pela manhã, e contava os minutos pra ficar tudo pronto. Sabe do que gostei muito também? Do relógio funcionando ali perto do coreto”, disse a aposentada Ana Maria Miranda de Assis sobre dispositivo instalado pelo Sicoob Crediverentes na vizinhança. “Acho que vocês vão fazer o pessoal sorrir, viver mais”, completou.

Motivos não faltam. O novo PA chega trazendo portfólio completo de Produtos e Serviços tanto pra quem é da Cidade quanto pra quem é do Campo. E para fechar negócios com conforto e segurança foram montados setores de atendimento personalizado, sala de reuniões, hall com Caixas Eletrônicas. Ambiente perfeito para interações diretas ou transações com tecnologia de ponta. “Esperamos, então, que este espaço seja sempre um ponto de encontro, de sonhos, de novas ideias, oportunidades e conquistas”, finalizou a vice-presidente do Conselho de Administração no Sicoob Crediverentes, Fabiana Diéle Barros de Oliveira. ▼

Resende Costa

Quando o Empreendedorismo senta à Mesa

Conheça a história de sucesso e volta por cima da Madeira Decor Shop, empresa interiorana que se transformou em referência no Mercado Livre



Dezembro de 2025. Na primeira semana do mês, uma quase sinfonia de serradeiras e lixadeiras era orquestrada dentro de um galpão com mais de 600 metros quadrados em Resende de Costa. Sinal claro de que, ali, uma produção acontecia a todo vapor – ou a toda poeira. E para quem duvidasse, bastava se aproximar da enorme porta escancarada para testemunhar, lá dentro, 12 pessoas trabalhando com afinco em peças de madeira. Em algumas já havia brilho envernizado. Outras aguardavam, enfileiradas, a hora de passar pelo mesmo processo.

Nada ali era apressado. Ao contrá-

rio, era planejado – como tudo o que acontece na *Madeira Decor Shop*, empresa que deu à Capital Nacional do Artesanato um outro título: o de sede para uma potência no Mercado Livre.

Fundada em 2019, a *Madeira Decor Shop* é referência no segmento Casa, Móveis e Decoração, ocupando o “Top 3” na venda de Mesas dentro da plataforma. Ou melhor: do maior marketplace que ostenta, ainda, o *status* de marca mais valiosa da América Latina.

Também pudera.

Com origem na Argentina, o Mercado Livre é ecossistema completo com estrutura própria de aquisições,

vendas, pagamentos, envios e, mais recentemente, crédito. São mais de 211 milhões de usuários cadastrados e nove compras feitas por segundo no shopping online – daí movimentar mais de R\$380 bilhões só no Brasil. O país, aliás, soma 15 mil vendedores registrados ali.

Números como esses confirmam muito mais do que a dimensão do Mercado Livre. Eles mostram, na verdade, o impacto da conquista alcançada pela *Madeira Decor Shop*. E pensar que, há menos de um ano, a empresa especializada em Mesas e Bancos com design industrial enfrentava sua maior crise.



ANCESTRALIDADE

A história da empresa resende-costense em si é protagonizada pelo casal Anderson e Ana Maria Lopes. Mas ela mesma credita o sucesso da jornada àqueles que vieram antes, bem antes.

O avô, Seu 'Manel', identificava tipos de madeira "pelo olho" e serrou as que hoje estão tanto na basílica quanto nos passinhos do Senhor Bom Jesus de Congonhas. Para isso, aliás, fazia o trajeto entre Resende Costa e a cidade histórica a pé, atravessando a mata semanas a fio. Todo o esforço, no entanto, não poupou alguns sustos.

Isso porque o tal trabalho foi tão abençoado, literalmente, que rendeu dinheiro nunca visto antes tanto por Seu Manel quanto pela esposa, Geni. Contam na família que, ao saber do montante recebido, a dona de casa caiu no choro acreditando que o marido havia, na verdade, roubado tudo. Fato é que aquele pagamento foi a "tábua de salvação" do casal e dos

filhos. Um prenúncio, talvez, do que aconteceria com a neta, Ana Maria, décadas mais tarde. "Meus pais, Vera e Antônio, também empreendiam. Ela com artesanato, ele como mecânico. Dizem que era ótimo catireiro inclusive", ri. E continua: "A prova de que muito do que somos também vem no DNA é que tenho um irmão marceneiro e uma irmã comerciante".

Com o marido, Anderson, não foi muito diferente. Os avós, Francisco e Lia, sustentavam a si e às crianças comercializando verduras e frutas em feiras de Juiz de Fora. Mas ele próprio sempre nutriu, desde pequeno, um fascínio inexplicável por madeira. "Não era difícil me achar debaixo da mesa hipnotizado. Pra mim é mágico e milagroso pensar que isso aqui (*diz alisando o tampo de um móvel comprido no escritório*) um dia foi semente, cresceu, virou uma estrutura forte que a gente transforma; que reúne famílias no jantar, vira espaço pra compartilhar e até construir histórias como essas que a gente acabou de contar", filosofa.

AO REDOR DA BOA MESA

Nos banquetes regados a Néctar e Ambrosia da Mitologia Grega, na Santa Ceia, nas histórias da Távola Redonda, nos almoços de família... Bom, milhares de anos e diferentes contextos separam uma história da outra - mas um móvel atravessa o tempo e parece onipresente ali: a Mesa.

Cravar sua origem é tarefa quase impossível. Afinal, no exato momento em que qualquer homem pré-histórico usou uma pedra como base para ferramentas ou carnes caçadas... havia uma Mesa ali, mesmo que muito rudimentar, claro.

Mas é provável que as primeiras estruturas planejadas ou utilitárias surgiram no Egito e Mesopotâmia há mais de 4 mil anos. Depois, na Grécia e na Roma Antiga, mobiliários ornados com belíssimas esculturas agregaram outro *status* às Mesas, agora vistas em banquetes e sinalizando a riqueza do anfitrião.

Já os conflitos armados e sangrentos da Idade Média exigiram algum tipo de engenhosidade nas bancadas, que ganharam mais leveza e portabilidade. Afinal, era preciso carregá-las de um acampamento a outro fosse por estratégia, fosse pra fugir do inimigo.

A sofisticação chegou com a Renascença pouco depois. Leonardo da Vinci, aliás, pode ter sido o precursor da "mesa posta" que conhecemos hoje, de certa forma. Isso porque é creditada a ele a criação dos guardanapos - uma alternativa a manias estranhas como limpar mãos sujas em toalhas gigantes ou em (acredite) pelos de animais.

Há de se lembrar, também, do próprio Cristianismo. Isso porque São José (esposo de Maria e pai terreno de Jesus) era carpinteiro e acredita-se, assim, que confeccionou os objetos em madeira de casa. A Mesa em que a Sagrada Família se reunia e se alimentava está nessa lista, claro. Daí sua simbologia ritualística. Ou melhor: de cuidado e carinho num momento "intimamente coletivo" pra muita gente.





APAIXONADOS

Ana Maria nasceu e cresceu em Resende Costa. Anderson é de Juiz de Fora. E foi na cidade da Zona da Mata que os dois se encontraram no final dos anos 2000. Ele se apaixonou rápido. Ela avisou, já na balada em que se conheceram, que um relacionamento não estava em seus planos. Foi tão firme que sequer compartilhou seu número de telefone.

Eis que ao fim da noite - e já dentro do carro com amigos - ela se surpreendeu com Anderson se inclinando janela adentro e lhe roubando um beijo. Logo depois veio uma promessa em voz alta do rapaz: “Vocês vão ver ou-

tro desses no nosso casamento. E não vai demorar”.

De fato, namoro, noivado e troca de alianças aconteceram em menos de dois anos. Era o começo de uma parceria na vida, na criação dos filhos e nos negócios.

SÓCIOS

No início da década de 2010 os planos estavam bem desenhados: em breve o casal abriria uma loja de artesanato em Juiz de Fora, conciliando o empreendedorismo com a criação do primogênito, Miguel. Notícias vindas de Resende Costa, porém, mudaram todos os planos:

dona Vera, mãe de Ana Maria, foi diagnosticada com Câncer. “Voltei pra cá correndo e amarguei os dias mais difíceis da minha vida. É uma dor que não desejo pra ninguém”, relembra emocionada sobre uma jornada de diagnósticos, cuidados, perda, luto... e recomeços.

Na verdade, não demorou para que Anderson fizesse as malas rumo ao interior também; e menos ainda para que a terra natal de Ana Maria o fizesse se sentir em casa. O que ambos mal sabiam é que aquela *mudança* de CEP os lançaria ainda numa *transição* definitiva de carreira.



PANDEMIA E INTERNET

Em Março de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a Pandemia de Covid-19. Já Anderson e Ana Maria decretaram, na mesma época, que queriam empreender de verdade na Internet. E era um *insight* certo.

Dados do Ministério do Desenvolvimento, Indústria, Comércio e Serviços apontam que o e-commerce brasileiro bateu cifras astronômicas de R\$450 bilhões entre 2020 e 2022 – resultado mais do que dobrado na comparação com o intervalo entre 2016 e 2019, com receitas de R\$178 bilhões no mesmo setor.

Integrar essa matemática, porém, não foi tarefa fácil. “Desde o início nossa relação foi com o Mercado Livre porque fiz meus primeiros cursos de venda online lá dentro da plataforma. Acontece que éramos dois trabalhadores em regime CLT e não tínhamos capital pra montar qualquer negócio”, confessa Anderson rindo (hoje em dia).

Isso porque se por um lado faltavam recursos, por outro sobrava experiência mútua com madeira, marcenaria e comércio. Algo acumulado não só com as vivências de pais e avós, mas também pela atuação tanto dele quanto de Ana Maria - a princípio como funcionários - em empreendimentos desse nicho.

Entraram para o dicionário de ambos, então, dois termos importados: *dry wall* e *dropshipping*. Quer dizer, então, que começaram a apostar em Construção Civil? Não, não. Só instalaram uma parede feita com gesso acartonado (o *dry wall*) no meio do quarto para improvisar, ao lado, um pequeno escritório. Dentro dele a Madeira Decor Shop começou a acontecer. “A gente trabalhava com vendas sem estoque”, conta Anderson enfim definindo o *dropshipping*. “Na verdade”, continua, “a estratégia consistia em fotografar móveis de marceneiros em Resende Costa e colocar na internet. Quando alguém se interessava por algum produto, o adquiríamos e enviávamos ao cliente. Era bom pros artesãos, que ampliavam seu alcance comercial; e pra gente, que ia mergulhando no mercado online”.

Uma encomenda aconteceu. Depois duas, cinco, dez ao mesmo tempo. Prova de que o movimento na web estava funcionando – mas a engrenagem podia não aguentar.

Até então, o foco dos negócios era em Pátina. Uma técnica de pintura ou intervenção que, aplicada sobre a madeira, por exemplo, cria um charmoso efeito envelhecido na superfície. Nada mais romântico, vintage e paralelamente moderno do que isso – herança francesa de Maira Antonieta desde o Século XVIII.

No entanto, entregar essa estética com rusticidade e naturalidade requer tanto talento quanto tempo. E este último faltava aos marceneiros resende-costenses quando a Madeira Decor Shop começou a acelerar. “A demanda cresceu muito e de maneira rápida. Então o jeito foi transformar a garagem de casa numa oficina e trazer o acabamento dos móveis pra nós”, lembra Ana Maria.

Nem seria spoiler dizer, a essa altura da história, que o espaço ficou pequeno. Que as mãos trabalhando também se tornaram poucas. E que, em contrapartida, os pedidos no Mercado Livre não paravam de crescer.

GOLD

Uma pesquisa, dois cliques e está lá, bem nítido no Mercado Livre: o negócio liderado por Ana Maria e Anderson “é um dos melhores do site” com mais de 10 mil seguidores, 5 mil vendas realizadas, “bom atendimento e entrega no prazo”.

Daí ser qualificado para o selo *MercadoLíder Gold* consolidado, ainda, por notas entre 4,5 e 5 pra todos os produtos. Aliás, se a vitrine virtual fosse avaliada, também receberia nota máxima. Isso porque todo portfólio da Madeira Decor Shop é postado com cenários, conceitos e contextos.

Não foi de se estranhar, então, que os CEOs da loja estrelassem live especial do Mercado Livre como *case* de sucesso. O evento online aconteceu em Fevereiro de 2025.





DA GARAGEM AO GALPÃO

Anderson e Ana Maria não escondem as noites insones que tiveram de 2022 pra cá. Baladas pra celebrar o sucesso da empreitada? Não. Febre ou pesadelos dos filhos (Miguel, hoje com 15 anos; e Maria, 9)? Nem sempre.

Na verdade, o trabalho os mantinha acordados se revezando entre atendimentos na internet, acabamentos das peças e despacho de encomendas. Era o aviso definitivo: precisavam crescer. “Nós nunca demos qualquer passo sem

calcular a distância, conversar, e sentar à Mesa (risos) pra avaliar absolutamente tudo”, revela Ana Maria. Assim, foi repetindo esse *modus operandi* que em 2023 um colaborador foi contratado, um espaço maior foi alugado e, por fim... uma marca própria, com catálogo próprio, marceneiros próprios e até um galpão próprio veio à tona.

A Madeira Decor Shop surgiu em bytes – mas é um expoente real.

MADEEEEEEEIRA!

O galpão de 600 m da empresa é, na

verdade, um parque frenético de produção e envio desde Setembro de 2025.

Tudo – mesmo! – acontece debaixo daquele teto com perfeita segmentação técnica, especialização dos funcionários, planejamento e minúcia de execução até a saída dos produtos para caminhões de transportadoras. A meta? Atender aos mais de 40 pedidos feitos por clientes, diariamente, via Mercado Livre.

Algo que se explica pela diversidade de itens à venda. A Madeira Decor Shop oferece hoje 13 tamanhos de Mesas e 8



de Bancos em Teca com pés de Metalon.

Mas nem sempre foi assim. Até quase recentemente, a principal matéria-prima da Madeira Decor Shop era o Jequitibá. Tudo mudou quando uma crise tão pesada quanto seu tronco (que pode chegar a 40 metros de altura e 4 metros de espessura) desabou sobre a empresa. Era o início de 2024.

“Nós queríamos comprar um lote e construir nossa própria sede. Aí fomos atrás de Crédito justamente pra isso. Quando conseguimos, o vendedor do imóvel bateu o pé e recusou nossa contraproposta, que pedia um desconto (*risos*). Aí decidimos redirecionar aquela verba e tentar encontrar a economia de outra forma. Quer dizer, íamos capitalizar o recurso. Uma das opções seria, por exemplo, comprar toda a madeira de que precisávamos à vista, garantindo preço 10% mais baixo. Não tinha como dar errado. Tinha?”, questiona Ana Maria enquanto deixa escapar um suspiro e já sabendo a resposta: tinha, sim.

Naquele mesmo período e de maneira inexplicável, dezenas de Mesas recém-entregues de Norte a Sul do país apresentaram problemas. A “dor do cliente” virou, claro, “dor extrema do empreendedor”. Mas foi resolvida com maestria: “Quando éramos acionados no chat e líamos sobre a reclamação, já respondíamos pedindo o Pix do cliente pra reembolsá-lo inclusive no frete. Nunca tentamos nos abster, colocar a culpa no fornecedor da matéria-prima, na Natureza, no entregador. Nada”, relembra Anderson.

E detalhe: boa parte dos produtos defeituosos (com dilatação ou rompi-

mento de parte da madeira, por exemplo) sequer voltaram para a loja. “Na ponta do lápis não compensava sempre. Se havia possibilidade de reaproveitar um pedaço do tampo ou os pés da Mesa, arcávamos com o retorno. Caso contrário, em vez de fazer um transporte caro da Bahia pra cá, por exemplo, sugeríamos alternativas pro consumidor já ressarcido. Alguns ajustaram detalhes e encontraram utilidade para a ‘Mesa extra’ num sítio ou fazenda. Outros a doaram para locais em que pudessem fazer a diferença – e fizeram mesmo!”, completa Ana Maria.

O resultado? Clientes satisfeitos e confiantes na Madeira Decor Shop. Já os empreendedores por trás da marca... Bom, amargaram prejuízos. “Lembra aquele recurso que queríamos capitalizar pra depois comprar nosso lote? Então. Foi todo usado em reembolsos e ainda faltou pra completar”, conta Anderson. Já Ana Maria frisa que, quando as devoluções para clientes bateram as cifras de R\$130 mil, parou de contabilizá-las. Ao mesmo tempo, no entanto, um pensamento não saía da cabeça: “Esse problema vai trazer alguma solução pra gente”.



EIS A TECA

Para uns, uma frase de efeito. Para Anderson e Ana Maria, outro *insight*. Porque de fato o caos causado pelo Jequitibá trouxe sim uma nova proposta: a introdução da Teca como matéria-prima.

Para chegar a esse resultado, o trabalho do casal de empreendedores foi mais do que técnico. Beirou o científico. Tanto o é que explicam, com maestria, uma série de fatores que podem ter prejudicado o desempenho do Jequitibá nos produtos que fabricavam e vendiam. Mas a mesma propriedade flui na conversa quando o assunto envolve a Teca.

Embora nativa de florestas asiáticas, sua árvore de origem, *Tectona Grandis*, é adepta ao clima tropical e já aparece como cultura pujante em estados como Mato Grosso, Bahia, Goiás, São Paulo e, claro, Minas Gerais. Tudo isso enquanto fornece madeira nobre consolidada em setores que vão da marcenaria de alto padrão à construção naval.

Também pudera. Com alta oleosidade e até sílica natural, a Teca figura como durável, resistente à umidade e, portanto, excelente até para uso em ambientes externos. Sua paleta de cores em tons quentes, seu brilho típico e o próprio envelhecimento natural (culminando em texturas elegantemente rústicas) também explicam tamanho

favoritismo. Algo que vale tanto para o mercado global quanto para a Madeira Decor Shop.

PROPÓSITO

“Vai parecer clichê, mas aqui a gente não vende móveis. São os espaços onde bolos e doces de aniversário serão colocados; acordos serão feitos; casais anunciarão um noivado; avós vão almoçar com os netos; amigos vão abrir um champagne e comemorar uma boa notícia”, esclarece Ana Maria enquanto se prepara, aliás, para encontrar os filhos e partilhar com eles o café da tarde. Nessa hora, mesmo que sobre uma Mesa da marca que criou e fez acontecer ao lado de Anderson, ninguém fala sobre negócios. “É um momento sagrado, único, nosso. Até porque aqueles sorrisos, aquelas historinhas de escola e até aquela manteiga que escorregou da faca e foi parar na madeira... Nada mais vai se repetir”, diz ele revelando, sem perceber, um propósito.

Porque é isso que o casal tenta levar aos 1.200 lares que abrem as portas para seus produtos todos os meses. Ou, mais especificamente, Mesas e Bancos feitos a (várias) mãos num galpão da mais que artesanal – e única – Resende Costa. 🌱



Cida Mendes: quando educar revoluciona, salva e transforma

📍 São João del-Rei



Maria Aparecida Mendes de Resen- de se define, enquanto lança um sorriso largo, como “abelhuda”. Para o Dicionário Michaelis, então, ela é uma pessoa “curiosa; que se caracteriza pela presteza e diligência; ativa, desembaraçada, operosa”.

Mas é preciso, nesse caso, pegar emprestados alguns conceitos biológicos. Porque muito além da Ciência eles podem funcionar, aqui, como boas metáforas para entender tanto o propósito quanto a própria vida de Cida Mendes (como é popularmente conhecida).

Daí (nada estranhamente) falar sobre abelhas neste texto - literalmente. Como explica matéria da revista *Superinteressante*, “sem elas o mundo como conhecemos entraria em colapso”. Simples, rápido, direto... apocalíptico. Mas correto.

Afinal, polinizam pelo menos 90% de toda população vegetal conhecida - um trabalho árduo e digno que, acredite, tem tudo a ver com a Educadora (sim, com E maiúsculo) entrevistada pela redação da *Vertentes Cultural*.

A conversa aconteceu em Agosto de 2025 no complexo da Associação de Proteção e Assistência aos Condenados (APAC) em São João del-Rei.

Na época, Cida completava dez anos como diretora da Escola Estadual Detetive Marco Antônio Souza, um núcleo de Educação Prisional somando cinco ramificações tanto na APAC (Masculina e Feminina) quanto no Presídio Regional. Assim, abrangia nada menos 70 professores e 310 Pessoas Privadas de Liberdade.

Em Novembro de 2025, no entanto, esses números mudaram - muito - porque Cida Mendes se tornou oficialmente a secretária municipal da Educação são-joanense, agora à frente de 22 escolas e mais de 4,1 mil alunos.

Nada que a assuste. Em quatro décadas de profissão, como lembrou à *Rádio São João del-Rei*, atuou como professora em todos os níveis do Ensino Básico; além de ter construído um forte legado na área de Gestão Escolar - com passagem emblemática, inclusive, pela Superintendência Regional do setor.

Mais do que abelhuda, Cida Mendes é, então, *transformadora*.

A MENINA

O Brasil ainda vivia a “Era Imperial” quando, em 1835, implementou sua primeira Escola Normal. A proposta, po-

rém, atravessou tanto o tempo quanto o território, perdurando durante a República e avançando mapa afora.

O objetivo? Formar professores jovens e aptos para lecionar nos primeiros anos escolares. Tudo isso depois de frequentar, naquela época, o equivalente ao Ensino Médio de hoje. “Na minha adolescência em São Tiago - onde nasci e cresci -, aquela era a única opção para quem queria estudar um pouco mais, ir além da formação básica. Mas a verdade é que escolheria a Educação de qualquer forma”, conta Cida Mendes.

Estripulias de infância, como escrever atrás de todas as portas fingindo ser professora, comprovam isso. O olhar de puro encantamento para as educadoras que teve na alfabetização, também.

Cida, aliás, se recorda com clareza de todas elas. “Lembro das histórias que ouvia quietinha depois do recreio, do momento em que percebi que sabia ler, das letras redondas no quadro que eu sonhava em ter também. Tinha um fascínio genuíno ali. Pra mim, o que elas faziam era mágico”, confessa.

Esperta e perceptiva, porém, a pequena Cida não demorou a entender que os prodígios daquelas mulheres em salas de aula envolviam, além do talento, muito trabalho duro.

Por incrível que pareça, isso a animou. Era exatamente o que queria fazer.

A PROFESSORA

Já ingressa na Escola Normal, no início dos anos 1980, Cida se viu com o mesmo brilho nos olhos de antes - agora aprendendo

que podia ensinar seus futuros alunos a ler, escrever, pensar e... empreender. “Um dos meus mestres foi o senhor João. E desde a primeira aula ele falou sobre Impactos Sociais, Desenvolvimento Coletivo, Cooperativismo. Olhando pra trás, aquelas eram lições bonitas e ousadas”, explica em referência ao membro-fundador e presidente do Conselho de Administração do Sicoob Credivertentes, João Pinto de Oliveira.

Cida, então, usa as duas mãos ao redor da cabeça para sinalizar, num movimento delicado de dedos, que tudo aquilo “abriu sua mente” - e os próprios caminhos também.

Afinal, antes mesmo de chegar aos 18 anos ela agarrou o diploma, a coragem e uma vaga para *professorar* na Zona Rural de Oliveira, a pouco menos de 60km.



A GESTORA

O resto é história escrita a giz - mas jamais apagada - de quem impactou turmas do Ensino Básico ao Médio. Tudo isso enquanto graduava em Matemática e Biologia, além de se especializar em Educação, Avaliação de Aprendizagem, Empreendedorismo e Psicanálise.

Já em 2001, pouco depois de se casar e migrar para São João del-Rei, deixou as salas cheias de alunos - tão encantados quanto ela na infância - para assumir a vertente administrativa de sua trajetória.

Isso porque, naquele ano, assumiu o posto de Supervisora na Superintendência Regional de Ensino (uma das 47 instauradas em Minas Gerais pelo Governo do Estado).

Mais tarde, em 2007, o passo dado foi maior e alcançou a Diretoria da unidade. Daí responder naquele cargo, segundo dados oficiais, por 41 escolas de 19 municípios.

DE VOLTA PARA O FUTURO

Cida Mendes começou a carreira como educadora no final dos anos 1980. Coincidência ou não, no mesmo período foi lançado *De Volta para o Futuro*, filme estrelado por Michael J. Fox e Christopher Lloyd que se transformou, desde então, num ícone da ficção científica e da cultura pop.

Talvez não por acaso, o enredo trate em alguma camada de uma relação até professoral entre Marty McFly e Doc Brown. Mas fato é que foi impossível fugir à tentação de usar o título cinematográfico como referência nesta história aqui.

Isso porque em 2015 Cida mudou

de novo, migrando da Superintendência Regional de Ensino para a diretoria da (também conhecida como) Escola Prisional de São João del-Rei. “Foi um chamado inesperado que me balançou muito. Comecei a me questionar, na hora, se era mesmo capaz de lidar com esse desafio. O curioso era que eu já dizia, na época, ter passado por todas as esferas da Educação. E a verdade é que, por esta, eu não havia transitado”, se recorda.

Seria até redundante dizer que, parafraseando o francês Jean Cocteau, Cida Mendes “foi lá e fez”. Ou, mais do que isso, se reencontrou. “Na Superintendência conheci uma diversidade imensa de realidades. Afinal, deixei o espaço das salas de aula pra ter acesso a instituições inteiras - todas com profissionais, alunos, necessidades e potenciais muito diferentes. Ainda assim, me surpreendi ao ver, na Escola Prisional, que tinha ainda mais nuances pra compreender no mundo”, reflete.

Foi aí que a educadora crescida revisitou a menina sonhadora em São Tiago. “Acho que caminhei, caminhei e caminhei pra voltar mais madura e em exercício ao mesmo lugar: o de percepção da Educação como realmente libertadora e emancipadora. Porque, a exemplo do que ouvi dos meus antigos professores, não estamos aqui apenas para espalhar conteúdos e cumprir planos letivos. Quer dizer... A escola *também* tem Impacto Social”, disse destacando na própria voz a palavra que queria. E continuou: “Devo falar, sim, sobre Equações, as Conjugações dos Verbos... Mas também devo abrir a porta de perguntas importantes: ‘Quem sou? Pra onde vou? Como posso cola-

borar com esse Planeta maluco? Numa Escola Prisional, aliás, há outra interrogação: ‘Como refazer minha jornada?’”, pondera com uma visão educacional, didática e de acolhimento que sempre deu certo.

Os 86 minutos de conversa entre Cida e a equipe da *Vertentes Cultural* foram gravados. Ao longo do áudio, cumprimentos como “Oi, Cida!” e “Bom dia, Cida!” foram ouvidos 12 vezes. Todos vindos de recuperandos da APAC em São João del-Rei - uma referência nacional em ressocialização humanizada para, atualmente, 270 pessoas.

Na época da entrevista, em Agosto de 2025, Cida sequer cogitava que, antes do fim do ano, migraria para a Secretaria Municipal de Educação. Tinha certeza, no entanto, do legado que havia construído na Escola Prisional ao longo de uma década inteira. “Encontrei aqui alunos que frequentavam outras escolas estaduais na minha época de Superintendência e que, infelizmente, não conseguiram vencer aquela etapa. Havia estruturas familiares rompidas, questões de saúde, carência do que deveria ser direito básico, invisibilidade, negligência, traumas, visões distorcidas da vida em Sociedade”, se emociona Cida enquanto parece elencar, na mente, diferentes histórias que conheceu.

É aí que ela acrescenta: “Adotei como meta, então, oferecer a essas pessoas aqui dentro, através da Educação, o que não puderam acessar lá fora”.



MISSÃO CUMPRIDA

O Brasil tem hoje mais de 940 mil pessoas em cumprimento de pena, segundo dados da Secretaria Nacional de Políticas Penais (Senappen). É, basicamente, a terceira maior população prisional do mundo.

E mais: de acordo com o Ministério da Educação, 82% desses homens e mulheres não completaram o Ensino Fundamental, enquanto entre 8% e 12% jamais frequentou a escola.

Estatísticas como essas nortearam o trabalho de Cida Mendes ao longo de uma década. Mas eram as vidas atrás dos números que realmente a moviam na Escola Estadual Detetive Marco Antônio Souza (englobando, vale lembrar, cinco células na APAC e no Presídio Regional de São João del-Rei).

Na cidade, a Educação é parte obrigatória em todas as rotinas de ressocialização e conta, por exemplo, com programas como o Educação de Jovens e Adultos (EJA). “Tivemos um aluno de 80 anos que não sabia ler ou escrever o próprio nome. Imagine só atravessar a vida toda sem reconhecer uma letra, um número sequer - e de repente conseguir colocar no papel sua identidade, a forma como foi batizado, a maneira como as pessoas te chamam e te conhecem no mundo. Claro que me recordo do quanto esse aluno reclamava de vir às aulas (*risos*). Mas acima de tudo, lembro da emoção estampada naquele rosto por poder assinar um documento pela primeira vez”, explica entre outras muitas conquistas alcançadas ali.

No primeiro ano como diretora da Escola Prisional, Cida implementou o Exame Nacional do Ensino Médio para Pessoas Privadas de Liberdade (ENEM PPL) na instituição. De uma só vez, dez alunos foram aprovados - e se multiplicaram, ao longo dos anos, para centenas de ingressos efetivos em universidades públicas e privadas.



Há mais: em 2016, o Tribunal de Justiça de Minas Gerais (TJMG) regulamentou e incluiu o *Remição pela Leitura* - que já acontecia nas Penitenciárias Federais - em todo o Estado. A proposta foi abraçada pela Comarca de São João del-Rei e Cida Mendes mais que depressa levantou a bandeira para fazer acontecer a iniciativa.

Com o programa, realizado em parceria com o Nuptan, recuperandos da APAC e do Presídio local são estimulados a ler obras consagradas bimestralmente. Mais do que isso, são acompanhados no processo de leitura, compreensão e interpretação, culminando em resenhas que, depois de avaliadas, podem levar à redução de quatro dias nas penas individuais.

O movimento, porém, não para por aí. Todos os anos, a instituição realiza também a própria *Feira Literária*. Com tudo e com tanto, a Escola Estadual Detetive Marco Antônio Souza é instituição premiada e de referência em Minas, no Brasil e no exterior.

CONVICÇÕES

Cida garante que nunca acordou de mau humor ou desanimada numa Segunda-Feira “daquelas”. “Sempre olhei pro início da semana, mesmo cansada, como uma oportunidade nova de ensinar, mudar, fazer a diferença”, diz sobre potente filosofia própria que se soma, ainda, ao fato de jamais perguntar, na Escola Prisional, sobre os crimes cometidos pelos alunos-recuperandos. “É uma forma de não afetar

minha visão ou percepção sobre eles. Além disso, não sou juíza, promotora ou advogada. Sou educadora e tenho outras funções - nenhuma delas sendo ‘julgar’ ou ‘condenar’. Sendo bem franca, eu acredito numa ressocialização transformadora em vez de punitiva. Quero que todos atravessem estes portões com nova consciência.. Quer dizer... Podendo continuar a vida com dignidade e sem qualquer deslize cometido pra voltar. Isso também é Segurança Pública”, frisa.

Novo Eu

Tiradentes. *Fórum do Amanhã*. Bstou um aperto de mãos cordial para Cida Mendes entender: outro projeto, revolucionário, estava sendo apresentado a ela.

Na oportunidade, ela conheceu Eduardo Casarotto - psicanalista, pesquisador, especialista em Saúde Mental e fundador da Virtologia. Veio dele, então, uma proposta quase irrecusável: implementar na Escola Prisional o programa *Um Novo Eu*.

Idealizada por Casarotto, a iniciativa se baseia na evolução pessoal a partir de 33 virtudes ou competências humanas, todas transformadas em temas, discutidas em grupo e causadoras de auto-análises intensas até para a própria Cida, que amargava a angústia e o luto pela perda do marido, Lucas Resende. “Foram 30 anos de casamento, uma vida inteira juntos. Sabe tudo isso que te contei? Ele confirmaria porque foi testemunha. (*suspiro*) É terrível

acordar um dia e ver a casa vazia, seguir uma ‘carreira solo’ sem a dupla que amou”, diz.

Os processos do *Um Novo Eu*, então, foram mútuos. “Na verdade”, ressalta a educadora, “nunca me vi numa relação de hierarquia com meus alunos. Mas ali, de fato, isso foi ainda mais nítido. Questionei, aprendi e me transformei ao mesmo tempo em que eles”.

Com tantas metamorfoses, não demorou para que o programa fosse aberto, também, para familiares dos recuperandos. E foi multiplicando alcance, resultados e revoluções que registrar esses momentos se tornou inevitável. Eis que, quase sem querer ou perceber, Cida sacou o celular num dos encontros pra gravar interações.

O vídeo foi parar na Presidência da República e, agora, há planos para que *Um Novo Eu* seja implantado em todo o país.

CONTINUIDADE

São 38 anos de vida dedicados à Educação. Ainda assim, Cida Mendes não fala necessariamente em pausa ou descanso. Até, na verdade, menciona a palavra “Aposentadoria” - mas não da forma que se imagina. “Fico pensando em como serei quando decidir me aposentar. Será que consigo ficar quieta, dar um tempo pra mim mesma? Ou melhor: será que consigo desligar meu lado abelhuda? Essa coisa de meter o bedelho, acreditar que sempre tem espaço pra algo mais?”, analisa enquanto acena para outro aluno que, graças à Educação, viu oportunidades e recomços “florescerem”. ▼

Cidade Histórica, educadora memorável: Cida Mendes assumiu em Novembro a Secretaria Municipl de Educação em São João del-Rei



Sol, boas escolhas e qualidade de vida no Câncer de Próstata

Nutricionistas das Vertentes publicam artigo revelador sobre o poder dos alimentos certos e de hábitos simples para pacientes oncológicos. Mas acredite: as informações valem pra todos



Prepare-se para pedir desculpas ao Tomate que apodreceu inteiro – e esquecido – dentro da sua geladeira. Isso porque o fruto (sim, fruto) é uma das maiores fontes naturais de Licopeno, antioxidante reconhecido cientificamente como aliado na prevenção do Câncer. Papel semelhante desempenha, acredite, a Vitamina D, cujos níveis são insuficientes em 50,9% dos brasileiros (mesmo vivendo num “país tropical abençoado por Deus e bonito por Natureza”). No caso dela, sua principal força está em diminuir a progressão de tumores graças “a seu papel na regulação do crescimento celular e na modulação imunológica”.

Em outras palavras, “Vitamina do Sol” em índices saudáveis pode fortalecer pacientes oncológicos e, ao mesmo tempo, “enfraquecer” a ação cancerígena.

Quem garante são nutricionistas do Campo das Vertentes que assinam artigo da *Brazilian Journals of Development*. O trabalho, baseado em revisão sistemática de literatura, compila estudos que relacionam a tríade de exposição ao Sol, boa alimentação e exercícios físicos à “prevenção e ao manejo do Câncer de Próstata”. A doença, aliás, registra mais de 70 mil novos diagnósticos todos os anos no Brasil, mata 48 homens todos os dias e é foco em pesquisas de Márcio Augusto Trindade há mais de dois anos.

Antes de orientar Alice Oliveira Santos, Davi Sampaio Salomão Martins e Isabella Camila Moura, o professor se debruçava sobre os possíveis impactos do Trastuzumabe (medicamento usado no tratamento oncológico de Mamas e do Estômago) em intervenções contra o Câncer de Próstata.

Veio, então, o lampejo por expandir o que investigava, trazendo para a missão o trio de alunos do Uniptan, em São João del-Rei. Resultaram daí um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) e o artigo já mencionado, ambos focando na Nutrição não como uma vacina, mas como uma potente aliada inclusive no enfrentamento oncológico.

É nessa hora que Ciência, informação e Saúde Pública se visitam mais uma vez. “Precisamos, sim, buscar remédios para o Câncer. Também não podemos desistir da luta pela cura, claro. Mas tão importante quanto isso é seguir alertando para hábitos simples





que podem preveni-lo ou, por outro lado, potencializar melhores reações a tratamentos”, aponta.

Vertentes Cultural – *Um estudo recente, da Fiocruz Bahia, apontou que “o Brasil é um país de risco em deficiência de Vitamina D, com prevalência próxima a países europeus”. Bom... Impossível não relacionar essa conclusão ao artigo de vocês. Gostaria que explicassem por que cuidar desse aspecto é essencial...*

Isabella – A Vitamina D é um hormônio esteroide muito importante para metabolizar o Cálcio no organismo. Ou seja, está diretamente ligada à nossa saúde óssea e, também, à imunidade.


Davi – Um detalhe interessante é o fato de sua produção ser endógena. Quer dizer então que vamos estimular o corpo, “de fora pra dentro”, a sintetizá-la. Isso acontece especialmente com exposição ao Sol. Mas a ingestão de bons alimentos também tem impacto. Aí entra a Nutrição...

Alice – Sim... E fica mais fácil evidenciar sua importância também. A deficiência de Vitamina D pode levar ao enfraquecimento dos ossos, a dores musculares e facilitar, ainda, o surgimento de Doenças Autoimunes.

Vertentes Cultural – *O TCC/artigo de vocês também conecta, em algum ponto, a deficiência de Vitamina D e o Câncer de Próstata... O que precisamos saber sobre isso?*

Márcio – Essa questão tem várias camadas importantes. Basicamente, o surgimento do Câncer de Próstata pode envolver diferentes fatores. Podemos falar por exemplo em predisposição genética, alterações hormonais, inflamações crônicas e, por fim, em hábitos alimentares. Chegamos então à Vitamina D, que entre muitas funções



A man with dark curly hair and a goatee, wearing a white lab coat over a dark blue t-shirt, is shown in profile. He is holding a large bunch of leafy green vegetables, possibly lettuce, in his left hand. His right arm is extended towards a shelf of similar vegetables. The background shows a hydroponic growing system with multiple levels of plants under artificial lighting. The overall scene is clean and professional, suggesting a laboratory or research setting related to agriculture or nutrition.

modula processos inflamatórios e influi positivamente nas defesas imunológicas do corpo. Isso significa que exposições saudáveis ao Sol e dietas com os alimentos certos criam barreiras importantíssimas contra qualquer doença. Mas no caso específico do Câncer de Próstata encontramos estudos associando taxas satisfatórias de Vitamina D a melhores respostas aos tratamentos oncológicos e até “bloqueios” à progressão da doença, por assim dizer.

Vertentes Cultural – *Acho que nesta altura da entrevista algum leitor já levantou a pauta da suplementação. E de fato cabe falar sobre isso porque, de maneira oposta à deficiência de vitaminas, incluindo a Vitamina D, claro, há uma preocupação latente com a Hipervitaminose (isto é, ao excesso delas no organismo). A própria Sociedade Brasileira de Endocrinologia disparou novos alertas recentes sobre isso...*

Davi – Se resumíssemos o trabalho e o objetivo da nossa conversa aqui em uma palavra-chave ela seria *hábitos*. Porque veja bem... Em vez de focarmos em armas pra eliminar o problema quando bate à nossa porta (e isso vale tanto pra insuficiência de Vitamina D quanto para o Câncer de Próstata), o que estamos propondo é uma cadeia de comportamentos e escolhas bem feitas que fazem toda a diferença...

A suplementação, por exemplo, entrega no próprio nome pra que serve e como deve funcionar. Ou seja, ela não é a prioridade, a base. É uma estratégia adotada a partir de análises clínicas e de prescrições adequadas quando a exposição ao Sol e o consumo de alimentos que estimulam a produção natural da Vitamina D são insuficientes.

Isabella – A gente entende que a tarefa não é fácil. Nossos trabalhos nos confinam cada vez mais em escritórios – e nos privam da luz natural; a correria torna mais prático consumir enlatados do que picar verduras, refogar legumes... Mas o hábito começa com a mudan-



ça de pensamento; com o entendimento de que esses cuidados, mesmo que tomando mais tempo na nossa rotina, são questão de qualidade de vida e, até, de sobrevivência.

Vertentes Cultural – *Nada disso significa, porém, que um fim de semana na praia aproveitando todo Sol disponível e devorando uma bacia de salada vai suprir as necessidades orgânicas, certo?*

Davi – Assim é mais fácil ter insolação (risos). Mas falando sério, o equilíbrio segue essencial. A bem da verdade, não é um feriado prolongado nem suas férias que vão mudar um quadro maior do seu corpo. Tampouco uma overdose de bons alimentos uma vez ao ano. O ideal é buscar, mesmo, uma rotina de cuidados.

Vertentes Cultural – *Então vamos por partes agora: quanto à exposição ao Sol, como fazer isso de maneira segura e efetiva?*

Márcio – O ideal é tomar um banho de luz natural que dure de 10 a 30 minutos - no máximo - de duas a três vezes por semana, sempre cuidando para que isso aconteça antes de 10h e depois das 16h. Também é importante expor braços e pernas e, por incrível que pareça, evitar o filtro solar no “banho de Sol”. Esse detalhe é importante especialmente para as pessoas idosas, já que com o tempo a capacidade de sintetizar a Vitamina D naturalmente diminui.

Vertentes Cultural – *E sobre a questão alimentar? Em que cardápio essencial podemos pensar?*

Alice – A lista é grande! Produtos lácteos em geral como Leite e Iogurte são boas opções quando o assunto é Vitamina D. O Queijo também - mas é importante tomar cuidado com o teor de Sódio no produto. Além deles, podemos citar Ovos, Peixes...

Isabella – Da mesma forma, podemos falar também em opções complementares que fazem toda a diferença. Oleaginosas e Grãos Integrais, por exemplo, não são fontes diretas de Vitamina D, mas podem potencializar seus efeitos. Isso também vale para folhas escuras como Couve, Brócolis ou Rúcula, excelentes para a Saúde Óssea e o Metabolismo.

Vertentes Cultural – *Em tempo, o trabalho de vocês também trouxe esclarecimentos sobre o Licopeno e o Câncer de Próstata, não é?*

Alice – Sim, sim. O curioso é que, num primeiro momento, não pensávamos em abordar isso. Mas as revisões de literatura nos fizeram expandir um pouco o foco e foi inevitável citá-lo. Afinal, está presente especialmente no Tomate e nos seus derivados, bem como na Melancia, na Goiaba Vermelha...

Davi – Além disso tem ação antioxidante extremamente potente e bloqueia radicais livres que podem favorecer o crescimento de tumores. Também já



se fala, no meio científico, sobre uma possível relação entre a presença regular de Licopeno no organismo e menor incidência de Câncer de Próstata.

Vertentes Cultural – *Acho que fica ainda mais claro, então, o porquê de levantarem a bandeira da boa nutrição como um todo. Embora o trabalho de vocês tenha focado em respostas envolvendo o Câncer de Próstata, as considerações práticas, de boas escolhas no cotidiano, valem pra todo mundo...*

Alice – ... e em diferentes aspectos. Por exemplo, no caso de pacientes diagnosticados com a doença, mencionamos estudos que verificaram maior qualidade de vida durante o tratamento quando o paciente tinha histórico anterior de dieta equilibrada e controle do peso corporal.

Vertentes Cultural – *É neste momento, portanto, que vamos falar sobre a prática de exercícios físicos? Estava demorando... (risos)*

Davi – Com toda certeza! Até porque é algo indissociável. Aliás, tínhamos um receio quando publicamos sobre a relação entre Vitamina D e a modulação do Câncer de Próstata: o de parecer que, estando com os níveis desse hormônio em dia, nada mais importava. A bem da verdade, bons índices de massa magra (que inclui massa muscular) fazem toda diferença também.

Vertentes Cultural – *Trata-se então, emprestando um conceito do Cooperativismo, de um 'ciclo virtuoso'?*

Márcio – Absolutamente. E precisamos conscientizar ainda mais sobre essa questão. Recentemente partici-

pei de um congresso aqui mesmo, em São João del-Rei, e me espantei porque a questão alimentar não foi pautada. Precisamos insistir nisso, propor mais análises, debates. Pouco se estudou, por exemplo, sobre o impacto da nutrição em pacientes oncológicos graves.

Vertentes Cultural – *Opa! Temos um novo projeto de pesquisa surgindo?*

Isabella – É algo a se pensar. Foi magnífico realizar nosso trabalho e entregar tanto o TCC quanto o artigo. Por outro lado, desejamos que tivéssemos mais tempo e possibilidades pra realizar uma pesquisa de campo, entrevistar pacientes, entender as rotinas alimentares deles antes da doença. Mas acho que agora precisamos descansar um pouco até pra que mais ideias fluam (risos). Quem sabe... ▼





Mais

que uma escolha


FINANCEIRA.

O Sicoob tem **tudo pra ser seu.**

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:

 Cartões

 Crédito

 Investimentos

 Seguros

 Consórcios

 Previdência



Abra sua conta.
sicoob.com.br

 **SICOOB**

Central de Atendimento – Capital e regiões metropolitanas: 4000 1101* | Demais localidades: 0800 642 0000 | SAC 24 horas: 0800 724 4430
Ouvidoria: 0800 725 0996 – de seg. a sex., das 09 às 20h – ouvidoria@sicoob.com.br | Deficientes auditivos ou de fala: 0800 940 0408 – de seg. a sex., das 09 às 20h.
*Caso a qualidade não esteja o serviço: 4000-1101, informe o nº da operadora mais o DDD do seu estado.



SICOOB
Credivertentes