

# Quase 200 crianças cacondenses recebem da LBV estojos escolares

Ensina o presidente da Legião da Boa Vontade, José de Paiva Netto, que “quando a boa vontade dos homens se alia à Boa Vontade de Deus, nada mais é impossível de ser realizado”. É o que acontece ao unirem-se gente do povo, empresários e instituições com o nobre objetivo de ajudar as famílias de baixa renda. Este trabalho, que envolve o coração, mantém acesa a chama da solidariedade que ilumina os caminhos de muitos, preparando os “cidadãos do futuro” através da instrução e da educação. Graças à parceria do empresário Silvino Ramos de Faria Júnior e a Legião da Boa Vontade: noventa e uma famílias visitadas; 194 crianças beneficiadas com estojos escolares contendo: 12 giz de cera (grandes) e oito médios, 10 lápis de cor, seis canetinhas, uma borracha, um apontar, uma cola e três clips.

O colaborador Silvino Junior, 39 anos, é consultor da Receita Federal, empresário e despachante aduaneiro que trabalha, em São Paulo, com importações e exportações. Em recente visita à LBV e ao NOTÍCIAS, declarou: “A caridade desperta uma sensação maravilhosa no



Frank de Assis, representante da LBV de Caconde, com o empresário Silvino Ramos de Faria Júnior, exibindo exemplar do estojo escolar distribuído às crianças.

interior de quem a pratica, sobretudo pela alegria que proporciona a quem recebe. É uma sensação prazerosa, verdadeira adrenalina viciante. Acho que todo mundo deveria experimentar. É o bom vício ou o feliz hábito de fazer uma ação boa hoje, projetando outra para amanhã”. E continuou: “Agradeço a bela oportunidade que a Legião da Boa Vontade está nos dando, ao abrir suas portas, para que possamos contribuir para a alegria,

principalmente das crianças carentes. A caridade é um dom de Deus! E não há quem não possa fazê-la, pois, não sendo possível materialmente, todos podem realizá-la através de uma palavra de conforto, de um gesto de carinho, de um ato de amor para com o semelhante. Olhe para o lado, e você verá que sempre tem alguém precisando de quem o acolha”. E finalizou: “Fica aqui o nosso compromisso firmado com a LBV, de, juntos, realizarmos a Páscoa”.

Em nome do seu presidente Paiva Netto, a LBV agradece o colaborador Silvino e todos os que, de mãos dadas, formam a imensa e poderosa corrente dos homens, mulheres, jovens e crianças da Boa Vontade de Deus “por um Brasil melhor e por uma Humanidade mais feliz”. E suplica ao Cristo que lhes multiplique os bens materiais e espirituais, pois como afirma o líder da Boa Vontade: “Quem de si mesmo souber doar, de Deus será digno de tudo receber”.

## GENTE QUE ORGULHA NOSSA GENTE

### Fé salva empresa e a vida de uma mulher e de uma criança

Silvino Ramos de Faria Júnior trabalha e reside em São Paulo. É casado com Érica, tem três filhos: Maurício, de 17 anos; Mateus, de 5, e Marcelo, de 3. Seus pais, Silvino Ramos de Faria e Jerusa Helena Pereira de Faria, nasceram em Caconde, na região das Matas, bairro Escondido. Moram atualmente em São Caetano, na macrorregião do ABCD. “Meu avô criou sete filhas mulheres na base da enxada, do suor, do sacrifício... O trabalho é a chave das grandes vitórias. Esta é a nossa formação. Motivo pelo qual, comeci a trabalhar com 12 anos de idade. Meu primeiro registro foi na área de comércio exterior como Aprendiz de Serviços de Comércio Exterior, profissão que exerço há quase 28 anos”, conta. “Sempre fui um agraciado, mas, cinco anos atrás, apesar do alto conceito empresarial e de todas as conquistas, vivi momentos difíceis com uma crise na empresa e passei a enxergar as coisas de maneira diferente. Foi a partir de uma visita que fiz a um amigo comerciante, o saudoso Marcos, na época com 50 anos de idade, que teve paralisia infantil. Não andava, não tinha praticamente as duas pernas, apenas um dos braços funcionava. Para sobreviver instalou um barzinho, onde eu, sem serviço naquele momento de crise, ‘pensando a vida’, tomava um cerveja”, prossegue. “Vendo meu sofrimento, ofereceu-me uma Oração de Santo Expedito, dizendo: ‘Olhe pra mim, não tenho problemas, Deus me deu tudo que preciso! Leve e reze durante sete dias; e se

não funcionar, jogue fora!’. Guardei no bolso, acabei de tomar a bebida e voltei pra casa. No dia seguinte, lembrei-me de suas marcantes palavras: ‘Não tenho problemas!’ Então, raciocinei: ‘Mas como, se é o problema em vida?! Não anda, não faz nada sozinho como ir ao banheiro... E eu? Sou perfeito e acho que tenho problemas... Será que sua força e coragem resultam da fé e da comunhão com Deus, através de Santo Expedito? Resolvi testar. No terceiro dia de oração, ligou-me um empresário solicitando que eu montasse uma operação de comércio exterior para ele. E tudo começou a voltar aos eixos. A partir daí, eu, que sempre fui agraciado, que sempre tive tudo, entendi que se Deus havia me tirado e novamente me dado, é porque quer que reparta o muito que me deu com os que menos têm. E assim a caridade passou a fazer parte do meu cotidiano. Só em 2011, doei três mil brinquedos. E Caconde, que adotamos há dois anos, está nesta lista de beneficiados: ano de 2010, Lar do Menino Jesus; 2011, rádio Aurora FM, Prefeitura e LBV; este ano, LBV novamente. E completa, emocionado: “Outra grande prova da graça de Deus, através de Santo Expedito, foi quando minha esposa, por causa da pressão arterial altíssima, no sétimo mês de gravidez, teve de interrompê-la. A criança corria sérios riscos de morte, foi para a UTL... Nova promessa para o Santo! E Marcelo, o serlepe da turma toda, aí está com quase quatro anos. Portanto, nada mais importante que a Fé em Deus!”.  
**FÉ E OBRAS**  
Um dos quatro pilares da Fé,



Silvino Ramos de Faria Júnior: “Todo dia de manhã, antes de sair de casa, a gente deve olhar um pouquinho para cima, e agradecer a Deus pela graça da vida, por ter acordado mais um dia... e pedir proteção para mais um dia, porque de fato, como diz Jesus Cristo, ‘não cai uma folha da árvore se Deus não quiser’”.

segundo Paiva Netto, presidente da Legião da Boa Vontade, é a Fé Realizante que se opõe à fé ociosa. Ora, guardadas as devidas proporções, a história de Silvino Junior remete-nos à de Jó, no Velho Testamento da Bíblia Sagrada, e à do Bom Samaritano, no Novo Testamento. Não sem razão, afirmou Jesus Cristo: “Cada um receberá conforme suas obras”. E mais: “Na vossa perseverança encontrareis a vossa salvação”. Paulo, Apóstolo de Jesus: “A Fé é a substância das coisas desejadas, das coisas que não se veem (...)”. São Francisco de Assis: “Dando é que recebemos de Deus!”. Alziro Zarur, fundador da Legião da Boa Vontade, na Prece da Ave, Maria!: “Tudo aquilo que pedirdes ao Pai Celestial, em nome de Nosso Senhor Jesus Cristo, não somente já é vosso (no invisível) como já partiu do coração de Deus para vós (no visível)”. E, por fim, esta máxima de São Bento: “Ora et labora”. Isto é, reze, faça preces, mas trabalhe! Ou seja, realize boas obras, faça caridade!  
**A PAIXÃO PELA TERRA DE ORIGEM**  
O amor pelo nosso belo município-estância vem dos ancestrais. “Nossas raízes são todas cacondenses. Daí a eterna paixão pelas nossas belezas naturais, nossa gente, nosso clima, nossa tranquilidade de cidade interiorana”, ressalta. “A ponto de, dois anos atrás quando do casamento do meu primo Filipe, reviver através de meus filhos menores o ‘curtir’ árvores, passarinhos, galinhas, porcos, vacas.. Conclui que era hora de adquirir uma propriedade aqui. Então compramos um sítio e construímos casa para poder desfrutar das belezas de Caconde e ter toda a família reunida como nos tempos dos meus avós, dos meus pais. Minha pretensão é, dentro de 12, 15 anos, voltar para Caconde com toda minha família”, remata.

## SAÚDE

### GESTANTE: ATENÇÃO À POSTURA

Cuidados com a postura eliminam desconforto durante a gestação



A gravidez é um período repleto de mudanças, tanto físicas como psicológicas. Já no início, ainda no primeiro trimestre, os hormônios passam por alterações e começam a promover acúmulo de líquidos no organismo. O peso extra, aliado ao inchaço, além de causar incômodo, prejudica juntas e articulações, deixando-as mais frágeis.

Após esse período, quando começa a surgir a “barriguinha”, o centro de equilíbrio da mulher é alterado e ela passa a usar parte da musculatura de sustentação da coluna que até então permanecia inativa.

Essas mudanças físicas e comportamentais podem originar lombalgia, ou, dor nas costas. Este fator pode ser acentuado de acordo com o aumento de peso e a presença de outros agravantes, como problemas na coluna anteriores à gravidez.

Durante o período de gestação, o corpo feminino exige mais da própria musculatura, principalmente de membros como coluna, pernas e pés. A perda da visibilidade parcial ou integral dos membros inferiores é comum e, contribui para casos de acidentes e torções.

Uma dica importante está na escolha dos calçados. “Mulheres grávidas devem usar sapatos confortáveis, evitar sapatos de salto fino. O ideal é que os saltos, sempre largos, tenham entre 2cm e 3cm de altura”, alerta o dr. Eduardo de Souza, professor da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e membro da Associação de Obstetria e Ginecologia do Estado de São Paulo (SOGESP).

Quando o assunto é trabalho, revela o especialista, as gestantes precisam evitar atividades que as submetam a permanecer muito tempo na mesma posição. Caso não seja possível, pausas periódicas e exercícios de alongamento, realizados com orientação de um profissional, são imprescindíveis.

### RECOMPENDO AS ENERGIAS

Repouso é outro assunto de suma importância. Para isso, a gestante deve ter atenção especial a colchões e travesseiros. Além de confortáveis, eles precisam ser adequados ao seu peso e altura.

“O travesseiro precisa encaixar-se perfeitamente entre a cabeça e o ombro. Além disso, o ideal é que, pequenas almofadas sejam postas entre os joelhos, com a função de amenizar o incômodo na hora de dormir”, sugere.

A posição para dormir também merece cuidados. Por conta da anatomia dos vasos sanguíneos, o adequado é deitar-se do lado esquerdo, facilitando o retorno do sangue para o coração, melhorando a irrigação sanguínea e transmitindo maior quantidade de sangue para o útero e para o bebê.

A orientação é especialmente importante a partir da metade da gravidez, quando a mulher já não deve se deitar de barriga para cima ou de bruços.

“Esse tipo de postura prejudica o retorno do sangue das pernas para o coração, ocasionando sensação de falta de ar”.

### DE OLHO NA BALANÇA

Segundo o dr. Eduardo, as gestantes devem estar sempre atentas ao ganho de peso. Para ajudar a controlar a balança, exercícios físicos adequados e pequenas pausas e caminhadas durante o dia ajudam a fortalecer a musculatura, prevenir o surgimento de varizes, aliviar o inchaço, melhorar a postura e beneficiar a circulação sanguínea.

## ESPAÇO MÉDICO

### Fórum sobre USO ABUSIVO DO ÁLCOOL NO TRÂNSITO

Para discutir o uso abusivo do álcool no trânsito, a Associação Paulista de Medicina (APM) e a Ordem dos Advogados do Brasil Seção São Paulo (OAB SP) realizarão o Fórum sobre uso abusivo do álcool no trânsito, no dia 13 de abril, na capital. Foram convidados para o debate autoridades políticas, da Medicina e do Direito, como o Ministro da Justiça, José Eduardo Martins Cardozo, o presidente da OAB-SP, Luiz Flávio Borges D'Urso, o Desembargador, Coordenador da Área de Saúde do Tribunal de Justiça de São Paulo, Eduardo Almeida Prado Rocha de Siqueira, o Procurador Geral de Justiça, Fernando Grella Vieira, o Secretário de Saúde do Estado de São Paulo, Giovanni Guido Cerri, o vice-presidente da Frente Parlamentar de Saúde, Eleuses Paiva, o Secretário de Segurança Pública do Estado de SP – Antonio Ferreira Pinto, o Médico Psiquiatra da Uniad/Unifesp Ronaldo Laranjeira, entre outros. O fórum marcará o início de uma mobilização que será estendida a todos os níveis da sociedade com o objetivo de aprofundar a discussão nos aspectos médicos, jurídicos e sociais, considerando que as tragédias no trânsito demandam atitude consistente de todos os públicos. Informações e inscrições: [www.apm.org.br/forumtransito](http://www.apm.org.br/forumtransito).

### Não foi acidente

O movimento “Não foi acidente”, idealizado pelo jovem Rafael Balthesca, será uma das pautas do fórum. Depois de perder a mãe a irmã, mortas por um motorista que dirigia embriagado em São Paulo, Rafael deu início à campanha que propõe a alteração nas leis de trânsito, exigindo punição mais rígida para quem dirige alcoolizado. No site [www.naofoiacidente.org](http://www.naofoiacidente.org) há uma petição pública que pretende recolher 1,3 milhão de assinaturas.

### Coluna Mais Saúde

Perguntas e sugestões podem ser enviadas por e-mail para [acontece@acontecenoticias.com.br](mailto:acontece@acontecenoticias.com.br) ou para o endereço: rua Cotoxó, 303, conjunto 81-82, São Paulo, SP, CEP 05021-000

\*Distribuição Acontece Comunicação e Notícias