

INSUSTENTABILIDADE DOS AGROTÓXICOS

O Brasil é o campeão mundial no uso de agrotóxicos no cultivo de alimentos. Cerca de 20% dos pesticidas fabricados no mundo são despejados em nosso país. Um bilhão de litros ao ano: 5,2 litros por brasileiro!

Ao recorde quantitativo soma-se o drama de autorizarmos o uso das substâncias mais perigosas, já proibidas na maior parte do mundo por causarem danos sociais, econômicos e ambientais.

Pesquisas científicas comprovam os impactos dessas substâncias na vida de trabalhadores rurais, consumidores e demais seres vivos, revelando como desencadeiam doenças como câncer, disfunções neurológicas e má formação fetal, entre outras.

Aumenta a incidência de câncer em crianças. Segundo a oncologista Silvia Brandalise, diretora do Centro Infantil Boldrini, em Campinas (SP), os pesticidas alteram o DNA e levam à carcinogênese.

O poder das transnacionais que produzem agrotóxicos (uma dúzia delas controla 90% do que é ofertado no mundo) permite que o setor garanta a autorização desses produtos danosos nos países menos desenvolvidos, mesmo já tendo sido proibidos em seus países de origem.

As pesquisas para a emissão de autorizações analisam somente os efeitos de cada pesticida isoladamente. Não há estudos que verifiquem a combinação desses venenos que se misturam no ambiente e em nossos organismos ao longo dos anos.

É insustentável a afirmação de que a produção de alimentos, baseada no uso de agrotóxicos, é mais barata. Ao contrário, os custos sociais e ambientais são incalculáveis. Somente em tratamentos de saúde há estimativas de que, para cada real gasto com a aquisição de pesticidas, o poder público desembolsa R\$ 1,28 para os cuidados médicos necessários. Essa conta todos nós pagamos sem perceber.

O modelo monocultor, baseado em grandes propriedades e na utilização de agroquímicos, não resolveu nem irá resolver a questão da fome mundial (872 milhões de desnutridos, segundo a Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura %u2014 FAO).

Esse sistema se perpetua com a expansão das fronteiras de cultivo, já que ignora a importância da biodiversidade para o equilíbrio do solo e do clima, fazendo com que as áreas utilizadas se degradem ao longo do tempo. Ele cresce enquanto há novas áreas a serem incorporadas, aumentando a destruição ambiental e o êxodo rural. Em um planeta finito, assolado por desequilíbrios crescentes, a terra fértil e saudável é cada vez mais preciosa para garantir a sobrevivência dos bilhões de seres humanos. Infelizmente não há meio-termo nesse

O SINESP exige: o banimento dos agrotóxicos banidos de seus países de origem, o fim da pulverização de venenos por avião.

setor. É impossível garantir a qualidade, a segurança e o volume da produção de alimentos dentro desse modelo degradante. Não há como incentivar o uso correto de pesticidas. Isso não é viável em um país tropical como o Brasil, em que o calor faz roupas e equipamentos de segurança, necessários para as aplicações, virarem uma tortura para os trabalhadores.

Há que buscar solução na transição agroecológica, ou seja, na gradual e crescente mudança do sistema atual para um novo modelo baseado no cultivo orgânico, mantendo o equilíbrio do solo e a biodiversidade, e redistribuindo a terra em propriedades menores.

Isso facilita a rotatividade e o consórcio de culturas, o combate natural às pragas e o resgate das relações entre os seres humanos e a natureza, valorizando o clima e as espécies locais.

Existem muitas experiências bem-sucedidas em nosso país e em todo o mundo, que comprovam a viabilidade desse novo modelo. Até em assentamentos da reforma agrária há exemplos de como promover a qualidade de vida, a justiça social e o desenvolvimento sustentável.

Para fomentar esse debate, e exigir medidas concretas por parte do poder público, foi criada, em abril de 2011, a Campanha Permanente Contra os Agrotóxicos e Pela Vida. Dela participam cerca de 50 organizações, como a Via Campesina, o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec), a Associação Brasileira de Saúde Coletiva (Abrasco) e a Federação dos Trabalhadores do Ramo Químico da CUT no Estado de São Paulo (Fetquim). Confira o site na internet: www.contraosagrototoxicos.org.

A campanha visa à conquista da verdadeira soberania alimentar, para que o Brasil deixe de ser mero exportador de commodities (com geração de grandes lucros para uma minoria e imensos danos à população) para se tornar um território em que a produção de alimentos se faça com dignidade social e de forma saudável.

A outra opção é seguir nos iludindo com os falsos custos dos alimentos, envenenando nossa terra, reduzindo a biodiversidade, promovendo a concentração de renda, a socialização dos prejuízos e a criação de hospitais especializados no tratamento de câncer, como ocorre em Unai (MG), onde se multiplicam os casos dessa gravíssima doença, devido ao cultivo tóxico de feijão.

Frei Betto* - Artigo publicado no jornal "Correio Braziliense" *Frei Betto é escritor, autor de "A arte de semear estrelas" (Rocco), entre outros livros.



Notícias

Boletim Informativo do Sindicato dos Nutricionistas do Estado de São Paulo



Sistema de higienização em Cozinha Industrial

Restoclean é um sistema extremamente moderno para tratamento de gordura e carbonização. Proporciona uma limpeza econômica, reduzindo recursos de mão de obra, tempo e água, além de aumentar a vida útil de seus equipamentos e utensílios.

Única solução que permite limpeza de ferro, alumínio, aço inox, pratos de porcelana, vidro, caixas de plástico ou similares.

PRODUTO SEGURO:

- Certificado no Brasil pela ANVISA.
- Laudo de Biodegradabilidade.



RESPEITO AO MEIO AMBIENTE

O detergente utilizado pelo Sistema RestoClean é biodegradável, atóxico e não corrosivo. Seu uso em substituição a outros produtos químicos ajuda a diminuir danos ao meio ambiente.

A Solução funciona 30 dias sem troca.

"RestoClean trouxe mais praticidade, economia e qualidade ao serviço de limpeza do Mocotó. Nosso pessoal hoje consegue manter até os utensílios mais exigidos como se fossem novos."

Chief Rodrigo Oliveira

Tel.: (11) 5031-8712
www.restoclean.com.br

SEDE:

Rua 24 de Maio, nº 104 - 8º andar - Bairro Centro - Cidade de São Paulo - SP
Cep: 01041-000.
Tel: (11) 3361-4208

ou 3338-2539. Fax: (11) 3361-4237.
Email: sinesp@sindinutrisp.org.br

Subsede - Campinas

Rua Tiradentes, nº 446 - cj. 44- Jd. Itapura - Cidade de Campinas Cep: 13023-190 . Tel: (19) 2513-5222

Email: campinas@sindinutrisp.org.br



EDITORIAL

O nosso Sindicato completou 25 anos no dia 12 de abril de 2013. Ufa, um quarto de século. Comparado com nossos colegas Farmacêuticos, Fisioterapeutas, Médicos, e Psicólogos, ainda somos o irmão mais novo, que está aí para aprender com os mais velhos.

Se olharmos para os nossos irmãos Sindicatos de Nutricionistas, vemos que somos o irmão mais velho ou maior, aquele que tem um pouco mais de experiência, e pode ensinar aos seus irmãos a aprenderem sem errar. Porque errar faz parte do aprendizado, mas se podemos errar menos, avançamos mais rápido e melhor. Temos certeza absoluta que nossas ações estão sempre sendo observadas e, às vezes, imitadas. Por isso, precisamos fazer sempre o melhor, dar o exemplo do que é agir com honestidade, com ética, com foco e, acima de tudo, com AMOR. Todo este comentário é para falar da nossa festa de 25 anos que aconteceu neste mesmo dia 12 de abril, e que foi linda. Estivemos cercados de amigos, de colegas e de autoridades. Todos que vieram, perceberam a importância que eles tem perante o SINESP. E nós também percebemos que somos importantes para todos eles que nos prestigiaram, comparecendo e festejando conosco. Tudo estava lindo e perfeito!

Também sentimos a falta de alguns amigos/amigas que confirmaram presença, mas não puderam ir. Todos eles fizeram falta, mas entendemos que sua ausência foi por algo bastante sério. Afirmamos isso, porque no contato telefônico todos demonstraram uma imensa vontade de comemorar conosco este UM QUARTO DE SÉCULO DE EXISTÊNCIA. Nossa festa foi um momento de recebermos as pessoas que são a razão do SINESP existir - os nutricionistas, e as autoridades que sempre nos acompanharam e apoiaram nestes anos de luta. Não podemos deixar de apontar àqueles nutricionistas que homenageamos pelo apoio recebido todos estes anos. Recebido deles. E ainda não tínhamos tido a oportunidade de agradecer em público. Nossa festa foi, na verdade, mais deles do que nossa. Porque sem eles o SINESP não tem porque existir.

Obrigado à todos vocês NUTRICIONISTAS que estiveram presentes. Obrigado aos amigos, nossos convidados. Obrigado às autoridades que estiveram presentes abrilhantando a nossa festa. E obrigado à toda a Diretoria do SINESP que trabalhou muito para a festa se realizar. E um obrigado especial à Dra Izilda Rossi, nossa Vice Presidente, que trabalhou incansavelmente para tudo dar certo. E graças a DEUS, tudo deu certo.

Ernane Silveira Rosas - Presidente

O **Notícias** é o Boletim Informativo do Sindicato dos Nutricionistas do Estado de São Paulo.
Tiragem: 6.000 exemplares.

Sindicato:

Rua 24 de Maio, nº 104 - 8º andar - Bairro Centro - Cidade de São Paulo - SP Cep: 01041-000. Tel: (11) 3361-4208 ou 3338-2539. Fax: (11) 3361-4237.
Email: sinesp@sindinutrisp.org.br.

Subsede - Campinas

Rua Tiradentes, nº 446 - cj. 44- Jd. Itapura - Cidade de Campinas Cep: 13023-190
Email: campinas@sindinutrisp.org.br. Tel: (19) 2513-5222

Aberto de 2ª a 6ª das 9:00 às 17:00 horas.
Campinas fecha para almoço das 12 às 13h

www.sindinutrisp.org.br

DIRETORIA SINESP 2010 / 2015:

Presidente: Ernane Silveira Rosas
Vice-Presidente: Izilda G. C. Rossi
1ª Secretária: Maria Isabel C. Martins Boniolo
2ª Secretária Geral: Sheyla Cristina de O. Daltro
1ª Tesoureira: Rosana Oliva Camps
2ª Tesoureira: Madalena Vallinoti Moyá.
Diretora Social de Eventos: Elizeth K. Uezu Cazer

ALIMENTAÇÃO UMA QUESTÃO DE VIDA OU MORTE ! (CONTROLE HIGIÊNICO-SANITÁRIO EM SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO)



Quando se fala em alimentação e saúde nos deparamos com duas situações muito importantes: o conteúdo nutricional do alimento e sua segurança em relação ao controle higiênico-sanitário. É fundamental entender que nem sempre ingerimos diariamente os alimentos certos em variedade e quantidade, para suprir todas as nossas necessidades básicas.

Para um organismo saudável é necessária uma alimentação equilibrada e que obedeça as quatro leis da Nutrição segundo Pedro Escudeiro: Lei da Qualidade, Quantidade, Harmonia e Adequação. A alimentação é fundamental no desenvolvimento de um povo, para o crescimento físico, produtividade no trabalho e capacidade de aprendizado. Com isso, as defesas imunológicas ficam fortalecidas garantindo um organismo mais estável frente às invasões pelos agentes patogênicos.

Em 1989 a Organização Mundial da Saúde informou que, mais do que 60% das doenças de origem alimentar são DTAs Doenças Transmitidas por Alimentos, ou seja, os agentes etiológicos encontram-se entre as bactérias, vírus, fungos e parasitos, principalmente devido às práticas inadequadas de manipulação, matérias-primas contaminadas, falta de higiene durante a preparação, além de equipamentos e estrutura operacional deficiente e principalmente inadequação no processamento envolvendo o controle de tempo e temperatura.

Visando melhorar as condições higiênico-sanitárias na preparação de alimentos e adequar a ação da Vigilância Sanitária, o Ministério da Saúde publicou a Portaria Nº 1428 de 26/11/93, recomendando que seja elaborado um "Manual de Boas Práticas de Manipulação de Alimentos", baseado nas publicações técnicas da SBCTA, OMS e Codex Alimentarius. Em 15 de setembro de 2004 a Anvisa publicou a Resolução DRC 216 - "Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação". Este regulamento define as condições técnicas que devem ser seguidas nas Boas Práticas para a preparação de alimentos prontos para o consumo. Na realidade este Regulamento deve ser seguido pelos Estados e Municípios que não possuam um Regulamento Técnico específico para o controle higiênico-sanitário de alimentos. No dia 12/03/99 o CVS do Estado de São Paulo publicou a Portaria CVS-6 de 10/03/99, a qual consiste em um "Regulamento Técnico sobre os Parâmetros e Critérios" para orientar as ações da Vigilância Sanitária e as operações de controle para os estabelecimentos produtores e prestadores de serviços de alimentação. Nesta publicação, foram definidas as condutas e os critérios importantes para servir como referência para que seja elaborado o manual de boas práticas pelos Responsáveis Técnicos (RT) das empresas produtoras de alimentos. Todas estas publicações oficiais visam um melhor entrosamento entre o que se vai produzir com o que se vai fiscalizar, tendo como consequência um alimento com melhor qualidade higiênico-sanitária.

Neste sentido, o manual de boas práticas de manipulação, deve ser um descritivo real dos procedimentos técnicos para cada estabelecimento em especial, onde os procedimentos devem ser seguidos conjuntamente com os POPs (Procedimentos Operacionais Padronizados) constantes de RDC 216, dentre os quais, Higienização de instalações, equipamentos e móveis; Controle integrado de vetores e pragas urbanas; Higienização do reservatório; Higiene e saúde dos manipuladores. Estes POPs devem ser aprovados, datados e assinados pelo responsável técnico, responsável pela operação, responsável legal e ou proprietário do estabelecimento, firmando o compromisso de implementação, monitoramento, ava-

liação, registro e manutenção dos mesmos.

Além das Boas Práticas e dos POPs relacionados na RDC 216, é importante que se implante o Sistema APPCC Análise de Perigos e Pontos Críticos de Controle ou pelo menos os Princípios que embasam esta metodologia conforme as recomendações do PAS Programa Alimentos Seguros (Senac/Senai/Sebrae/Sesc/Sesi/Anvisa).

É importante ressaltar que as Boas Práticas e os POPs englobam o controle higiênico das operações e o Sistema APPCC define os controles críticos com ênfase ao controle sanitário dos alimentos.

Devemos lembrar que no Sistema APPCC, deve-se analisar os perigos e relacioná-los com as etapas de preparação, determinando os PCCs (pontos críticos de controle), ou seja, definindo no fluxograma de cada preparação ou de grupos de preparações, as reais situações onde devem ser realizados os controles e o monitoramento para confirmar se os critérios estipulados estão sendo atingidos. A análise de perigos consiste em avaliar a possível contaminação de origem biológica, física e química presentes nas matérias-primas, nos ingredientes e nas etapas de preparação dos alimentos, levando em consideração o controle de tempo e temperatura envolvendo a sobrevivência e a multiplicação dos microrganismos em todas as etapas de preparação dos alimentos.

As condutas e critérios descritos no manual de boas práticas e nos POPs configuram os procedimentos básicos que devem ser seguidos para o cumprimento do controle higiênico-sanitário como um todo e os PCCs (pontos críticos de controle) do Sistema APPCC constituem as situações prioritárias de segurança nas etapas de preparação dos alimentos onde o controle deve ser efetivamente realizado.

Todas estas adequações técnicas são fundamentais, porque os microrganismos estão se tornando mais resistentes aos nossos procedimentos de controle convencionais, além de causarem quadros clínicos mais graves e constituírem um maior número de espécies patogênicas para o homem, compondo novos grupos de patógenos, definidos como emergentes e reemergentes.

Como regra geral, melhorando o consumo dos alimentos através de uma dieta equilibrada e atribuindo melhor controle higiênico-sanitário na preparação dos alimentos, a alimentação estará favorecendo a vida e não a morte.

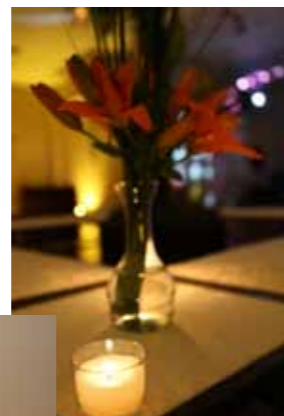
Dr. Eneo Alves da Silva Jr.

**Diretor da CDL Central de Diagnósticos Laboratoriais
Diretor da PróAlimento Cursos e Capacitações em Higiene Alimentar**

**Consultor da ANVISA para a Copa 2014
Consultor Nacional do PAS Programa Alimentos Seguros
(Senac/Senai/Sebrae/Sesi/Sesc/Anvisa)
Integrante do Conselho Editorial da Revista Higiene Alimentar**

**Coordenador da Comissão Técnico-Operacional da ABERC
Consultor do Programa Mesa São Paulo do Sesc
Consultor do Projeto Uso Racional da Água da Sabesp
Consultor CECANE-UNIFESP**

25 ANOS DO SINESP



ADOLESCENTE CONSUME 26 KG DE AÇÚCAR POR ANO COM REFRIGERANTE E SUÇO PRONTO

Adolescente consome 26 kg de açúcar por ano com refrigerante e suço pronto
FERNANDA BASSETTE - O Estado de S.Paulo

As crianças e os adolescentes brasileiros estão trocando o consumo de água e leite por bebidas açucaradas, como refrigerantes e sucos industrializados ou em pó - o que têm aumentado consideravelmente os casos de obesidade infantil, além dos riscos para o desenvolvimento de doenças antes observadas em adultos, como diabetes tipo 2 e hipertensão.

A constatação - que reforça a necessidade de mudanças de hábitos alimentares - está no primeiro estudo epidemiológico brasileiro que avaliou o consumo de bebidas entre crianças e adolescentes de 3 a 17 anos em cinco capitais: São Paulo, Rio, Porto Alegre, Belo Horizonte e Recife. A pesquisa, desenvolvida por pesquisadores da Faculdade de Saúde Pública da USP, da Faculdade de Medicina do ABC e do Instituto da Criança do HC, foi publicada no BMC Public Health.

O Ministério da Saúde considera a obesidade infantil uma epidemia. Os dados mais recentes (referentes a 2009) indicam que uma em cada três crianças brasileiras entre 5 e 9 anos está acima do peso ou obesa.

Os resultados da pesquisa são alarmantes. Mostram que, além de o leite e a água praticamente desaparecerem da dieta dos jovens, na média geral, as crianças e os adolescentes consomem cerca de 21 quilos de açúcar por ano só considerando as bebidas.

A pesquisa indica, por exemplo, que um adolescente de 11 a 17 anos ingere cerca de 26 quilos de açúcar por ano com as bebidas - quase 45% a mais do que ele poderia consumir no período (18 quilos), considerando o açúcar presente em todo tipo de alimento, não apenas nas bebidas (mais informações nesta página).

“Estamos vivendo um fenômeno universal de aumento dos casos de sobrepeso e obesidade infantil. No Brasil, isso vem se acentuando nos últimos 20 anos, especialmente em decorrência da maior oferta de alimentos e das melhores condições econômicas das famílias”, diz Cláudio Leone, professor da Faculdade de Saúde Pública da USP e um dos autores do estudo.

Segundo o professor, muitas famílias substituem o refrigerante por sucos industrializados por considerarem mais saudável, sem ter ideia de que esse tipo de produto muitas vezes tem tanto açúcar ou mais do que uma latinha de refrigerante. “As mães acham que o fato de ter uma fruta estampada na embalagem significa que é saudável”, diz.

É o caso da cabeleireira Maria Luísa Vieira de Araújo Silva, de 47 anos. Ela tem dois filhos: Augusto, que tem 15 anos e é “magrelo” e Júlia, que tem 12 anos e é “cheinha”. Segundo a mãe, Júlia costuma beber refrigerante ou sucos industrializados todos os dias nas refeições. “Ela praticamente não bebe água. Ela mata a sede com suco e refrigerante.”

Por causa do sobrepeso da filha, Maria Luísa levou a meni-

na ao nutricionista, que pediu que ela anotasse num caderno tudo o que consumia. “Quando ela viu, ficou assustada. Readaptamos o cardápio de casa, mas é muito complicado cortar de vez as bebidas. Trabalho fora o dia todo, não tenho como controlar tudo o que ela come e bebe.” Maria Luísa deixa o prato do almoço da filha pronto na geladeira, mas a menina ainda toma suco industrializado. “Suco natural é bom, mas e o preço da fruta?”

Para Ekaterine Karageorgiadis, advogada do Instituto Alana e conselheira do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (Consea), um dos fatores que explicam os resultados da pesquisa é o aumento da oferta de produtos e o crescimento da publicidade dirigida às crianças.

“Boa parte dos produtos consumidos pelas crianças tem ações mercadológicas na TV ou na internet. E a publicidade foca na parte boa, como ‘rico em ferro’ e ‘rico em vitaminas’, e não deixa claro quanto há de açúcar. Isso faz as mães acreditarem que esses produtos não fazem mal.”

Maria Edna de Melo, diretora da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade (Abeso), diz que o consumo de açúcar aumentou de maneira geral. “Vemos isso no dia a dia no consultório.” Para ela, a única forma de reverter o crescimento da obesidade é promovendo ações de educação. “Não dá para crucificar a mãe que dá suco ou refrigerante para seu filho. A questão da informação e da condição social precisam ser levadas em consideração. É bem mais caro comprar alimentos saudáveis. É preciso uma política de governo com enfoque na educação alimentar.”

Patrícia Jaime, coordenadora de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde, diz que a pesquisa traz resultados alarmantes, que vão orientar novas políticas públicas.

“A obesidade infantil é o tema central do programa Saúde na Escola, que é uma ação do Ministério da Saúde, em parceria com o da Educação, desde 2008”, diz. Segundo Patrícia, a meta do ministério é reverter a curva de crescimento da obesidade entre crianças e estagnar entre os adultos nos próximos dez anos.

Nota do Sindicato: Está provado que a população brasileira está sendo conduzida, através da mídia, para todos se tornarem obesos. O SINESP pergunta:

- O que você nutricionista está fazendo para combater este mal do século?
- Quais foram suas ações?

As melhores respostas irão concorrer a uma viagem à Brasília nos dias 15 e 16 de agosto para participar do XIV Fórum Internacional dos Especialistas em Vigilância Sanitária (www.abpvs.com.br). O sorteio será realizado no dia 06/07/2013 na sede do SINESP.

CURSOS SINESP

UPR - UNIDADES PRODUTORAS DE REFEIÇÕES (APRIMORAMENTO)

Objetivo: desenvolver competências necessárias para a gestão de Unidades Produtoras de Refeições, aprimorando o profissional para o mercado de trabalho



Estrada 4 - 16hs 27/07/13 e 10/08/13
 Gestão Financeira - Alice Kimura / Felisbela Pino
 Budget
 Orçamentos
 Compras
 Controle dos custos fixos e variáveis

Estrada 5 - 16hs - 24/08/13 e 14/09/13
 Gestão da Qualidade e Segurança Alimentar - Filomena Filipe
 Legislações Sanitárias
 ISO's / Certificações
 Ferramentas da Qualidade
 Manuais, POP's e auditorias
 Sustentabilidade

Estrada 6 - 8hs - 28/09/13
 Marketing - Felisbela Pino/Marcia Lima Soares
 Atendimento e comunicação
 Educação Nutricional
 Indicadores / BSC (Balanced Scorecard)
 Eventos

Estrada 7 - 8 hs - 19/10/13
 Uso da Tecnologia na Administração de UPRs - Marli Brasioli
 Programas de gestão
 Equipamentos
 Uso da tecnologia da informação

Horário das aulas: 8:30 às 17:30 horas
 Consulte preço e condições de pagamento junto ao SINESP - Sindicato dos Nutricionistas do Estado de São Paulo - 3361.4208 / 3337.5263 com Georgia Rossi.

Investimento:
 SÓCIOS SINESP
 R\$ 60,00 para Estradas com 1 sábado
 R\$ 120,00 para Estradas com 2 sábados
 R\$ 240,00 para Estradas com 4 sábados
 Sócios que farão todas as Estradas - R\$ 700,00

NÃO-SÓCIOS
 R\$ 160,00 para Estradas com 1 sábado
 R\$ 320,00 para Estradas com 2 sábados
 R\$ 640,00 para Estradas com 4 sábados
 Não-Sócios que farão todas as Estradas - R\$ 1.800,00

ESTUDANTES de Nutrição e Pós Graduação em Nutrição
 R\$ 80,00 para Estradas com 1 sábado
 R\$ 160,00 para Estradas com 2 sábados
 R\$ 320,00 para Estradas com 4 sábados
 Não-Sócios que farão todas as Estradas - R\$ 850,00

TÉCNICOS EM NUTRIÇÃO
 R\$ 90,00 para Estradas com 1 sábado
 R\$ 180,00 para Estradas com 2 sábados
 R\$ 360,00 para Estradas com 4 sábados
 Não-Sócios que farão todas as Estradas - R\$ 950,00

WORKSHOP MODALIDADES ESPORTIVAS

Dias: 05 e 06 de julho
Horários: dia 05 das 9h00 às 18h00
Dia 06: das 9h00 às 15h00
Local: SINESP

Dia 05/07
 Atuação dos Nutricionistas em Equipes de Basquete - Mirtes Stancanelli
 Atuação do Nutricionista em Academias- Andrea Zaccaro
 Atuação dos Nutricionistas em Atletas de Lutas- Glauca Braggion
 Atuação dos Nutricionistas em Maratona - Luisa Mascarenhas
 Atuação do Nutricionista em equipes de Voleibol-Luciana Setaro
 Atuação do Nutricionistas em Atletismo-Mariana Kopler
 Atuação dos Nutricionistas Com Nadadores - Renata Rebello

Dia 06/07
 Atuação do Nutricionista em equipes de futebol - Alessandra Favano
 Atuação do Nutricionista com Atletas de Triatlon- Tania Rodrigues
 Atuação dos Nutricionistas com Esportes Adaptados-Regina Celia da Silva
 Dopping nos Esportes - Franz Burini

Investimento
 Sócios: R\$ 80,00
 Não Sócios: R\$ 200,00
 Estudantes: R\$ 150,00
Inscrições: SINESP - fones:11/3361-4208 /3337-5263 com Georgia

ELABORAÇÃO DE FICHAS TÉCNICAS (SÃO PAULO)

Dia 06 de Agosto de 2013 das 9hs às 17hs00 na sede do SINESP - R. 24 de Maio, 104, 8º andar - Centro.

Palestrante: Aline Fonseca
 Conteúdo Programático: - preparar-se para fazer as fichas técnicas / - cardápio / - ingredientes / - tabela de fatores de correção, cocção e rendimento / - equipamentos adequados / - conscientizar a equipe da importância da ficha técnica

A Ficha Técnica é o principal documento de trabalho da cozinha, tem por principais objetivos estipular um padrão de preparação das produções culinárias, atender às necessidades de definir com precisão as quantidades de ingredientes para cada prato e determinar custos.

Investimento:
 Sócios com carteiraira: R\$ 50,00 / Não-sócios: R\$ 150,00 / Estudantes de pós e graduação: R\$ 80,00 com comprovante de estudante 2013 / Técnicos em Nutrição: R\$ 90,00 com comprovante de técnico(a)
 Inscrições: Ligue no SINESP 11/3337 5263 e 3338 2539 e reserve sua vaga com Georgia. Veja condições de pagamentos.

CURSO PREPARATÓRIO PARA CONCURSOS

O SINESP – Sindicato dos Nutricionistas do Estado de São Paulo sempre foi muito elogiado pelos cursos oferecidos. A partir deste ano de 2013 começamos o curso preparatório para concursos, um ensejo de muitos anos da diretoria do sindicato. Felizmente conseguimos realizar duas turmas, uma de 2ª a 6ª feira e outra turma aos sábados. O objetivo do curso é preparar os profissionais nutricionistas para os concursos que estão sendo abertos e os que virão ao longo de 2013, de diversas prefeituras. O cronograma do curso está voltado para todas as áreas da Nutrição, Português, Matemática, Informática, Legislações e Inglês, abrangendo todas as matérias exigidas em concurso.

Todos estão elogiando o curso pelos ótimos professores e conteúdo programático.

Esperamos fazer outras turmas no segundo semestre.



NUTRICIONISTAS DE CAMPINAS E REGIÃO

Associe-se ao SINESP e venha atender seus pacientes em nosso consultório totalmente equipado. Entre em contato conosco para maiores informações.

gerencia@sindinutrisp.org.br

Dra Izilda Rossi



BOLSA DE EMPREGOS DO SINESP

Prezados Nutricionistas

No site do SINESP www.sindinutrisp.org.br temos a bolsa de empregos na qual vocês podem deixar seu currículo ou mandar para as empresas que estão oferecendo vagas.

A Insert Química Industrial é uma empresa especializada na fabricação de Produtos de Higiene e Limpeza: Hig. de Cozinha, Hig. Geral, Hig. de Pisos, Hig. Têxtil e Linha Alimentícia.



ATUAMOS HÁ 16 ANOS NO MERCADO

Com seriedade e respeito aos nossos Clientes.



www.insertq.com.br Tel. (11) 4075-6450
E-mail. vendas@insertq.com.br

OS DEZ MANDAMENTOS DA ALIMENTAÇÃO INFANTIL:

dicas de Gabriela Kapim



1) Alimentação é, acima de tudo, um gesto de afeto e carinho

“Alimentar é uma forma de cuidar dos filhos. A amamentação tem essa simbologia, do cuidado, do afeto, do amor. E muitas mães esquecem disso depois que a criança passa para a fase do garfo e da colher”, explica. Ou seja, o importante é a mãe entender que se oferece alimentos saudáveis, está fazendo um bem ao filho. E não o contrário.

2) Alimentação consciente é uma questão de educação! Comer bem e de forma saudável se aprende em casa e desde cedo

Como tudo o que a criança aprende na vida, a alimentação vai de acordo com o que os pais ensinam. “Na alimentação acontecem os primeiros ‘nãos’ que os pais dão aos filhos. Pode a criança não escovar os dentes? Não. Então também não pode a criança não comer uma fruta”, resume Gabriela.

3) Comida não é moeda de troca! Não pode haver negociação entre comida e brinquedo, passeio, festa...

O que muitos pais fazem é uma negociação com os filhos sobre a alimentação. “A criança começa a não comer bem para chamar a atenção dos pais, e eles acabam negociando com bens materiais. E não é essa a moeda que as crianças estão pedindo”, explica Kapim. De acordo com a nutricionista do “Socorro! Meu filho come mal”, a negociação com os filhos vai resolver uma situação pontual. “O que não pode é chegar ao ponto de tudo ter que negociar. Quando se educa e dá carinho, não é preciso negociação”, finaliza.

4) O prato precisa ter 5 cores diferentes

A variação de cores significa uma variação de nutrientes. Ou seja, uma comida colorida mostra que é um refeição com todos os nutrientes necessários. “Se os pais colocam só verde, a criança vai deixar de receber os nutrientes e minerais do que tem no amarelo, por exemplo”, diz Gabriela. Segundo ela, são quatro categorias de alimentos que é necessário ter no prato. Leguminosos (feijão, grão-de-bico, lentilha); cereal (arroz, trigo, cevada, aveia); proteína (frango, carne, peixe, ovo) e vegetais (hortaliças e verduras).

5) Os pais são sempre o melhor exemplo para os filhos. Atenção ao que você come na frente do seu filho!

A explicação é simples: não adianta você ir ao fast food com seu filho, chegar em casa e oferecer uma fruta. “A família é o maior exemplo da criança”, salienta a nutricionista.

6) A hora da refeição deve ser um momento de reunir a família

Gabriela Kapim chama atenção para um costume antigo que se perdeu ao longo dos anos, o de fazer as refeições em família. “Ninguém mais come junto, é cada um no seu canto. Se reunir dá a oportunidade de a criança ver o que os pais comem, deles saberem como foi o dia do filho. Esse momento faz parte de uma boa rotina alimentar”, diz.

7) Nada de televisão, tablet, videogame ou celular ligados durante as refeições

“Eles são a distração do cérebro”, resume Kapim. Segundo a nutricionista, se a criança se alimenta vendo TV ou brincando com o celular, o cérebro não registra o que está sendo ingerido. “A criança tem uma absorção prejudicada, alterando o funcionamento do Sistema Nervoso Central. Ela pode comer demais, ou comer menos do que precisa”, justifica.

8) Para não gostar de um alimento, a criança precisa experimentar várias receitas! Às vezes, a forma de se preparar o alimento muda a aceitação da criança

Estudos mostram que para uma criança não gostar de algo é necessário que ela tenha experimentado o alimento pelo menos 10 vezes, de maneiras diferentes, segundo a nutricionista. “Para a criança reconhecer que não gosta de cenoura, por exemplo, é preciso que os pais ofereçam a cenoura em dez maneiras diferentes. A cenoura ralada tem um sabor, a cozida tem outra e por aí vai. Então ofereça bolo de cenoura, purê de cenoura, suflê de cenoura e outras variações antes de desistir”, conta.

9) Se a criança não estiver com fome, não precisa comer. Mas não pode comer outra coisa antes da refeição...

É o que acontece com a substituição pelas refeições. A tática é: se a criança não quer comer naquela hora, tudo bem. Mas na hora de comer, deve ser a refeição. “Ela não deve ser obrigada a comer. Tem vezes que a criança realmente não está com fome, mas não pode substituir por outra coisa”, diz Kapim.

10) As regras são para todos os membros da família!

Os filhos seguem os exemplos dos pais. “Não vale querer que a criança coma três tipos de frutas se a família não come uma!”, resume Kapim.

GEACAN - GRUPO DE ESTUDO DE ACESSORIA E CONSULTORIA EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

GEACAN - Grupo de Estudo de Assessoria e Consultoria em Alimentação e Nutrição

O GEACAN (Grupo de Estudo de Assessoria e Consultoria em Alimentação e Nutrição) é um grupo atualmente composto por profissionais da área de nutrição. Esse grupo foi criado com a finalidade de trocar experiências profissionais entre os seus integrantes; manter-se atualizado em relação ao que vem sendo desenvolvido quanto à nutrição e alimentação; promover discussões de interesse do grupo a outros profissionais; divulgar experiências e conteúdo das discussões do grupo.

Este espaço tem por objetivo também oferecer aos associados artigos e divulgação de cursos e muito mais.

O GEACAN é, pois, um espaço aberto para todos que querem atualizar-se nos temas relacionados à Nutrição e fortalecer seu networking, que desejem aprender e ensinar.

Participe!!!

Cronograma 2013

DATAS	EVENTOS
22/05/2013	Como abrir uma empresa
26/06/2013	Visita à Fispal Food service
21/08/2013	Legislações CFN/CRN3
18/09/2013	Legislações Sanitárias
16/10/2013	Profissionais que sofreram ações da ANVISA
13/11/2013	Manual de Boas Práticas e POP's
04/12/2013	Confraternização

OBS: Serão informadas antecipadamente quanto à alterações nas datas e temas das palestras e visitas.

Reuniões Horário: 14:00 às 16:30h

Visitas: à combinar com o grupo.

Local: SINESP – Sindicato dos Nutricionistas do Estado de São Paulo

Endereço: Rua 24 de Maio, 104 – 8º andar – Centro – República

(11) 99709-3775 (Isabel-coordenadora)

Email :sinesp@sindinutrisp.org.br / bel_boniolo@yahoo.com.br

QUE ATITUDE TOMAR AGORA?

Diante do impasse que vem acontecendo em relação a atuação dos nutricionistas prestadoras de serviços nas ILP Filantrópicas com a determinação do CRN3 no tocante a Responsabilidade técnica de 20h semanais e a autorização de até 02(duas) RT.

Trabalhamos com salários irrisórios (em torno de R\$ 500,00) que são os que as ILP Filantrópicas podem pagar (ou perdemos este nicho de mercado que nos foi apresentado?)

Não poderíamos ter critérios que avaliassem as ILP e que fossem exigidos das ILP de Alto Padrão que pagam salários realmente mais compatíveis o que esta sendo exigido atualmente e para as ILP realmente filantrópicas, tivessem outros critérios para jornada de trabalho e RT?

Existem ainda as ILP que estão dentro dos padrões legais e realmente estão impossibilitadas financeiramente de contratar todos os profissionais de saúde exigidos por lei, com salários mais compatíveis.

Dentro deste contexto, pergunto como poderíamos criar condições para que o profissional nutricionista pudesse ser ouvido quanto à sua atividade e à sua remuneração?

Milciria Teixeira Filho - CRN3: 10265

A COPA DE 2014 E AS INSPEÇÕES SANITÁRIAS

O programa de inspeções que está sendo testado em 16 restaurantes utilizados como pilotos do projeto "Check List da Copa", será iniciado oficialmente entre abril e maio de 2013.

O modelo de inspeção ainda encontra-se em fase de estruturação, porém, sabe-se que o modelo será semelhante ao adotado por outras cidades, como Londres e Nova York através da classificação dos estabelecimentos por letras ou números conforme as condições higiênico-sanitárias encontradas (veja abaixo o modelo utilizado em Nova York). Os resultados das inspeções seriam expostos ao público em local visível, como na entrada do estabelecimento ou divulgados via Internet, por exemplo.

As autoridades sanitárias estão ainda listando quais estabelecimentos participarão do programa de inspeções. Há indícios que somente estabelecimentos fixos (ou seja, ambulantes não entrariam no programa) a um dado raio quilométrico dos estádios onde ocorrerão os jogos da Copa do Mundo entrariam no programa de inspeções. Ainda não se sabe se os estabelecimentos localizados em Shoppings Centers estariam ou não no programa de inspeções.

A metodologia de avaliação, apelidada informalmente de Check List da Copa, será inteiramente baseada da legislação federal vigente (RDC 216/2004), legislação essa que se aplica em todo o país e fornece diretrizes exclusivas para serviços de alimentação com relação às boas práticas de fabricação de alimentos.

A seguir ilustramos o modelo utilizado em Nova York:



Fonte da imagem:

<http://www1.folha.uol.com.br/cotidiano/1219031-restaurantes-serao-classificados-pela-higiene.shtml>

BENEFÍCIOS OFERECIDOS AOS NUTRICIONISTAS ASSOCIADOS. FILIE-SE E OBTENHA ESSAS VANTAGENS.

Kimberly Estética

Emagrecimento, rejuvenescimento facial, redução de medidas, RPG, depilação a laser - 10% de desconto - R. Manuel de Freitas 169 - Tatuapé - SP - www.kimberlyestetica.com.br - 2091 8952

Mega Attitude Centro de Saúde e Beleza

Tratamento corporal e facial com descontos de 25% e 10%.
R. Azevedo Soares 2105 - Tatuapé - 2091 7568 - www.attitudeestetica.com.br - contato@attitudeestetica.com.br

Não + Pêlo Cambuci

Líder mundial em fotodepilação! Serviço de fotodepilação e fotorrejuvenescimento por IPL (luz pulsada intensa) com preço único para todas as áreas. Associados SINESP 10%
R Antônio Tavares 383, Cambuci 3807 5777 / 3467 8888 cambuci.sp@naomaispelo.com.br não válido para pacotes ou promoções vigentes.

CTN - Centro de Terapias Naturais

Dr. Carlos Alberto Kalil Neves
R Condessa Siciliano 27 - Santana - SP - www.ctn-santana.com.br - nevescarlos56@hotmail.com - Descontos de 20% e 50%

Lipocenter

Associados SINESP 15% de descontos - Tratamentos faciais e corporais
R Avelino Lopes 202 Osasco - 3682 5254 - fernanda@lipocenter.com.br
www.lipocenter.com.br

Derma Line (Dermatologia, Cosmiátrica e Endocrinologia)

Tratamentos de doenças de pele, unhas, cabelos e disfunções endócrinas
Associados SINESP descontos de torno de uns 50%
R Conde de Itú 550, Alto da Boa Vista / Av Rouxinol, 55, 6º and, Moema
Fone: 11/5523 9222 - www.dermaline.com.br - fatu-ramento@dermaline.com.br

Emagrecentro

Associados SINESP 10% de desconto - R. Apotribú 139 - 7º and - Saúde
5585 2700 - www.emagrecentro.com.br - vivi.nutricionista@emagrecentro.com.br
Speed Performance, radiofrequência, oligomodelagem, cellu power, lipo carbox

Espaço Acqua

Tratamentos estéticos faciais, corporais e capilares; massagens e banhos terapêuticos
Descontos de 10% até R\$ 50,00 e 20% acima de R\$ 50,00. Serviços de cabelo 5% de desconto para Associados SINESP - www.espacoacqua.com.br - 3459 7000
contato@espacoacqua.com.br

Miss Hollywood

Associados SINESP 10% de descontos
Manicure, pedicure, cabelo, estética facial e depilação
R Machado Bittencourt, 196 - VI Clementino - 5585 2700 - www.misshollywood.com.br
vivi.nutricionista@emagrecentro.com.br

Soulspa Therapies

Associados SINESP 50% de Descontos
R. Normandia 61, Moema - 5531 2151 - www.tami-terapiafloral.com.br
terapia floral e aromaterapia

PARCERIAS COM PÓS GRADUAÇÃO.

Universidade Municipal de São Caetano do Sul

Descontos de 10% à 20% para ASSOCIADOS SINESP
Av Goiás 3200, Barcelona, São Caetano do Sul, SP - 4239 3200
www.uscs.edu.br
R Santo Antônio 60, Centro, S. C. do Sul, SP

COMPLEXO EDUCACIONAL FMU

www.fmu.br
Central de Atendimento
Contato: Angelo Capel Martins - Tel.: 11 3346-6254
Ramais 6314 e 6327
E-mail: angelo.martins@fmu.br - End. Rua Tagua, 150 - Liberdade
Unidades
Centro, Itaim Bibi, Liberdade, Brigadeiro, Morumbi, Ponte Estaiada, Santo Amaro, Vila Mariana I, Vila Mariana II e Vergueiro..
Associado/Colaborador e dependentes do SINESP possuem:
10% Graduação, Graduação Tecnológica, Extensão sobre o valor da pontualidade (5º dia útil)*;
20% de desconto sobre o valor de pontualidade (5º dia útil) Pós-Graduação (Especialização e MBA)*
Taxa de inscrição para o Processo Seletivo/Vestibular GRATUITA**.

*Desconto vÁLido para pagamento no 5º dia útil de cada mês, estão exclusas dessas condições as taxas de matrícula e rematrícula, confira a disponibilidade de cursos, unidades e horários no site www.fmu.br.

Pós Graduação IMeN - Associado SINESP tem 20% de desconto

Nutrição Humana Aplicada e Terapia Nutricional | São Paulo - 1º Semestre 2013
Nutrição Materno Infantil | 1º Semestre 2013
Local: Praça Dácio Pires Correia, 44 - Jabaquara - São Paulo - SP próximo à estação Jabaquara do metrô (11) 3253-2966 - cursos@imeneducacao.com.br
www.imeneducacao.com.br

Pós Graduação RACINE

<http://www.racine.com.br/> - R. Padre Chico, 93 - Pompéia - SP
O SINESP informa que seus associados tem 10% de descontos nas mensalidades dos cursos de Pós-

Graduação, Cursos Intensivos e Eventos da Racine em 2013.

Universidade Castelo Branco

10% nas mensalidades de Pós Graduação em Alimentos Funcionais e outros.
Informações: www.cursosucb.com.br - São Paulo - R. Vergueiro 875 - 3º andar - Cj 34 - Paraíso - 11/3203 1230 / Sorocaba - R Padre José de Anchieta 325 -15/ 3329 4524

Pós UNG - Universidade de Guarulhos

UNG - Praça Teresa Cristina 01 - Centro - Guarulhos - SP - 2464 1700
Descontos de 10% em mensalidades para os associados Sinesp
www.ung.br - 0800 15 8822 - Campus:Centro / Du-tra / Itaqué / Jabaquara

Pós Uninove

ISENÇÃO DA TAXA DE INSCRIÇÃO para os processos seletivos de Graduação e Pós.
(Desconto cumulativo com o do 5º dia do mês.) - 15% de desconto MENSAL (Pós-Graduação - Lato Sensu) - Contato: 2633-9161 / 2633-9066 / 2633-9192 - UNINOVE - www.uninove.br

Pós Famesp - Faculdade Método de São Paulo

Associados SINESP isenção de matrícula e 10% no valor
Local: FAMESP - Faculdade Método de São Paulo
Unidade Saúde I - Av. Jabaquara nº 1313 - Bairro Jabaquara
SÃO PAULO / SP. Organização:
Instituto Avançado de Ensino, Pesquisa e Tecnologia de Londrina
Telefone: (11) 5074.1010 (43) 3322.4754 / Fax: (43) 3339.2131
E-mail: contato@famesp.edu.br / iaepetel@iaepetel.com.br
Site:www.iaepetel.com.br

Pós Fia

Pós Graduação e Extensão - descontos de 10%
Informações: 43355070 ou pelo site: www.fia.edu.br
R. Odeon, 150 - VI Alcântara - São Bernardo do Campo

Pós e Extensão CBES (Grupo Educacional)

CBES (Grupo Educacional) / Pós graduação lato sensu
Informações: 5585 0060 ou pelo site: www.cbes.edu.br
R. Caramuru 485 - Mirandópolis - SP
Associados Sinesp 5% mensalidades

Pós UGF

Informações: São Paulo (11) 2714-5656 e 4062 0642
<http://www.posugf.com.br/cursos/posgraduacao-nutricao>
R. Treze de Maio, 681 - Bela Vista - SP
Associados Sinesp 10%

25 ANOS DE SINESP



Presidente do SINESP Ernane e Izilda Vice-Presidente



Dr Eneo Alves da Silva Jr, Dra Zarife Nacle, Dra Herminia Carvalho, Dra Maureen Gregson e Dra Debora Cabanes



CRN3ª Dra Lucia Helena, Dra Karina Simas e Dra Solange Saavedra



Dr Murilo de Campos Pinheiro - Presidente da CNTU



Funcionários do SINESP



Dra Fabiana Borrego, Dra Felisbela Pino e Dr Ernane



Nutricionistas do GEA



Dra Tânia Rodrigues, Dra Felisbela Pino, Dra Andrea Esquivel, Dra Madalena Vallinoti, Dra Nives Marques

Comemoramos no dia 12/04/2013 25 anos de recebimento da Carta Sindical pelo Ministro do Trabalho Almir Pazzianoto, e consideramos esta a data de fundação do SINESP. Fizemos uma retrospectiva de como foram estes 25 anos e homenageamos os nutricionistas que sempre acreditaram no SINESP tornando-se sócio da entidade. Homenageamos também a primeira Presidente do SINESP, Dra. Lucia de Freitas Amorim, que nos prestigiou nesta noite. As entidades da área de nutrição também foram homenageadas, principalmente a mãe de todas a APAN – Associação Paulista de Nutrição, que é a entidade mais antiga. Agradecemos a todos que foram nos prestigiar e que fizeram a nossa noite ficar mais estrelada.



Diretores do SINESP



Dra Milena Orofino, Dra Izilda Rossi, Dra Renata Vignali, Dra Sheyla Daltro, Dra Daniela Bittencourt



Dr Ernane e Dra Vera Barreto Vice Presidente do CRN3ª



Dr Ernane e Dra Marli Brasioli Presidente da APAN



Dr Ernane e Dra Vânia Cabrera - Homenageada



Jornalistas, Dr Ernane e Dr Pedro Petrelli Presidente do Sindicato dos Odontólogos



Dra Lucia de Freitas, 1ª Presidente do SINESP



Dr Ernane e Dr Cesar Azevedo - Homenageado