

CAJAMAR

• Escolas e Faculdade: 11 4446-6342

VÁRZEA PAULISTA

• Faculdade: 11 4596-6990

JUNDIAÍ

• Educação Infantil: 11 4527-3453

• Ensino Fundamental - de 1º ao 5º ano: 11 4527-3453

• Ensino Fundamental - de 3º ao 9º ano (Matutino): 11 4527-3453

• Ensino Fundamental - de 6º ao 9º ano (Vespertino): 11 4527-3454

• Ensino Médio: 11 4527-3454

• Técnico de Química e Informática: 11 4527-3454

• Secretaria dos cursos de Ciências - Habilitação em Biologia, Polímeros, Comércio Exterior, Gestão Ambiental, Letras e Matemática: 11 4527-3456

• Secretaria dos cursos de Enfermagem, Farmácia, Psicologia, Nutrição e Processos Químicos: 11 4527-3457

• Secretaria dos cursos de Ciências Contábeis e de Administração: 11 4588-4452

• Secretaria dos cursos de Análise e Desenvolvimento de Sistemas, Automação Industrial, Engenharia de Alimentos, Engenharia Civil, Engenharia Eletrônica, Engenharia Química, Engenharia de Produção e Redes de Computadores: 11 4588-4446

• Secretaria dos cursos de Ciências Econômicas, Educação Física, Publicidade e Propaganda, Pedagogia, Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Logística, Marketing e Sistemas de Informação: 11 4588-4445

• Secretaria do curso de Direito: 11 4588-4451

• Secretaria de Pós-Graduação e Extensão Universitária: 11 4582-0424

• Serviço Social: 11 4527-3446

• Núcleo de Prática Jurídica - Assistência Judiciária Gratuita: 11 4527-3449

• Mediação em Direito de Família: 11 4527-3447

• Núcleo de Prática Jurídica - Juizado Especial Cível: 11 4527-3448

• NEMP - Núcleo de Empregabilidade: 11 4588-4448

• Centro de Psicologia Aplicada e Clínica de Saúde: 11 4527-3452

A importância do marketing para as empresas

Para uma empresa ter sucesso são necessários vários aspectos a começar por planejamento adequado e competência dos funcionários que integram o quadro profissional. É claro que a questão financeira pesa e muito, por isso é necessário administrar os gastos com consciência. Porém, um outro fator que é considerado cada vez mais fundamental é a publicidade. A empresa que realiza um trabalho de divulgação dos seus produtos de forma correta e organizada tem boas chances de fazer sucesso junto ao consumidor. A maior prova de que essa área vem ganhando importância é que muitas indústrias possuem departamentos específicos para cuidar da imagem do seu produto. Durante a semana, o Gerente de Promoções e Merchandising da Queijos Quatá, Demétrio Alexandre Gouvêa, ministrou palestra para os alunos do curso Tecnólogo em Marketing do UniAnchieta. Na conversa com os estudantes vários temas foram destacados, entre eles "Trade Marketing", "Promoções" e "Merchandising". A matéria completa sobre o assunto pode ser conferida na página 5 desta edição. Já a página 3 é ocupada pela reportagem "Estudantes de Biologia participam de aula de campo na Ilha do Cardoso". Nela o leitor ficará sabendo que aproximadamente 45 alunos tiveram a oportunidade de conhecer o Parque Estadual da Ilha do Cardoso que conta com uma vila de pescadores e moradores tradicionais, uma tribo indígena além de extensa área de reserva exclusiva para pesquisa e ensino. A visita foi coordenada pelo professor de Biologia, Psicologia e Tecnólogo em Gestão Ambiental, Cláudio da Cunha. Na sequência, o leitor terá a oportunidade de conhecer um pouco mais da Casa Transitória Nossa Senhora Aparecida. Localizada no Anhangabau, a entidade existe desde 1982 e o seu objetivo é acolher crianças que sofreram algum tipo de violência doméstica. Ainda na página 4, artigo do professor Vivaldo José Breternitz, responsável pela disciplina de Gestão Empresarial do curso de Pós-Graduação de MBIT foi publicado na revista eletrônica de tecnologia e cultura da Fatec. Com o tema "Gerenciamento do Relacionamento com Clientes - Indo além da Dimensão Tecnológica", o texto foi escrito em co autoria com as estudantes Tháís de Lima Marcasian e Gisele Charles Arana, além das contribuições dos professores Antonio Galhardi e Juliano Schimiguel. O curso de Pós-Graduação em Gestão de Recursos Hídricos que será realizado pelo UniAnchieta a partir do próximo ano é o destaque da página 6. Coordenado pelo professor Rodrigo Batalha, é voltado para profissionais nas áreas de Ciências Biológicas, Química, Ecologia, Agronomia, Geografia, Geologia, Engenharia Florestal, Engenharia Química, Engenharia Ambiental, Tecnologia em Gestão Ambiental, Arquitetura, entre outras. Pesquisa divulgada recentemente pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) mostra que o macarrão instantâneo é um dos produtos com maior quantidade de sódio. O levantamento envolveu alimentos em 20 categorias diferentes. Esse é o assunto da página 7 que também possui entrevista com a nutricionista Karina Victor de Souza. Os alunos de Engenharia de Alimentos participaram recentemente de visitas técnicas as indústrias Coca Cola e Linde Gás além do Instituto de Tecnologia de Alimentos (ITAL). A iniciativa, coordenada pela professora Nirse Ruscheinsky Breternitz, tem como objetivo complementar e aprimorar o aprendizado obtido em sala de aula. Ainda na página 8 encontram-se publicadas as ofertas de emprego e vagas de estágio do Nemp (Núcleo de Empregabilidade e Relações Empresariais). A iniciativa é voltada para estudantes, ex-alunos e familiares dos estudantes do Grupo Anchieta. Desejamos a você um bom domingo e uma ótima semana.

**Grupo Anchieta em Foco**

Arte: Departamento de Marketing e Comunicação - Grupo Anchieta
Textos: Sandro Crisol - MTB 29.607
Contato: publicidade@anchieta.br
Edição: dezembro 2010

Estudantes de Biologia participam de aula de campo na Ilha do Cardoso

Anualmente alunos de Biologia do UniAnchieta tem a oportunidade de conhecer o Parque Estadual da Ilha do Cardoso. Denominada aula de campo, a iniciativa ocorre desde 2002 e consta como atividade curricular. Recentemente, 45 estudantes da instituição tiveram a chance de visitar o local. “No curso de Biologia existem atividades de campo agendadas para vários períodos, sendo esta, voltada especificamente para o segundo semestre. Porém, todos os anos temos alunos de outros semestres que já participaram da atividade, bem como alguns do curso de Tecnólogo em Gestão Ambiental”, esclarece o professor de Biologia, Psicologia e Tecnólogo em Gestão Ambiental, Cláudio da Cunha. De acordo com o organizador da aula de campo, os universitários voltaram impressionados com a visita a ilha. “Este ano fizemos uma alteração do roteiro original pois a base exclusiva para pesquisadores e estudantes está passando por reformas. Mesmo assim, a partir da Vila de Marujá tivemos acesso a ecossistemas de dunas, praias sem ocupação humana, costão rochoso, trilhas em mata atlântica de encosta e restinga, cachoeiras, antigos sambaquis indígenas e navegamos pelos canais da Unidade de Conservação, onde estão os últimos grupos de botos (golfinhos) em populações bem conservadas do Estado de São Paulo”.

O professor salienta que a iniciativa é uma das atividades mais esperadas do curso. “Os alunos mais velhos fazem uma enorme “propaganda” para os mais novos, causando uma

grande expectativa que normalmente não só é alcançada mas superada”. Para Cláudio, a oportunidade de conhecer paraísos naturais como a Ilha do Cardoso enriquecem a carreira acadêmica além de preparar o estudante para o mercado de trabalho. “Um biólogo obviamente precisa saber conteúdos mínimos de zoologia, botânica e ecologia, mas **vivenciar** estes conteúdos transforma um estudante em um profissional com mais autoconfiança, capaz de expor fatos e opiniões de forma clara e madura”.

Ilha do Cardoso

Hoje no Brasil restam apenas cerca de 7% da Mata Atlântica original que cobria grande parte do país. O norte do Estado do Paraná e o sul do Estado de São Paulo (vale do Ribeira) representam o maior trecho intocado desse ecossistema. Nas últimas três décadas foram criadas várias categorias de unidades de conservação para diversas finalidades. O Parque Estadual da Ilha do Cardoso possui vilas de pescadores e moradores tradicionais, uma tribo indígena e uma área de reserva exclusiva para pesquisa e ensino. “Nós da Biologia realizamos as atividades geralmente nas áreas de uso restrito, mas qualquer pessoa pode visitar a ilha a partir da cidade de Cananéia, cujo principal apelo turístico é a pesca, as praias da ponta sul de Ilha Comprida e Ilha do Cardoso e os sempre presentes golfinhos, símbolo máximo da região”, afirma o professor.

Balanco

Ao longo do ano, os estudantes realizaram várias ati-



Alunos ficaram empolgados em conhecer a reserva ecológica

vidades com visitas e aulas de campo. Segundo Cláudio, os universitários tiveram uma agenda cheia e variada em 2010. “No primeiro semestre fomos para o Parque Estadual Intervales, no vale do Ribeira, com 25 alunos, onde além de trilhas na mata atlântica e cachoeiras também foi possível entrar e conhecer cavernas, com seus ecossistemas peculiares. Além das atividades de campo, foi surpreendente a grande adesão para uma visita ao Instituto Butantã seguida da exposição “A expedição Langsdorff” de História Natural do Brasil Colônia, no Centro Cultural Banco do Brasil na cidade de São Paulo contando com dois ônibus e mais de 100 alunos da Biologia e do Tecnólogo em Gestão Ambiental. Ainda no primeiro semestre, visitamos a exposição “Corpo humano: real e fascinante” com



Entre os pontos visitados pelos universitários estiveram as cachoeiras

peças anatômicas humanas preparadas com técnicas especiais desenvolvidas na Universidade de Michigan, Estados Unidos, seguida da visita ao museu Afro-Brasil ambas no Parque Ibirapuera, com mais de 40 alunos. Neste segundo semestre, realiza-

mos uma grande atividade de campo na Bacia do rio Jundiá com coleta e análise da qualidade de água em vários pontos do Rio Jundiá, desde a região das nascentes, na cidade de Mairiporã até seu encontro com o Rio Tietê na cidade de Salto”.

Crianças vítimas de maus tratos encontram em entidade amor e dedicação

Do amor por crianças vítimas de alguma forma de violência surgiu uma das entidades mais tradicionais da cidade: Casa Transitória Nossa Senhora Aparecida. Localizada no Anhangabau, a instituição existe desde 1982 e foi fundada por um grupo de voluntários que se revezavam dando muito carinho e atenção aos menores de idade. Atualmente, o seu objetivo é acolher crianças que sofrem algum tipo de violência doméstica (negligência, abandono, violência física ou psíquica, abuso sexual). De acordo com a psicóloga Carina Peralli Piacentini, as crianças que chegam ao local são encaminhadas pelo Conselho Tutelar ou Vara da Infância e da Juventude de Jundiá. “Nossa função é oferecer todas as condições necessárias para que elas possam se desenvolver, ou seja, inclusão na escola, assistência médica, psicológica, inclusão social, lazer e cultura”, afirma. A psicóloga explica que várias ações são realizadas para que os meni-

nos e meninas possam se adaptar a sociedade e crescer de forma integrada e saudável.

“Temos que trabalhar o máximo possível para que elas possam ser inseridas na comunidade, portanto hoje damos cada vez mais preferência para que as crianças realizem atividades fora do abrigo. Então temos garotos e garotas que fazem aula de futebol, balé, todos em idade escolar estão inseridos na rede pública de ensino, passeios, entre outras”.

Lar provisório

As crianças são abrigadas temporariamente na entidade. “Porém nossa meta é fazer com que elas possam retornar para suas famílias de origem. Dessa maneira eu e a assistente social trabalhamos com os pais para que tenham condições de reestruturar e acolher seus filhos. Desta forma, as famílias são atendidas, encaminhadas para avaliação ou tratamento. Quando necessário, fazemos visitas domiciliares”. Se-

gundo Carina, se todas as possibilidades de retorno para os pais se esgotarem, outra medida é tomada. “A criança é encaminhada para a chamada família substituída (adoção). Quando a família está sendo trabalhada e ainda existe possibilidade dela voltar para o seu verdadeiro lar, continuamos realizando as visitas para que o vínculo afetivo possa ser mantido. Já quando as chances de retorno são esgotadas, a criança passa a não mais receber as visitas dos seus pais, pois o vínculo precisa ser rompido. Este processo é muito doloroso”, declara a psicóloga.

Voluntários

A Casa Transitória Nossa Senhora do Desterro conta com 25 funcionários. Com relação a verba utilizada para manter a instituição, Carina explica que os maiores gastos são relacionados com a folha de pagamento dos empregados. “Precisamos manter o número de funcionários in-

dependente da quantidade de crianças abrigadas, pois nunca sabemos quando podem chegar mais crianças”.

O apoio de voluntários é fundamental para o funcionamento da entidade. “Contamos com a ajuda de voluntários que nos auxiliam nas diversas tarefas como transporte (para levar a criança a médico, exames, atendimentos), cuidado com os bebês, auxílio na cozinha, profissionais liberais (como fonoaudiólogo e psicólogo, etc). Hoje estamos precisando de voluntários para transporte. Para tanto, a pessoa interessada deve possuir seu próprio veículo e estar à disposição por um período semanal. Quem tiver interesse em ser voluntário é necessário agendar uma entrevista comigo e preencher um cadastro”.

Visitas

A Casa Transitória Nossa Senhora do Desterro é mantida por meio de várias receitas. “Nos mantemos através de doações,

sócios contribuintes, aluguel do salão, bazar permanente, bem como eventos que realizamos periodicamente. Hoje também estamos firmando um convênio com a prefeitura”. Já as pessoas que desejam conhecer um pouco mais da instituição devem entrar em contato previamente e agendar a visita. “As visitas da comunidade acontecem aos sábados, das 10 às 11 horas. Cada grupo é formado por dez pessoas”. As principais necessidades da entidade são relacionadas a alimentos e artigos de limpeza e higiene. “Sempre estamos necessitando de produtos de limpeza e higiene pessoal, alimentos não perecíveis, leite, leite NAN 1 e 2 (para os bebês). Como a casa é um abrigo, a qualquer dia e hora as pessoas podem trazer suas doações”.

A instituição está localizada na avenida Carlos Salles Block, 845, Anhangabau. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone 4521-5743.

PÓS-GRADUAÇÃO

Artigo de professor de MBIT é publicado em revista científica

Recentemente o professor Vivaldo José Breternitz, responsável pela disciplina de Gestão Empresarial no curso de pós-graduação MBIT (Master Business in Information Technology), submeteu artigo para a Revista Eletrônica de Tecnologia e Cultura da Fatec - Jundiá (ISSN 2177-0425),

entre os dias 11 de setembro a 30 de outubro e o material foi aceito. Com o tema “Gerenciamento do Relacionamento com Clientes (CRM) - Indo Além da Dimensão Tecnológica”, o texto foi publicado em co-autoria com as alunas Thaís de Lima Marcarian e Gisele Charles Arana, além das contribuições também rea-

lizadas pelos professores Antonio Galhardi e Juliano Schimiguel, ambos do MBIT. O artigo traz os resultados do estudo de uma tentativa de implementação de Gerenciamento de Relacionamento com Clientes (CRM) com uso de Tecnologia da Informação. A iniciativa tem como objetivo gerar subsídios

para que as empresas possam, através da implementação de CRM, dar respostas rápidas e adequadas às constantes mudanças de cenário derivadas de fatores como intensa competição, grande número de opções para os compradores, diminuição da lealdade dos clientes, entre outras. A empresa “objeto do estudo” atua

na distribuição de laminados e produção de peças de alumínio extrudado. O artigo deverá ser publicado no próximo número da Revista, previsto para ser distribuído no início de 2011.

Informações sobre o curso de pós-graduação MBIT podem ser obtidas no site www.anchieta.br

Estudantes assistem palestra sobre “Promoções e Merchandising”

Alunos do curso Tecnólogo em Marketing assistiram na segunda-feira (dia 29), no campus Professor Pedro C. Fornari, a palestra “Promoções e Merchandising”, ministrada pelo Gerente de Promoções e Merchandising da Queijos Quatá, Demétrio Alexandre Gouvêa. Durante cerca de duas horas, o especialista na área de Propaganda e Marketing procurou atualizar o conhecimento dos estudantes que se preparam para enfrentar o mercado profissional ou mesmo já trabalham no segmento e possuem dúvidas em relação assunto. “Trade Marketing”, “Promoções” e “Merchandising” foram alguns dos pontos abordados pelo palestrante. “Conversei com eles sobre os conceitos que regem este campo. Diria que o Trade Marketing, por exemplo, hoje é 100% importante para uma grande empresa. Se ele não existir e funcionar corretamente, não adiante ser um bom marqueteiro”, afirma. O “Trade Marketing”, segundo Alexandre, é o departamento responsável por desenvolver e analisar a campanha promocional do produto. “Ele faz a divulgação do produto da loja para o consumidor e ainda realiza todas as ações promocionais”.

De acordo com o palestrante, o setor é considerado relativamente novo. “A sua criação não chega a 20 anos. Em se tratando de marketing podemos dizer que é bem recente. Porém, sua importância é cada vez maior para a empresa. Uma indústria que não trabalha esse departamento está fora do mercado”. Essa é a segunda vez que o profissional visita o UniAnchieta para ministrar palestra. “Recebi o convite quando trabalhava na Melita. Da primeira vez que vim até Jundiá fui muito bem tratado e hoje não está sendo diferente”.

Iniciativa aprovada

Os alunos que assistiram a palestra elogiaram a ideia de trazer o especialista no assunto. Para a supervisora de vendas Silvia Renata Rufino o tema despertou cada vez mais interesse não só dos estudantes como também dos profissionais que trabalham na área. “Para mim pelo menos é um assunto novo. Quando comecei a ouvir sobre esse assunto procurei informações utilizando a internet mas percebi que existe muita poluição. Com isso fiquei mais confusa. A conversa



Conversa com especialista deixou os alunos mais próximos da realidade do mercado de trabalho

dele deu uma noção maior não só sobre marketing e merchandising mas também sobre o Trade Marketing”. Já para Erica Gimenes Peres da Silva que trabalha no segmento de Recursos Humanos, o contato com um profissional renomado torna mais próxima a realidade do dia a dia. “É a experiência de estar ali no mercado de trabalho, sa-

ber realmente o que acontece. Foi bacana porque ele trouxe a vivência do cotidiano”. A mesma linha de pensamento tem a sua colega de classe, a administradora de vendas Pamela Rossi. “Gostei muito, acho que representou bem o que é o nosso campo de trabalho. O fato da classe não estar cheia também ajudou a gente a se concentrar e prestar

mais atenção no assunto”. A estudante aproveitou, inclusive, para fazer uma sugestão para a direção do UniAnchieta. “A faculdade em si poderia focar um curso sobre Trade Marketing. Atualmente o mercado é muito concorrido nesse sentido e, pelo que percebo, é uma área em franca expansão”.

Pós-Graduação

50 CURSOS FEITOS PARA VOCÊ

www.anchieta.br
0800 771 0944

UNIANCHIETA



Curso de pós-graduação prepara profissionais para área de Recursos Hídricos

Com aulas sempre aos sábados, o UniAnchieta realiza a partir de 2011 o curso de especialização em Gestão de Recursos Hídricos. Podem participar profissionais formados nas áreas de Ciências Biológicas, Química, Ecologia, Agronomia, Geografia, Geologia, Engenharia Florestal, Engenharia Química, Engenharia Ambiental, Tecnologia em Gestão Ambiental e em Saneamento Ambiental, Arquitetura, entre outras. “Ele é voltado para pessoas que queiram atuar como gestores e consultores em projetos relacionados ao dimensionamento, análise e gestão de recursos hídricos. O curso também pode ser feito por profissionais que desejam seguir carreira acadêmica”, explica o coordenador, professor Rodrigo Batalha. No total, a carga horária é de 360 horas mais 60 horas para monografia. “É um curso de pós-graduação lato sensu de modalidade presencial”, afirma. A previsão é que as aulas tenham início no dia 19 de março. “Ele foi concebido com equilíbrio entre a parte teórica (aulas expositivas) e prática (aulas de laboratório e de campo) com intuito de aproximar o aluno da atual realidade dos recursos hídricos e, conseqüentemente, possibilitar aos estudantes a elaboração e desenvolvimento de soluções técnicas para os principais problemas deste importante recurso natural”.

Visitas

Entre as atividades que serão realizadas pelos alunos está a oportunidade de conhecer instituições e órgãos públicos



O futuro especialista poderá colaborar para solucionar problemas relacionados ao meio ambiente

que deixarão o estudante mais próximo da realidade profissional. “Também é parte integrante do curso a visitação a um dos mais importantes centros de pesquisas hidrológicas da América do Sul - Centro de Pesquisas Hidrológicas - Núcleo Cunha; do Governo do Estado de São Paulo. Nesta visita é possível abordar aulas junto aos equipamentos de coleta de dados hidroclimáticos, apresentar a função hidrológica de uma bacia hidrográfica nas bacias experimentais do Centro de Pesquisas, além de simular um evento de precipitação (chuva) através de um simulador de chuvas de tecnologia japonesa”.

O curso conta com 14 módulos que compõem a estrutura

curricular. “As disciplinas auxiliarão na formação de uma concepção holística, do futuro especialista em recursos hídricos, sobre os recursos hídricos”.

Módulos

Os módulos que compõem o curso são: Fundamentos de Ecologia, Aspectos Legais, Pedologia, Metodologia do Trabalho Científico, Princípios de Hidrologia Ambiental, Microbiologia Aplicada, Qualidade da Água, Hidrogeologia, Saúde Ambiental e Recursos Hídricos, Resíduos sólidos e recursos hídricos, Ética e Educação Ambiental, Gestão das águas urbanas, Planejamento e gestão dos re-

ursos hídricos e Monografia. Segundo Rodrigo, as atividades tem como principal objetivo contribuir com a formação de profissionais capacitados a realizar diagnósticos e prognósticos ambientais de áreas urbanas e rurais, visando elucidar as questões sobre a gestão integrada dos recursos hídricos, especificamente sob a ótica da hidrologia ambiental, englobando seus aspectos legais, medidas estruturais e não-estruturais e instrumentos de gestão.

Meio Ambiente

É cada vez maior o interesse de empresas, instituições e órgãos públicos em preservar

o meio ambiente. Porém, o número de especialistas que podem contribuir para a manutenção do ecossistema ainda é considerado insuficiente. “As questões ambientais estão em evidência na atual sociedade. Entretanto, há um déficit de profissionais habilitados para tratar delas. Em específico, os recursos hídricos merecem atenção especial em função da interdependência com os processos produtivos, seja no setor primário ou não, assim como no paradigma de vida do homem moderno. A formação proposta ao futuro especialista engloba questões técnicas e sociais, sem desassociar das questões econômicas. Invariavelmente, a imprensa divulga alguns problemas e conflitos relacionados aos usos dos recursos hídricos em nossa região. Os administradores do poder público e os tomadores de decisão, no tocante a este recurso natural, necessitam de planos que reflitam em ações para dirimir estas celeumas. Sendo assim o futuro especialista em recursos hídricos poderá auxiliar com destreza nestas questões, seja atuando no poder público ou em consultorias específicas da área”.

Matrícula

O candidato poderá fazer sua pré-matrícula preenchendo uma ficha de inscrição no link pré-matrículas online até o dia 13 de fevereiro de 2011, http://www.anchieta.br/Inscricao_Pos_2011/

Estudo aponta excesso de sódio no macarrão instantâneo: todo cuidado é pouco !



A ingestão em demasia do produto pode ocasionar o surgimento de algumas doenças

O macarrão instantâneo é um dos produtos com maior quantidade de sódio. Pelo menos é o que revela pesquisa realizada recentemente pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). O levantamento envolveu alimentos em 20 categorias diferentes. Segundo o estudo, a quantidade de sódio presente em uma porção de macarrão instantâneo é superior a uma colher rasa de sal, porção recomendada de consumo diário da substância. Para a nutricionista Karina Victor de Souza, o excesso da substância nesse tipo de produto é uma forma que as empresas encontraram para conservá-lo por mais tempo. "Para ser sincera o resultado da pesquisa não me surpreendeu. Recomendo aos meus pacientes e alunos terem o hábito de sempre olhar a tabela de composição nutricional dos

alimentos industrializados e preferirem os que tem menos gordura e menos sódio. Aumentando a quantidade de sal nos alimentos é uma forma que a indústria encontrou de conservar mais os alimentos", declara. Segundo ela, a ingestão em excesso do macarrão instantâneo pode desencadear o surgimento de algumas doenças. "Aumento da pressão arterial, consequentemente problemas cardíacos, problemas renais, retenção de líquidos e até obesidade".

Dicas

Além de evitar utilizar em demasia o produto, a nutricionista orienta o consumidor a comer alimentos considerados naturais e confeccionados de forma caseira. "Recomendo evitar o consumo

desses alimentos, preferir os mais frescos e evitar os industrializados. Se forem consumir produtos processados, optar pelos que tem menos sódio, gorduras e conservantes. É importante também prestar atenção aos rótulos, onde contém a tabela de composição nutricional. Mas o melhor mesmo é consumir alimentos naturais, frescos e feitos em casa". Outro cuidado que o brasileiro deve ter é na preparação dos produtos. "Como disse ele deve optar por alimentos frescos, feitos em casa, a adaptação de algumas preparações, como por exemplo, assar ao invés de fritar a batata". A ingestão de frutas, legumes e verduras da época também são alternativas recomendáveis e contribuem para a melhoria da qualidade de vida. "Ele deve também consumir os alimentos integrais por terem uma quantidade maior de fibras, dando mais saciedade, cuidando do intestino além de prevenir o surgimento de diabetes, como pão e arroz integral, massas integrais. O consumidor deve sempre que possível comer leguminosas (feijões, lentilha, soja, etc), pois isso é muito importante".

Gordura em excesso

Um outro ponto analisado pelo estudo denominado "Perfil Nutricional dos Alimentos Processados" foi a verificação da quantidade de gordura, açúcar e ferro que são encontrados em alguns produtos. A ingestão em demasia ou por um longo período desses artigos podem causar sérias

consequências a saúde. "O excesso no consumo de gordura e açúcar causa obesidade, problemas cardiovasculares, a síndrome plurimetabólica (aumento de colesterol ruim e diminuição do colesterol bom, alta dos triglicerídeos, aumento da pressão arterial, crescimento da circunferência abdominal e elevação da glicose presente no sangue, ou seja, diabetes. Portanto todo cuidado é pouco!", revela a nutricionista. Karina também alerta para o excesso de ferro incluído nas farinhas de trigo e de milho. "Ele tem o objetivo de prevenir a anemia, mas o excesso dessa substância no organismo causa o aumento de doenças crônicas, como doenças cardiovasculares, diabetes e câncer".

Calma x correria

No momento do almoço ou mesmo da janta, o brasileiro deve levar em consideração os alimentos que coloca no prato. "Recomendo as pessoas a pensar melhor nos alimentos que ingerem, pois são eles que nos dão energia e disposição para desempenharmos nossas atividades. Devido a correria as pessoas querem a praticidade e acabam fazendo escolhas erradas, com isso perde-se saúde, ai aparecem as doenças, e o sofrimento chega. É tão mais fácil evitar tudo isso! Façam escolhas saudáveis, procurem preparar seus próprios alimentos, assim é possível garantir a qualidade em questão de higiene, a quantidade de gordura e de sal".

Aprender, sem limites.

ANCHIETA

Infantil • Fundamental • Médio

APOSTILAS GRATUITAS

0800 772 8445

Se você ainda não conhece nossa escola, marque uma visita. Será um prazer recebê-lo!

Alunos de Engenharia de Alimentos realizam visitas técnicas

Alunos de Engenharia de Alimentos visitaram recentemente duas grandes indústrias além do Instituto de Tecnologia de Alimentos em Campinas (ITAL). A iniciativa integra o Projeto Pedagógico do Curso e tem o propósito complementar e aprimorar o conhecimento obtido pelos estudantes em sala de aula. De acordo com a coordenadora pedagógica, Nirse Ruschinsky Breternitz, esse tipo de trabalho é realizado desde a implantação do curso em 2008 e o resultado obti-

do é altamente positivo. "Com as visitas técnicas os alunos têm a oportunidade de visualizar o que é uma indústria, conhecer profissionais, equipamentos e processos. Eles saem da sala de aula e vêem que o que aprendem na teoria é utilizado de uma forma ou de outra". Além do ITAL, os futuros profissionais tiveram a oportunidade de conhecer as indústrias Coca Cola e Linde Gás. "A avaliação que faço é a melhor possível. O interesse dos alunos em participar dessas visitas técnicas é

grande e a cada nova oportunidade isso se torna mais evidente".

Momentos marcantes

Segundo Nirse, foram registrados momentos marcantes em cada uma das visitas realizadas. "Na Coca Cola, por exemplo, os alunos ficaram maravilhados com o tamanho da linha de produção com a sua sofisticação e velocidade de produção. Além disso, se sentiram valorizados porque a

empresa abriu suas portas para uma visita em um horário alternativo (a noite) para que pudessem participar mais e melhor. Na Linde Gás tivemos contato com a linha de aplicação de gás na indústria alimentícia e eles puderam compreender várias aplicações das quais não tinham idéia. Já no Ital, os estudantes ficaram encantados com a sofisticação, tecnologia e quantidade de equipamentos de análises químicas disponíveis no Centro de Ciên-

cia e Qualidade de Alimentos (CCQA), além de diversos outros equipamentos que eles só conheciam dos livros e que puderam ver e tocar".

Para a coordenadora do curso, ao participar de iniciativas como essa, o universitário retorna para a sala de aula com uma motivação extra. "Ele sente como as aulas são importantes, que é necessário estudar muito e que existe um vasto mundo profissional esperando por ele".

Avaliação positiva

Várias atividades foram realizadas pelos estudantes de Engenharia de Alimentos ao longo do ano. "Em 2010 fizemos três visitas técnicas, tivemos a 2ª semana de Engenharia de Alimentos e agora finalizaremos com o 2º Colóquio das Engenharias. Posso dizer que está sendo um ano bastante agitado em termos de atividades complementares para os alunos. Espero que 2011 seja tão bom ou melhor que 2010".

EMPREGOS

código da vaga: 2.551
área: recursos humanos

código da vaga: 2.574
área: estagiário de pedagogia / letras

código da vaga: 2.468
área: nube - estágio adm.

código da vaga: 2.479
área: nube - estágio atendimento

código da vaga: 2.548
área: estágio adm.

código da vaga: 2.267
área: estágio em direito

código da vaga: 2.563
área: encarregado de produção

código da vaga: 2.426
área: estagiário comércio exterior

código da vaga: 2.427
área: estagiário comunicação

código da vaga: 2.413
área: assistente financeiro

código da vaga: 2.414
área: auxiliar de faturamento

código da vaga: 2.421
área: estagiário eng. alimentos

código da vaga: 2.420
área: estágio adm

código da vaga: 2.509
área: assist. contas pagar/receber

código da vaga: 2.510
área: assistente de diretoria

código da vaga: 2.511
área: assistente logístico

código da vaga: 2.512
área: conferente

código da vaga: 2.513
área: conferente

código da vaga: 2.395
área: estágio marketing

código da vaga: 2.478
área: estágio eng. automotiva

código da vaga: 2.447
área: programador java

código da vaga: 2.489
área: estagiário conabilidade

código da vaga: 2.553
área: auxiliar escrita fiscal

código da vaga: 2.515
área: operador de produção

código da vaga: 2.516
área: estágio química/eng. química

código da vaga: 2.387
área: estagiário de pcp

código da vaga: 2.560
área: estágio automação industrial

código da vaga: 2.471
área: analista de suporte jr

código da vaga: 2.472
área: operadora de telemarketing

código da vaga: 2.473
área: operador(a) de caixa

código da vaga: 2.474
área: auxiliar de almoxarifado

código da vaga: 2.476
área: auxiliar limpeza/serviços gerais

código da vaga: 2.477
área: promotor de vendas

código da vaga: 2.401
área: auxiliar administrativo

código da vaga: 2.490
área: estagiário fiscal

código da vaga: 2.493
área: estagiário logística

código da vaga: 2.494
área: estagiário logística - almox.

código da vaga: 2.518
área: arquitetura

código da vaga: 2.419
área: depto comercial / vendas

código da vaga: 2.570
área: estagiário ciências contábeis

código da vaga: 2.571
área: estagiário adm. empresas

código da vaga: 2.271
área: engenheiro civil / elétrico

código da vaga: 2.467
área: estágio em direito

código da vaga: 2.540
área: vendedor interno

código da vaga: 2.542
área: vendedor externo

código da vaga: 2.290
área: auxiliar adm

código da vaga: 2.538
área: programador

código da vaga: 2.502
área: estagiário ciências contábeis

código da vaga: 2.503
área: analista de rh

código da vaga: 2.504
área: atendente de telemarketing

código da vaga: 2.531
área: engenheiro eletrotécnico

código da vaga: 2.532
área: vendedor

código da vaga: 2.533
área: auxiliar de escritório

código da vaga: 2.534
área: auxiliar de vendas

código da vaga: 2.535
área: auxiliar técnico de projetos jr

código da vaga: 2.567
área: auxiliar adm. vendas

código da vaga: 2.496
área: estágio web design

código da vaga: 2.552
área: estágio criação

código da vaga: 2.568
área: assistente de dp

código da vaga: 2.569
área: recepcionista

código da vaga: 2.546
área: assistente pesquisa e desenv.

código da vaga: 2.389
área: estágio de engenharia

código da vaga: 2.398
área: auxiliar de compras

código da vaga: 2.536
área: analista de depto pessoal

código da vaga: 2.406
área: auxiliar de pcp

código da vaga: 2.483
área: consultor(a) de negócios

código da vaga: 2.463
área: técnico metalúrgico

código da vaga: 2.464
área: eng. segurança trabalho

código da vaga: 2.422
área: analista de suporte jr.

código da vaga: 2.434
área: cronologista

código da vaga: 2.453
área: auxiliar de suprimentos

código da vaga: 2.455
área: analista de processos

código da vaga: 2.458
área: estagiário de contabilidade

código da vaga: 2.470
área: estágio educação física

código da vaga: 2.572
área: estágio educação física

código da vaga: 2.380
área: auxiliar de escritório

código da vaga: 2.417
área: auxiliar fiscal

código da vaga: 2.418
área: auxiliar financeiro

código da vaga: 2.575
área: estágio

código da vaga: 2.576
área: aux depto pessoal

código da vaga: 2.451
área: estágio de contabilidade

código da vaga: 2.348
área: estágio administração

código da vaga: 2.530
área: estágio engenharia elétrica

código da vaga: 2.436
área: mecânico de manutenção

código da vaga: 2.564
área: auxiliar de escritório

código da vaga: 2.480
área: assistente

código da vaga: 2.543
área: técnico de informática

código da vaga: 2.359
área: auxiliar contábil

código da vaga: 2.433
área: assistente financeiro

código da vaga: 2.529
área: analista contábil sênior

código da vaga: 2.307
área: vendedor

código da vaga: 2.397
área: assistente financeiro

código da vaga: 2.407
área: recepcionista

código da vaga: 2.525
área: cozinheiro (a)

código da vaga: 2.526
área: auxiliar de cozinha

código da vaga: 2.527
área: camareira de hotel

código da vaga: 2.528
área: auxiliar de serviços gerais

código da vaga: 2.312
área: técnico em química

código da vaga: 2.444
área: estágio eng. produção

código da vaga: 2.432
área: consultor técnico comercial

código da vaga: 2.440
área: assistente comercial

código da vaga: 2.460
área: faturamento

código da vaga: 2.507
área: estagiário desenvolvimento

código da vaga: 2.481
área: estágio na contabilidade

código da vaga: 2.495
área: assistente fiscal

O NEMP (Núcleo de Empregabilidade e Relações Empresariais) é direcionado SOMENTE para alunos, ex-alunos e familiares dos estudantes do Grupo Anchieta. Se você faz parte deste público, cadastre já o seu currículo no site www.anchieta.br/nemp e tenha acesso as oportunidades oferecidas. As vagas publicadas no jornal EM FOCO são constantemente atualizadas pelas empresas, já os exemplares do jornal são distribuídos semanalmente, podendo ocorrer neste intervalo à alteração do status da vaga. Havendo qualquer dúvida no acesso de vagas, queiram por gentileza entrar em contato com o NEMP, através do e-mail: nemp@anchieta.br, fornecendo o código da vaga. **Horário de atendimento: segundas, quartas e sextas das 8h às 12h e das 13h às 17h; terças e quintas das 8h às 12h e das 13h às 22h.**